

Misa『安心して在宅避難するためのうち防災アイデア』

1/28 発売 ～防災しながらすっきり暮らすテク&グッズ満載！～

株式会社オレンジページ(東京都港区)は、人気整理収納アドバイザー&防災士 Misa さん待望の新刊『安心して在宅避難するためのうち防災アイデア』を 1 月 28 日(火)に発売しました。「いざというときに身を守るための準備」であると同時に、「災害時でも、ふだんに近い暮らしをするための準備」でもある防災。Misa さんが日々実践している、無理なく続けられる防災テクニックや、おすすめ防災関連グッズ(メーカーリスト付き)をあますところなく紹介した、充実の一冊です。



Misa『安心して在宅避難するための うち防災アイデア』(帯あり)

自分の暮らしに合うやり方で続けられる防災を！

2018 年に起こった大阪府北部地震をきっかけに、防災士の資格を取り、防災について SNS や Voicy、著書での発信、日本各地での防災講座などを続けている Misa さん。雑誌『オレンジページ』の人気連載(※)に新たなエピソードを加えた本書では、暮らしになじむ「備え」のモノ選びから、日常的に食べ続けたい「備えの食」、在宅避難のために安全に過ごせる部屋づくりを豊富な実例写真とともに紹介しています。素敵なインテリアを諦めることなく、安全なわが家づくりに一役買うこと間違いなし！ 防災意識を高めるためにやっておきたいワークシートも付いています。

※2024 年 6 月～2025 年 1 月 隔号連載「今日からはじめる！ うち防災アイデア」

【Pick up】いつものバッグに「防災ポーチ」を！

外出先で災害に遭うことも考えて、「防災ポーチ」を常にバッグに入れている Misa さん。重さがストレスにならないように検討を重ねて厳選した防災グッズはわずか 300g！ 身近で実際にあったトラブル事例を踏まえ、「電車やエレベーターに閉じこめられたときに必要なもの」を想定しました。



持っていて心地のいい自分が好きなデザインのポーチに、連絡先メモ、アルミブランケット、非常用トイレ、防臭袋、LED ライト、救助笛、現金、ウェットティッシュ、ヘアゴムなどを入れて

【目次】

第 1 章 ふだんの生活で備えたいこと

(防災リュックの「2 軍」もおすすめ／子どもには子どもの備え／ペットの備えも大切 他)

第 2 章 もしものときも安心して食べたい

(これならできる！ 食品の備蓄／長期保存食を食べてみました！ 他)

第 3 章 在宅避難に備えよう

(インテリアを安全に楽しむ／管理しやすい水のストックって？ 他)

第 4 章 防災への意識を高める(わが家の食料備蓄リスト／Misa さんおすすめのグッズ・メーカー一覧 他)



ペットはキャリーケースに慣らして

● Misa



整理収納アドバイザー、防災士。夫と中 1、小 5 の息子との 4 人暮らし。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。著書に『おしゃれ防災アイデア帖』(山と溪谷社)ほか。

Instagram https://www.instagram.com/kurashi_bosai

<https://voicy.jp/channel/2331>

<https://www.kurashihiro.com>

Misa 『安心して在宅避難するための おうち防災アイデア』

2025 年 1 月 28 日(火)刊行 定価 1,540 円(税込)

A5 版、アジロ綴じ、132 ページ <https://www.orange-page.net/books/1884>

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒108-0073 東京都港区三田 1-4-28 三田国際ビル 16F 株式会社オレンジページ

総務部 広報担当: 遠藤 press@orange-page.co.jp

【2/2】