

子どものために備蓄をしましょう！

大災害が起こると、市やボランティアなどの支援を受けるまで、時間がかかります。その時に水、食糧、ミルク、トイレ、布団はどうするのかを考え、準備しておきましょう。



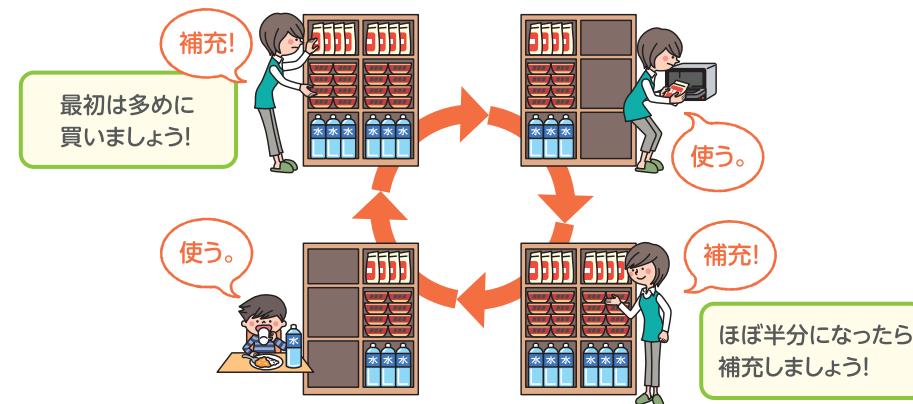
ローリングストックで賢く備蓄を！

ローリング
回転すること + **ストック**
蓄えておくこと貯めておくこと

II
ローリングストック
回転させながら、蓄えておくこと

つまり…

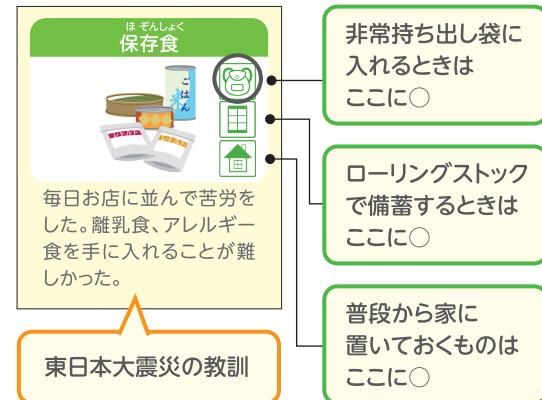
日常生活の中で使う食材を多めに常備して使いながら、いざという時のために備えるという「安心・おいしい・賢い」食材のやりくりの方法です。被災時、ライフラインが復旧したのに食材不足…そんな状況を少しでも改善したい。普段から食べなれている物を食べて、ほっと安心したい。そのためには非常時の「買い占め」より日常の「ローリングストック」をおすすめします。



常にストック食材が多めにある状態をキープしながら循環させてるので、賞味期限切れの無駄がなくなります！**ストック食材を積極的に使いましょう！**

わが家の備蓄宣言！

- つぎ 次のページからは、家庭での備蓄が必要となる備蓄品の候補を記載してあります。子どもの年齢や家族構成から必要なものの番号に○をつけましょう。
- びちくひん その備蓄品をどのように備蓄するかを考えてイラストに○をしましょう。
- びちくひん ○をつけた備蓄品や、家庭の環境から必要な物の数を巻末の「わが家の備蓄宣言」に記載しましょう。
- かぞく 家族で「わが家の備蓄宣言」を実施していくために、冷蔵庫など、よく目にする場所へ貼ってください。



→ 災害に備えた生活が始まります。

家族の防災カードを記入しよう！

かぞく はなばな とき じぶん とき れんらくさき
家族が離れ離れた時や、自分がケガをした時のために連絡先などを
きにゅう ぱうさい ぼうさい も 記入した「防災カード」を持っておきましょう。また、子どものカバンにも
い 入れてあげ
ましょ。

家族の防災カード		性別	男・女	血液型	型
氏名	年月日	携帯電話	-	-	□
電話番号	年月日	固定電話	-	-	□
住所	年月日	電話	-	-	□
勤務先・学校 保育園など	年月日	携帯電話	-	-	□
かかりつけ の病院	年月日	固定電話	-	-	□
治療中の 疾患など	年月日	家族の避難場所			

家族の連絡先		性別	男・女	血液型	型
氏名	年月日	携帯電話	-	-	□
氏名	年月日	固定電話	-	-	□
氏名	年月日	携帯電話	-	-	□
氏名	年月日	固定電話	-	-	□
家族の扶助連絡先 (遠方の親戚など)					

記入して切り取り、子どものカバンや、非常持ち出し袋に入れておきましょう！