

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!



⑪ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!
⑫ 家の点検をしよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

⑬ 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!



⑭ 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」を頼うちに人と確認しよう!

⑮ 「Myまっぷラン」を作ろう
家族や地域の人と一緒に、目で見て確認することが大切だよ
☆やってみよう
危ない場所、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!

⑯ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

⑰ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

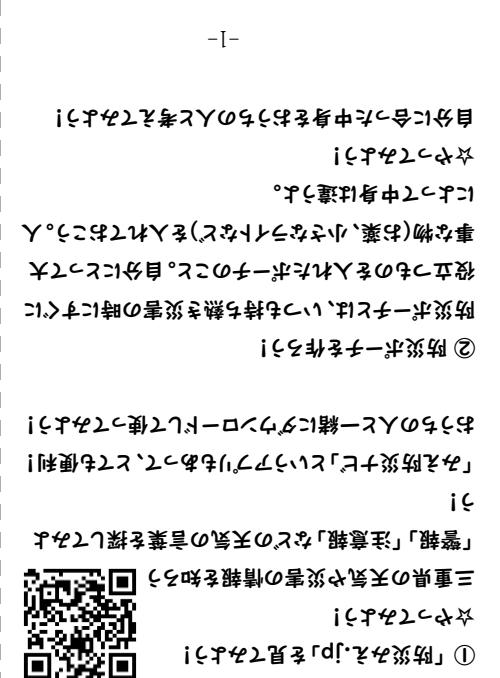
⑱ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

⑲ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

⑳ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

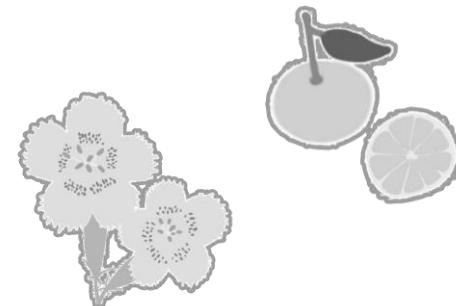
㉑ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!

㉒ 地震のときの備蓄品を確認しよう!
☆やってみよう!
地震のとき、身のまわりの物の中どこかに備蓄品があるか確認しよう!



海のまち鳥羽

～防災と学びの旅～



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

-7-