



# わが家の「防災カード」

～もしもの時、あなたはどのような行動をとるか、おうちの人といっしょに確かめ、  
□にチェックしてみましよう。

大きな地震が起こりました！ どのような行動をとるか、おうちの人といっしょに確かめ、  
□にチェックしてみましよう。

- 頭や体を守りながら、安全な所でゆれがおさまるまで動かないことを知っていますか？
- 地震がおさまった後、ラジオなどで正確な情報をとることを知っていますか？
- 登下校中に大きな地震がおきたら、ブロックのかべなどからはなれ、ランドセルなどで頭を守ることを知っていますか？
- その後に津波がくるおそれがある時には、どこへ避難するか家族で決めていますか？
- 津波からは、より早く、より高く、より遠くへ逃げることを知っていますか？
- 電話が使えない時、家族の連絡方法はどのような方法ですか？
- 家族がばらばらの場所にいる時に地震が起きた場合、どこに集合するか決めていますか？

## 【家族の集合場所】



## ◎ お家の人といっしょに確かめてみましよう ◎

- 家具などがたおれてこないように工夫されていますか？
- 非常用持ち出し袋（防災リュック）は家のどこにあるかな？
- 備蓄品（食料品や飲料水は1週間分程度）は家のどこにあるかな？
- けがをした時の応急手当の方法を知っていますか？
- けがをした人や火事を見つけた場合、大きな声で周りの人に知らせたり、『119』に電話したりできますか？



## わたしの家族の約束

（お子さんと一緒に話し合って、地震、津波、火災等の時の約束を書かせてください）



家族で話し合った後は、この紙を目立つ場所にはり、みんなで防災につとめましよう！