

いま、災害が起こったら、あなたは**大丈夫**ですか？

大切な命を守るために

「災害」のことを知る

あなたが暮らす地域の災害のリスクを知っていますか？
心のどこかで、きっと大丈夫とと思っていませんか？



「自分」のことを知る

あなたはどのような環境で暮らしていますか？
家族構成・年齢・国籍・職業は？
木造住宅？それともマンション？



「みんな」のことを考える

あなたの身近には、守らなければいけない人はいますか？
その人が、災害時に困ること、不安なことは何ですか？



そして、自分から「始める」

日常生活の小さな取組の積み重ね
いつもの生活に、もしもの備え

あなたは、「**そなえて安心**」
できていますか？



出典；文京区
文の京 そなえて安心 BOOK

「日常の習慣」でできる「防災」



「今、地震が起こったら」を
イメージして、
普段からできること

✓ 部屋は整理整頓、収納も工夫すれば安全に

- ・不要なものは捨てておく
- ・逃げ道をふさがない
- ・収納は、重いものは「下」、軽いものは「上」



✓ 同居する家族や大切な人とのコミュニケーション

- ・「今日はどんな予定？」1日の動きを共有
- ・災害時の連絡手段や集合場所等を確認
- ・近所の人との顔の見えるお付き合いで、協力関係を構築



✓ あなたのスマートフォンに防災アプリは入っている？

- ・自治体が提供するアプリで、災害情報や災害への備えを学習



市原市
情報配信メール



NHK ニュース防災
・iPhone/iPad ・Android

