

いざという時のために、情報を準備しておきましょう

●最寄りの自主避難場所

●一次避難場所までの移動手段

●身近な地域の資源

【トイレ】

【電源】

●誰に助けてもらいますか？

【名前】

【関係性】

【連絡先】

●誰を助けますか？

【名前】

【関係性】

【連絡先】

●自主的に誰に声を掛けますか？

【名前】

【関係性】

【連絡先】

●緊急時の連絡先

【自治区の事務所】

【かかりつけ医】

【薬局】

【福祉の担当者】

【 】

【 】

記入後に携帯・スマホで写真撮影して保存しておくのもおすすめ！

ひ
日ごろの

とく
特に

ぼう さい さい がい
防災と災害

みんなそれぞれ

こまること

そな たす あ じぶん だいじ
備えよう・助け合おう・自分もみんなも大事な『いのち』

ちしき たす ひと おお たす
知識と助けが、ハンディキャップのある人にとっては大きな助けとなります。

し たす
知っておいてよかった、こんなことあんなこと、それぞれの助けになること



おめでとう!
GOAL!!

防災・災害時 すぐらく - 安全を確保しよう! -

おめでとう!
GOAL!!



ふだんは安全な場所でも、災害時には大変危険な場所となります。またハンディキャップのある人にとっては特に困ることが多くなります。日々危険にそなえ、災害時には自分の身の安全を確保しながら困っている人を助け、安全に避難できる場所を目指しましょう!



自分の身の安全を守れる場所を
見つけて避難できました!

家族と決めた避難所に
たどり着きました!



ワープゾーン

Warp zone

もう一回サイコロをふって、
【偶数】おめでとう!ゴールだ!
【奇数】残念!スタートにもどる

避難する場所は
ひとつとは限らない!

まず準備として

自分が安心して避難できる

場所を確保しよう!

発災時には「命を守ることを
最優先に避難する場所を
探すことが大事だね!



豪雨で河川が氾濫しそう! [-200点]
ハザードマップを確認し、
垂直避難訓練をしていたら [+500点]



余震だ! [-100点]
本震はこれから!?
慎重に避難しよう



リュックにヘルプマークをつけた子ども
が一人で歩いていた。
おどろかせないようにゆっくり話しかけ
、ヘルプマークを見せてもらい安全を確
保しながら一緒に避難所に向かう [+400点]



火事だ! [-100点]
防災訓練に参加
したことがあれば
【+300点】



避難所に行く途中
困っている人に声
をかけた [+50点]
今一緒にプレイし
ている人に日頃の
感謝の気持ちを伝
える [+80点]



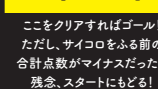
心停止している人
がいる! [-50点]
最寄りのAEDの場所
を確認していたら
【+100点】



家族とはぐれて
しまった [-50点]
緊急時の集合場所
を決め、災害時伝言
ダイヤル『171』を
体験する [+100点]

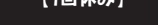


手伝えそうな事が
あればボランティア
をする [+50点]
実際の避難所で
ボランティアする
事が誓えるなら
【+500点】



ここをクリアすればゴール!
ただし、サイコロをふる前の
合計点数がマイナスだったら
残念、スタートにもどる!

自分の安全を確保
するため止まる
1回休んで冷静に
避難しよう [+10点]
【1回休み】



ハンディキャップ
があるが、支援者
がおうず避難でき
ない [-100点]
防災訓練に参加し
たり、近隣に事情
を伝える [+50点]



避難時に隣近所に
声をかけた
【+50点】
日頃から隣近所
の人に挨拶をする
なら 【+20点】



ブロック塀が倒れて道が通れず、迂回
したら今度は増水していて足元が見えず
、仕方ないのでそのまま進んだらマンホ
ールに落ちてしまった [-100点]
ふだん通る道に危険になりそうな箇所が
あるかどうか確認する [+150点]



施設利用者に短く
簡潔に情報を伝え
た 【+10点】
状況を伝える練習
をする(災害発生場
所、最寄りの避難
場所等) 【+30点】



玄関の植木鉢が
倒れてドアが
開かない [-10点]
避難経路の障害物
になりそうなもの
を整理するなら
【+30点】



職場に第一報を
入れた 【+10点】
社内ルールの確認
、連絡手段を複数
準備したら
【+30点】



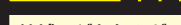
通電火災を防ぐ為
にブレーカーを
落とした 【+10点】
ブレーカーの位置
を確認したら
【+20点】



【趣旨説明】

このゲームは
防災準備及び
発災時の
行動の見直しを
するとともに
いろいろな人の
立場に立って
自分が
何ができてい
るかを
考え、
自助・共助に
役立てる
ためのものです。
だれも
どりのこさない
防災のために

勤務先や自家用車
に帰宅支援セット
を入れておこう
【+10点】
セットを準備する
、徒歩での帰宅ル
ートの確認をする
なら 【+30点】



それぞれの障がい
に合わせて必要な
ものを準備しよう
【+30点】
何が必要になるか
調べ、実際に準備
したら 【+40点】



災害時には危険が
いっぱい! 枕元に
靴を置いておこう
【+10点】
実際に置いている/
これから置けな
ら 【+20点】



1週間分の食料や水
を確保しよう
【+30点】
ローリングストック
するものを決め、
準備や手伝いをし
たら 【+30点】



「緊急メールとよた」
に登録しよう
【+10点】
実際に登録したら
【+20点】



シェイクアウト
訓練をしよう
【+10点】
どんな訓練か調べ、
登録する 【+20点】
Drop! Cover! Hold on!



家の中の大型家具
を固定しよう
【+10点】
対策してある/これ
から対策グッズを
準備するなら
【+30点】



※ここを通ると必ず1回休み+サイコロをふる※
自分の身の安全を確認
周囲の人の状況確認をする
休みの間にニュースなどで状況確認
【-50点×サイコロの数字】



BONUS TIME!!
ワープゾーン
【+300点】
危険がすぐそこに!
身の安全を確保
できる場所に避難
しよう!



地域にどんな人が
いるのか知ろう。
防災訓練に参加
【+30点】
実際に参加した、
するなら 【+40点】



【だれも取り残さないために】
支援が必要な人は周囲にそのことを伝え
、準備しておこう 【+30点】
ヘルプマークや障がい者手帳やお薬手帳
を定位置に準備したら 【+30点】



日頃から利用して
いる病院や施設の
連絡先、担当者を
リストにしよう
【+30点】
実際にリストにし
たら 【+30点】



地域の情報を
チェックしよう
【+10点】
防災マップ、ハザ
ードマップ等の情報
を確認できる方法
を5個探せたら
【+30点】



避難に困ることが
あれば一人で悩ま
ず、周囲の人に相
談しよう 【+50点】
困りそうなことを
誰かに相談したら
【+60点】



家族と避難場所
について話し合おう
【+10点】
避難場所が決まっ
たら 【+20点】



災害に備えて持出し
品の準備をしよう
【+10点】
家族全員分の防災
リュックの準備を
してたら 【+20点】



紙とペンを準備してね!
点数を合計して、目指せ高得点!!

START

まずは防災準備から