

# 水沢連合防災会

## ガーベラ

皆様こんにちは！水沢連合防災会「ガーベラグループ」です。  
私たちは平成27年より家庭を担う主婦目線から防災を学び、活動しています。  
学ぶ中で、災害の怖さ、避難生活の大変さをひしひしと感じています。  
と同時に、日頃のちょっとした心がけが防災・減災につながる事も実感しています。  
あまり意識してこなかった方も、防災の一步を踏み出しましょう！  
その一步が、家族を、地域を、守ることにつながります！

## 災害は地震や津波だけ！？

H28年文化祭でアンケートにご協力いただき、以下のようなグラフの結果がでました。  
水沢は安全と思っている方が46.3%、約半数いるようです。  
たしかに津波が水沢に押し寄せることはないかもしれませんが。

では、他の災害はどうでしょう？

例えば先日の大雪では、外に出ることもままならず、学校も休校。  
家に閉じこもる日が続きました。

食料、生活用品などの備えは大丈夫でしたか？

「冷蔵庫がカラだから買い物に行こうと思ってたのに・・・！」と  
冷や汗をかいた方もいたのでは？

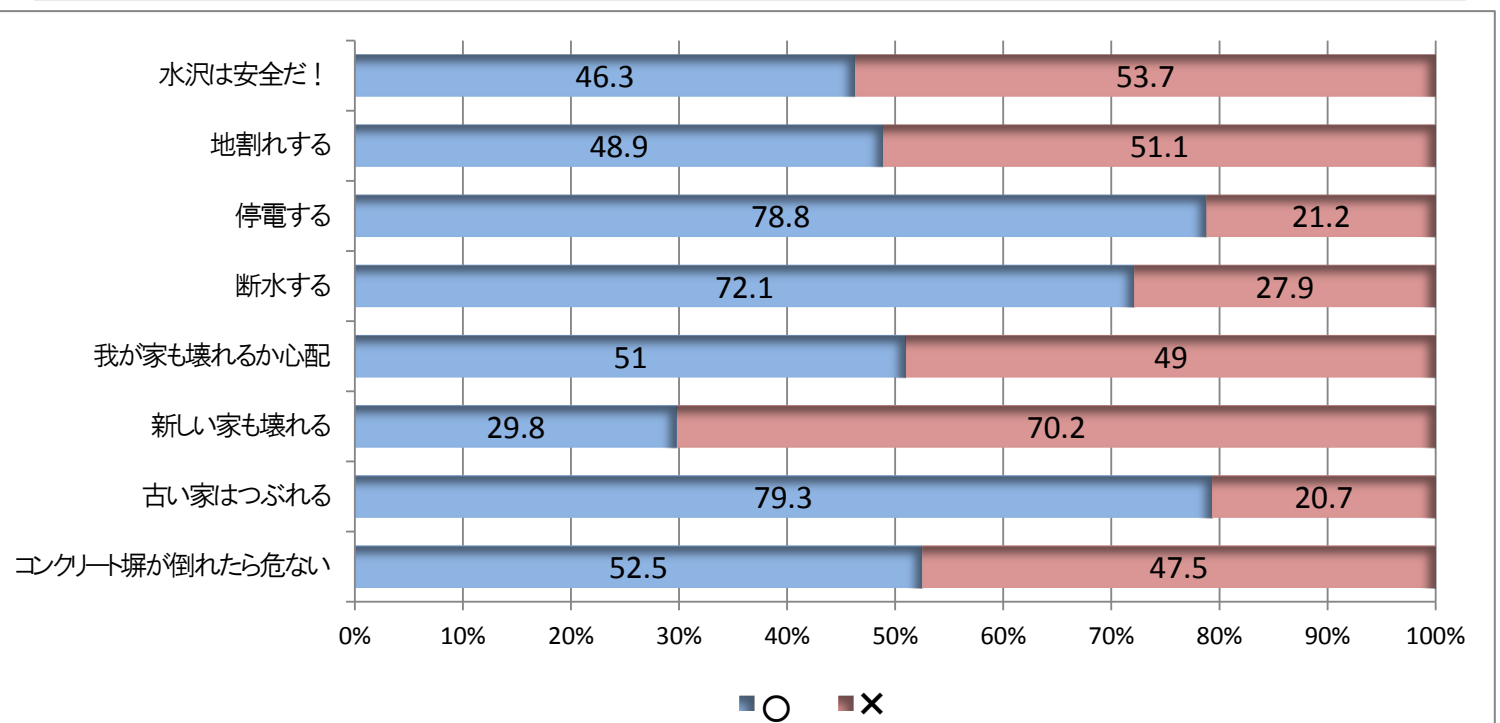
先日のような大雪も災害と言えます。また、秋には台風の心配もあります。

そのような災害にも、水沢は安全だ！と胸をはって言えますか？

**裏面には、災害時のみでなく、日常生活にも役立つ方法をお知らせしてます**



### 水沢は安全なの？ H28文化祭でのアンケートより



# 普段の食材を多めに常備、生活の中で非常時に備えよう！

文化祭のアンケートでは、非常食を準備している人は約61%という結果が出ています。またせっかく準備していても、物置の奥にしまいこみ、気づいたら賞味期限が過ぎてた！ってことがありますよね？

特別な非常食を用意するのではなく、少し保存のきく食品を多めに備蓄（ストック）しておいて日頃から使ったら補充・使ったら補充していくことで、常に賞味期限に余裕を持たせるという考え方が出てきました。それを

## ローリングストック

といいます。

例えば

- ・乾麺（そうめん、そば、スパゲティ）
- ・インスタント味噌汁、ラーメン
- ・缶詰（サバ缶、ツナ缶、焼き鳥）
- ・レトルト（カレー、親子丼、おかゆ）

家に少しは置いてあるものばかりではありませんか？

非常時には食べなれたものを口にすることで、安心することもあります。いつもより最初は少し多めに買い込んで、使った分補充するということを繰り返し、習慣化していくのです。

まずは、明日から始めてみませんか？

### ローリングストック

①まとめて購入する。  
・追加で購入する。



## 今年度および今後の活動

H28年度は、

夏休みに小学校のプールをお借りしての着衣水泳教室と非常用炊飯袋(ハイゼックス)での炊き出し、秋の文化祭ではアンケートや様々な展示をおこないました。

### 着衣泳と炊き出し



### 文化祭



### 平成29年度の活動の予定

- ・7月 防災教室
- ・11月小学校文化祭にて防災啓発
- ・避難所運営ゲーム(HUG)講習 などなど

未来を担う子供達と共に、親子で防災を学べる催しをしていきたいと思っています！

今後も皆様のご協力、ご参加をお待ちしております。

また、活動に興味のある方がいらっしゃいましたら、ぜひお声掛け下さいね。

発行元:水沢連合防災会ガーベラグループ