

北杜市防災週間

期間：令和7年8月30日(土)

～9月5日(金)

「自分の命は自分で守る」ことができるよう、家族と話し合い、一人ひとりが「安心」できるよう「防災週間」に家庭でできる、次の訓練を行いましょよう。

1. 地震を想定した訓練をしましょよう！

日時：8月31日(日)午前9時

防災行政無線により市内一斉サイレンを鳴らします。

地震から身を守るどこでもできる訓練です。

いざという時のために「安全行動①－②－③」を身につけましょよう。



①



DROP!

②



COVER!

③



HOLD ON!

裏面も確認してください

2. 家庭での備えをチェックしましょう！

- ① 地震を想定した安全行動をしましたか
- ② 家族で話し合ったことがありますか
- ③ 自動点灯ライトを整備してありますか
- ④ **家具の固定**をしてありますか
- ⑤ **ハザードマップ**で自宅周辺の危険を確認したことがありますか
- ⑥ 自宅の周辺を歩いて確認したことがありますか
- ⑦ **避難先**を決めていますか
- ⑧ 非常時における家族との**連絡方法**を決めていますか
- ⑨ **非常持ち出し品**を準備していますか
- ⑩ 最低**3日間**の非常食を準備し、定期的に入れ替えをしていますか
- ⑪ **家族で訓練**をしたことがありますか

