

# いざ災害！…そのときに備えて（5）

## 1. 自分と家族の命を守るために 家族会議の開催

- 地震、火災、風水害など、いざというときに備えて家族全員で連絡方法や各自の役割を確認しておきましょう。



### 家族会議の内容

#### 寝室を決める

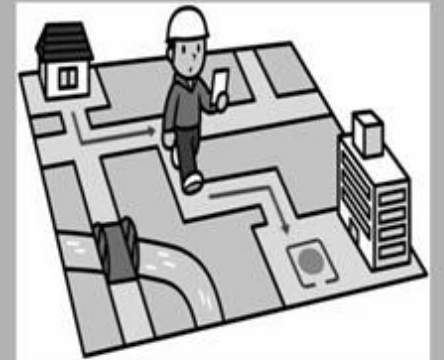
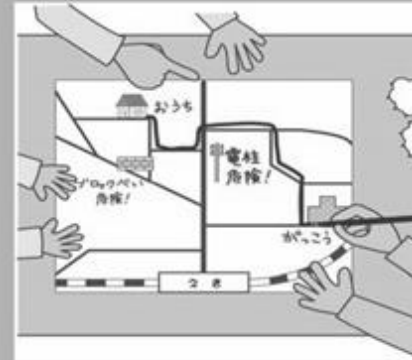
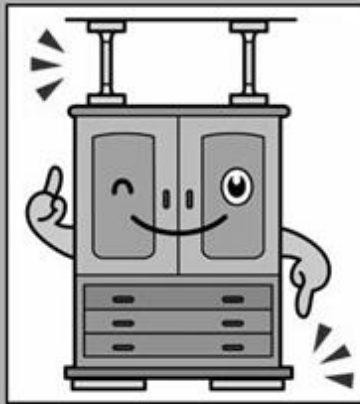
- 大地震と火災に備え、高齢者の寝室を決め、寝室の家具の配置、家具の固定などを行う。



#### 避難経路の確認

- 避難場所、火災延焼時の広域避難場所への避難経路の確認。  
(昼間と夜間、それぞれ避難経路を歩いて確認)

#### 備蓄品の準備・保管場所の確認



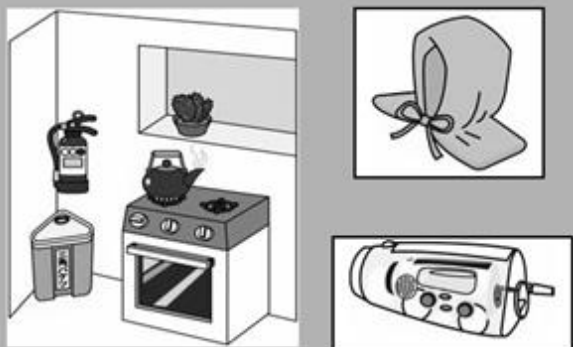
#### 災害時の役割確認

- 高齢者の避難誘導
- 備蓄品や重要品の持ち出し
- ガス栓・ブレーカーの措置

#### 非常持ち出し品の準備



#### 消火用品、防災用品の準備



#### 家族の連絡方法を確認

- 災害用伝言ダイヤルの活用



#### 救急医薬品の使用方法と置き場所の確認

