

仕事中に起きたらすぐ帰れない。
子どもを保育園に迎えに行けない

避難所で子どもが泣いたり、
騒いだりしたら迷惑かかるなあ

大地震が起きたとき、 あなたはどうする？

避難所に子どもと荷物
両方抱えて避難できるか不安

防災グッズの消費期限が
切れてるかも・・・

防災とたはら暮らし

災害

は、避けることが
できません。でも、
事前に備えをすれば、被害
を少なくすることができま
す。

災害だけがをしないため、
自分と家族を守るため、そし
ていち早く元の生活に戻すた
めに、皆さんも家庭で「防災
対策」をしましょう。

とはいっても、「何から取
り掛かったらいいのか」「防
災グッズはあるけど中身が使
えるか分からない」そんな方
も多いのではないでしょ
うか。

今回は、女性の視点を取り
入れ、自分自身を守るだけ
なく、周りの人も助けること
のできる防災対策をご紹介し
ます。

どれも、いつもの生活から
すぐ始められ、続けられるこ
とばかりです。

まずは、お母さんの立場で
防災対策を考えている千賀さ
ん(野田町)のご家庭で話を聞
いてきました。

私にできること

2人の男の子(5歳と1歳)
のお母さんである千賀さんは、
自分を少し心配性だといってい
ました。千賀さん宅の防災の備え
は、特別なものではなく、子ど
もへの愛から生まれた生活の一
部でした。

◆日常生活の延長線上に

共働きの千賀さん夫婦は、平
日の夕方は大忙し。仕事を終え
て、保育園に子どもを迎えに
行って、ご飯を作る。そんな生
活の中で、レトルト食品や缶詰
は必需品です。これらを工夫し
て利用することで、家事の時間
減らすことができ、子どもと過
ごす時間ができます。

