



大雪・豪雪への備え

事前の対策・行動



2023.02 (Ver.01)

冬の停電・低温による凍結への備え



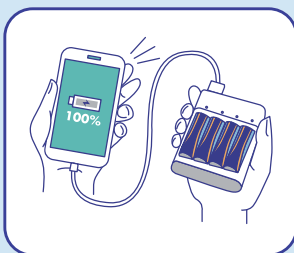
電気がなくても、暖をとれる準備を

暖房器具が使えなくなるため、石油ストーブや防寒着・カイロ・湯たんぽなどを備える。太い血管がある場所を温めるのがコツ。



食料・飲料水など最低でも3~7日分を備蓄する

外出しないで済むように、食料・飲料水の備蓄を。停電の長期化に備え、カセットコンロ・予備のボンベも用意を。



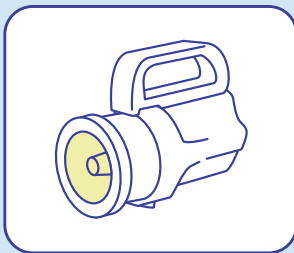
最新情報を確保できるよう、ラジオの準備やスマートフォンの充電を

テレビ・電話などの情報通信機器の不通に備えて、情報収集の手段は複数用意するのが安心。ラジオは事前にエリア周波数を確認し、スマホはモバイルバッテリーも用意を。

— Point —

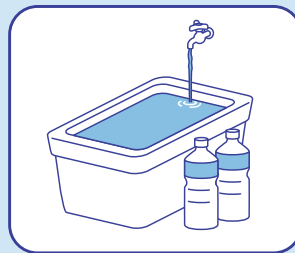
寒冷地では充電電池もおすすめ

エネループは-20℃の低温でも使用できます。事前に充電しておきましょう。



部屋を照らすライト・ランタンなどのあかりを複数灯用意する

雪雲が空を覆い普段よりも部屋が薄暗くなるため、昼間からあかりが必要なことも。



水道管凍結に備え少しずつ水を出しておく。生活用水も確保

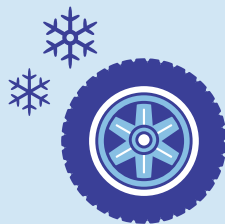
給湯器の電源を切り、浴槽やキッチンなどの蛇口から4mmほど水を出しておく。またトイレや洗濯などに使えるよう、浴槽やペットボトルなどに生活用水を確保。

自動車の備え

事前に済ませておくこと

積雪路・凍結路用タイヤに交換する

ノーマルタイヤでの、雪道や凍結した道路の走行は極めて危険。



燃料と携帯・スマートフォンの充電を満タンに

立ち往生した場合に必要な暖がとれるよう、燃料は満タンに。通信機器の充電も忘れずに。





大雪・豪雪への備え

事前の対策・行動



もしもの備え
パナソニックの電池防災グッズ

2023.02 (Ver.01)

自動車の備え

車内に積んでおくもの

目安 | 1~2日分

防寒対策

防寒着



手袋

毛布

アルミシート

カイロ

豪雪対策

長靴

雪かき用スコップ

スノーブラシ

ブースターケーブル

タイヤチェーン



必需品

懐中電灯・ランタン

モバイルバッテリー

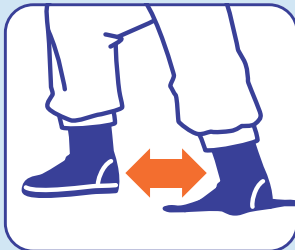
携帯トイレ

非常食



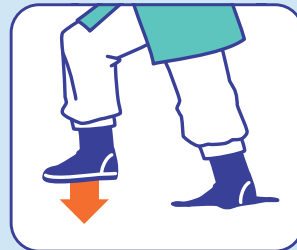
雪道の注意点

歩き方



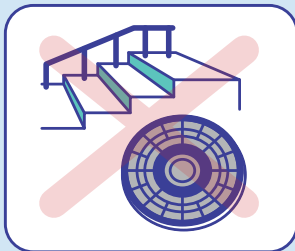
歩幅は小さく

歩幅が大きいと体の揺れが大きくなり、転倒しやすくなる。



靴の裏全体をつけて歩く

地面に垂直に足を踏み出し、やや前傾姿勢に。足の裏全体を路面につけて歩く。



すべりやすい場所を避けて歩く

坂や段差、タイル・白線・マンホールはすべりやすいので、歩かない。



両手をあげる

急な動きに対応できるように、ポケットに手をいれない。

服装

撥水性や防水性のある長靴か底の滑りにくい靴 (足にぴったりと合うサイズ)

万が一の転倒に備え、厚手の防寒着・手袋や帽子

