

命を守る備え・避難生活の備え

市内在住  
4家族の  
防災対策

「わが家の備え」を見せてください

地域や家族構成によって、災害リスクや防災対策のかたちはさまざま。「命を守る備え」「避難生活の備え」をテーマに、市内在住の4家族に家庭でできる防災対策を聞きました。目からウロコのアイデアや楽しく備える工夫など、参考に見ませんか。

神原家

家族：夫婦・子(中3)



神原純子さん  
本村在住

東日本大震災がきっかけ  
暮らしを楽しみながら備えを

東日本大震災をきっかけに、防災を意識した暮らし方になりました。石油ストーブや土鍋炊飯はわが家の定番になり、子どもと一緒に防災コーナーで好きな食品などを買うのが習慣に。備蓄食品は期限が切れそうなものからおやつなどで食べて日常の中でストックしています。

事前に避難先を確認

子ども用持ち出しリュック。災害時に一人で自宅にいても、中学校へ避難するよう決めている



命を守る

避難所の開設・混雑状況を知る

リアルタイムに状況が分かるアプリ「VACAN」を活用▶



ソーラーライト

街灯代わりに、停電時も外階段の足元を照らしてくれる



避難生活



マグネ充電器  
水と塩で発電してスマホを充電  
【株式会社STAYERホールディングス】



コンパクトタオル  
少量の水で濡らすと大きくなるタオル。体をふいたり、止血などに使える

ホットケーキミックスは水だけ混ぜて焼いてもOK。グラノーラや餅も非常食に

スーツケース

重い水なども持ち運びやすく、備蓄品置き場がない場合もおすすめ



三浦家

家族：夫婦・子(小2・年少・1歳)



三浦一浩さん  
赤松町在住

子どもたちと防災キャンプ  
自宅で避難生活を疑似体験

コロナ禍で移動や人と接することを避けてきたことが影響しているのか、環境が変わることに抵抗がある息子。避難所に行っても眠れるように、子どもたちに「今日は和室でキャンプしよう」と言って、電気を消してランタンを灯したり、非常食を食べたり、寝室以外で寝たりして楽しく防災訓練をしています。

家具などが倒れない対策



家具転倒防止の突っ張り棒や板を使用。テレビは台に金具で固定

命を守る

感震ブレーカー

震度5強以上の強い揺れを感知して、自動的に電気の供給を遮断し、電気火災を防ぐ



大規模地震時の出火原因の半分以上を占める電気火災。市では感震ブレーカー設置費用の補助金も▶



抱っこひも

子どもを抱きかかえて避難することも想定して、両手を空けられるように、持ち出し品として予備で準備



避難生活

数日分の非常食



5年保存でき、水も火も使わず温められるお弁当セットなどおいしくて便利な非常食も

災害時は車のエアコンも活用

小さな子どもは体温調節が不十分で体調を崩しやすい。真夏や真冬の停電時には、車の冷暖房を使えるように日常的に燃料をチェック

広告掲載のお申し込み・お問い合わせは広報シティプロモーション課 ☎(81)7123へ

介護付有料老人ホーム ケアヴィレッジ湘南茅ヶ崎

**入居者募集中**

茅ヶ崎駅南口より徒歩 **3分**

眺望が最高  
お部屋によって様々な特徴があります。まずは見学にお越しくださいませ。

充実の収納

リニールフロアも完成！

コネクトルーム  
ご夫婦入居に最適な間取り。状況に応じて1室でもご利用いただけます。

往來可能

【各居室にはトイレ・洗面台・荷物室がございます。(浴室は共有部をご使用頂きます。】

見学受付中!! お気軽にお問合せください。

介護付有料老人ホーム 神奈川県指定介護保険特定施設  
**ケアヴィレッジ湘南茅ヶ崎**  
茅ヶ崎市幸町5-8茅ヶ崎メディカルケアセンター3F~10F  
お申し込みはこちら ☎0467-86-1165  
http://www.carevillage.jp/

茅ヶ崎駅(南口) 交番 たまや 茅ヶ崎メディカルケアセンター 3F~10F ケアヴィレッジ湘南茅ヶ崎

徳洲会病院

事業主: 徳洲会ホールディングス株式会社 所在地: 茅ヶ崎市幸町5-8 建物構造: 鉄筋コンクリート造・地下1階・地上13階(うち階数10階) 床面積: 5050.38㎡(うち利用施設298.97㎡) 開設: 介護付有料老人ホーム(一般型)特定施設入居者生活介護・神奈川県指定番号: 1472402005 施設の権利関係: 利用権方式・利用料の支払方法: 一時金方式・入居費・継続65歳以上で自立・要支援・要介護の付・介護費: 神奈川県指定特定施設入居者生活介護・神奈川県指定特定施設入居者生活介護・介護費区分: 全室個室・職員体制: 2.5:1以上

介護付有料老人ホーム

**アマポーラ湘南**

9/2(土)~9/10(日) 9日間  
ランチ付(無料)施設見学会開催中

ショートステイ・体験入居随時受付中!

☎0467-87-8965  
茅ヶ崎市松が丘2-13-5  
http://www.amapola-shonan.jp/

□ 類型 介護付有料老人ホーム(一般型) □ 介護保険 神奈川県指定介護保険特定施設  
□ 居住の権利形態 建物賃貸借方式 □ 居室区分 全個室(2人部屋2室あり)  
□ 入居時の要件 自立、要支援、要介護(原則65歳以上) □ 介護に関わる職員体制 2.5:1以上  
□ 利用料の支払い方式 選択方式

**打直しセール** 9月30日(土)まで

**羽毛17フォーム**

押入れのふとんを有効活用しよう! まだ捨てるのは、「もったいない」

打直し+生地+仕立て セットで 羽毛ふとんが7カ7カに再生

掛ふとん 9,480円(税込) 敷ふとん 9,480円(税込) シングル 26,980円(税込)

ふとん無料診断! 捨てるか直すかアドバイス!

**萩園ふとん店 ☎82-2616 火曜定休 集配無料**