シリーズ オッサンショウオと学ぶ食防災

第11回 備えない防災「フェーズフリー」…の巻





フリー とは…?

時期、状態、局面 なし、しばられない

「平常時」と「災害時」を分けず、いつも利用しているものや サービス、アイディアをもしもの時にも役立てるという考え方です。 ご意見・ ご感想は こちら^



これまでの防災

平常時



どこに しまった かいな?



どげして 使うだ?

せっかく備えていても 意味がない…

フェーズフリー

平常時



災害時

いつも 使っとるけん いつもどおり!



無駄がない!

慌てない!

例えば







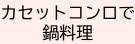
いつもの昼ごはんも 災害食に



ローリング ストック









停電時も暖房や 湯沸かしなど重宝





キャンプ等 アウトドアレジャー



日ごろの 近所づきあい



地域行事への参加が 炊き出しの訓練に



家への連絡に 公衆電話を使う



非常用電源になる EV, PHV



車内充電できる ACアダプター



懐中電灯に なる足下灯



充電式ランタン を読書灯に



井戸水の 利用

災害時 協力井戸 募集中

水質検査無料 (条件あり) 詳細は日南町 役場建設課

情報は命綱!信頼できる情報源を日頃から使い慣れておこう

🥝 中海テレビ放送

123ch

日野川の 水位が危険!





国野川上流の水位が上昇しています。 氾濫した水は上流側から地盤の低い下流



無料

おすすめアプリ



あんしん トリピーなび



- ・登録地域、ジャンルの防災情報を通知
- ・多言語対応 ・付近の河川や道路の状況のライブ画像

27カ所

NHK

ニュース防災



- ・ニュースや速報、天気予報、ハザードマップ、災害情報が確認できる
- ・テレビがない場所でもNHKのニュースが見れる ・信頼性

radiko





- ・スマホやパソコンでラジオが聴ける・・速報性、安心感
- ・バッテリーとデータ通信料の消費が動画配信より少ない

Yahoo!防災速報

- ・登録地域の防災情報を迅速に通知
- ・災害の種類に応じた多彩な情報で行動の判断をサポート
- ・緊急連絡先等を表示、タップで通報
- ・安否登録、安否確認が簡単
- ・家族構成に応じて備蓄品、持出品リストを表示



大雪、買い物が大変、突然のコロナ療養、料理が面倒・・・そんな時にも



飲料水 (1人1日3L)



いつもの食糧 (7日分)



カセットコンロ カセットボンベ (1人1週間 あたり約6本)

不足しがちな栄養が補える 「いつも」も「もしも」もおすすめな食品

冷凍えだまめ

自然解凍後 そのまま食べられる 冷凍食品



そのまま食べられる レトルトおかゆや 野菜スープ、 離乳食、介護食等





お家にあるこんな食べ物も 実は、備蓄食品です♪







八ム、ちくわなど

典:公益財団法人味の素ファンデーションメールマガジン 「『いつも』も『もしも』も助かる!どんなときも♪レシピvol.5」

鳥取県危機管理局HP「鳥取県の危機管理」(https://www.pref.tottori.lg.jp/toripynavi)(2023/2/13)鳥取県キャラクター「ぼうさいトリピー」,中海テレビ(https://www.sc-net.ne.jp)(2022/6/9),YAHOO! JAPAN防災速報HP(https://emg.yahoo.co.jp/)(2023/2/13) NHKニュース防災HP(https://www3.nhk.or.jp/news/news_bousai_app/index.html)(2023/2/13),ラジコHP(https://radiko.jp)(2023/2/13)

加熱しなくても

食べられる野菜