

完璧じゃなくても

防災対策やらなきゃって
わかってるけど……
まず部屋を片付けて
色々買いそろえなきゃって

思っているうちに
結局何もできない
んだよねー

わかります
完璧主義の人に
ありがちです

あれこれ
考えちゃって



はじめから何もかも完璧である
必要はありません！
ハザードマップを見直す、
家族と緊急の連絡方法を確認する

毎日の買い物のついでに
備蓄用の食品を買い足す
など、今できることで
いいんです

無理なく続けることを
目指しましょう

なるほど防災も
持続可能だね

そして「完璧な備え」
も役に立たないこと
だってありえますよね

外出先で被災するとか
予想を上回る被災だとかも
考えられるね

大切なのは
「完璧に備える」
ことではなくて
「命を守る」ことです

