

## 気象庁 南海トラフ地震臨時情報 発表中 (巨大地震注意)



# 慌てない!

## まずは、日頃からの備えを点検しよう!



慌てなくても  
できることはたくさんあるよ!!



自分のいる場所・行く場所の  
ハザードマップの確認



家族との安否確認、連絡手段  
合流場所の確認と把握



建物内外の避難経路の確保  
(整理・整頓、家具類の固定)



自宅・職場の災害用備蓄品の  
動作確認、在庫の点検・補充



行き過ぎた緊張はせずに  
適切な防災意識を心掛けて  
事前防災に努めよう!