



# どうする？地震が起きたら・・・

## 避難所??



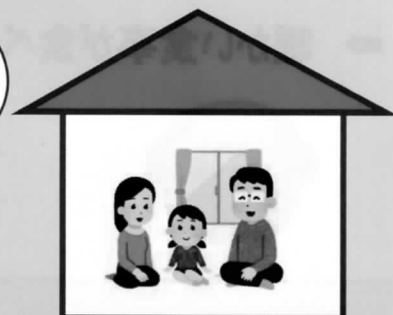
避難所は、自宅が全焼や倒壊して住めなくなった方が一時的に生活する場所です。避難者は主に体育館で寝泊まりをします。自宅で過ごせそうなら自宅で過ごしましょう。

# 備えて安心、自宅でいつもの暮らしを！

東日本大震災では災害発生からライフライン復旧まで電気は1週間以上、ガスは5週間以上を要したんだって！



烏山地域キャラクター「からびよん」



ライフライン関連は最低1週間は機能しないから、1週間分は備えておいたほうが良いね！  
ちなみに電気>水道>ガスの順番で復旧するよ。



自宅で生活する人も避難所で水や食料等の支援物資をもらうことができます。

## 備蓄ってどのくらいの量が必要なの？にお答えできる

### 東京備蓄ナビ



簡単な質問に答えるだけで必要な備蓄品目や数量リストが表示されます！

発行：上祖師谷地区町会自治会連合会

(上祖師谷自治会・祖師谷橋自治会・成城通りパークウエスト自治会・粕谷会・粕谷2丁目アパート自治会)

## 備蓄のあれこれ

Q 備蓄していた水がなくなった場合どうすればよい？

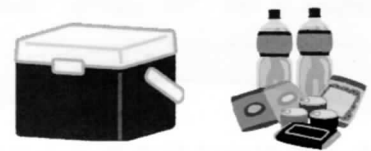
A 各避難所か、災害時給水ステーションでもらえるよ



災害時給水ステーション一覧

## あったら便利な備蓄品

① クーラーボックス、保冷剤 → 停電時に冷蔵庫と併用することで食材等が長持ちするよ



② カセットコンロ、ガスボンベ → 暖かい食事が食べられるよ



## 備蓄に関するお役立ち情報

<p>「日常備蓄」を進めましょう リーフレット</p>	<p>東京都</p>		<p>日頃から少し多めに備えるとは？が詳しく書いてあるよ</p>
<p>災害時に備えた食品ストックガイド</p>	<p>農林水産省</p>		<p>食品の備蓄に関することが詳しく書いてあるよ</p>

【問い合わせ先】上祖師谷まちづくりセンター

所在地：世田谷区上祖師谷2-7-6 電話03(3305)8611 / FAX03(5384)7196