

# 事業所防災リーダー通信 vol.33

事業所防災リーダーに向けて、防災知識や防災に関するお知らせ等を定期的に発信します。

事業所防災リーダーへのご登録、ありがとうございました！  
東京都防災リーダー事務局からのお知らせです。  
本メールは、事業所防災リーダーとして登録された際のメールアドレスにお送りしています。

## <<事業所防災リーダー必携③③>>

### ◆個人で職場に備えておくといよいもの

東京都帰宅困難者対策条例では、大規模災害に備えて、事業所は事業所内で待機するにあたり、3日分の飲料水や食糧、**その他災害時における必要な防災用品**を備蓄するよう努めなければならないとされています。

ただし、事業所で用意する備蓄以外で必要だと感じるものは個人個人で違ってきます。

「**私にはこれが必要**」というものは個人でも準備しておきましょう。社員・職員の方に、一例としてご紹介してみてもいいでしょうか。

### 【災害時の個人的な常備品の例】

#### ◆備蓄の準備

- マウスウォッシュ、歯磨きセット：マウスウォッシュは水が使えないときに便利
- 汗拭きシート：身体を清潔に保ちます。ウェットティッシュでも代用できます
- スニーカー、靴下：靴ずれなどを気にせず行動できます、とくに普段パンプスで出勤される女性には必須
- モバイルバッテリー：スマホでの情報収集や、スマホをライトとして使うためにも役立ちます
- 上着：常備しやすいコンパクトに収納できるタイプがおすすめ
- ストール、ひざかけ：防寒対策に、毛布などの代わりにも使えます

※その他、コンタクトの洗浄液、常備薬、生理用品など、必要に応じて備えておくといよいでしょう。また、外出の多い方は机の中などではなく、普段からカバンの中に入れておくともしもの時の安心につながります。

