



災害を忘れない「防災チェックリスト」

このチェックリストでは、「確認事項」と「持ちモノ」の観点でのチェックを用意しました。まずは本誌を読み始める前にチェックを。そうして、読み終わってからもう一度チェックしてみてください。基本チェック項目に、それぞれの家族の事情も考慮して、オリジナルのチェックリストに仕上げて下さい。

◎確認事項・チェック

- 避難場所（一次・二次避難所・広域避難場所）～地震・津波・水害・土砂災害、大規模火災、噴火災害等の危険から避難する場所
- 避難所～家屋の損壊・災害の長期化で、一時的に避難生活を送る場所
- 避難経路～自宅から避難場所まで（複数の経路を）
- 集合場所～家族がバラバラに避難しなければならない場合に落ち合う場所
- 安否確認方法～災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板サービス・SNS等、複数の連絡手段の共有
- 帰宅経路～職場から自宅へ（歩きやすい靴の準備）
- 情報収集方法～正確・客観的情報を得る方法・アプリの入手

我が家の事情～乳幼児・高齢者・障害者等、災害弱者への対応

◎持ちモノ・チェック

◎常時携帯～自宅以外の場所での被災を想定した最小限の防災アイテム

- 小型携帯ライト～常時携帯できる小型のライト
- ホイッスル～ケガや閉じ込め時に助けを呼ぶ
- 防水紙&ペン～伝言を残したりや連絡先等をメモ
- バンダナ～マスクや三角巾など用途多様

◎第1次～緊急避難を要する時に最小限必要とするモノ（目安：男性15kg・女性10kg）

- 携帯電話・スマホ（※充電器・充電バッテリー）～連絡手段の確保
- 携帯ラジオ（※予備電池）～正確・客観的情報を得る必須アイテム
- ヘッドランプ・電灯（※予備電池）～安全な避難のために
- 救急用品～絆創膏・包帯・ガーゼ・消毒薬・傷薬・風邪薬・鎮痛薬・胃腸薬・持病の常備薬など
- 飲料水・非常食～1人3ℓの飲料水、調理・加熱を必要としない食べ物
- 貴重品～現金（1000円程度の小銭を含む）・カード
- その他～着替え・ヘルメット・タオル・ロープ・ビニールシート・ウェットティッシュなど

◎第2次～災害復旧まで数日間の自活や避難生活を想定

- 飲料水・食料～3～5日間を想定。浄水器・簡単な調理で食べられるモノ
- 簡易調理器具・食器～必要最低限の自活に耐える
- 寝袋・マットレス～睡眠を確保する
- 衣類～アウター・上着・下着
- 生活用品～火器・燃料・着火剤、マルチツール、ランタン、タープ、簡易トイレ、ウェットティッシュ、防水用品、ポリ袋、手袋、文房具、ソーイングセットなど

我が家の事情～災害弱者への対応、服用中の医薬品、女性衛生用品…等

防災傑作モノ
[最新版] EMERGENCY GOODS CATALOG

4-5
編集部厳選による **MONO EMERGENCY MINIMUM 防災キット** 誌上限定通販!! **KIT**

54-59
BC兵器、パンデミック……
特殊災害
に対応する
防護装備

23-44
防災補完計画

- アウトドアショップ **A&F**
- ライフスタイルショップ **無印良品**
- ミリタリーショップ **中田商店**
- 100円ショップ **ダイソー**
- 防災用品専門店 **SEI SHOP**
- インターネットショップ **Amazon**

11-22
モノ
ハードスぺックこそがキモ!!

60-67
車中泊と小屋と
シェルター化計画

45-53, 70-73
Bousai Item Pick Up!!
命をつなぎとめる防災用品

モノ
ハードスぺックこそがキモ!!
凄
防災用品

74-79
全部買えます!! 使える防災用品 **mono shop** カタログ

80
問い合わせ一覧



蓄光

反射

蓄光パッチ

mono × 日本緑十字社
特製パッチ「キラキラ」

1つで2役！安全標識の老舗メーカー・日本緑十字社の高輝度蓄光反射テープを、本誌がキットのためにベルクロ仕様カスタムした限定パッチ。中央のラインはライトでキラッと反射、両サイドのラインは暗闇で長時間高輝度で発光する。このパッチをポーチのベルクロスペースに貼っておけば、暗闇でも瞬時にポーチがどこにあるか見つけられる。サイズ：W5×H10cm

LOGOS IIIエマージェンシーゴールド

50gの超軽量、超コンパクトで保温性の高いエマージェンシーシート。ゴールド面は外からの熱を吸収、裏のシルバー面はアルミ膜による輻射熱で、体熱の90%以上を反射させて体温を保持、防水性にも優れ、数物や雨水を集めるなど多用途に使える。展開サイズ：W220×H140cm/収納サイズ：W12×H9×D2cm/素材：ポリエステルフィルム

エマージェンシーシート



マルチツール SOL フェニックス

LEDライト、ホイッスル、ナイフ、ファイヤースターターと着火用テンドー、ドライバー、ノコギリ、六角レンチなど、いざという時に役立つ8機能を搭載したコンパクトサイズのマルチツール。LEDライトの明るさは9ルーメン、High、Low、点滅の3モード搭載。サイズ：W10.5×H3.3×D3cm



側面は握りやすいグリップが、背面には携帯に便利なクリップ付き。

携帯トイレ

多摩川クラフト 携帯QQトイレ

レスキューの最前線、自衛隊をオマージュした極小サイズの携帯トイレ。常に携帯すれば外で災害に遭った際にトイレで困る心配はない。自立して使いやすく、使用後は凝固剤で固形化し、20まで処理でき、Wジップ仕様で臭いや漏れもなく、あとの処理も楽だ。収納サイズ：W8×H12×D1.5cm/内容：本体、ティッシュ、凝固剤ジェル



隠れて用を足すシチュエーションでも目立たないカモフラデザイン。



LEDライト



ホイッスル

[キット内容]



ナイフ

ノコギリ

マイナスドライバー

六角レンチ

ソーイングキット

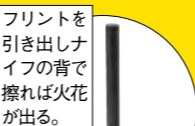
mono謹製 ソーイングキット

混乱した災害現場で小さな子どもやお年寄りが迷子にならぬよう、名前や連絡先を書いた布を縫い付けるなど様々な用途で役立つ。同梱のハサミは爪のカットにも使えるキレの良さ、80cmに切り揃えられた糸30色(全128本)入り。缶サイズ：直径7×H1.6cm



ID+ボールペン A&F IDボールペン

身元確認や緊急時に役立つ、IDカード入りの防水カプセル型ボールペン。あらかじめリングに紐を通しておけば、緊急時に首からぶら下げて必要な時にすぐに使えて便利。サイズ：直径8×8.8mm(収納時)、直径8×11.0mm(使用時)/素材：アルミ合金/油性0.7mm



フリントを引き出しナイフの背で擦れば火花が出る。



ファイヤースターター



着火用ティンダー (2本)

編集部厳選による 防災キット 誌上限定通販!!

日常を瞬にして奪う災害。災害が起こった時に、どう行動し命を守るか。その時のために今できることは、「備える」の一言に尽きるのではないだろうか。家で、職場で、学校で…置き型の防災キットはもちろんだが、常時携帯型こそ防災対策の基。そこで編集部では災害時にすぐに役立つギア10点を厳選した本誌オリジナルの防災キットを製作。どのギアもメーカーの試行錯誤と多大な努力で開発された傑作ギアだけに、信頼して命を預けることができる。ユニセックスで持てるようデザインにも配慮。さらに高くなりすぎないよう価格にも配慮した。総額2万1600円のところ、数量限定特別価格でお届けする。

MONO EMERGENCY MINIMUM KIT

特別
価格 1万6000円

©モノショップ



5

耐水メモ

HI MOJIMOJI TAGGED LIFE GEAR

濡れても洗っても破けないクリーニングのタグを応用して作られた耐水紙メモ。片手で握りやすい適度な厚みと、くびれたシルエットが特徴的。カラビナやロープを通すリング穴付きで、ポーチの外にぶら下げて持っても違和感がないよう、ポーチのストラップと同色のオレンジカラーをセレクトした。サイズ：W67×H112×D12mm/ミシン目入り5mm方眼紙/100枚

ブッシュクラフト シールド付き防災マスク

火災が発生した時に、濡れたタオルで口元を押さえながら避難すると片手が塞がってしまう。こちらは付属の水で濡らして使用する防災用濡れマスク。吸気温度を下げ熱気の吸い込みによる熱傷を防ぐと同時に、目を覆う耐熱性の高いシールドが煙や粉塵の侵入を防いで視界も確保。目と呼吸の両方を守りながら、両手を空けて避難できる。サイズ：フリー/1セット入り

防災マスク



4

バッグ

ミステリーランチ BOP (チャコール)

米国特殊部隊の採用実績を持つバックパックブランド「ミステリーランチ」の3WAYポーチ。中に入っているモノを素早く取り出せるよう工夫された設計で、見た目以上の収納力を持つ。今回のキット全部入れても他のギアを入れる余裕もあるぞ。素材は堅牢で耐久性に優れた500Dコーデュロナイロンを採用。付属のストラップでショルダー、ベルトループに通せばウエストポーチとして使える。サイズ：約W9×H16×D6cm



モノ 凄い 防災用品

ココがモノ凄い!!

- ◎ソーラー充電で電池不要、繰り返し使える!!
- ◎水に浮かせて使用できる高い防水性能!!
- ◎直射日光で約8時間で満充電!!
- ◎満充電で最大7時間連続点灯!!
- ◎ソーラー充電の寿命は約3000回!!
- ◎SOSモード含む赤・白LED2色、全4種の点灯モード搭載!!
- ◎空気を入れて使用するインフレーター仕様!!
- ◎重量約75gと超軽量!!
- ◎ストラップ付で吊るしランタン、懐中電灯として使用可!!
- ◎φ10.5×D10.5cm、収納時はD2.5cmとスリム!!



見かけによらず頼もしい 高機能LEDソーラーランタン!!

◎モノシヨップ



MPOWERD EMRG

ソーラーパネル部分の赤いボタンで、白色Lowモード、白色Highモード、白色点滅モード、赤色点滅S.O.Sモードの順で切り替わる。操作ボタンは1つなので、子どもからお年寄りまで簡単に操作できる。価格2484円

ビーボールのように空気を入れて使用する……。これだけ読むと、まさかランタンの話だとは思わないだろう。アメリカの「エムパワード」のインフレーター・ソーラーランタンは、電池交換不要。注入口から空気を入れると、半透明で柔らかなシートが円筒状に膨らみ、灯りを広範囲にやさしく照らすことができる。不使用時は空気を抜いて立たなく潰せば厚みは2.5cmと高張らない。空気を利用するインフレーターバル化によって、軽さと携帯性を追及・実現したカタチなのだ。アウトドアや日常生計はもちろん、災害時にも威力を発揮する頼れるアイテムなのだ。そんなエムパワードの中で防災用品としてラインナップされているのが「エマーシ」だ。シリウス史上最軽量、バッテリー寿命は約3000回繰り返し使えるのが特徴。白色LED3個に加え、赤色LED1個を搭載。非常時や救助を求めるときに役立つSOSのモールス信号もプログラムされている。また、完全防水なので、雨天使用はもちろん、水に浮かべての使用も可能だ。停電ともなれば台所・トイレ、リビング、家族それぞれ移動用など、灯りはいくつも必要になる。防災備蓄で直面する収納問題を菜々クリアするエマーシは、省スペースで高機能、防災ランタンの揺るがぬ定番なのだ。

ココがモノ凄い!!

- ◎ショルダーテープで運搬者をサポート!!
- ◎優しく体を包み込むハンモックタイプ!!
- ◎コンパクトに収納・保管!!
- ◎座姿勢のまま移動も(おすわり担架)!!
- ◎素材から縫製まで安心の日本製!!



狭い場所でも動きやすい、機動性の高い担架!!

◎聖林公司

マシヨンで地震→車椅子の親と避難→エレベーター停止→困った! 運良く担架を調達できたとする。隣人の手も借り担架で非常階段へ→急階段で担架が傾く→担架を持つ腕も腰もギンギン→階段の踊り場で旋回→担架の棒が引っかかり立ち往生→どうする? このシチュエーションで「ショルダー付布担架」の凄さを説明しよう。まずは使用時。普通の棒状担架は平面状態で運ぶため、

急階段では上下に大きく傾き危険が伴う。狭い空間では棒の長さが邪魔になり使えない場合もある。丈夫な帆布がハンモックのように形状を変え、ショルダー付布担架は、運搬者同士の立位置や間隔を調整することで、急階段でも傾きを軽減し、狭い空間も通過できる。同時に棒状担架では運搬者の腕や腰にかかる大きな負担を、ショルダーテープを使い体幹全体で受け止める事で軽減させる。そし

て自身としてはいけないのが、この想定のように「運良く担架が調達できる」とはならないという点。災害弱者⇨移動弱者(病氣・ケガ・高齢・等々)が身近にいるなら、「予め準備しておかなければ担架は調達できない」のである。専用袋にコンパクトに収納。保管できるから、保管スペースを気にする必要もない。イスに座った姿勢で運べる「おすわり担架」もある。耐荷重は共に100kg。



聖林公司 ショルダー付布担架(左)、おすわり担架(右)

運搬者の負担を軽減するショルダーテープ仕様で、棒状担架が使いにくい急階段や狭い空間での使用にも便利。普段は専用バッグにコンパクト収納し保管。ショルダー付布担架:幅約72cm(タック展開92cm)×長さ140cm(タック展開160cm)※長さ160cmのロングタイプもあり。おすわり担架:幅約72cm(タック展開92cm)×長さ71cm(タック展開108cm)。価格各1万800円

[水と食事を確保する]



固形燃料カップ入

イモノコンロに適した固形燃料。25gが3個入り。気候などの条件によるが、1個の燃料で約20分燃焼するので、カップ1杯程度の水が沸かせる。日本製。

イモノコンロ

300円商品。鋳物製のコンロ。固形燃料を使うのに適している。約11cm。重さが約520gでやや重い。その分頑丈だ。写真に写っている固形燃料は別売り。



アルミ製鍋

150円商品。直火専用アルミ製鍋。約18cm。ダイソーでは、他にもフライパンや両手鍋などが300円以下で買える。どんな食品を扱うか想定して選ぶといいだろう。



缶詰、カップ麺、レトルト食品なども充実。備蓄用にチェックしたい。



CR対応着火ライター CRTーチマン

使い切りタイプの着火用ライター。チャイルドレジスタンス対応でカバーが重くなっている。生産物賠償責任保険付きなので安心して使える。日本製。



シャトルカセットボンベ

カセットコンロがあるなら一緒に常備しておきたい。カセットボンベ。250g。保管は、高温を避け、サビなどで腐食しないように気をつける。

着火剤 ジェルタイプ

炭などに火を点ける時に便利なジェルタイプの着火剤。燃料の下や燃料に出して、着火用ライターなどで点火すると、燃料に簡単に火が点く。100g入り。



GT研究所除菌ウェットミニ 5mile

アルコール配合除菌ウェットティッシュ。16枚入×2個パック。最近様々なウェットティッシュがあるので、除菌効果が表記してあるか確かめてから購入して欲しい。日本製。



肌にやさしいノンアルコールタイプ
しっかり除菌アルコールタイプ
ウェットティッシュにもタイプがいろいろあります
+サイズもいろいろ



キャンピングスプーンフォークセット

スプーンとフォークのセット。クローズ時9.5cm、オープン時約16.5cm。持ち手を広げ、ストッパーの金具を下げロックすることで使える。

ペチャンコ水筒 2.8L

約33×21.7cm。2.8Lの水が入り、小さくたたためる水筒。マチ付きで水をいれやすく自立し、繰り返し使える。耐冷温度は-20℃までで、冷凍しても使える。



折りたたみポリタンク

400円商品。約3.5L。コック付。折りたたためコンパクトに収納できるポリタンク。収納時は幅約22.5×奥行き約17×高さ約10.5cm。使用時は高さが約21.5cmになる。



携帯折りたたみコップ

カラビナ付きの携帯用折りたたみコップ。収納時は奥行き約8×高さ約3.5cm。使用時は高さが9cmに伸びて、約200mlの水が汲める。



夏〜秋に充実するアウトドアコーナー。防災グッズの宝庫だ。



4 100円ショップのダイソー

で補完する。

災害はいつどこで起こるか分からない。自宅かもしれないし、会社かもしれない。あるいは車で旅行している最中かもしれない。ならば防災グッズも、それぞれの場所に用意しておくのがベストだろう。しかし、そうなる前に気になるのが防災グッズを揃えるコストだ。
ところで、「ダイソー」の商品で防災グッズを揃える事を提案したい！
「ダイソー」の取扱商品約7万点の中から、防災用品から、全く違うジャンルの商品まで、ぐるりと見渡し、これは使える！と思った商品45点を紹介。
ちなみにダイソーで紹介した商品、全て合わせて5100円(税込5508円)！
※尚、特表記のない商品はすべて1000円(税込1000円)である。表記のある商品は、税別価格である。



非常用袋

約43×33cmのポリエステル製のナップザック。表面には反射材が縫い付けてあり、名前や血液型、住所、緊急連絡先、避難場所など重要な情報が記入できる。



簡易保温アルミシート

約150×213cm。アルミ蒸着ポリプロピレン製のシート。いわゆるエマージェンシーブランケットの簡易版。非常に軽量。床に敷いて地面や床からの寒さを防ぐこともできる。

簡易保温・防水ポンチョ

約100×187cm。フード付きアルミ蒸着ポリプロピレン製のポンチョ。いわゆるエマージェンシーブランケットの簡易版である。軽量で、風雨を防いで体温を守る。



粘着布テープ

一時的な補修に役立つ万能テープ。防水性が高く、頑丈で、重ね張りができる。上から油性ペンで字が書けるので、伝言メモにも使える。日本製。



手動発電2LEDライト

ストラップ付。内蔵電池による点灯か、手動発電による点灯を選べるLEDライト。手動発電は手でグリップを握ることで点灯する。内蔵電池は使い切りで交換ができない。



ブルーレジャーシート

1.8×1.8m。軽量で扱いやすく、様々な用途に役立つレジャーシート。サイズは約二畳。シートの四隅にハトメが付いており、固定したり、紐で吊るす時に便利だ。



ライト付ハートの防犯ブザー

150円商品。大音量85dB、LEDライト付きの防犯ブザー。アラームストッパーを強く引くとアラームが鳴る。電池を交換して使うことができる。

激しく光る棒 グリーン

棒を軽く曲げると、激しく発光するパーティアイテム。暗間で救助を求めるのに役立つ。発光時間は約20分。発光時、発熱しないので誰でも簡単に扱える。

非常用呼び笛

内部に、名前や電話番号、住所などを記入できるIDカードを収納できるホイッスル。付属の紐は強く引っ張ると留め具が分離して外れる構造。IDカード付。



補完アンバサダー
神田もつら
100円ショップが好き過ぎる主婦ライター。著書に「100円グッズで作る便利アイテム」がある。

[非常時の定番]

BC兵器、パンデミック……

特殊災害 に対応する 防護装備

◎写真/藪崎大(WPP)、油科康司(WPP) ◎文/井上清

防毒マスクは必要か？

「まずはBC災害について」

最近よく耳にするBC災害とは、生物：Biological、化学：Chemicalを意味する頭文字語の「BC」フランスを指す意で「兵器による災害」という意味で、「核」：Nuclearの「N」を加え、核兵器、生物兵器、化学兵器による災害「NBC災害」という言葉で使われることも多い。近年では兵器としての分類だけでなく、Nでは原発事故や放射性物質の漏洩、Bの細菌やウイルスの人為的・自然的な蔓延、Cでは化学物質の漏洩や化学工場での事故も含め、通常災害とは異なる特別な装備や対応が必要な災害を「NBC災害」と呼んでいる。チエルノブイリや福島県における原子力発電所からの放射性物質の放出による広域での放射能汚染。また日本人の記憶に鮮明に残る地下鉄サリン事件、松本サリン事件も「NBC災害」に含まれていることになる。

特殊災害において、最も日本人が関心を持っているのは、やはりお隣の国からの攻撃ではないだろうか。アメリカの先に「日本を焦土化する」発言や、1000発以上保有するといわれる弾道ミサイルの弾頭にサリンが乗せられるかも、との首相見解

(多くの専門家が可能性を否定、そこには特殊部隊によるテロなど、これも発生する確率は低い)しく、それらの「テロ」は日本国民の不安を煽っていることだけはまちがいない。加えて今年はいじめから放映された政府広報VTR、頑丈な建物か地下に避難。頭部を守って姿勢は低く…のアドバイスは危機感を煽る。

仮に半島からのミサイルに搭載された弾頭がもしも核や化学兵器だった場合、着弾点付近には汚染物質がまき散らされることになるだろう。近くに着弾、もしくは空中で破壊された場合に備えて自分の身は自分で護る、という気になる人が出てきてもおかしくはない。

1917年より理化学機器販売、防しん・防毒マスクや保護眼鏡を製造販売する重松製作所。消防庁をはじめ多くの公的機関への装備の提供実績を持つ同社が、BC災害対策「最高ランク、レベルA防護措置」の必須装備品とするのが、この全身化学防護服「マイクロケム®6000-GTB」だ。災害時に人命救助などに携わる消防隊、レスキュー隊など、現場で行動する人、のための装備。自給式呼吸器とともに使

**全身化学防護服
気密服
マイクロケム®6000-GTB**
●ダイオキシン類対策用(レベル4) ●BC災害レベルA ※総務省消防庁「化学災害又は生物災害時における消防機関が行う活動マニュアル」による。●質量(kg)約5.4(L) ●適合規格: JIS T 8115:2015 タイプ1a



※参考: ニュートン・コンサルティング「NBC災害とCBRNE災害」

