

災害には、地震・津波・風水害・火山・大雪などがあるよ！  
でも、しっかりと訓練を行ってれば、どんな災害が起きても  
命を守る事が出来るんだ！

でも訓練って何をすれば良いのかな？

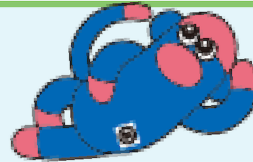


わからん

～コラム～

日頃から訓練をしているかで生死が  
分かります。海沿いに住んでいても、  
適切な判断が下せれば助かります。

①まずは自分の身を守るには  
外にいたらなるべく高く開けた所に逃げる。  
家や建物にいたら、つくえやベッドに  
身をかくす。



まず頭を守る事が大事だよ！

②お年寄りを助けるには  
お年寄りはみんなと比べ、1人で逃げるのが  
難しい。日頃からいっしょに逃げる練習をし  
ておくと良い。

～コラム～

逃げないという  
判断も大事！  
無理に外に出ても  
あぶない！

③家族を守るには  
日頃からひなんけいろをかくにんしておく。  
食材を用意しておく。



これらの小さな事を日頃から意識する事で  
安心にすごせるよ！  
めんどくしえけどがんばろう！



がんばる！

大切なことはおのくんと...