

- 防災ブックをつくったママたちの想い -

大好きな我が子や家族とずっと一緒に笑って泣いて、楽しく過ごしたい。
だからこそ、突然の出来事でこれからの『全て』を終わらせたくないと思っています。
ママやパパが、大好きな人の為に安心を備えてもらえますように…

「なにが分からんけど何とかしたい!」と、
熱い想いでこの企画を立ち上げたママ。
英語ペラペラ、なのに中国語まで習い始めたとか?
年少・年中・年長(年子3人?!)のママ。



光武 さやか



北口 ひろこ

東日本大震災の時は何も準備ができておらず「塀で地震にあったら
我が子とともに安全に避難できるのか?」と真剣に悩みました。
不安はあっても後回しにしがちな防災対策、一歩でも踏み出せるような
内容をお届けします!

ベビーウェアリングコンシェルジュ
WARAリズムアドバイザー
抱っこ育児コミュニケーター
堺市子育てアドバイザー…として活躍中。
小4・小6のママ。

東日本大震災、私は故郷である福島県いわき市で被災しました。
被災して、初めて知ったことがたくさんあります。
水、食品の備蓄、普段からモバイルバッテリーを持ち歩くこと…、
いつか来てしまうその時のために、まずは、家族でしっかり話し合うこと。
1人でも多くのママの不安を少しでも解消できたら嬉しいです。

東日本大震災の被災者。
イラストレーターとしての経験があり、
この防災ブックのデザイン、イラストを担当。
年中・小3・20歳のママ。

イラストレーター

よしだしほ



- もくじ -

防災ブックをつくったママたちの想い	… P.2	家族のやくそく・決めごと	… P.9
あなたなら、なにからはじめますか	… P.3	水道はいつ復旧するの!?	… P.12
地震発生!! その時、どうする?	… P.4	主な備蓄品	… P.14
東日本大震災体験談、プチ情報	… P.6	マザーズバッグは最強!!	… P.16
『パーソナルカード』って知っていますか?	… P.8	お役立ち情報	… P.18