

すぐにできる！

スマホで防災

家族との連絡や安否確認、避難場所や

避難経路の確認、災害情報の収集や救助

要請など、災害時にさまざまな役割を担

ってくれるのがスマホです。

ハザードマップの確認

ハザードマップは、「自然災害が
発生した場合の被害を予測して、被
災が想定される地域や被害の範囲、

避難場所・経路などを表示した地図」です。国土地理院の「ハザード

マップポータルサイト」や各自治体のHPから見るができます

ます。自分が住んでいる地域にどのような危険があるかわかり、防災

情報なども記載されているので、普段から確認しておきましょう。



災害情報入手できるアプリのインストール



自分が住んでいる地域の自治体が注

意報や警報を出したときに、すばやく

伝えてくれます。災害マップや避難場所も確認できます。

「NHKニュース・防災」「Yahoo! 防災速報」など、自
分が使いたいものを入れておきましょう。



テレビがなくても、すぐに情報を得られます。音声な

ので動画よりもバッテリーの消費量が少なく、災害時の

情報収集に最適です。

災害時の連絡手段を決める

災害発生時は、電話がつながりにく
くなります。電話に比べ、利用できる可能
性が高いのがインターネット。メールや

SNSなど、家族で何を使うか、またインターネットが使えない場
合の連絡手段や集合場所なども決めておきましょう。



モバイルバッテリーを持ち歩く

いざスマホを使いたいときに、「バッテリー
残量が足りない」とならないために、モバイルバッテリーを持ち歩きま
しょう。災害用には、乾電池式や太陽光で充電できるものをおすすめ。



災害用伝言ダイヤル「171」

電話がつながりにくくなったときに提供される声の
伝言板。毎月1日・15日や防災週間（8月30日～9月
5日）などに体験利用できるので試してみましょう。



無料Wi-Fiサービス「災害用統一ネットワーク」

通信会社の基地局が被災してインターネットが利用
しにくくなったときに、誰でも利用できます。被災時、
インターネットがつながりにくいときは
「00000JAPAN」というネットワーク
につないでみましょう。



スマホを使わない防災 もしておこう

非常時に必要なものを準備する

災害用ポーチ



- ホイッスル
- 小型ライト
- 常備薬
- マスク
- 小銭
- アメやチョコレート（命を守るもの）
- ウエットティッシュ
- 好きなキャラクターのグッズなど「心がホッとするもの」

非常用持ち出し袋



- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 雨具
- 防寒具
- 電池
- 現金
- マッチまたはライター
- ビニール袋
- 簡易トイレ
- 飲料水
- 食料品
- 救急セット
- 生理用品（女性）など