

# いざという時のために

**希子さん**：防災士になってからは、以前よりも防災について家族で意識するようになりました。災害時に自分の住んでいる地域がどうなるか「ハザードマップ」を確認したり、突然の災害にも慌てずに行動できるように「マイ・タイムライン」を作ったりしました。

**純子さん**：ほかにも、家族で避難場所・経路を確認し、日用品や非常食などを詰めた防災リュックを用意するなど、常に災害に備えています。娘からは「非常食はちゃんと残ってる？ 賞味期限は切れてない？」など、普段から私よりも細かいチェックが入っています（笑）。



## 災害が起こる前に要チェック！



### ハザードマップ



洪水や土砂災害のリスクがある場所、避難所・避難場所が記載されています。



### マイ・タイムライン



災害が起こる前に個人の防災行動計画であるマイ・タイムラインを事前につけておくと、いざというときの避難に役立ちます。



### 防災アプリ 「つくばみらい市防災」



防災情報や防災行政無線の放送内容、避難所マップやハザードマップなどを確認できます。



iOS 端末で  
ダウンロード



Android 端末で  
ダウンロード



## 「防災に年齢は関係ない」

**純子さん**：防災士の基本理念に、「自分の命は自分で守る『自助』」「地域や職場で助け合う『共助』」「市民や自治体などが協力する『協働』」というものがあります。災害時に家族や近所の人たちを助けられるように、まずは皆さんに、自分の命は自分で守る「自助」を心がけてほしいです。

**希子さん**：防災に年齢は関係ないと思います。子どもから大人まで防災について考える人が増えるように、「子どもでも防災はできるんだぞ！」ということ、子ども防災士として多くの人に伝えていきたいです。

### 取材を終えて



「防災に年齢は関係ない」という希子さんの言葉を聞いて、お二人は“親子”であると同時に、防災について二人三脚で学び、お互いを尊重し合う“相棒”のような関係なんだと感じました。そんな関係性が、普段から防災について家族で意識されている理由の1つになっていると思いました。

明日の笑顔のために、今日は防災について考えてみませんか？