

いまからできる 明日への備え

埼玉県警察本部 警備部 危機管理課

いのちをまもる3STEP

地震！

1

まずひくく
DROP！



あたまをまもり
COVER！



うごかない
HOLD ON！



水害！

レベル4までに必ず避難！

警戒レベル

新たな避難情報等

5

災害発生
又は切迫

緊急安全確保

4

災害の
おそれ高い

避難指示

3

災害の
おそれあり

高齢者等避難

2

気象状況悪化

大雨・洪水・高潮注意報
(気象庁)

1

今後気象状況
悪化のおそれ

早期注意情報
(気象庁)

必ず
避難を！
レベル4までに



ゆれがおさまったら

まずは身の安全の確保！

- 火元の確認
- すぐに外に飛び出さない
- 窓や扉をあけ出口の確保
- 災害伝言ダイヤル
などで安否確認

慌てずに行動することが大切！

避難の注意点

「まだ大丈夫」が命取り！

- 気象情報や河川情報
などを確認
- 避難行動は浸水前に
- 車での避難は危険
- 橋や川の近くは危険

安全なうちに避難を！

災害が起きる前にできること

家具の置き方の工夫

- ・家具が転倒しないよう壁に固定
- ・寝室や子供部屋にはできるだけ家具を置かず、背の低い家具にし、出入口をふさがない配置にしましょう



埼玉県警察HPにて各言語に
対応した安心チェックシート
や地震への備えなどの情報を
公開しています

食料・飲料 生活必需品の備蓄

- ・飲料水3日分（1人1日3リットル）
 - ・非常食3日分（ご飯、ピスケット、板チョコ、乾パンなど）
 - ・生活必需品（簡易トイレ、懐中電灯など）
- 大規模災害時には「1週間分」が望ましい



自治体のホームページや国土交通省ハザードマップポータルサイトなどから防災マップやハザードマップを入手し避難場所・避難経路を事前に確認しておきましょう
※災害の種類によって避難場所が異なる場合があります

避難場所や 避難経路の確認

非常用持ち出し袋 の準備

- ・飲料水、食品、ヘルメット、衣類、下着、懐中電灯、携帯ラジオ、タオル、携帯充電器（電池式）、常備薬など
- ・ミルクやおむつ、生理用品などそれぞれ必要な物を準備しましょう

非常用持ち出し袋



災害時には携帯電話の回線がつながりにくく連絡が取れない場合があるので、事前に安否確認の方法や集合場所などを話し合っておき

- ・災害用伝言ダイヤル「171」
 - ・災害用伝言版
- などのサービスを活用しましょう

家族の安否確認方法 の確認

