

# いつかのために、今準備！

## 知っておこう

防災関連の情報の入手方法  
地域の危険箇所は(散歩の時に確認)  
一時避難所は (防災マップで確認・実際に行ってみる)  
広域避難場所は (防災マップで確認・実際に行ってみる)  
避難所は (防災マップで確認・実際に行ってみる)  
避難経路は複数想定  
連絡手段(災害用伝言ダイヤルなどの使用方法)  
近隣で助けが必要な人の情報(高齢者。障害者など)  
給水場所、震災対策用の井戸は  
公衆電話の場所  
AEDの場所  
公衆トイレの場所  
防災行政無線塔は(5時のチャイムが聞こえますか)

## 備えておこう

防災について家族や学校で話し合う  
自治会の防災訓練に参加  
避難所開設訓練に参加  
災害時トイレの備え(講習会、サンプル配布)  
災害時食の備え(炊飯袋、湯煎用ポリ袋配布 調理方法実習)

## やっておこう

AEDの使用方法を習得  
高齢者やけが人、病人の移動手段  
家屋の耐震化・補強  
家具類の転倒・落下防止対策  
ガラスや照明器具の飛散防止対策  
非常持ち出し用品の準備・保管  
避難経路の確認  
学校・会社からの帰宅ルートの確認  
伝言ダイヤルを使えるように  
家族の写真を携帯  
すぐに履ける、底が厚く、歩きやすい靴を  
雨具・防寒具を手近な場所に  
まくら元には、懐中電灯、厚手のスリッパ、眼鏡、ラジオ

**日頃から、家族で防災について話し合みましょう。**