



主婦うポ

2019

防災カレンダー 7月



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1 災害用伝言ダイヤル「171」体験日	2	3	4 旅行の際は行き先・連絡先を伝えておこう!	5	6
7	8	9	10 防災家族会議 お家での防災訓練について	11	12	13
14	15 災害用伝言ダイヤル「171」体験日	16	17 暑い時期は、食品や医薬品の保存に注意!	18	19	20 防災訓練 お家の中で防災訓練しよう!
21	22 浴槽には約200リットルの水がたまります	23	24	25	26 持病がある人は避難所で事前に伝えておこう	27
28	29	30 防災グッズ確認 足りないものを補充しよう!	31	地震があったら 出口のドアを少し空けておく。		

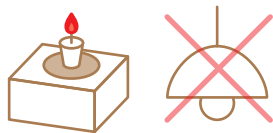
今月の我が家の防災目標!

お家で一日防災訓練!

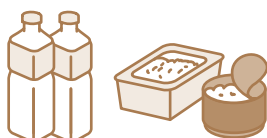
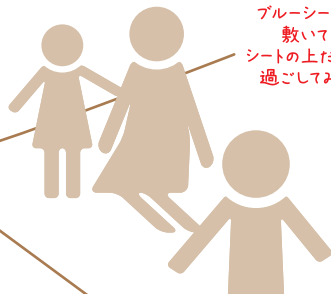
家の中でも防災訓練をすることで、今まで見えなかった部分や、足りないものが見えてきます。簡単なことから、お子様と一緒に楽しく学びながら訓練してみましょう!

- 身を守る安全な場所を確認
- ガスの元栓やブレーカーを切ってみる
- 暗い中で明かりを確保
懐中電灯の場所を確認
- 部屋から家の外へ避難してみる
扉近くや足下の障害物をチェック
- 防災グッズを使ってみよう
食事や暗さを体験

電気を消して過ごしてみる



ブルーシートを敷いて
シートの上だけで
過ごしてみる



水を節約したり
非常食を食べってみる

MEMO 足りないものや準備するものもどんどんメモっていこう!

この防災カレンダーは、日常の中で少しでも防災意識をもち続けられるよう、主婦の声を集めてつくりました。

(株)ウーマンスタイル