

## 「みんなの避難ルール」の使い方

「みんなの避難ルール」をダウンロードしていただき、ありがとうございます。  
います。

まず、地震が起きたらどこに逃げるか、どこに集まるか、どうやってお互いに連絡を取りあうか、家族みんなで話し合ってください。家族の避難ルールが決まったら、シートの白い部分に書いて、冷蔵庫など家族の目に留まりやすい場所に張ることをお勧めします。

「逃げる場所」には大きなゆれの後、まっさきに避難する場所を書いてください。それぞれの家の場所によって書く内容は違います。(その1) は自分の家から最も近い避難場所、(その2)には(その1)よりもさらに高い場所や、普段いることが多い場所(祖父母の家、塾、公園、通学路など)から最も近い避難場所を書いてみてはどうでしょうか。

「逃げた後、家族が集まる場所」には、いったん安全な場所に避難し、津波警報・注意報が解除された後、家族が集まる場所を書いてください。

地震や津波の被害を受けた地域では、電話利用が急に増えるため、電話がつながりにくくなります。「困った時の連絡先」に、離れた場所に住む親戚らの電話番号を書いて連絡の中継点にしたり、NTT災害用伝言ダイヤルを利用したりして、お互いの安全を確認してください。

# みんなの避難ルール

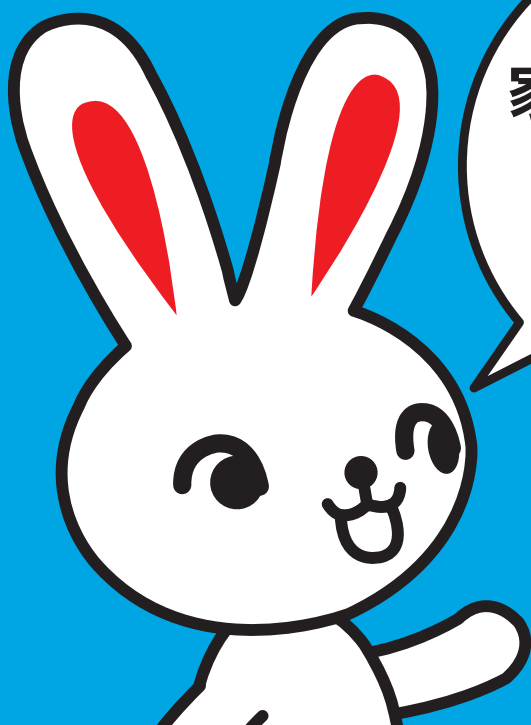
逃げる場所(その1)

逃げる場所(その2)

逃げた後、家族が集まる場所

困った時の連絡先(例・遠くの親せき)

NTT災害用伝言ダイヤル { 録音171+1 +自宅の電話番号  
再生171+2 +自宅の電話番号



家族と相談して  
冷蔵庫などに  
張ってね

書いた人

書いた日

年 月 日

河北新報社

「いのちと地域を守る」キャンペーン