

災害時に自分の命を守る！

今できる一人ひとりの防災対策

地震や津波などの自然災害は、想像を超える威力で突然襲ってきます。日本は世界有数の地震大国であり、今年の日日に発生した能登半島地震では、石川県で観測史上初の最大震度7を記録する大きな災害となりました。

いつ起こるか分からない自然災害に日頃から備えるため、本特集で防災意識を高めましょう！

防災対策で重要なこととは？

災害による被害をできるだけ少なくするためには、次の3つが重要だと言われています。

自分自身の
身の安全を守る



自助

周囲の人たちが
協力して助け合う



共助

国や自治体などの
公的機関の救助・援助



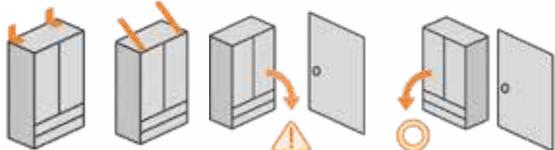
公助

この中でも**基本となるのは「自助」**です。特に災害が発生したときは、まず、自分が無事であることが最も重要です。

今できる防災対策は？

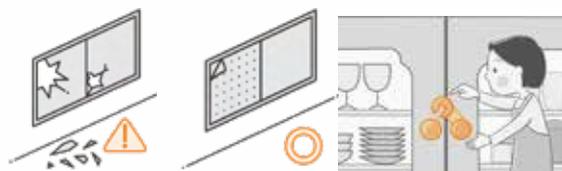
まずは、自分の周りにどのような災害の危険が及ぶのかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を講じましょう。

- 家具の転倒や転倒によって出入口をふさがないように、家具を壁に固定したり向きや配置を見直すなどの対策をする



L型金属 ベルト

- 窓ガラスや食器棚などには、ガラス飛散防止フィルムを貼り、食器棚の開き戸には開かないように留め金を付ける



- お互いの安否が確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを話し合っておく



- 町が指定する避難場所・避難所やハザードマップを確認する

上ノ国町
ハザードマップ



上ノ国町
避難場所

