

災害 いま備えれば 守れる命がある

自分の、そして大切な人の命を守れるように、
必要なのはいま備えること。
赤十字は、命を守るための
知識や技術を広め続けています。



赤十字は、 動いてる！



ACTION!防災・減災
命のために今すぐ

**TEAM
SAVE 365** 一緒になら、救える。

日本赤十字社の活動は、皆様の寄付によって支えられています。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

実施のご報告

実施期間：令和7年3月1日～3月31日



日本赤十字社は令和7年3月1日から31日まで、「ACTION！防災・減災—命のために今うごくー」を実施しました。

このプロジェクトは、未来に目を向け、「災害への備え」の大切さについて一緒に考えることで、一人ひとりが自分ごと化し、自身や家族、大切な人の命を救う具体的な行動（ACTION）を起こすきっかけづくりを目指した取り組みです。



そんな避難にまつわるあるあるを
赤十字防災セミナーを担当する赤十字職員とまとめたのが、この「要注意！避難あるある図鑑」です。

思わずしてしまう判断のミスや迷いをチェックしておけば、
「いざという時」の行動がきっと変わります。

災害に備えて“今”何ができるかという視点を持って、自分自身や家族のいのちを守るために、速やかに適切な避難行動をとる必要があることから、「いのちを守る適切な避難行動」をテーマにしました。また、特設サイトでは、避難時に思わずしてしまう判断のミスや迷いをチェックできる「避難あるある図鑑」を公開しました。また、幅広い年齢層に人気のある雑誌「anan」とコラボした防災バッグの中身に関する記事「What's in My 防災バッグ？」も掲載。特設サイトの閲覧数は29万を超えるなど、多くの方々にいのちを守る適切な避難行動を知っていただく機会となりました。

「ACTION！防災・減災－命のために今うごく－」



赤十字は、
動いてる！

SAVE365



日本赤十字社 🌟 @JRCS_PR · Mar 1
＼赤十字は、動いてる！／

🔗 ...

自分と大切な人の命を守れるように、
必要なのは「いま備えること」。

日本赤十字社は、命を守るための知識や
技術を365日、各地で広め続けています。

動画では、#上白石萌音 さんが「地震が
来た時に命を守りやすい部屋作り」を...
[Show more](#)

赤十字は、
動いてる！

SAVE365



0:02 / 1:09



12

245

1.2K

61K

↑

WEBCM動画では実際に設置され
た家具や家電を使って上白石萌音さ
んが地震の際に危険な場所を日本赤
十字社の職員とともに確認。「倒れて
キケン」「動いてキケン」「落ちてキケン」
「割れてキケン」「飛んでキケン」のシール
を家具や家電に貼り、安全対策を施
すことだけがを防ぎ、在宅避難も一つの
避難方法であることを学ぶ内容になっ
ています。

各地でも

「ACTION！防災・減災一命のために今うごくー」プロジェクトを実施！



全国の日赤支部ではさまざまな活動が催されました！

秋田県支部では、湯沢市立稻川中学校を会場に、全校生徒、地域住民、地区の消防・警察など、総勢200人が参加する研修の中で、赤十字防災セミナーを実施しました。

避難所生活をカードゲーム形式でシミュレーションする「ひなんじょ たいけん」を通して、避難所における自助・共助の重要性を学びました。

グループは学生と地域住民の混合で編成され、生徒と住民が一体となって防災意識を高めることができました。地域の代表者は、「いつ起こるか分からない大規模災害に備える大切さが分かった」と感想を語りました。

秋田県



学生と地域住民が一体に
赤十字防災セミナー

山口県



子どもと一緒に楽しく防災！
親子防災教室開催

山口県支部では、県内の親子を対象とした防災教室を開催しました。

当日は、11組30人の親子連れが参加し、クイズやゲームを通して地震や大雨などの災害について学んだほか、非常食の試食や、三角巾を使った応急処置体験なども行いました。

参加した子どもからは、「地震のときにはどうすればよいか分かった」「非常食がおいしかった」といった感想が聞かれました。また、保護者からも、「子どもと一緒に防災について学べてよかったです」などの声が寄せられました。

本プロジェクトにご賛同いただきました企業・団体様からいただいたご寄付は、日本赤十字社の防災・減災をはじめとする活動に活用させていただきます。

お問い合わせ

日本赤十字社 福島県支部

TEL : 024-545-7998 Email : f-shinko@fukushima.jrc.or.jp