

うらら訪問看護ステーション防災レターVol.9

「フェーズフリー」という言葉を聞いたことがありますか？

フェーズフリーとは、近年注目されている防災方法で備えない防災とも言われています。
日常・災害時と区別するのではなく、日常で使うものを災害時にも役立てる
ように工夫をしましょうという考え方です。

以前お配りした、防災レターVol.3でご紹介したローリングストック法がその代表例になります。

では、日ごろからフェーズフリーを意識することで一体どのようなメリットがあるのでしょうか！

- 1、日ごろからある物を災害時にもそのまま使える為、保管スペースを省くことが出来る！！
- 2、ローリングストック法の様に、日常生活の中で使うものを常に切らさずにストックしておく事で、いざという時にすぐに使えるため安心！！
- 3、災害用物品として備えるためだけに買う必要がなくなるため経済的！！



いつ起こるか予測の出来ない災害に対して、

日ごろから関心を持って行動することが非常時の安心につながります。

フェーズフリー商品をいくつか紹介させていただきます。



日常ではクッションとして
使用し、災害時には
寝袋に！！



普段はバックとして！！
災害時にはバケツ
として使用可能に！！



モバイルバッテリー(エレコム)

平時は携帯電話等の充電の為のモバイルバッテリーですが、非常時にはLED電気として活躍!!



ドライバッグ

平時には、銭湯や温泉、プールなどの濡れた物を入れるバッグとして活用し、非常時にはバケツとして使用可能!!

防災レター-Vol.8で紹介した、



ライトの光分散機能としても使用できる優れたものです。