

じゅんび ふだんから準備しておきましょう

ぼうさいてちょう かつよう
1.防災手帳を活用しましょう。

かぞく そうだん にげるたいみんぐ ばしょ きめて
2.家族と相談して、逃げるタイミングと場所を決めておきましょう。

ひなん ばしょ あんぜん いけるみち
3.避難場所に安全に行ける道と方法を確認しておきましょう。

へるぶマーク・へるぶカード かつよう
4.ヘルプマーク・ヘルプカードを活用しましょう。

ひなんこうどうようしえんしゃめいぼ とうろく
5.避難行動要支援者名簿に登録しておきましょう。

ぼうさいねっと とうろく
6.ひょうご防災ネットに登録しておきましょう。

ひじょうもちだしぶくろ さいてい7にちぶん みず くすり しょくりょう ようい
7.非常持ち出し袋や、最低7日分の水や薬、食料などを用意しておきましょう。

さいがい おこったばあい びょういんじゆしん くすり
8.災害が起こった場合の、病院受診や薬のもらい方について、
たんとうい はなしあって きめて
担当医と話し合って、決めておきましょう。

うごける ぼうさいけんしゅうかい くんれん さんか
9.いざというときに動けるよう、防災研修会や訓練に参加しましょう。

