



東日本大震災から 1年

災害への日ごろの備えはできていますか

平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災は、死者・行方不明者約 2 万人という未曾有の被害をもたらしました。震災からまもなく 1 年が経過しようとしている今、家族や地域で「支えあう心『絆』の大切さ」や「災害への備え」について考えてみましょう。

絆

「手を取り合い
支えあうことの大切さ」

多くの被害をもたらした東日本大震災からまもなく 1 年になります。幸い、本町は大きな被害を受けていませんが、今なお被災地は厳しい状況にあります。

被災地支援は当然ですが、この大震災を教訓にして、防災力を高めていかなければなりません。もう一度、災害時に何をするべきかを家族や地域の皆さんと話し合ってみましょう。

！大地震が発生したら

強い地震を感じたら、皆さんはどのように対応するか考えてみましょう！

＜地震発生時＞

●まず自分自身を守る！！

- ・安全な空間に身を寄せる。
- ・座布団などで頭を守る。

＜地震直後＞

●落ちていて行動する

- ・火元の確認、初期消火。
- ・窓や戸を開けて出口を確保。
- ・家族の安全確認。

●避難の際には

- ・隣近所の安全確認、救助救出。
- ・海沿いではすぐに高台へ避難。
- ・津波警報等が解除になるまでは低い場所に移動しない。
- ・避難の際に自動車を使わない。
- ・地域で決めた避難場所や安否確認。

＜家が被災した場合、避難所開設後＞

●避難所では

- ・避難者が協力し、避難所生活を運営。



どのように身を守りますか？

どこに、どのような経路で避難しますか？
家族への連絡方法は？



自分の役割は
なんですか？
協力体制は？

※災害は、様々なケースが考えられます。これは一つのケースです。どのよう行動をとるべきか、家族会議を開き、話し合ってください。