

かぞく ぼうさい かいぎ ひら 家族防災会議を開こう

いざというときに一番たよりになるのは家族です。地震が起こったときなどに
どうすればいいのか、家族での決まりごとを作ったり、防災について話しあってみよう。

もし地震が起きたら・・・？

●地震でどんなことが起こるのか考えよう

大きな地震では、大きな揺れが3分以上続く
こともあるよ。立てなくなって、家具や塀が倒れ
たり、津波が起きることもあるよ。

●大きな揺れを感じたらどうするか考えよう

すぐにテーブルか机の下に
もぐったり、ざぶとんなどで頭を
守りながら、タンスなどからはなれ、
ゆれが止まるのを待とう。

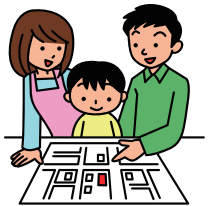
あわてて外に出るのはとても
危ないよ。



自分の家は大丈夫かな？

●家の周りの危険を確認しよう

自分の住んでいる家は、どんな
災害が起こりやすいか知ってるか
な。家の裏に崖があったり、海の
近くだったりすることで、どんな
危険があるのか話し合ってみよう。



●家の中の安全を確認しよう

寝室やこども・お年寄りがある部屋には背の高
い家具を置かないようにしよう。
地震で家具が倒れたり、物が落ちてこないよう
に固定しておこう。

逃げるときにじゃまにならないように、出入口や
通路にはものを置かないようにしよう。

日ごろから準備してるかな？

●非常持ち出し品を確認しよう

急に避難することになっても
いっしょに必要なものを非常
持ち出し袋に入れておこう。

とくに、家族3日分の食料や
水を準備しておくとお安心だよ。



●避難場所を確認しよう

家族がはなればなれになったとき
の連絡方法や避難場所を確認して
おこう。できれば休みの日に家族
そろって避難コースを下見して、
危ない場所がないかチェックしておこう。



●ご近所と仲良くなろう

災害のときにたよりになるのは、ご近所のみなさん
だよ。日ごろから地域のイベントや防災訓練に
参加したりして、ご近所のみなさんと仲良くなって
おこう。

●防災カードを作ろう

災害が起こった時、ひとりでもかならず家族と
連絡がとれるように、そして助けてくれる人が
困らないように、家族みんなで防災カードを作って
いつも持っておこう。(裏にあるよ)

わからないことは住んでいる市町村の市役所・役場に聞いておこう


わが家の防災計画

いざというときにあわてないで避難するために、避難場所までの地図を作ってみよう。
 また、家族や親戚の連絡先も前もって調べておこう。

わが家の避難場所

場所の名前	
-------	--

<地図>



わが家の連絡表

名前	連絡先	電話番号

災害伝言ダイヤルを使おう

震度6弱以上の地震など大きな災害により電話がつながりにくいときに利用できる。
 (家の電話や公衆電話からかけるとき)
 伝言を録音する 171-1- 家の電話番号
 伝言を聞く 171-2- 家の電話番号

(防災カード) 下のカードをコピーして家族みんなの分を作ってみよう。わからないところは、大人の人に聞いて記入し、いつも持ち歩くようにしよう。

緊急時の連絡先				防災カード			
氏名	住所	電話		氏名住所	性別	年齢	血液型
氏名	住所	電話					
かかりつけの医療機関				備考	(病気・常備薬・アレルギーなど)		
名称	住所	電話					
家族の集合場所		家族の避難場所					