

# いまからできる 明日への備え

埼玉県警察本部 警備部 警備第二課



埼玉県警察  
マスコット



## 地震発生！そのとき、どう行動しますか？

揺れを感じたら…

- ・頭を保護し、机の下など安全な場所に避難する
- ・あわてて外に飛び出さない
- ・無理に火を消そうとしない
- ・エレベーターでは、最寄りの階に停止させ、すぐに降りる

いのちを守る **3ステップ**



## 水害対策していますか？

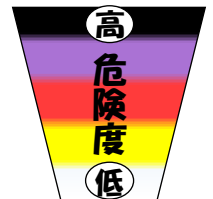
雨や風が強くなる前に…

- ・**防災気象情報**を活用し、早めの防災行動を取る
- ・窓や雨戸はしっかりと閉める
- ・側溝や排水口は掃除をして、水はけをよくする
- ・物が飛ばされないように移動、固定する

### 防災気象情報とは？

気象庁において、大雨などの災害リスクが高まるときに、5段階のレベルに分け、「警報」などの防災気象情報を発信しています。

スマホやPCで最新情報をチェックし、早めの行動を心掛けてください。



## 災害が起きる前にできること

### 家具の置き方の工夫



大地震が発生したときには「家具は必ず倒れるもの」と考え、壁に固定するなどの転倒防止対策を講じる必要があります。

また、家具は倒れる向きを考えて配置し、倒れた時に出入り口をふさがないように工夫しましょう。

### 食料・飲料 生活必需品の備蓄



電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備え、備蓄しておきましょう。

- ・食料や水 × 家族分  
(最低3日分、できれば1週間分)
- ・生活必需品(ティッシュ、トイレットペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレなど)

### 非常用持ち出し袋の準備



非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰め、いつでもすぐ持ち出せるようにしましょう。

- ・水、食料、防災用ヘルメット、衣類、下着、タオル、レインウェア、懐中電灯、携帯ラジオ、常備薬など

### 避難場所や 避難経路の確認



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安全な避難場所が異なります。

### 家族の安否確認 方法の確認



災害時には携帯電話がつながりにくく、連絡が取れない場合もあります。日頃から安否確認の方法や集合場所などを、事前に話し合っておきましょう。

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

埼玉県警察HPにて、多言語に対応した防災情報を公開しています。ぜひご覧ください！

