

あなたのために！
やってみましょう！

「私の家は、私は大丈夫♪」
…と、“なんとなく”思っていないですか？
大事なポイントをまとめました。

～ご自分で是非チェックを～

防災セルフチェックシート

身の安全の備え

●家具類の転倒・落下・移動防止対策

- ☐ 家具やテレビなどを固定したり、配置を工夫している。

●けが防止

- ☐ 懐中電灯やスリッパなどがすぐに使える場所においてある。

●塀などの補強

- ☐ 家屋の耐震診断を受けたり、ブロックやコンクリートの塀が倒れないように補強している。



初動対応の備え

●消火の備え

- ☐ 消火器を準備したり風呂の水の汲み置きをしている。

●非常用品

- ☐ スマホのバッテリーや季節を考慮した衣類など、本当に必要なものを選んでいく。
☐ 必要なものをまとめてわかりやすくいつでも持ち出しやすい場所においてある。



確かな行動の備え

●話し合い

- ☐ 役割分担、連絡方法、離ればなれになった時の集合場所などを話し合っている。

●地域の危険を知る

- ☐ ハザードマップを確認したことがある。家の周辺を実際に歩いて注意する場所を確認している。

●防災の知識

- ☐ 行政・消防署のホームページや講座などで防災についての情報を確認している。

●防災行動力

- ☐ 日頃から防災訓練などに参加して身体防護や応急救護、避難要領を確認している。



～いかがでしたか？あなたの取り組みで被害を軽減することが可能です！～