

回
覧



害に備える



事前防災でいのちを守ろう

梅雨は、大雨が降り災害が起こりやすい季節です。
まさかに備え、家族や知人と一緒に防災について話し合いましょう。

〈災害時備蓄はできていますか？〉

- ▲災害時に備え、7日分／人以上の家庭備蓄を推奨！
※食品は栄養バランス、食べ慣れたものの準備も！
- ▲それぞれの人に応じた品の備蓄することも重要！！
※粉ミルク、アレルギー食、衛星用品、医薬品など


〈今日からできるローリングストック〉












いつも食べている食品を多めに買い置きをする。
賞味（又は消費）期限の古いものから消費して、買い足す。

非常持ち出し品の準備（例）

普段から最低3日分（できれば「7日分」）以上を
 備蓄し、定期的な確認とローリングストックを行う。



災害の「備え」チェックリスト

監修／内閣府政策統括官（防災担当）、内閣府男女共同参画局

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの！

- 水
- 食品
（ご飯（アルファ米など）、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分の用意）
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 紐なしのスリッパ
- 懐中電灯（※手動充電式が便利）
- 携帯ラジオ（※手動充電式が便利）
- 予備電池・携帯充電器
- マッチ・ろうそく
- 救急用品
（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- 使い捨てカイロ
- ブランケット

- 軍手
- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ペン・ノート

感染症対策にも有効です！！

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 石けん・ハンドソープ
- ウェットティッシュ
- 体温計

一緒に持ち出そう！！

- 貴重品
（通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど）

こどものための備え

- 粉ミルク（アレルギー用含む）
又は液体ミルク
- 使い捨て哺乳瓶
- 離乳食

- 携帯カトラリー
- こども用紙オムツ
- お尻ふき
- 携帯用お尻洗浄機

- ネックライト
- 抱っこひも
- こどもの靴

女性の備え

- 生理用品
- おりものシート

- サニタリーショーツ
- 中身の見えないごみ袋

- 防犯ブザー／ホイッスル

高齢者のための備え

- 大人用紙パンツ
- 杖
- 補聴器

- 介護食
- 入れ歯・入れ歯用洗浄液
- 吸水パッド

- デリケートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

備蓄品
お家に備えておくもの！

- 食料や水（最低3日分！できれば1週間分）× 家族分
保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の備蓄が可能！
- 生活用品
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレなど

ほかにも、家庭で必要なものは日ごろから備えておきましょう

[首相官邸ホームページから一部抜粋](#)

〈避難場所と経路の確認も！〉

令和8年6月、ハザードマップを配布します。

★佐賀県管理中小河川の洪水浸水想定区域を反映

★高潮ハザードマップの追加



鳥栖市 災害ハザードマップ

目次	
避難場所	11
避難について	12
避難所一覧	13
避難所ごとの詳細	14
避難所マップ	15



緊急時の連絡先	
消防	0942-83-3100
警察	0942-83-3109
消防・警察24時間緊急連絡先	0942-83-3119
消防	0942-83-3121
消防	0942-83-3122
消防	0942-83-3123
消防	0942-83-3124
消防	0942-83-3125
消防	0942-83-3126
消防	0942-83-3127
消防	0942-83-3128
消防	0942-83-3129
消防	0942-83-3130
消防	0942-83-3131
消防	0942-83-3132
消防	0942-83-3133
消防	0942-83-3134
消防	0942-83-3135
消防	0942-83-3136
消防	0942-83-3137
消防	0942-83-3138
消防	0942-83-3139
消防	0942-83-3140