

# いざというときのために、防災対策を！！

## あっ！どうする？

地震が起きた瞬間、だれもが思うことでしょう。

しかし、そのときできることは限られています。そうなる前に「地震」について知り、しっかりした「備え」をしておくことが大切です。「あ！どうする？ そうなる前の防災対策」DVDは、あなたの防災対策に、きっと役立つ6つのテーマを収録しています。順番に見ても、関心のあるテーマから見てもかまいません。あなたの生活スタイルにあわせて、ごらんください。

(1テーマ=およそ11分)



### 1 大地震は必ずやってくる

～備えに役立つ地震の基礎知識～

いつ起こってもおかしくない大地震。あなたはどれくらい「地震」について知っていますか？この地域の**地震の歴史**、**地震が起こるしくみ**などを学びましょう。



### 2 最大の備えは地震に強い家

～耐震診断・耐震改修のすすめ～

地震で亡くなった人の多くは「家」に原因が。住んでいる家の耐震性を知る**耐震診断**、地震に弱いところを補強する**耐震改修**で、地震に強い家をめざしましょう。



### 3 防災の第一歩は家具対策から

～危険な家具から身を守るには～

大地震が起きると、多くの人が家具の転倒でケガをしています。危険な家具から身を守るポイントや、**家具固定**の具体的な方法を紹介しています。



### 4 被災後に備える

～備蓄と非常持ち出し品～

いざというときのための**非常持ち出し品**や**備蓄品**の具体例を紹介。家族の安否を確認するため「災害用伝言ダイヤル171」の使い方もおぼえておきましょう。



### 5 地震発生!その時どうする?

～ケース別 避難の方法～

地震はいきなり襲ってきます。いろいろな場面で地震にあった場合の避難の方法について、**心の備え**をしておきましょう。また**緊急地震速報**についても知っておきましょう。



### 6 自分たちの町は、自分たちで守る

～広げよう地域防災の輪～

災害が起こったとき、本当に頼りになるのは**地域の力**。その力を活かすためには日ごろの活動が大切です。さまざまな地域で行われている防災への取り組みを紹介します。

