

停電に備えましょう！

地震や大雪など様々な自然災害によって停電が発生する可能性があります。平成30年に発生した胆振東部地震では北海道全域で停電（ブラックアウト）が起き、電気がないことの不便さを実感した方も多いのではないのでしょうか。

いつ・どこで発生するかわからない停電への備えとしてご家庭にあると便利なものをご紹介します。

■ 災害情報取得のために

普段私たちが情報を取得する際に活用しているテレビやスマートフォンなどは停電によって使用できなくなる恐れがあります。

停電発生時、災害情報を入手する際に役立つもの

- 携帯ラジオ（電池式・手回し式）
- モバイルバッテリー（スマートフォン等の充電に活用）



災害時適切な避難行動をとるためにも、電気がなくても使える情報取得手段を準備しておきましょう！

■ 停電の長期化に備えて

災害の状況によっては停電の復旧までに長期間を要する場合があります。災害時の慣れない状況でのストレスを緩和するためにも、なるべく日常と近い状況で生活できるよう備えておくことも大切です。

長期間の停電に備えておくの良いもの

- 懐中電灯（災害時すぐに使用できる場所に保管しておく）
- 飲食物（災害用備蓄食の他、普段食べているものを多めに買う）
- カセットコンロ・カセットボンベ
- カイロ・冷却パック



上記に記載したものはあくまで一例です。

上記の他にも、ご家庭で必要なものを事前に備えておくことが大切です。

電気を使わず1日生活してみるなど、電気がない生活を経験してみることも停電時の対策として有効です。