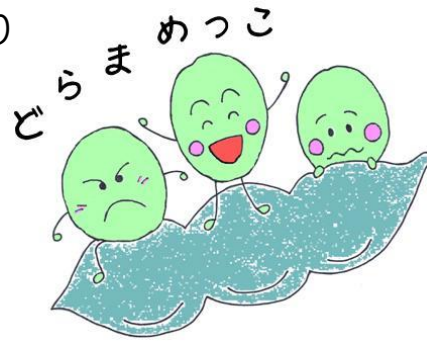


子育て相談員だより
2020. 6月
No.15



〒270-1516
千葉県印旛郡栄町安食938-1
ふれあいプラザさかえ 1階
子育て包括支援センター 子育て相談員
URL <http://www.town.sakae.chiba.jp/>
Eメール kosodate@town.sakae.chiba.jp

～災害に備えを（備蓄食品）～

自然災害への備えの大切さは頭でわかっているにもかかわらず後回しにしがち。毎年のように各地で発生している風水害。水害への備えは地震などにも有効。まずは地域の災害の可能性を知りましょう。過去の経験から、大災害のあとにライフラインが復旧するまで1週間を要するケースが多くみられます。支援物資到着や物流機能再開まで食品が手に入らないことが想定されます。住宅が孤立した場合に備え、国の防災基本計画は1週間分の備蓄を推奨しています。長期保存できる専用食品を買いそろえようと思うとなかなかできないが現状なので、ローリングストック（回転備蓄）というやり方がいいそうです。普段から口にしている食料を多めに買い、賞味（消費）期限の近いものから食べて買い足していくという方法です。

【推奨している備蓄量の例（大人2人の場合）】



必需品

水 2ℓ×6本×4箱
カセットコンロ・カセットボンベ
(12本)

主菜（たんぱく質）

レトルト食品
牛丼、カレーなど 18袋
パスタソース 6袋
缶詰（肉・魚）
お好みのもの 18缶

主食（エネルギー 炭水化物）

米 2kg×2袋
カップ麺類 6個
乾麺（うどん・そば・そうめん・パスタなど）
そうめん 2袋（300g/袋）
パスタ 2袋（600g/袋）
パックご飯 6個
牛乳 シリアルなど

副菜その他（適宜）

日持ちする野菜類（たまねぎ・じゃがいもなど）
調味料（砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等）
梅干し、のり、乾燥わかめなど
インスタント味噌汁や即席スープ
野菜ジュース、果汁ジュースなど
チョコレートやビスケットなどのお菓子類

避難袋には、衛生用品や救急セット、防寒対策、また、お子さんの食品・飲料などは、年齢に合わせて用意して、取り出しやすく安全な場所に置いておきましょう。



栄町のハザードマップがあります。
災害時に役立つ情報や、地区の利根川水系最大浸水想定図、
および浸水継続時間図などが載っています。
必要な方は役場の総務課安全対策推進室で配布しています。

