

# 水害時 在宅避難のための

# 備蓄品

葛飾区 災害要配慮者支援担当課

## 垂直避難

浸水しない階  
へ避難



●自宅等に垂直避難する場合は、浸水が長く続くことに備えて、日頃から備蓄品を準備しておきましょう。

※浸水継続時間に注意

自宅の安全が確認できる場合、

在宅避難（垂直避難）は有効な避難策のひとつです

## 備蓄品リスト

(目安) 最低でも 3 日分  
できれば 7 日分

地震の時  
にも  
使えます

### 水・食料

- 飲料水 (★)  
(1人1日3リットル分)
- 非常食 (★)

### 医療・衛生用品

- 常備薬・お薬手帳 (★)  

主治医や薬剤師と相談して  
内服薬も1~2週間分備蓄
- 簡易トイレ (★)
- 除菌シート・石鹼 (★)
- 生理用品 (★)
- 卓上コンロ・カセットボンベ
- 使い捨てビニール袋 (★)

### 道具類

- LED ライト (★)
- ゴミ袋 (★)
- 発電機
- モバイルバッテリー (★)
- 笛

### 衣類・生活用品

- 防寒着 (★)
- 下着 (★)
- ウエットティッシュ (★)
- タオル (★)
- 歯磨きセット (★)
- 厚手の靴下・靴

(★) は裏面の **非常時持出品** としても使えます。

「葛飾区在宅避難ガイド（水害版）」（令和6年4月）より抜粋

自宅以外の場所に避難する

ウラを見る

# 自宅以外の場所に避難する

## 水平避難

浸水しない地域  
へ避難



- 河川氾濫による水害の場合は、発生前に浸水しない地域へ避難することが基本となります。
- 避難の際は、自動車（マイカー）は使わず、公共交通や徒步で移動しましょう。

居住階が浸水する恐れがある

→自宅以外の安全な場所に避難することが必要



## 非常時持出品リスト

### 水・食料品

- 携行食

### 医療・衛生

- マスク・消毒液
- 化粧品
- 体温計

### 備蓄品リスト の

(★)に加えて用意

### 道具類

- 携帯ラジオ
- 電池
- エアマット  
(クッション)

### 衣類・生活用品

- レインコート

「葛飾区水害ハザードマップ解説編」より抜粋

## あると便利なものの

### 貴重品

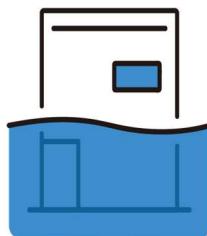
- 現金・小銭
- 車や家の予備鍵
- 銀行口座番号・保険契約番号
- マイナ保険証・母子健康手帳
- 身分証明書
- 緊急連絡先・家族写真

## 避難の考え方

### 【水害】

#### <在宅避難>

- ・戸建住宅の2階以上に住んでいる。
- ・  
〃 移動できる。
- ・集合住宅の2階以上に住んでいる。



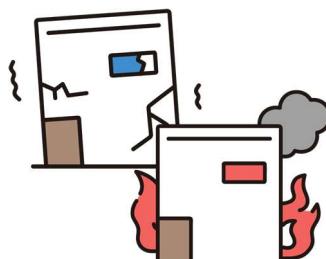
#### <自宅以外に避難>

- ・平屋に住んでいる。
- ・戸建住宅の2階以上に移動できない。
- ・集合住宅の1階に住んでいる。

### 【震災】

#### <在宅避難>

- ・自宅に倒壊（損壊）などがない  
生活が続けられる。
- ・近所で火災がない。



#### <自宅以外に避難>

- ・自宅が焼失、倒壊（損壊）し、  
生活できない。
- ・近所で火災がある。