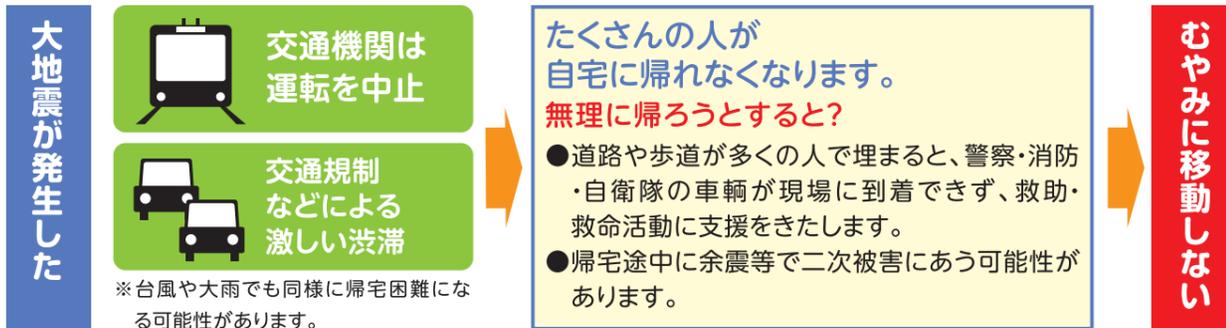


## 帰宅困難に備える

東日本大震災では、多くの帰宅困難者が発生しました。大地震が起きたとき、交通機関の停止によって、自宅に帰れない人がたくさん生じることが予想されます。自分自身が帰宅困難者になるかも知れないことを想定し、日ごろから備えておくことが大切です。

### むやみに移動しない(一斉帰宅の抑制)



**あなたの無事を伝えましょう!**

- まずは自分の安全を確認しましょう。
- あなたの無事を伝え、家族の安否を確認しましょう。日ごろから、家族で災害用伝言サービスなどの使い方を確認しておきましょう。
- 帰宅は状況が落ち着いてから。

**徒歩帰宅をサポートする強い味方 災害時帰宅支援ステーションを活用しよう**

災害時帰宅支援ステーションとは、災害時に徒歩帰宅者を支援するコンビニエンスストアやガソリンスタンド、ファミリーレストランなどです。災害発生時には、水道水やトイレ、情報の提供を受けることができます。

このステッカーが目印

## 日ごろの備え

**対策1 帰宅経路を確認しよう!**

- 家族それぞれの勤務先、通勤先などから自宅に帰るルートを一度は歩いてみよう。
- 看板が多い通りや狭い路地など、危険箇所を確認しよう。
- 想定ルートが通行不能になったときの迂回ルートを調べておこう。
- 休憩場所などを確認しよう。
- 混雑する場所は避けよう。

**対策2 帰宅グッズを備えよう!**

- 携帯ラジオ…災害の規模や周囲の状況など必要な情報を入手できる。
- スニーカー…長距離を歩くため、はき慣れたスニーカーを用意する。
- 携帯食料…チョコレートなど高エネルギーな菓子類を手元に置いておく。
- 懐中電灯…日が沈んだ後の移動に不可欠。
- 寒暖対策用品…冬場は携帯カイロ、夏場は帽子などが必要。
- 革手袋…被災した街には危険が多いので強度のあるものが便利。

**対策3 事業所における帰宅困難者**

- 一斉帰宅の抑制。むやみに移動を開始しないことを従業員に周知する。
- 従業員が施設内で待機するため、物資の備蓄をする。
- 施設の安全確保
- 安否確認・情報収集手段の確保

## 家族との連絡方法

災害時に最も心配になるのは家族の安否ですが、地震などの大規模な災害が起きたときには、多くの人が同時期に連絡を取り合おうとするため、電話がつながりにくい状況になります。そのような状況で連絡を取り合うために、事前に家族で話し合っって複数の安否確認手段を決めておきましょう。

また、子どもの迎えなどをどうするのかなどを学校に確認しておきましょう。

### 学校などでの家族の引き取りルールを確認しましょう

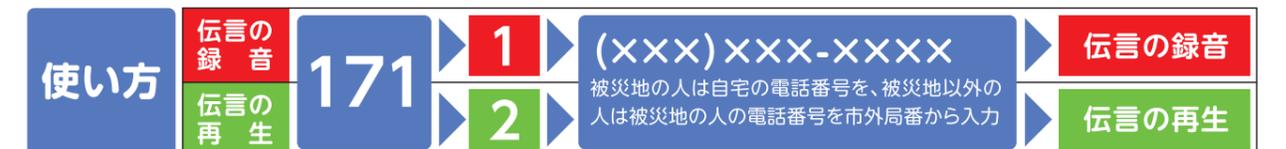
災害発生時や気象警報発表時における、幼稚園や保育園、学校や福祉施設などでの引き取りルールは、各施設によって異なりますので、確認しておきましょう。

**学校などで被災した場合**

- 家族への連絡体制はどうなっているのか
- 保護者への引き渡し方法はどうか
- すぐに引き取りに行けない場合、どれくらい保護してもらえるのか

### NTT災害用伝言ダイヤル171を使う

地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に、NTT東日本から提供が開始される声の伝言板です。



※伝言の録音が可能な電話番号は、被災地にある固定電話の電話番号になります。  
※ひとつの電話番号からの登録件数には限りがあります。

**体験利用**

いざという時に備えて、年に1度は家族で体験利用してみましよう。右記日程で体験利用できます。

- 毎月1日・15日
- 正月三が日(1月1日から1月3日まで)
- 防災とボランティア週間(1月15日から1月21日まで)
- 防災週間(8月30日から9月5日まで)

## 携帯電話各社の災害用伝言板

大規模災害時に携帯電話から安否確認(安否情報の登録)ができる災害用伝言板サービスです。あらかじめ指定したご家族や知人に対して災害用伝言板に登録されたことをメールでお知らせする機能も提供されます。(体験利用できる期間は災害用伝言ダイヤルと同じです。)

各社のQRコードはこちら

NTTドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi> au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>  
ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>

**チェックポイント 公衆電話を使おう!**

大規模災害時には、NTT東日本が設置する公衆電話は一般回線より優先的に回線が確保されるため、つながりやすくなります。日ごろから位置を確認しておきましょう。

**チェックポイント 携帯電話やスマートフォンなどを活用しよう!**

メールやインターネットで利用するパケット通信は音声通信に比べて規制が穏やかです。近年広まっているTwitter(ツイッター)Facebook(フェイスブック)、LINE(ライン)、Skype(スカイプ)などは、電話回線が使えなくなった場合の安否確認に役立ちます。