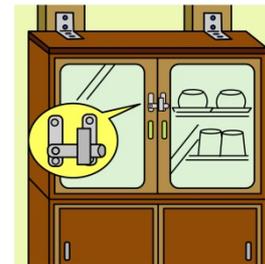
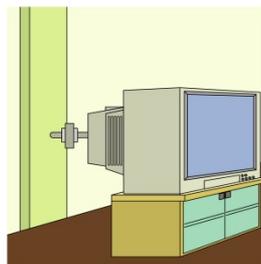


# 家庭での備え 4つのポイント

## ポイント①

家の中にある食器棚、タンス、テレビ等の家電製品は、地震時には凶器に変わることがあります。家具類を固定して、転倒・落下防止対策を施しましょう。特に、寝室は安全な空間を確保しておくことが大切です。



## ポイント②

災害時には電力の供給が止まってしまう可能性があります。明かりを確保するため、懐中電灯を準備しましょう。また、正しい情報を入手するため携帯ラジオも忘れずに準備しておきましょう。



正しい情報を  
聞くことが大切



## ポイント③

食料や飲料水は家族構成に応じて3日以上を家庭内で備蓄しておきましょう。飲料水は大人一人当たり、1日3ℓが目安です。また、乳幼児のいる家庭ではミルク、ほ乳瓶、離乳食等必要なものが変わるので注意が必要です。



## ポイント④

災害時に常に家族が一緒にいるとは限りません。避難場所や避難経路を家族で話合って、家族が離ればなれになった場合の集合場所や連絡方法も事前に決めておきましょう。

