

# 日頃の備え・地域ぐるみの防災活動

## ◆ 日頃からの心がけ

### ■ 家族会議を開きましょう

日頃から家族会議を開き、震災時の連絡方法や、家族の役割分担、避難時にはぐれても落ち合える集合場所や避難場所を確認しておきましょう。



### ■ 家族の役割分担を

避難する時に持ち出す荷物の分担や、火の始末をする係、電源(ブレーカー)やガスの元栓を締める係、高齢者の安全を守る係などを決めましょう。



### ■ 避難場所と避難経路の確認を

自宅や学校・勤務先から避難場所への避難経路も確認しておきましょう。平常時には実際に歩いて安全に通行できるかを確認しておきましょう。



### ■ 連絡方法をきめておきましょう

災害時の家族等との連絡先は、遠くの親せきなど、事前に家族内で決めておきましょう。また、災害用伝言ダイヤルを活用することで、安否などに関する伝言を録音、再生することができます。



## ◆ 非常用持出品・備蓄品の用意を

### ■ 非常用持出品

避難する時の荷物は必要最小限とし、食糧は調理の手間や水をあまり使わないレトルトなどを選びましょう。予備の乾電池も忘れずに。

### ■ 備蓄品

#### 非常食(最低3日分)



#### 貴重品



#### 衣類



#### 医薬・衛生用品



#### 生活用品



## ◆ 自主防災組織への参加

大規模な災害が発生したとき、交通網の寸断、同時に発生する火災などにより、市・警察署・消防署等の公共機関が十分に対応できない可能性があります。また、それぞれの家庭がバラバラに活動している場合は、地域の混乱は一層ひどくなります。そんなときに力を発揮するのが、「地域ぐるみの防災活動」自主防災組織です。いざというときに備えて、自治会活動の一環として自主防災組織に参加しましょう。



## ◆ 避難行動要支援者への協力

高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児・傷病者・日本語が不自由な外国人の方たちは、災害時の避難行動や言葉の理解などで大きなハンデを負うこととなります。地域のみなさんは日頃からコミュニケーションをとりあって、災害時には相手に適した誘導方法で早めの避難ができるように協力しましょう。

