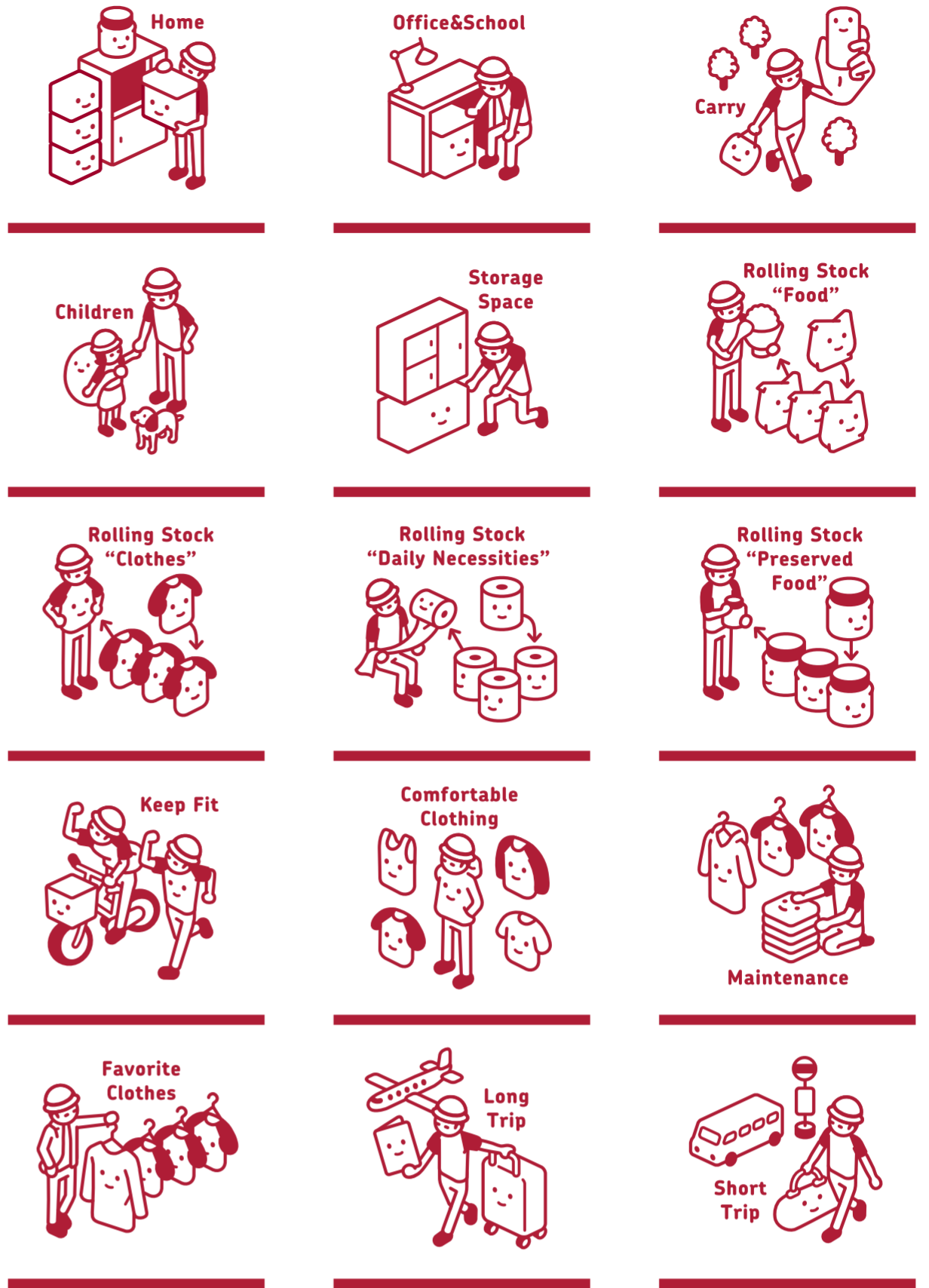


くらしの備え。もしものときにも。



無印良品



無印良品

<h3>非常用として家に備える</h3> <p>もしもの時には、必要なものをあれこれ探している余裕はありません。緊急用アイテムは、1カ所にまとめて保管しましょう。懐中電灯や充電ラジオ、片手鍋、圧縮タオル、不織布マスク、スニーカーなど…非常時に必要なものは、耐加重 100kg の頑丈ボックスに入れて、部屋の空きスペースに、ボックスは、取っ手を上げるだけでフタが閉まる構造です。</p>	<h3>帰宅用として学校や会社に備える</h3> <p>災害は、家にいる時に起きるとは限りません。ひとり分の帰宅支援セットをつかって備えましょう。半透明のキャリーケースに入れておけば、中身が見えて、持ち出しも簡単。書類と一緒に棚に並べても、デスクまわりに置いて、周囲と違和感なく収まります。</p>	<h3>いつも持ち歩いて身に備える</h3> <p>最小限の備えは、いつも持ち歩くカバンの中に入れておきましょう。財布やめがね、携帯電話に常備薬、女性ならメイク道具など…必須アイテムは、人それぞれ。そこに、ミニライต์やマスクなど少しだけ防災を意識したアイテムをプラスすることで、またひとつ、防災に近づきます。</p>	<h3>子どもも自分で備える</h3> <p>地震国・日本では、残念ながら、地震は今後も続きます。子どもの防災意識の芽生えを促すのは、おとなの仕事かもしれません。子どもにも、防災セットを準備しましょう。最低限の容れ物だけを用意してあげて、あとは子どもに選ばせてみる。そしてそれが、本当に役に立つかどうかを親子で話し合うのも、ひとつの防災と言えそうです。</p>	<h3>スペースをつくって備える</h3> <p>まずは部屋の収納方法を見直して、備えるためのスペースをつくりましょう。家全体をひとつの容器に見立てて、どこに、何を、どのように収めるかを考えたら、デッドスペースが見つかるはず。おのずと、もしものに備えるものを置くための空間もできてきます。</p>	<h2>くらしの備え。もしものときにも。</h2> <p>いつも身の回りのモノが、もしもの備えになります。東日本大震災を境に、くらしに対する私たちの意識は大きく変わりました。節電や節水、自然の恵みの活用、先人の知恵への気づき…多くの人が、今までのくらしを見直し、生活の基本を取り戻そうとしています。それはそのまま、「もしも」の時の備えにも通じます。どんなに立派な道具や知識でも、いざという時に使いこなせなければ本当の備えにはならないということ。私たちが身をもって体験しました。無印良品は、日常のさまざまな「もしも」を想定しながら、身の回りの日用品の中から、「何をどのように備えるか」を提案していきます。日常的に使えて、日々のくらしを快適にしながら、万一の備えにもなるもの。そんな日用品を上手に使いこなしていくことで、「本当の備え、防災力」となっていくでしょう。</p>
<h3>食べながら備える (食品のローリングストック)</h3> <p>いわゆる「非常食」でなくても、いつも食べているものを、もしもの備えにする方法もあります。ふだん通りに食べて、なくなったら買い足して補充し、いつも一定量をストックする「ローリングストック法」。食べ慣れたおいしさは、もしもの時の不安感を薄める効果もありそうです。食料備蓄の目安は3日分を目安にします。</p>	<h3>着ながら備える (衣類のローリングストック)</h3> <p>衣類は収納の仕方ひとつで、その活用に差が出ます。下から積み重ねるのではなく、タテカヨコに、立てかけるように並べてストックしてみましょう。使うのは手前から、補充は奥からと決めておけば、まんべんなく使い切ることができます。ストッカーのサイズを決めて、その中に入る量だけを持つのも、買い方法、無駄なものがなく整理されていけば、もしもの時の持ち出しも簡単です。</p>	<h3>使いながら備える (日用品のローリングストック)</h3> <p>洗濯機やお風呂、洗面所で使う日用品を、一台のストッカーにまとめておきましょう。容器の中身がなくなったら詰め替えをし、使い切ったら新しいものを補充していきます。ストッカーの容量を目安に、隙間ができたら埋めるように心がけておくと、もしもの時にも安心です。ストッカーは、中身がうっすらと見える半透明。</p>	<h3>保存しながら備える</h3> <p>冷蔵庫も何もない時代に生まれた保存食は、先人たちの知恵が詰まった、まさに究極の備え。もしもの時はもちろん、毎日食べておいく。急な来客のおもてなしなどにも重宝します。ジャムやピクルス、ぬか漬、燻製、果実酒などは、そのまま食べてよし、アレンジするもよし。同じ種類の容器で揃えれば、冷蔵庫のスペースに無駄なく収まります。</p>	<h3>体力をつけて備える</h3> <p>知識も道具も大切ですが、もしもの時に求められるのは、それらを使いこなすための体力。ふだんから、心と体の調子を整えておきましょう。健康の第一歩は、まずは規則正しい生活を送ることから。</p>	
<h3>着まわし・重ね着して備える</h3> <p>一着を何通りにも着まわしたり、素材を考えながら重ね着したり、ストールを使いこなしたり。そんなコツを知っていれば、寒さや暑さのある程度しのぐことができます。</p>	<h3>メンテナンスして備える</h3> <p>衣替えのたびに衣類をメンテナンスしておけば、次の季節にもざっと取り出して気持ちよく着ることができます。次にすぐに使えるようなお手入れと、ものを大切に使い切るという意識は、くらしの基本であり、もしものに備えるための大切なポイントです。</p>	<h3>お気に入りの服を備える</h3> <p>お気に入りの服を着ていると、それだけで心が落ち着いたり、前向きな気持ちになったりするのは、デニムや洗いざらしの白いシャツ、Tシャツ、チノパンなどは、何枚あっても無駄にはなりません。自分にとっての定番衣類は、少し余分に持っていたいもの。</p>	<h3>小旅行に備える</h3> <p>突然のお誘いや、急な出張にもあわてることのないよう、コンパクトに収納できる衣類や雑貨などを常備しておきましょう。もしもの時は、そのまま、一時避難用の持ち出し品として使えます。</p>	<h3>長旅に備える</h3> <p>旅の備えは、もしもの備え。ふだん使わないスーツケースやポストンバッグの、中身をカラにしておく手はありません。旅に出かけるつもりでパッキングしておけば、旅のアイテムが、そのまま避難用のアイテムになります。</p>	