

# 日頃から

## みんなで備えよう!

月に一度は、  
家族で防災会議を!



- ① いざというときに誰が何をするのか決めておきましょう。
- ② 非常持出品や備蓄品の置き場所や中身を確認しておきましょう。
- ③ 家の中や外での安全な場所や危険な場所を確認しておきましょう。
- ④ いざというときの家族との連絡方法を決めておきましょう。
- ⑤ どこに避難するか、どう避難するか(避難経路)を確認しておきましょう。

### 自主防災組織とは?

大きな地震などの災害が起こったときは、救急車などはすぐに来られない場合があります。そんなとき少しでも被害を少なくするためには地域のみなさんの防災活動が欠かせません。ぜひ、地域の「自主防災組織」に参加しましょう。

自主防災組織を  
知っていますか?



### どんな活動を?

災害が起こったときの情報収集や情報伝達、避難誘導など、いざというときに、被害を少なくするためのさまざまな活動を行います。平常時は地域で防災訓練などを行います。



### 毎月开一次家庭防灾会议!

1. 決定发生紧急情况时的分工。
2. 确认随身携带物品和储备物品的放置场所和内容。
3. 确认户内户外的安全和危险场所。
4. 决定发生紧急情况时，和家人的联系方式。
5. 确认到哪里避难、如何避难（避难路线）。

### 您知道自主防灾组织吗?

#### 什么是自主防灾组织?

发生大地震等灾害时，可能救护车等无法及时到达。在这样的情况下，甚至一点点也好，为了能够减少受灾损失，各位当地居民的防灾活动是至关重要的。请大家一起加入地区的“自主防灾组织”。

#### 什么样的活动?

进行发生灾害时的信息收集和信息传达、避难引导等紧急情况时能够减少损失的各种活动。平时在当地进行防灾训练等。