

ご家庭で、以下の項目を定期的に話し合いましょう。
そして備えの足りないところは、家族で協力して準備しましょう。

1回目の話し合い 年 月 日
2回目の話し合い 年 月 日
3回目の話し合い 年 月 日

チェックした日を記入しましょう!

① ② ③
□ □ □

1 自分が住んでいる地域で起こった過去の災害や土地の成り立ちを調べたことがありますか?

キーワード ハザードマップ 地域の特徴 地形や地盤
土地の伝承や成り立ち 地名の由来

詳しくは
6ページ



① ② ③
□ □ □

2 自宅は地域で想定されている最大震度に耐えうる十分な耐震性がありますか?

キーワード 古い耐震基準 木造住宅 耐震診断
わが家の耐震性

詳しくは
7ページ

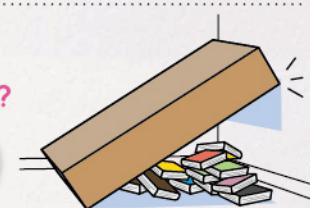


① ② ③
□ □ □

3 室内の家具転倒防止、家電・生活雑貨の飛来落下防止対策をおこなっていますか?

キーワード 家具の固定 家具を減らす 家具を移動する
家具を置かない 壁の強度

詳しくは
8ページ



① ② ③
□ □ □

4 非常持ち出し品・自宅での避難生活用品などの備蓄品を用意していますか?

キーワード 分けて揃える 消費期限
飲料水(1人1日3リットル) 家庭内流通備蓄

詳しくは
9ページ



① ② ③
□ □ □

5 地震が起こった時に、その場の状況に応じて身を守る心構えがありますか?

キーワード 安全な行動 津波避難の3原則
津波でんぶん

詳しくは
10ページ

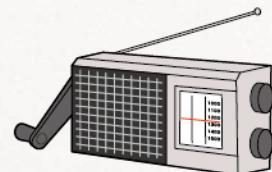


① ② ③
□ □ □

6 災害情報や、避難に関わる情報を入手できる準備をしていますか?

キーワード 避難情報 携帯ラジオ ワンセグ 多重化
緊急速報メール (エリアメール)

詳しくは
12ページ



① ② ③
□ □ □

7 家族が離れているときの安否確認の方法を決めていますか?

キーワード 災害用伝言ダイヤル171
災害用伝言板 家族防災会議

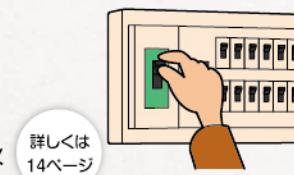
詳しくは
13ページ



① ② ③
□ □ □

8 避難の前に電気のブレーカーを落とす、施錠するなど、なすべきことを知っていますか?

キーワード 二次災害を防止 家の戸締まり 通電火災 初期消火



① ② ③
□ □ □

9 台風や地震など、災害事象別に避難する場所とそこまでの安全な経路を決めていますか?

キーワード 避難する場所 避難経路 垂直避難
津波避難ビル 福祉避難所

詳しくは
15ページ

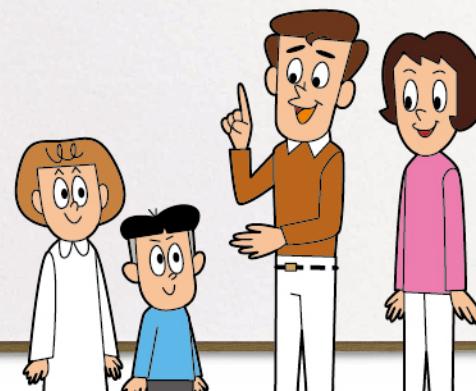


① ② ③
□ □ □

10 災害から財産を守る手段として地震保険・自然災害共済に加入していますか?

キーワード 経済的な備え 協力して運営 あわせて契約
割引制度

詳しくは
16ページ



5