

明かりの確保・ 停電に備える

〈普段の対策〉

◆明かりの確保

懐中電灯の用意：できるだけ、各部屋に置きま
しょう

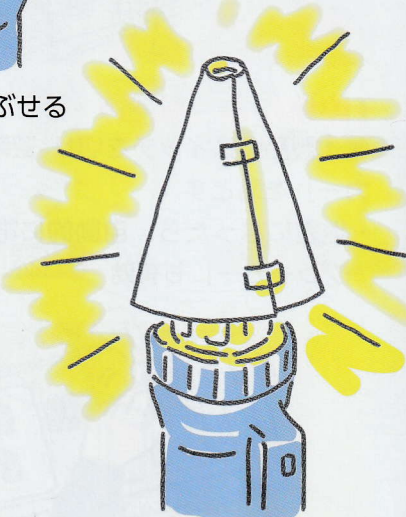
- ・懐中電灯に「蓄光テープ」を貼っておくと、暗闇
でも置いてある場所がすぐわかる
- ・寝室ではすぐ手に取れるように枕元に置く
袋などに一緒に「スリッパ」も入れておくと、
ガラスなどが散乱している場所から避難する時
に安心
- ・予備の乾電池（東京都推奨1週間分）を準備して
おく（東京都「東京備蓄ナビ HP」参照）

懐中電灯の明かりをもっと明るくする工夫

①ペットボトルの使用



②レジ袋をかぶせる



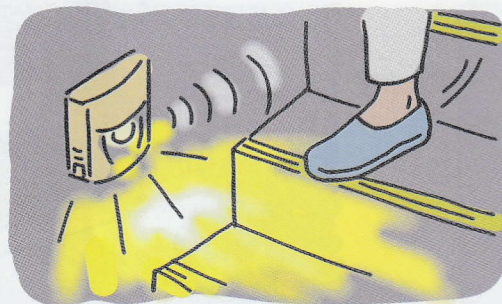
③白い紙を三角すいにしてかぶせる

停電がおきると、ほとんどの家電製品が使えなくなります。

夜間の場合は照明がつかず真っ暗！また、テレビなどから情報を入
手することも困難になり、固定電話での通信も不可能になって
しまいます。その上、スマートフォンなどの充電ができなくなり、
情報入手や通信ができなくなります。

階段の足元灯：暗くなると点灯する充電式明かりの
設置

設置が難しい場合は、階段に「蓄光
テープ」を貼るのも効果的

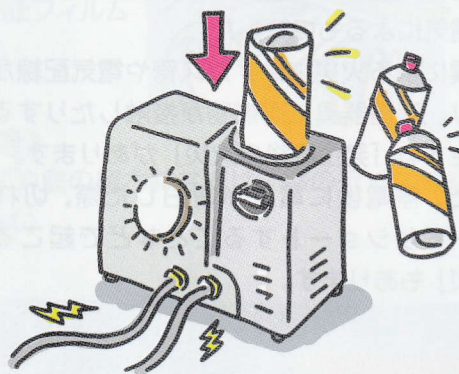


太陽光を利用した器具：ソーラーライトの明かり
なども利用可能

◆電源の確保

モバイルバッテリー・ポータブル電源：スマート
フォンの電源確保のため「モバイルバッテリー」
や乾電池で使える「充電器」「ポータブル電源」
を用意

発電機：カセットボンベで動く発電機がある



◆情報の確保

ラジオ：電池式や、手回し式のものを用意

スマートフォン：災害情報や安否確認のため

