



# 防災だより

(発行元) 愛南町消防本部防災対策課 Tel.72-0131



## 1月17日は「防災とボランティアの日」です

平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災は、戦後、東日本大震災に次ぐ、大きな被害をもたらした震災です。

この地震では、気象庁の現地調査で、一部の地域で震度7に達する揺れがあったことが判り、国内で初めて震度7が適用されました。この揺れにより、約25万棟の住宅が全半壊し、6千人以上の方が犠牲になりました。亡くなった方のほとんどは、家屋の倒壊や家具などの転倒によるものでした。また、倒壊した木造家屋のほとんどが、昭和56年以前の旧耐震基準で建てられたものでした。



救出・救助活動では、地元消防団や近隣住民が中心となって救助活動が行われた地域もあり、復旧・復興活動では、全国から大勢の災害ボランティアが被災地に駆けつけ、様々な支援活動が行われました。

そして、平成7年12月、「政府、地方公共団体等防災関係諸機関を始め、広く国民が、災害時におけるボランティア活動及び自主的な防災活動についての認識を深めるとともに、災害への備えの充実強化を図る」ことを目的として、「防災とボランティアの日」(1月17日)と「防災とボランティア週間」(1月15日～1月21日)が創設されました。



これを機会に、ご家庭での災害の備えについて再確認しましょう。

- ・家具や電化製品の転倒防止
- ・非常用持出袋の準備・確認
- ・最低でも7日分の水や食料・生活必需品の備蓄

※補助金制度あり

## 家庭での食料備蓄 「ローリングストック」で無理なく備蓄しましょう

○備蓄食品は、大きく分けて「非常食」と「日常食品」の2種類があります。

### 非常食

災害時の備えとして用意し、主に災害時に使用するもの

### 日常食品

日常から使用し、かつ、災害時にも使用するもの

○「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考えて古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。

栄養バランスや使い勝手を考えて各家庭にあった食品を選びましょう。



○食品の選び方

### 主食

- ・精米、無洗米、パックご飯
- ・乾麺、即席めん、カップ麺
- ・小麦粉、米粉、餅

### 主菜

- ・肉、魚、豆などの缶詰
- ・レトルト食品（丼やカレー）
- ・乾物

### 副菜

- ・梅干し、漬物、日持ちする野菜
- ・インスタントみそ汁、即席スープ類

### その他

- ・果物の缶詰
- ・果物ジュース
- ・各種お菓子類
- ・各種調味料

○農林水産省では、食品の家庭備蓄に無理なく取り組むためのガイドや、乳幼児、高齢者、慢性疾患・食物アレルギーの方などに向けて、家庭備蓄を行う際に必要な情報を公開しています。詳しくは農林水産省「家庭備蓄ポータル」をご覧ください。

(<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/index.html>)

