

できれば7日分備蓄しよう

非常食の備蓄って
3日あれば
いいんだっけ？

最近は7日分が
推奨されるように
なりました

(週間分です)

とくに
高層マンションに
住んでる人は
多めに備えて
おきましょう

食料や水を持って
階段を上るのは
とても大変です

あとはアレルギーなどで
特別食が必要な人も
自分で多めに・・・

そう！
ペットの水と
食べ物も
配給はないので
飼い主が用意
してあげて
下さいね

ペットも？