

## 家族で話し合っておくことは？

実際に地震が発生したときのことを想定して、各自ですべきことや避難方法、連絡方法などを家族で話し合っておきましょう。

### 1 役割分担の決定

- ・ 日常の予防対策上の役割と地震発生時の役割を決めておく。
- ・ 高齢者や乳幼児などがある場合は、保護担当者を決める。

### 2 危険箇所の確認

- ・ 家の内外をチェックして、危険箇所を確認する。
- ・ 危険箇所への修理や補強方法について話し合う。

### 3 安全空間の確保

- ・ 家具の配置換えをして、家の中に安全なスペースを確保する。
- ・ 家具の転倒・落下を防ぐ方法を決める。

### 4 非常持出品の確認

- ・ 必要な非常持出品がそろっているか確認する。
- ・ 定期的に保存状態や使用期限を点検する。

### 5 防災用具などの確認

- ・ 消火器や救急箱、非常用品の置き場を確認する。
- ・ 消火器の使い方を覚えておく。
- ・ 応急手当の方法を覚えておく。

### 6 連絡方法や避難場所の確認

- ・ 家族が離ればなれになったときの連絡方法や避難場所を確認する。
- ・ 避難経路などの下見をしておく。
- ・ 防災連絡カードなどを作って、常時携帯しておく。

※ [「地震だ！まずは身の安全を確保」を参照](#)

※ [「地震発生!!その時の行動」を参照](#)

※ [「津波だ！すぐに高い場所に避難」を参照](#)

※ [「家の中の安全対策」を参照](#)

※ [「震災に対する備え」を参照](#)

※ [「情報・連絡方法」を参照](#)

※ [「知っていると便利！応急担架の作り方」を参照](#)