

# 1

# 災害への備え

**災害** はいつ起こるかわかりません。  
いざというときにあわてないように、あらかじめ家族や身近な人と話し合っておきましょう。

## 家庭の防災会議を開こう

家族全員で定期的に防災会議を開き、災害を想定して、自分の身を守る方法やわが家の安全対策、避難の方法、緊急時の連絡方法などを話し合しましょう。

### テーマ

#### 役割分担を決める

- ・非常持出品の点検など日常の予防対策上の役割と、消火や出口の確保などの地震発生時の役割の両方を決める
- ・家族に高齢者や障害者、乳幼児、病人などがある場合は、だれが助けるか決める

### テーマ

#### わが家の危険箇所をチェックする

- ・家具や冷蔵庫などの転倒防止やガラスの飛散防止など家の中の安全点検をする
- ・家具の配置換えを行い室内に安全なスペースを確保する
- ・出入口や通路に物を置かないようにして出口を確保しておく
- ・ブロック塀やプロパンガスボンベ、崩れて落ちそうな物、風で飛びそうな物など家のまわりの危険箇所の点検と補強をする

### テーマ

#### 非常持出品をチェックする

- ・家族構成を考えて必要な物品がそろっているか確認する
- ・飲料水や非常食、電池は、定期的に保存状態や使用期限を確認し取りかえる

### テーマ

#### 防災用具などを確認する

- ・消火器の置き場所の確認や使用方法を覚える
- ・救急医薬品の点検や補充、応急手当の方法を知っておく

## 家庭の防災会議のテーマ



### テーマ

#### 隣近所の高齢者などを知っておく

- ・隣近所の一人暮らしのお年寄りなどをふだんから確認しておく
- ・自治会に入っておく

### テーマ

#### 避難場所や避難経路の確認をする

- ・避難場所を確認しながら、避難経路を複数決めておく
- ・避難場所までの経路を家族全員で下見し、危険箇所などを確認する

### テーマ

#### 緊急時の連絡方法を確認する

- ・家族が離ればなれになったときの連絡方法を確認する
- ・災害用伝言ダイヤル「171」や「災害用伝言板」の使い方を知っておく