

大地震が発生した場合、交通機関の途絶によって自宅に滞り続ける（帰宅困難者になる）可能性があります。勤務先や学校から徒歩で帰宅することを想定し、日ごろから準備しておきましょう。

防災グッズを用意する

地震発生時のために、防災グッズ（食料、非常用金銭、スニーカー、非常用医薬品、懐中電灯、筆記本、地図、寒暖対策用アイテム）を準備する。

帰宅地帯を用意する

災害発生状況によっては、道路が通行不能になる場合があるため、複数のルートを決めておくことがよいでしょう。

家族との連絡方法を決めておく

家族が発生するとき、家族や親戚が連絡しあえることのできる方法を用意し、事前に以下のように確認しておくことで、家族全員で確認しておくことが重要ですよ。

☐ 災害時の安否確認の方法

☐ 家族の集合場所

☐ 徒歩帰宅する場合のルート

→