

## ふだんの備え

備え  
1

### 防災訓練

・防災訓練に参加し、身体防護、出火防止、初期消火、通報連絡、避難要領など防災行動力を身につけましょう。

備え  
2

### 周囲との話し合い

・災害発生時の火器の点検や、誰が何を持ち出すかなど役割分担を決めておきましょう。  
・避難場所や避難経路を確認しておきましょう。  
・家族間、会社社員同士での連絡方法、集合場所などを決めておきましょう。

備え  
3

### 住宅周りの安全点検

・窓のガタつき、雨どいや排水溝にゴミは詰まっていないか確認しておきましょう。  
・ブロックやコンクリートなどの塀や屋根の補修、補強しておきましょう。

備え  
4

### 家具などの転倒、落下防止

・避難に支障がないよう、家具の配置を確認しておきましょう。  
・家具などは転倒防止グッズなどで固定しておきましょう。

備え  
5

### ケガの防止対策

・落下物からの危険を避けるため、ヘルメットを準備しましょう。  
・スリッパやスニーカーなど、避難用シューズを準備しておきましょう。  
・懐中電灯をすぐ使えるように、電池切れがないか定期的に確認しておきましょう。  
・ガラス扉などにはガラス飛散防止対策をしておきましょう。

備え  
6

### 消火の備え・火災の防止対策

・消火器、消火用水を備えておきましょう。  
・普段使用しない電気器具はプラグをコンセントから抜き、たこ足配線はやめましょう。  
・感震ブレーカーなどの防災機器を設置しておきましょう。  
・住宅や会社の周りに燃えやすいものを置かないようにしましょう。  
・タバコの投げ捨てはやめましょう。  
・火気に燃えやすいものを近づけないようにしましょう。

## 各種防災用伝言サービス

### 災害用伝言ダイヤル 171

災害時に電話で安否が確認できる、音声伝言板サービス。  
30秒以内の伝言が最大20件登録できる。  
(固定電話、携帯電話・PHS等対応)

伝言を残す ☎ 171 + 1 + 自分の電話番号

伝言を聞く ☎ 171 + 2 + 相手の電話番号

※固定電話の場合は市外局番からダイヤル。

### 災害用伝言板 web171

100字以内の文字が登録できる。  
(パソコン・スマートフォン対応)

インターネット検索  web171

### 各社携帯災害用伝言板

各携帯電話会社が運営する、大規模災害用伝言板。  
災害時、携帯電話のインターネット接続メニューに  
表示され、利用者の安否情報登録・確認ができる。

#### インターネット検索

・NTTdocomo  
<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

・KDDI(au)  
<http://dengon.ezweb.ne.jp>

・SoftBank  
<http://dengon.softbank.ne.jp>

・Y!mobile  
<http://dengon.softbank.ne.jp>

サンワサプライ株式会社

ver.1.0

サンワダイレクト / 〒700-0825 岡山県岡山市北区田町1-10-1 TEL.086-223-5680 FAX.086-235-2381

CC/AB/HWDa/N

SANWA  
SUPPLY

200-BSR001

# 防災セット 取扱説明書 &防災マニュアル



## セット内容

※最初にご確認ください。

お使いになる前に、セット内容がすべて揃っているかご確認ください。  
足りないものがありましたら、お買い求めの販売店にご連絡ください。

①リュックサック…1個

### 照明

### 移動



②取扱説明書  
防災マニュアル  
(本書)  
…1部



③COB型  
LED2WAY  
懐中電灯  
…1台



④COB型  
LEDランタン  
…1台



⑤アルカリ  
単4乾電池  
※LED2WAY懐中電灯用  
…4本



⑥アルカリ  
単3乾電池  
※LEDランタン用  
…4本



⑦レインコート  
(ポンチョ)  
…1着

### 衛生用品



⑧携帯トイレセット  
…5セット



⑨絆創膏  
…1箱



⑩ポケットティッシュ  
…16個



⑪アルコール  
ウェットティッシュ  
…2個



⑫歯ブラシ  
(歯磨き粉付き)  
…6本



⑬立体空間マスク  
…8枚

### 寝具・防寒

### その他



⑭アルミ温熱シート  
…1枚



⑮折り畳みエコバッグ  
…1個



⑯携帯スリッパ  
…1足



⑰タオル  
…1枚



⑱くるくる梱包ラップ  
…1本



⑲エアベッド  
…1セット



⑳軍手  
…1組



㉑ウォータータンク  
(非常用水運搬袋 10L)  
…1枚

※使用方法は、  
各パッケージでご確認ください。

※本製品の詳しい機能や使い方などは、  
下記URLまたは二次元コードからご確認ください。

<https://direct.sanwa.co.jp/ItemPage/200-BSR001>



※欠品や破損があった場合は、  
品番(200-BSR001)と  
上記の番号(①～㉑)と  
名称(折り畳みエコバッグなど)  
をお知らせください。

この度は、防災セット「200-BSR001」(以下本製品)をお買い上げいただき誠にありがとうございます。  
ご使用前によくご覧ください。読み終わったあとこの取扱説明書は大切に保管してください。  
本取扱説明書の内容、デザイン及び仕様については改良のため予告なしに変更することがあります。  
本書に記載の社名及び製品名は各社の商標又は登録商標です。

サンワサプライ株式会社



# 防災マニュアル

被害を最小限にするためには、日頃から1人ひとりが災害に備え、「もしも」の時に落ち着いて行動できるようにしておくことが大切です。普段の備えや便利なサービスを確認しておきましょう。

## 防災準備物

防災セット(200-BSR001)以外に、下記のを準備しましょう。3日間は自足できるだけの準備が理想です。

### ■ 非常持ち出し品 ... 避難場所に背負って持っていく

<b>貴重品</b> <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 通帳 <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> はんこ <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 住民票 	<b>携帯ラジオ・バッテリー</b> <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー 	<b>非常食・飲料食</b> <input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> チョコなど糖類 <input type="checkbox"/> 缶詰 <input type="checkbox"/> アルファ化米 <input type="checkbox"/> 粉ミルク <input type="checkbox"/> 水 
<b>応急医薬品</b> <input type="checkbox"/> 消毒薬 <input type="checkbox"/> 各種薬 <input type="checkbox"/> 三角巾 <input type="checkbox"/> 常用している薬 	<b>生活用品</b> <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> ライター(マッチ) <input type="checkbox"/> ろうそく 	<b>衣類・靴</b> <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 上着 <input type="checkbox"/> 靴下 <input type="checkbox"/> 靴 

### ■ 家庭内持ち出し品 ... 3日以上(できれば1週間)の備蓄

<b>食品</b> <input type="checkbox"/> インスタントラーメン <input type="checkbox"/> チョコ <input type="checkbox"/> ドライフーズ <input type="checkbox"/> 切り餅 <input type="checkbox"/> レトルト食品 <input type="checkbox"/> 缶詰 <input type="checkbox"/> アルファ化米 <input type="checkbox"/> キャラメル 	<b>水</b> <input type="checkbox"/> 1人1日3リットル分の飲料水 <input type="checkbox"/> 生活水 <small>※風呂水を、次に入るまで残しておく習慣をつけると便利</small> 	<b>生活用品</b> <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> バケツ <input type="checkbox"/> からだ拭き <input type="checkbox"/> なべ <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 寝袋 <input type="checkbox"/> ラップ 
<b>衛生用品</b> <input type="checkbox"/> トイレトペーパー <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 生理用品 	<b>燃料・工具類</b> <input type="checkbox"/> カセットコンロ <input type="checkbox"/> ガスボンベ <input type="checkbox"/> 固形燃料 <input type="checkbox"/> 工具 	<b>便利品</b> <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 段ボール <input type="checkbox"/> 紐(梱包用) <input type="checkbox"/> 地図 

memo

---



---



---

## 災害時(地震)の行動

発生	<b>緊急地震速報</b> 火の始末と、避難経路を確保しましょう。
	<b>自分の身を守り、支給されたヘルメットをかぶる</b> デスク下などに入って、家具・建物の倒壊から身を守り、支給されたヘルメットで落下物から頭部を守りましょう。※あわてず、落ち着いて自分の身を守ること。
2分	<b>火の始末</b> 揺れが小さいうち(初期微動時)に火を始末し、火災など二次災害要因を防ぎましょう。
	<b>消火のチャンス</b> 1. 揺れを感じる間際    2. 本震がおさまった後    3. 出火した直後 <small>※揺れが大きい時(主要動時)の消火行動は、火傷や、もっと深刻な事態を引き起こす可能性があるため、まずは身の安全を優先すること。目前に火があり、消火器など有効な手段で簡単に消火できる場合に限り、小さい揺れのうちに火の始末をする。また、消火器は普段から備えておくこと。</small>
5分	<b>防災品(防災リュック式)を手近に用意</b>
	<b>情報収集・安全確保</b> 自宅・会社などの安全確認と、情報収集をしましょう。 ・ラジオなどで情報を確認。なるべく電話は使わないこと。 ・建物倒壊の恐れがあれば避難する。(ブロック塀やガラスに注意し、車は使わないこと) ・ガスの元栓を確認し、電気ブレーカーを切って出火防止。
10分	<b>避難判断</b>
	<b>避難行動</b> 近隣の火災情報・津波情報を正しく収集して、適正に避難しましょう。 ・自治体や消防、警察などから避難勧告や避難指示が出たら、従って行動する。 ・勧告や指示がなくても、身の危険を感じたら避難する。 ・避難は原則徒歩。車は渋滞の原因となり、消防・救急活動の支障となるため避ける。 ・避難はなるべく歩きやすい服装、靴で行い、携帯品は背負えるものにする。 ・指定避難場所も危険な場合があるため、日頃から広域避難場所をチェックすること。
15分	<b>安否確認・救援活動</b> 近隣の安否を確認し、状況に応じて消火・救援活動をしましょう。(あわせて消防署へ通報) ・災害時に支援施設として指定される、公共施設、コンビニ、ガソリンスタンドなども確認する。
	<b>安全が確保されるまで待機</b> 家に帰れない、ライフラインが使えない場合は、国の支援がくるまで備蓄でまかない、災害・被害情報を収集しましょう。
半日	
3日	