

# 災害に備えましょう！！

## 備えの必要性

- 災害はいつ発生するかわかりません。
- 災害が発生した場合でも、落ち着いて、かつ、安全に対応（避難）できるように、日頃から準備をしておきましょう。

## 日頃からできる準備の例

下記は、ご家庭や職場などで日頃から取り組むことができる準備の例です。

### ● 避難場所・経路の確認

- 自宅から、会社から、学校からなど、それぞれの状況に応じた避難所や避難場所への経路について、実際に歩いて確認しましょう。（昼間と夜間）
- また、あわせて、ハザードマップなどにより、自分の行動範囲内の危険箇所についても確認しておきましょう。

### ● 非常持出品・備蓄品の確認

- 自宅から避難する場合の非常持出品、電気・ガス・水道などのライフラインがストップした場合のための備蓄品を用意しておきましょう。
- なお、飲料水や食料品の場合は賞味期限を、ライトやラジオなどの電化製品の場合は故障の有無のチェックなど、それぞれ定期的な確認を行いましょう。

### ● 家族との連絡先・方法の確認

- 家族が揃っている時に災害が発生するとは限りません。
- あらかじめ、どのような方法で連絡を取り合うか、また、連絡が取れない場合の待ち合わせ場所や避難場所について、日頃から話し合いをしましょう。
- なお、災害が発生した場合、被災地域において電話がつながりにくくなるので、「171災害用伝言ダイヤル」の利用も有効です。

### ● 建物内の安全確認

- 大地震が発生した場合、多くの方が倒れてきた家具などの下敷きになって亡くなったり、大けがをしています。
- 大地震が発生した時には、「家具は倒れるもの」と考え、配置場所を変える、転倒防止策（家具の固定）などの措置を講じておきましょう。

### ● 防災訓練への参加

防災訓練に参加して、災害が発生した場合における避難方法の確認など、実際に地域の防災体制を確認しましょう。