

各 位

2024年12月23日
株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

今まで“防災できなかった人”も、これならできる！ 各紙で紹介された話題の防災本の新版『最新版 おしゃれ防災アイデア帖』が発刊！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『最新版 おしゃれ防災アイデア帖』（Misa：著）を発刊いたしました。



「何からやればいい？」「好きなデザインがない」「めんどくさい」「置き場所に困る」
防災は大切とわかっているけれど、実践するとなるとむずかしい。
そんな誰もが抱える「防災できない理由」を本書は解決してくれます。

- ・クーラーボックスはキャスター付きが◎。水の持ち運びに
- ・ふだんから食べ慣れた食品や水をローリングストックする
- ・防災グッズは見える収納にすればいざという時使いやすい
- ・ふだんのかばんに入れておきたい“防災ポーチ”の作り方
- ・自分に合った防災対策を知るための“実践ワーク”付き

など、大掛かりな防災品をストックするのではなく、日々の暮らしに馴染んで、もしもの時に役立つ「ちょうどいい備え」のヒントを豊富に紹介。

「おしゃれ防災」とは「ふだんの暮らしに防災をなじませる」新しい考え方のこと。

朝日新聞、読売新聞、日経新聞で紹介された“話題の防災本”に、新たに取り入れたい防災のアイデア・アイテム、実践ワークを追加した最新版です。

■内容



防災リュックに入れてあるもの。季節ごとに見直しをしています。

「もしも」の時も、私は変わらず子どもたちの母親で、毎日ご飯を食べさせて、夜になったら一緒に眠り、できるだけ心と身体の健康を崩さないように努力するはず。それまで家族暮らししてきた生活を

袖にして、あるもので工夫しながら不便な生活を乗り切ろうとするのだと思います。

そんな時、どんなものがあっても自分家族の助けになてくれるでしょうか。おもちやもれないし、薬や食糧もつかも

しれません。住む地域や家族構成によっても変わってくるでしょうし、その時の年齢や時代によっても異なりますよね。

結局「もしも」の脚を乗り切る備えは、暮らしの延長です。防災と日常は違うものかと思えて、しつかりつながっている。それらはきっと市販の防災リュックの中に入っていないで、自分で見つけて備える必要があると思います。

防災リュックを準備する時に想定したのは、私だけで子ども二人を連れて避難できること。とりあえず一日しのげるくらいのものを準備しておくことになりました。必要なものを細かく想定して厳選していますが、これが子どもたちの成長とともに内容も変わっていくでしょう。季節ごとにも見直しが必要になります。だから詰めておしまいではなく、暮らしの中でついでにチェックできるような仕組みにしています。防災リュックに入れる優先順位は人それぞれなので、暮らしや環境に合わせて選んでみてください。

017

016

▶ 防災は、暮らしとつながっている



ポリプロピレンファイルボックス / 無印良品

「無印良品」の防災アイテムは、整理収納に使うアイテムは、中身が透けないものを選ぶことが多いのですが、防災アイテムはあえて半透明のものを使って、中の存在が確認できるようにしました。小さなことですが、結果は抜群です！何が入っているか、一目でわかります。

フタはなしで、重ねることもせず、棚に1列に並べる。簡単に出入れできて、全体を確認しやすい仕組みです。

とにかく管理する手間を最小限にすることが継続への大事な一歩だと思っただけです。

035

034

▶ リュックに入れない防災アイテムは無印良品のファイルボックスに収納



■ 著者略歴

Misa (ミサ)

防災士、整理収納アドバイザー。夫と中1、小5の息子、犬1匹と暮らす。大阪府北部地震をきっかけに防災に目覚める。暮らしになじむ備えの情報を発信中。日本各地にて防災講座を開催している。Instagram: @ruutu73 14.9万人 Voicy: 「misaの暮らし片づけおやつのじかん」2.2万人

■ 書誌データ

書名: 『最新版 おしゃれ防災アイデア帖』

著者: Misa

発売日: 2024年12月23日

定価: 1540円 (本体1400円+税10%)

136ページ/46判/4色刷 (一部2色刷)

<https://www.yamakei.co.jp/products/2824490760.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。

さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。

さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：綿

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp

<https://www.yamakei.co.jp/>