できる！続ける！

水の備蓄・防災アイデア

防災と聞いて「億劫で後回しになっている」「続かない…」という方いませんか？
そんなあなたに、気軽に始められて続けられる防災アイデアをご紹介します。

ローリングストックで ぐるぐる汲み置き

水道水の備蓄にローリングストックの考え方を取り入れると、ぐっと気軽に水の汲み置きが始められます。
水道水をペットボトルに入れ、料理などに使いながら、冷蔵庫で保存します。1本が空になったら水道水を補充して使用するのをくり返します。
例えば、ペットボトル2リットル×3本で汲み置きすると、常に4リットル(2本分)以上の備蓄が出来ますね。

ローリングストックとは？

日常使う食材や非常食などを消費しながら備蓄する方法です。消費と補充を繰り返しながら備えるので消費期限が短いものも非常食として扱えます。

水の汲み置きのポイント

- 清潔でフタのできる容器を使う。
- 出来るだけ空気に触れないように口元いっぱいまで水を入れる。
- 水道水を使う。(沸かした水や浄水器を通した水は、塩素が除去され保存に不向き)
- 直射日光を避け常温で約3日、冷蔵庫で約1週間保存可能。
- 水を使用する時は、直接口をつけずに使う。

※1日にひとりあたり3リットル、3日分が飲料水の備蓄量の目安です。

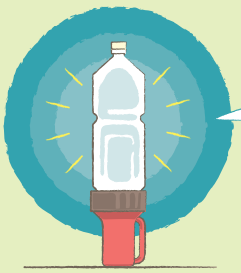
多めの氷で備蓄

意外と忘れがちですが、氷を溶かせば飲み水として利用できます。普段からいざという時のストックとして多めに作っておきましょう。

お風呂のお湯は、トイレや消火など生活用水として使えるので、少しだけでも残しておくと安心です。

お手軽防災グッズ

〈ペットボトルランタン〉



水の入ったペットボトル
＋
懐中電灯

〈折り紙コップ〉

使うときはビニール袋をかぶせて