



# あなたの防災意識は？

性別(男・女)  
年齢( )



あなたの、災害への備えは万全ですか？  
確認しながら、右の表に○×を入れてください！

## あなたの防災準備はどれくらい？



### 日ごろの備え

#### 家族との連絡方法は？

- (1) 災害用伝言ダイヤル171を、試した事がありますか？
- (2) 家族の写真を、携行していますか？
- (3) 家族で落ち合う場所を、決めていますか？



#### 避難場所は？

- (4) 水害の避難場所！地震の避難場所！を確認していますか？

#### 非常持ち出し品は？

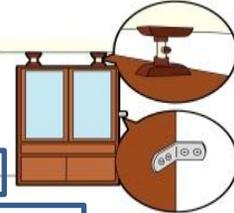
- (5) 貴重品を、まとめていますか？
- (6) 水・食糧を、7日分準備していますか？
- (7) 生活用品・衣類・医薬品を、準備していますか？



### 家の安全対策

#### 家の中の安全対策は？

- (8) 家具を安全な位置で、転倒防止していますか？
- (9) 通路開放ができていますか？玄関に障害物はありませんか？
- (10) ガラスの飛散防止対策がしてありますか？



#### 家の外の安全対策は？

- (11) 屋根のずれ・ひび割れ、アンテナの固定は大丈夫ですか？
- (12) ベランダの整頓は大丈夫ですか？植木鉢は低い位置にありますか？
- (13) 近くの塀にひびわれは、ありませんか？

### 地震が起きた時の行動

#### 地震発生

#### 1〜3分後 揺れが収まった！

- (14) まず、何をしますか？身を守るって知ってましたか！
- (15) 次に、脱出口の確保って知ってましたか？
- (16) 揺れが収まったら、火元を確認って知ってましたか？
- (17) そして、家族は大丈夫ですか？



#### 3〜5分後 余震に注意！

- (18) 靴をはいて逃げる準備！靴は近くにありますか？
- (19) ご近所に声掛け！隣に誰が住んでるか、知ってますか？
- (20) 出火防止に、ご近所で協力！消火器・バケツありますか？



#### 5〜10分後 デマに注意！

- (21) 情報を集める！ラジオは近くにありますか？乾電池ありますか？
- (22) 安全な経路を事前に確認していますか？《車は避難に使わない！》



#### 10分後〜 共助！

- (23) 防災訓練に参加していますか？《協力して消火！救出！救護活動！》

#### 約7日間 避難生活！

- (24) 自治会活動に、参加していますか？《余震に注意しながら協力して行動》

### 我が家の準備は万全！

- (25) 備蓄物資が被災したときに、取り出せるところにありますか？



採点表	
40〜50	『合格』さすがです！ご近所に普及をお願いします。
20〜39	『仮合格』 家族での話し合いが大切です！
〜19	『不合格』 気合を入れて準備を！



チェック項目を家族で話し合っていた場合は2倍です！

NO	チェック
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
○の数	

得点 点