

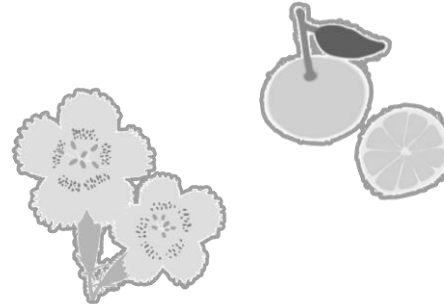
① 「防災みえ.jp」を見てみよう！  
 三重県の天気や災害の情報を知ろう  
 「警報」「注意報」などの天気の情報を探してみよう！  
 「みえ防災ナビ」というアプリもあって、とても便利！  
 おうちの人と一緒にダウンロードして使ってみよう！

② 防災ポーチを作ろう！  
 防災ポーチとは、いつも持ち歩き災害の時にすぐ役立つものを入れたポーチのこと。自分にとって大事な物(お薬、小さなライトなど)を入れておこう。人によって中身は違うよ。  
 ☆やってみよう！  
 自分に合った中身をおうちの人と考えてみよう！



海のまち鳥羽

## ～防災と学びの旅～



③ 家族の連絡先を確認しよう！  
 ☆やってみよう！  
 災害の時に家族と連絡を取れるように、おうちの人  
 の電話番号をメモしておこう！  
 自分に持病(病気)がある人は、それもメモしておく！  
 安心だよ。

④ 「171」を試してみよう！  
 ☆やってみよう！  
 災害伝言さーにすを使えるようになろう！おうちの人  
 と一緒に公衆電話でやってみよう！  
 ※体験利用できる日が決まっているよ。

④ 三重県防災ガイドブックを読もう！  
 ☆やってみよう！  
 今までやってきたことをガイドブックで振り返ってみよう！  
 三重県で起きた昔の災害からも学べるよ。おうちの人と読んで話し合ってみよう！

日ごろの備えが、自分や大切な人を守ります。  
 今日からできることを1つずつやってみよう！

折本製作協力：株式会社アクアス コラボ

有志団体  
 自由学園最高学部防災と学びの旅プロジェクト

⑤ 大雨の予報が出たらどうする？  
 目的：自分の周りで、どんな危険があるか知ろう  
 ☆やってみよう！  
 大雨が降ると土砂崩れや川の氾濫が心配だね。  
 自分の家や学校の近くに山や川があるか見てみよう！  
 川が氾濫しそうだったら近づかないようにしよう！

⑥ 地震がきたらどうする？  
 目的：いろいろな場所・時間に備えよう  
 ☆やってみよう！  
 家の中、外、料理中、学校、一人の時…時と場合によって動くべきかを考えよう！  
 おうちの人とどう動くべきかを話し合ってみてね！



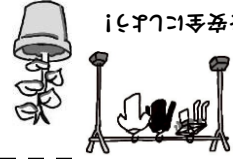
⑪ 地域の人と話してみよう！  
 ☆やってみよう！  
 災害の時、近くの人と助け合えるように挨拶をしよう！  
 地域の防災訓練にも参加しよう！

⑫ 避難場所を確認しよう！  
 ☆やってみよう！  
 「一番近い道」よりも「一番安全な道」を顔うちに人と確認しよう！

⑬ 「Myまっぷラン」を作ろう  
 家族や地域の人と一緒に、目で見えて確認することが大切だよ  
 ☆やってみよう  
 危険な場所、安全な場所、避難場所、公衆電話などを地図に書いてみよう！

⑦ 家の点検をしよう！  
 ☆やってみよう！  
 災害に備えて家の中を外を安全にしよう！  
 家具はこざされていっているかな？植木鉢は落ちやすいかな？確認しよう！  
 大雨の前には外の物は中井に入れよう！

⑧ 被災後の生活を経験しよう！  
 ☆やってみよう！  
 一日だけでも水無し、電気無し、ガス無し生活を体験してみよう！  
 電気水道ガスが使えないと、どんなことが起こるか？あったら便利なものが見つかると



⑨ 備蓄品を確認しよう！  
 ☆やってみよう！  
 食べ物や水が足りるか、確認しよう！  
 調理が簡単な缶詰やカップ麺などは普段から使ったら買い足す「ローリングストック」で新しいものを備えておこう！



⑩ 避難袋を確認しよう！  
 ☆やってみよう！  
 災害時に持ち出す物を確認しよう！家族分あるか、中身は使えるか、定期的に見直そう！誰がどのリュックを持って行くか家族で決めておこう！