

関東大震災から 101 年

8月30日～9月5日は

# 防災週間

9月1日は「防災の日」…平時のうちから災害への備えを！それが事前防災！

ローリングストック以外にも

万が一のときに慌てないために

平時のうちから

できるだけ準備＝

事前防災に努めよう！



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



職場の安否確認メールシステム  
登録・確認

VVローリングストックとは^^

賞味期限の長いものを普段から少し多めにストックしながら消費すること。ペットボトル飲料やお米、缶詰、カップ麺、レトルト食品、スナック類などは、普段消費する分よりも少し多く備蓄しておくことで災害時に役立てるといふ考え方です。

まずは3日分  
可能であれば7日分の備蓄を  
ローリングストックで少しの安心を

自らと家族、仲間、大切な人の  
いのちを守るために備える防災を取り組もう！

