



避難場所を 確認しよう

ちいき ひなんばしょ してい
地域であらかじめ避難場所に指定され
ている施設を確認しよう

きゅうじつ しよう
休日1にちを使用します
防災ポイント：2をてにいれる



緊急連絡先を 確認しよう

けいさつ しょうぼう どう かあ
警察・消防のほか、お父さん、お母さん
けいたいでんわ ばんごう おほ
の携帯電話の番号も覚えておこう

きゅうじつ しよう
休日1にちを使用します
防災ポイント：2をてにいれる



屋外で地震に あったときは？

らっかぶつ とうかいぶつ み まも
落下物、倒壊物からカバンなどで身を守りましょ
う。地割れや陥没などには近づかないこと

ぼうさい
防災ポイント：1をてにいれる



屋内で地震に あったときは？

じょうぶ つくえ した み かく らっかぶつ
丈夫な机の下などに身を隠すなどで落下物から
み まも そと と だ でぐち かくほ
身を守りましよう。外に飛び出さず、出口を確保。

ぼうさい
防災ポイント：1をてにいれる



屋外で地震に あったときは？

らっかぶつ とうかいぶつ み まも
落下物、倒壊物からカバンなどで身を守りましょ
う。地割れや陥没などには近づかないこと

ぼうさい
防災ポイント：1をてにいれる



屋内で地震に あったときは？

じょうぶ つくえ した み かく らっかぶつ
丈夫な机の下などに身を隠すなどで落下物から
み まも そと と だ でぐち かくほ
身を守りましよう。外に飛び出さず、出口を確保。

ぼうさい
防災ポイント：1をてにいれる



避難袋を用意 しよう

かんづめ しょうりょう みず けいたい
缶詰やレトルトなどの食料や水、携帯ラジオや
かんでんち けいたい あまく ようい あんしん
乾電池、携帯トイレ、雨具などを用意すると安心

きゅうじつ しよう
休日1にちを使用します
防災ポイント：2をてにいれる



消火器や火災警 報器を準備しよう

まんいち しょうかき あんしん じゅうたうかさい
万一にそなえ、消火器があると安心。住宅用火災
ほうちき せっち ぎむか
警報器も設置が義務化されています。

ぼうさい
防災ポイント：1をてにいれる



おやすみカード 2枚取得

きゅうじつ まいついか かくとく
休日カードを2枚追加で獲得できます。

きゅうじつ ちいきぼうさいかつどう
休日カードは地域防災活動で
りよう
利用できます。



おやすみカード 2枚取得

きゅうじつ まいついか かくとく
休日カードを2枚追加で獲得できます。

きゅうじつ ちいきぼうさいかつどう
休日カードは地域防災活動で
りよう
利用できます。