



避難訓練だより

美保里こども園

地震列島と言われる日本。ここ数年は本当に地震が多いように思います。
また、防災ネットからは不審者情報やつきまとい事案等の情報もよく目にします。
今回は、家庭でもできる身の守り方をご紹介します。

地震が起こったら…！！

ダンゴムシのポーズ

近くに頭を守るものがないときは、膝と足の甲を床につけて両手で頭を守ります。



机の下にもぐる

地震で建物が揺れると、周りにあるいろいろなものが倒れてきたり窓ガラスなどが割れて落ちてくるかもしれません。硬くて丈夫な机の下にもぐれば、大切な体を守ることができます。



★地震はときには津波を引き起こすこともあります★

★家庭や旅先でなどでもハザードマップでリスクをチェックしましょう★

みんなの身を守る合言葉！



★不審者=怪しい人ではありません。優しい顔で近づいてくる人もいます★