朝日村防災士会

あさひの守り人通信 第9号

2025年8月28日
朝日村防災士会
朝日もりびと会発行
代表　横山吉美
文責　山崎佳典

のりちゃん

こんにちは、朝日もりびと会です。

各地で猛暑日の更新と思えば、局所的な降雨により、災害級の雨が襲う地域もあり、どの地域でも想定したことがないようなことが起こっています。特に、「線状降水帯」の脅威は報道の通り、避難指示が出たときは、玄関のドアを開けたら目の前が一面水浸しだったという怖くて不安な体験をしたという投稿をラジオで聞きました。長期にわたる避難ではなく、その日一日を安全な場所で過ごすための備えも、しておく必要がありそうですね。

ASAHINO.MORIBITO
朝日もりびと会
インスタグラム

ーシリーズ第２回ー

「まずは避難！」という時、一日を過ごすためのバッグに何を入れておけばいいか？一緒に考えていきましょう♪

何をどうすればいいかわからない…という人がほとんど。
以下のステップで、一度荷物を作ってみましょう。

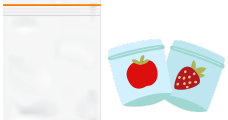
書き出す

あなたが毎日使っているもの、なくてはならないものは何でしょう？？
朝起きたときからの1日を想像して、普段使っているものを書き出します。

例）携帯電話、コンタクトレンズやメガネ、内服している薬、下着、衣服、化粧品、歯ブラシ、モバイルバッテリー、携帯食、流せるティッシュ、水分、携帯食、飴、…
自分だけで考えず、身の回りの人たちと話をしてみると、案外忘れているものもあるかもしれません。

ちょい足しの防災用品

準備しておくと便利な防災グッズをご紹介
携帯ラジオ、ライト、笛、応急処置セット、印鑑、手袋など



「ジップバック」ジップ付き保存袋は、防水効果があるうえ、小分けに便利なのでおススメです。

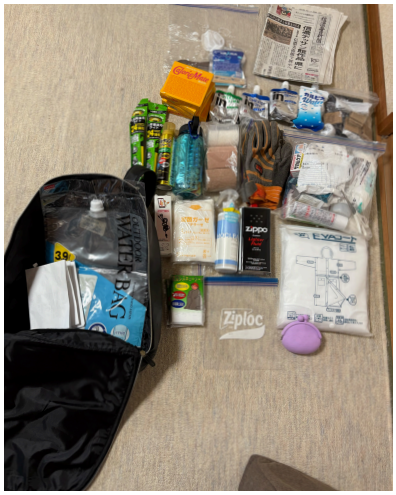
避難は普段の自由を制限されるものです。いつも食べているお気に入りの携帯食やおやつなどがあったら入れておくといいですね。食べ慣れたものを味わうだけでも安心感があります。

バック選び

自分に合った背負いタイプのバッグをえらびます。
走っても安定するものが目安です。ポケットがたくさんついているタイプは仕分けに便利です。
新しいものを購入する必要はありません！使い古し、家に眠っているものを活用しましょう。

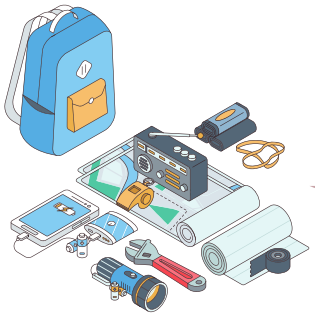
入れるものを選ぶ

入れるものの候補がたくさんになってしまっても、とりあえず用意し、バッグの周りに置いてみましょう。いろいろ厳選して必要なものを決定します。
画像はそれぞれ違う人のバッグの内容です。
家族で話をして、受け持つものを決めるのも良いと思いますが、基本的には自分が必要だと思うものを選びましょう。



それぞれ体格に見合った内容になるよう配慮されたバッグです。
避難したときにシェアできるものや、年代に応じて必要と思われるもの…
工夫して作られています。

- **40代父**
- **高校生男子**
- **中学生女子**



これらのバッグは、避難するときにすぐに持ち出せるお父さんの居室に置いているそうです。

どのバッグが誰の持ち物でしょう？
考えてみましょう。

おしえてのりちゃん！

問. ハチに刺されちゃった！
どうすればいい？

庭の植え込みの中や、軒下、今年は雨が少なくあらゆる場所に巣を作っている傾向が強いようです。
茂みがある場所の近くに行く時には長袖、長ズボン‥の着用と、黒い服は攻撃されやすいので注意しましょう。

答.

吸ったりつねっても毒は取りだせないよ！
症状が軽い場合…虫刺されの薬を塗って氷で冷やす
心配な時…病院で処置を受ける
＊めまい、呼吸異常があるときはすぐに119番！緊急対応が必要です。

蜂についての注意点はたくさんありますから、次号以降も紹介していきます！！

編集後記

今回の非常用バッグは、具体的に何を入れましょうという案内は敢えてしていません。避難する人がその時に必要だと思われるものは個々に違います。こういう機会に普段の生活を振り返って、自分や家族、生活に目を向けてみてください。そうすると自然に持つべきものが見えてくると思います。不要、必要はお近くの防災士でも相談にのりますよ。 M