

大切なのは「いつも」の備え!

くらしの中の簡単防災7つのポイント

災害が起こったときに家族みんなが安全に過ごすためには、日頃の備えが必要不可欠です。まずは日常生活の延長で、無理なく家庭の防災力アップを目指しましょう。

1

普段から部屋を片付けておこう

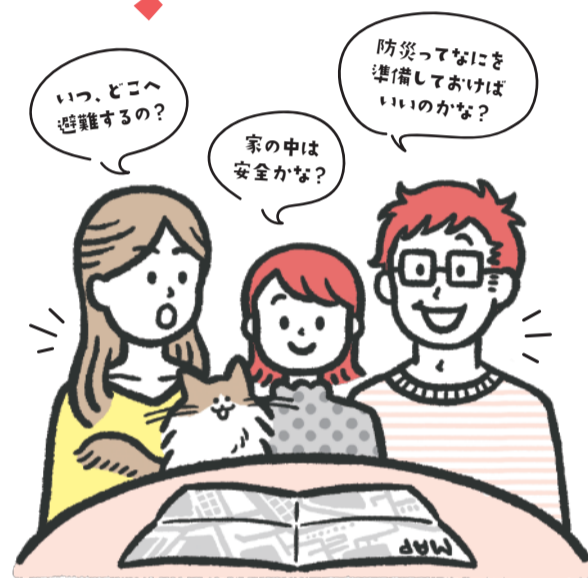
家の中にムダなものを置かず、部屋を整理しておくことで、地震が起きても、ものが散乱せずに済み、避難時にも貴重品を見つけやすくなります。家じゅうを一気に片付けるのが大変なら、まずは普段よくいる部屋から。スッキリ片付けて、部屋の防災力を高めましょう。



防災 わが家に合った を考えよう!

特集1 無理なく、今すぐ始められる

毎年、全国各地で地震や豪雨災害などが起こっています。いざという時に必要なものや大切なものは、家族構成や個々人の状況などによって異なるもの。普段から家族みんなで防災について話す機会をつくり、無理なく、楽しみながら防災に取り組みしましょう。



2

寝ている場所の安全を確かめよう

地震は寝ている間に起こることもあります。寝室で寝転がって見て、倒れてきそうな家具や避難の妨げになりそうなものがあつたら、位置を変えましょう。



3

使い慣れた日用品は多めにストック

使い慣れない防災グッズを新たに買い足さなくても、いつも使っている消耗品や食べ慣れたレトルト食品などを少し多めにストックしておくだけで、いざという時の備えになります。わざわざ新しいことをするのはなく、まずは日常生活の延長として考えてみましょう。



4

家族に合った防災グッズを用意

一般的な備えのほかに、「うちの家族にはこれが必要」という必需品を準備しておきましょう。持病やアレルギーの薬、子どものお気に入りのおもちゃなど、家族にとって必要なものは忘れずに備えておきましょう。

5

防災グッズの置き場所を決めよう

防災グッズの保管場所は、いざという時に簡単に取り出せて、なおかつ日常生活の邪魔にならない場所がおすすめです。普段から家族みんなで置き場所を確認しておきましょう。

6

家族の状況を話し合っておこう

わが家に必要な備えとは何か、災害時に必要なサポートを受けられるかなど、家族を取り巻く状況を踏まえて「もし今、災害が起きたらどうする?」と普段から家族で話し合っておくことが大切です。

7

避難のタイミング・避難先を決めておこう

災害の種類と規模、時間や状況によって避難のタイミングや避難先は異なります。災害時にはとっさに冷静な判断をすることが難しくなるため、「この災害情報が出たらここに避難する」というルールを、あらかじめ家族間で決めておきましょう。



～防災を正しく学び、考える～

あおもりおまもりノート

県では防災教育活動支援のため、このノートを作成し、県内の小中高등학교にデータ配布しています。ご自宅や地域でも、お子さんと一緒に、災害から命を守る方法を考えてみましょう。



詳しくは県庁HP

あおもりおまもりノート 検索

