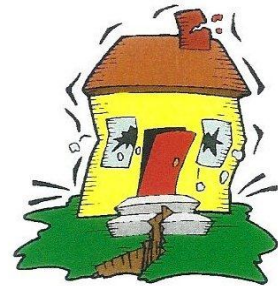


自主防災会

そなえあればうれいなし

人が生きて行く為には、水と食料はかかせない
ものです。いざという時の安心のため、日頃より
これだけは揃えておきましょう。

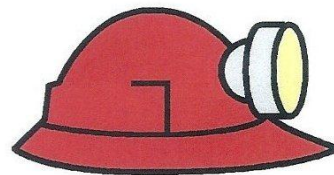


水1日3ℓ 食事1日3回(2食お米、1食麺類)
とした場合の3日分の分量目安

	1人家族	2人家族	3人家族	4人家族
水(本)	大3 小6	大6 小12	大9 小18	大12 小24
米(レトルト)	6食	12食	18食	24食
カップラーメン	3個	6個	9個	12個
梅干	小	小	中	中
缶詰(肉・魚)	3個	6個	9個	12個
塩	少々	少々	少々	少々
氷砂糖	適量	適量	適量	適量

水大(2,000cc) 小(500cc)

*お風呂の水は捨てないで下さい。災害時生活用水になります。



給水・給食班

