

乳幼児のいる家庭の防災対策

～どんな時、どこに避難する?編～

■9月は防災月間です。

防災と言えば、「避難所」を思い浮かべますが、災害の種類や規模により、避難の必要性があるか、考えておくことが大切です。自分や大切な人、ものを守るために、今からできる「備え」を確認してみましょ。

■自宅の災害リスクを確認

皆さんのご自宅で、考えられる災害による被害は？

津波 土砂崩れ 洪水(浸水) など

鎌倉市防災情報マップは
こちら



ご自宅がどのような場所にあるか、災害リスクを確認しておきましょう。安全であれば在宅避難も可能です。状況に応じて、安全な親戚のおうちや避難所への水平避難、高いところへの垂直避難など、検討しましょう。

■おんぶを練習する

子どもを素早く安全な場所まで避難させるには、「おんぶ」が有効です。

<いつから?>赤ちゃんの首がしっかりとすわった生後4ヶ月頃から可。

<メリット>・避難時、両手が空のので荷物を持ったり、手をつないだりできる。

・足元がよく見えて安全。

・保護者が前に転んだ時、子どもが下敷きにならない。



おんぶは、お子さんとのスキンシップにもなります。3歳くらいになると自分の力でしがみつけるように！普段から、身体を使う遊びとして取り入れてみてください。

■非常持出グッズを準備する

食料は、最低3日分以上ご用意ください。

ご自宅では、1週間程度の備えがあると安心です。

詳しくはこちら

■大切な人との連絡方法を確認

災害用伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板(web171)というサービスがあります。いずれも毎月1日、15日に体験利用ができますので試してみましょ。



親子のための
防災コンパス



鎌倉市防災情報
ハンドブック