

いざという時のために！

エコな暮らしと災害への備え

撮影年月日 平成30年7月9日
国道423号 法貴峠

桂川（保津川）

近年、今までにない猛暑や大雨による被害が増えてきました。

亀岡市環境基本計画推進会議では、地球温暖化を身近な問題として捉え、「我が家では何ができるのか？」「私には、どんなことができるのか？」という一人ひとりの視点から取り組みを一緒に考えていきたいと考えています。

シリーズ第1弾となる今回は、“エコな暮らしと災害への備え”がテーマです。エコな暮らしから防災につながる取り組みを裏面のチェックリストで確認してみましょう！

エコな暮らしと災害への備えとは？

普段から
エコな暮らし
を実践



- ・地球温暖化防止に貢献できる
- ・節約ができる

エコな暮らしをすることで、もしもの時に役立つヒントが見つかるかもしれません
(例)

- ・非常用水の確保
- ・非常時の食べ物の確保
- ・多様な情報収集など

突然大きな
災害が
起こったら



エコな暮らしと災害への備え 6 のチェックリスト

エコな暮らしと災害への備えにもつながる取り組みをチェック表にしました。あてはまるところに○をつけてみてください。ちょっとした工夫が“もしものとき”に活用できるかもしれません。

さらに、詳しく知りたい項目は、下の豆知識を参考にしてみてください。

	取 組 内 容	やって いる	今後 やって みよう	実施は 難しい
1	雨水タンクなどを準備しておき、庭木の水やりなどに使用する。(豆知識①)			
2	マイボトルを持ち歩く。(豆知識②)			
3	最低3日分の非常食を用意して、月に1回「非常食を食べる日」を設けて、賞味期限の近いものから消費して、食べた分を補充する。(豆知識③)			
4	ソーラー充電器でスマートフォンや携帯電話などの充電を行う。(豆知識④)			
5	ツル性植物による「みどりのカーテン」で暑さを和らげる。(豆知識⑤)			
6	たまにはテレビを消して、ラジオを活用する。(豆知識⑥)			

豆知識

① 雨水タンクってな～に？

雨水タンクとは、屋根などに降った雨水を貯留する設備のことです。貯めた雨水は、家庭菜園、ガーデニングなどで節約に◎
150Lの雨水タンクであれば、バケツ約15杯分相当です。



もしものときは

非常用の生活用水として、汚れた家庭道具を洗うなどの活用方法があります。また、河川の急激な増水を抑えることにより、浸水被害の軽減につながります。

② マイボトルを持ち歩く

ペットボトルなどの飲料を買うのに比べて、飲み物代の節約になります。また、マイボトルを持参すると、ドリンク代が割引されるお店も増えています。



もしものときは

マイボトルがあれば、飲料水を入れることができます。また、魔法瓶なら暑いときには、冷たい飲み物、寒いときには温かい飲み物が飲めます。

③ 無駄なく備えて一石二鳥

非常食は、最低3日～1週間分があると安心です。無駄なく非常食を備蓄する方法として、「ローリングストック法※¹」を実践してみましょう。

※1 日常生活で、消費した分を買い足す方法。



もしものときは

「ローリングストック法」の実践により、備蓄品の鮮度を保ち、日常生活に近い食生活を送ることができます。また、電気が使えないときは、クーラーボックスを使って食べ物を保存しましょう。

④ あったら便利！ソーラー充電器

ソーラー充電器は、太陽光で発電した電気によりスマートフォンや携帯電話を充電できるアイテムです。旅行やキャンプ、登山などアウトドアのときにオススメ☞

もしものときは

停電しても充電することができるので、スマートフォンなどを使用できます。

⑤ みどりのカーテンで美味しい〇〇〇を…！

「みどりのカーテン」で夏の強い日差しを和らげ、あつ～い夏を少しでも快適に過ごしましょう！



もしものときは

「みどりのカーテン」で育てたゴーヤなども大切な食料になります。

⑥ 意外とラジオが役立ちます！

もしものときは

情報収集をするための手段は多い方がよいといえます。



停電時には、電池式や手回しなどのタイプのラジオなら、必要な情報を得るのに有効です。ラジオの電池が切れていないか確認しておきましょう。

あくまでも一例です。無理せず実践できることは取り組んでみてください。