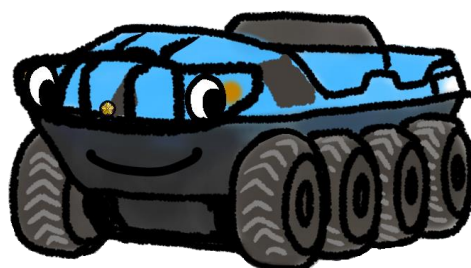


## 防災は 日頃の備え 心がけ ～必ず来る!その日のために～

### 防災は日頃の備えから

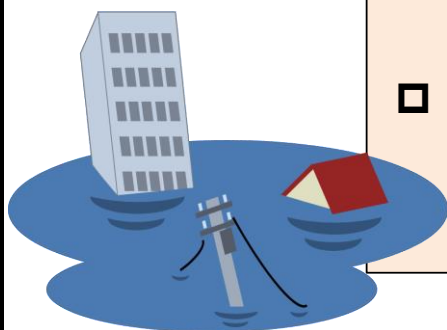
- ◎ 日頃の備え
- ◎ 防災訓練への積極的参加
- ◎ 非常持ち出し品（袋）の準備・点検



### 今回は、**地震対策**について話します

#### 地震に備えて

- 転倒するおそれのある家具や冷蔵庫は必ず固定しておきましょう。
- 避難経路を確保するため、家具などの配置を見直しましょう。
- 避難する際の怪我を防止するため、枕元にスリッパや靴を用意しておきましょう。
- 一週間程度の食料や飲料水を準備しておきましょう。
- 避難に備え、非常持ち出し品（袋）を準備しておきましょう。



☆ 事件・事故 緊急事案は110番（110番は緊急通報のための専用電話です。）

☆ 警察の相談ダイヤル#9110（緊急性のない相談は、警察相談専用電話「#9110」を利用してください。）