

外出時はおしゃれ防災



地震や、近年増加しているゲリラ豪雨など、災害はいつどこで起きるかわかりません。外出先で災害に襲われたときに自分の身を守れるよう、日常のおしゃれの中に防災の備えを盛り込んでみましょう！

- ・ストール、スカーフ（防寒対策、マスク、包帯の代わりにも活用できます）
- ・スニーカー、フラットシューズ（長時間歩けるものにしましょう）
- ・スキンケアクリーム（クリームなら緊急時のメイク落としになります）
- ・ウェットティッシュ（汚れた手を拭いたり、ボディシート代わりにもできます）
- ・リュック、ショルダーバック（両手が空くことにより、身の安全を確保しやすくなります）

もしここで地震が起きたらと考えてみましょう！

地震発生!! 外出時の注意



ブロック塀・建物には近づかない

ブロック塀や建物は崩れる可能性があります。できる限り離れて、近づかないように気をつけ、近くの公園など安全な場所へ避難しましょう。



ベビーカーなどに抱っこ紐をいれておく

がれきや倒壊した壁などで道がふさがれる可能性があります。その時はベビーカーで避難するのは困難になるため、抱っこ紐を備えておきましょう。

子どもの手を離さない

子どもとはぐれてしまう可能性があります。はぐれないよう、手は絶対離さないようにしましょう。



買い物をしている場合

商品棚などからは離れ、手荷物や買い物カゴなどあれば、それをかぶり落下物から頭を守りましょう。階段などにいる場合は走らず、落ち着いて行動しましょう。

エレベーターの中にいる場合

揺れを感じたら、全階のボタンを押し、止まった階で避難しましょう。万が一エレベーターの中に閉じ込められたら、非常ボタンを押し、消防に連絡をしましょう。

車を運転している場合

あわてず、ハザードランプを点滅させゆっくりと車を道路左に寄せて、停車しましょう。日頃からチャイルドシートを使うことも忘れないようにしましょう。