



防サイまもるくん

もしもの災害に備え…

一人ひとりが家庭内での備蓄を
心がけよう！

最低でも3日分！



非常用持出袋



一人当たり3日分の食料と水



- 3日分の非常食と飲料水はこのくらいだよ。
- 飲料水は1日3ℓを目安に備蓄しよう。(500mlボトルだと18本、2ℓボトルだと4.5本だよ)



幼児や高齢者にはおかゆなどのやわらかいものもいいよ。



食物アレルギー対応の特定原材料を使用しない非常食もあるよ。



賞味期限が近づいたら、日常の食事で消費して、買い足そう。

