【資料４】

わたしのいつもが、いのちを救う。

防災でいちばん大切なこと。それは、いのちを守ることです。

東京に大地震がくる、その日に備えて何か行動を起こしていますか？

東京都が実施したアンケートでは、

「何をすべきかわからない」「面倒くさい」という理由で、

多くの人が災害の対策をできずにいます。

そんな人に防災をはじめてほしくて、この本は生まれました。

この本で伝えたいのは、

いつもの暮らしの中でできる防災です。

それは決して、難しいことではありません。

毎日の暮らしの中にある行動や習慣に

ちょっとした工夫や発想をすこし加えるだけで、

暮らしは立派な防災になるのです。

もしものときに、いのちを守り、つなぐために。

まずは今日、この本のページをめくることから、

備えを始めてみませんか。