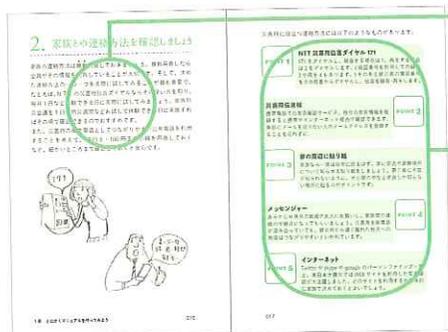


【本書の使い方】

第1章を読んで、順番に書き込んでいただければ「わが家の防災マニュアル」が完成します。本書自体を「わが家の防災マニュアル」として使っていただいてもいいですし、付属のシートに書き込んでいただき、家族分コピーして携帯していただいてもかまいません。

この10項目をうめるために家族で話し合うということが防災への第一歩となります。



解説

項目についての概要や、なぜこの項目が必要なのかを説明しています。

Point

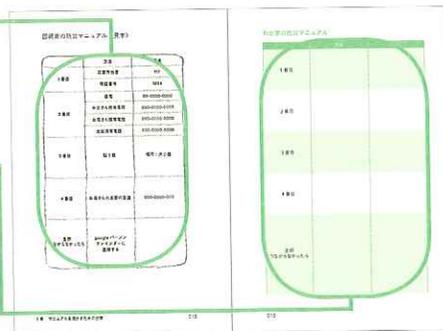
項目について家族で話し合ってもらうときのポイントです。この点を踏まえてご自身のマニュアルを決めてください。

国崎家の防災マニュアル〈見本〉

書き込みのイメージがしやすいように、国崎家のマニュアルを見本として掲載しています。

わが家の防災マニュアル

Point や国崎家のマニュアルを参考にして、空欄にわが家のマニュアルを書き込んでください。実際に地震が起きたときにどうなるかをイメージしてみましょう。



その他の章では地震が起きたときに知っておきたい知識や情報を紹介しています。起きた時の行動にいかしてください。

第1章

**まずは
防災マニュアルを
つくろう**

1. さあ、防災のこと話しましょう

揺れが始まってからでは遅いこと。それは家族との連絡方法の確認です。東日本大震災でもお子さんと連絡がつかずジリジリとした思いをした人もいるでしょう。大地震が発生すれば、自宅の固定電話、各自の携帯電話による通信、メール、どれもつながりにくくなります。連絡が取れないことで不安でたまらなくなる思いをしないように、事前に家族で話し合う「家族防災会議」をひらきましょう。連絡方法、待ち合わせ場所、誰に助けを求めるかなどを決めておくことで、災害時の行動に差がでます。

本章で家族と話し合ったことを書き込み、完成したら、「わが家の防災マニュアル」として家族分コピーしてお財布や通学カバンに入れて、いつでも確認できるようにしておきましょう。



地震が起きたときの対応は各家庭で異なります。住んでいる場所、自宅の耐震性、家族の年齢、季節、気象などの様々な条件を挙げて、地震が起きたらどうなるかをイメージしてみましょう。防災の本を参考にして、災害が発生した時のことを家族でしっかり話し合うことが重要です。

POINT 1

家族・家を考える

家族構成・居住形態（人数・年齢・健康状態）・耐震性^{*}の有無（戸建／集合住宅）から、どのような被害になるかを考えます。

POINT 2

土地を考える

海が近い、山が後ろにある、川沿い、埋め立て地、造成地の盛土など、わが家の地域特性を再確認しましょう。たとえば、埋め立て地に建つ家ならば液状化現象のおそれがあるかどうかをハザードマップで確認しましょう。

POINT 3

気象・季節を考える

気象（雨、雪、雷、強風）、季節（暑い、寒い）によって困ることをイメージしながら災害時にどうするかを話し合しましょう。

*の用語についてはP.113で解説しています