



＼もしものための／

あんしんBOX 

.....もしもの時の準備、しっかりとできていますか？.....

あんしんくらし研究会

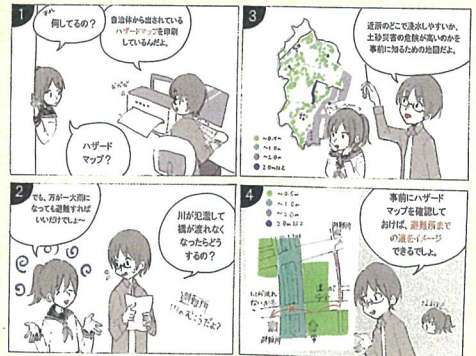
地震のときどうする？



発生 緊急地震速報が発表!

- 自宅**
 - 地震の揺れにそなえ、頭を守り、大きな家具から離れ、テーブルや丈夫な机などの下に隠れる。
 - 火元の近くにいる場合は火を消し、扉を開けておく。
 - 屋外**
 - ブロック塀や自動販売機、看板などの落下する危険性があるものから離れる。
 - 頭を守るためにカバンなどを頭上にかざす。
 - 車**
 - ハザードランプを点滅させ、周囲の車の車のスピードを意図しながら緩やかに速度を落とす。
- 揺れが収まってから ○火を消す ○暖房器具を消す ○ブレーカーを切る

大雨のときどうする？



発生 大雨による洪水や浸水が発生!

- 河川や用水路の周辺に近づかない**
 - 地下施設から地上へ避難する
 - 山などの急な斜面には近づかない
- 避難**
 - 避難は周囲の状況を確認してから避難する際は周囲の状況を確認してから避難場所へ向かう。
 - 可能な限り複数人で避難する。
- そなえる**
 - ハザードマップを確認!事前に安全な避難経路を確認しておく。
 - 居住地域でこれまで発生した災害を学ぶ。
 - 流水の通り道を常に清掃しておきましょう。

もの
ために

知っておこう① 「家族の防災ルール」をチェックしよう。

✓ ルール その1

避難場所、避難ルートを決めておこう
自治体が発行している防災マップなどで、指定されている避難所を確認しよう。

✓ ルール その2

連絡先、連絡方法を決めておこう
もし災害時に家族が離ればなれになったら、どうやって連絡を取り合うかが決めておこう。

✓ ルール その3

非常用品を準備しておこう
常時にわが家で必要になるものについて、みんなで話し合ってみよう。

✓ ルール その4

停電に備えておこう
懐中電灯は枕元など、すぐに使える場所に置いておこう。

