

もしもに備え、今できることから！

8月30日～9月5日

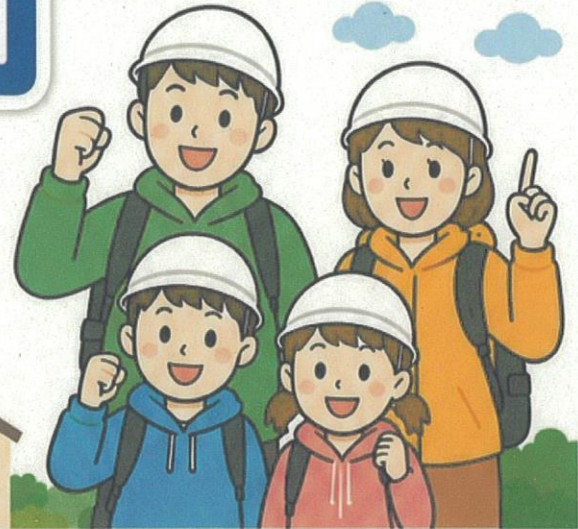
防災週間

一人一人の備えが、
みんなの命を守ります。

～備えよう、いのちを守る行動を～

地震・大雨・台風など、いつ起こるかわからない災害。

「自分と大切な人の命は、自分たちで守る」という意識を持ち、
日頃から備えを進めましょう。



1. 日頃の備えを確認しよう！

非常用持ち出し品の例



非常用持ち出し袋



水(1人1日
3リットルが目安)



非常食
(3日分が目安)



携帯ラジオ・
予備電池



懐中電灯



救急セット・常備薬



マスク・消毒液



携帯トイレ

備蓄のポイント

- 最低3日分、できれば7日分の備えを！
- 食品や日用品は、ローリングストックで(使いながら備える)
- 家族構成や持病、ペットの有無も考慮を！



2. 家族で話し合おう！

☑ 避難場所・避難経路の確認

ハザードマップで自宅周辺のリスクや
避難先を確認しましょう。



☑ 連絡方法の確認

災害時は電話がつながりにくくなります。
家族の集合場所や連絡方法を決めておきましょう。



☑ 役割分担の確認

いざというときに、
誰が何をするかを決めておく
とスムーズに行動できます。



3. 命を守る行動を知っておこう！

地震のとき



机の下に隠れ、
揺れが収まるまで
身を守る！

大雨・台風のとき



気象情報を確認し、
早めの避難を
心掛ける！

避難するとき



動きやすい服装で、
持ち出し品を持ち、
落ち着いて避難！



4. 地域の防災活動に参加しよう！

地域の防災訓練や講習会に参加することで、
知識や行動力が身につきます。

- 防災訓練
- 応急手当講習
- 防災マップづくり
など



山形警察署