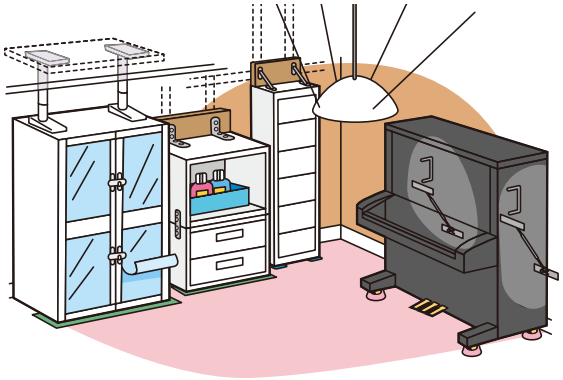
3 室内の家具転倒防止、家電・生活雑貨の飛来落下防止対策をおこなっていますか?

いざという時に、命を守り、避難の妨げにならないように、家具の配置を見直したうえで固定することが大切です。
家具の固定は、住居の耐震化に比べ、費用的にも安価で取り組みやすい有効な対策です。



まずは室内の家具が災害時に危険性を高める位置に設置されていないかを点検し、家具を減らす、移動するなどの対応をしましょう。
長い時間を過ごす部屋や寝室には、できるだけ家具を置かないように意識をしましょう。
固定する際には家具の重量と壁の強度を確かめて、それに見合う方法で固定しましょう。
賃貸住宅や集合住宅などで、壁に穴をあけられないという場合でも粘着ジェルタイプで壁を傷つけないで固定できる製品も市販されています。

ご自分で固定ができない高齢者の方などは、シルバー人材センターや業者に相談してみましょう。 市町村によっては、高齢者などへの固定器具の購入費などの助成、シルバー人材センター・取り付け業者のあっせんを行っているところもあります。

市町村　家具等の転倒防止対策　担当窓口一覧
http://www.pref.aichi.jp/bousai/kagutaisaku-madoguchi.pdf

備える ポイント!

- **避難路となる廊下や玄関をふさがない。**
- **窓や家具に使われているガラスは割れた時のために飛散防止対策をする。**
- **寝室にはできるだけ家具などを置かない。**
- **食器棚などの扉は、中身が飛び出さないように固定をする。**
- **キャスター付きなどの家具は車輪の移動防止措置をする。**

ホームセンターなどで、さまざまな固定器具も売られています。
それぞれの住環境に見合ったものを選びましょう。

4 非常持ち出し品・自宅での避難生活用品などの備蓄品を用意していますか?

「非常持ち出し品」と「備蓄品」を区別して用意しましょう。

避難するときに持ち出す必要最小限の「非常持ち出し品」と、自宅で生活するための「備蓄品」を分けて揃えることで、それぞれの中身を整理することができます。非常持ち出し品の重さの目安は男性で15kg程度、女性で10kg程度とされています。あまり欲張らず、避難に支障がない程度にしましょう。また食品など消費期限のあるもの、下着のサイズは定期的に確認しましょう。

●非常持ち出し品

ティッシュ、タオル、ポンチョ、除菌シート、マスク、携帯電話の充電器、印かん、現金(停電時に公衆電話で使用する10円、100円硬貨含む)、止血するもの、懐中電灯、ライター、ナイフ、下着、手袋、ラジオ、食品、ヘルメット、電池、水、健康保険証書コピー、めがね、コンタクト用品、生理用品など

家族構成別に応じた備えも必要です

■乳幼児
離乳食、粉ミルク、加熱調理器具、消毒用品、紙おむつ、おしりふき
■高齢者
入れ歯、介護食、大人用紙おむつ
■疾患のある方
主治医連絡先、持病薬メモ(処方箋等)、持病の薬
■ペット
動物病院連絡先、リード、ケージ、ペット用食品、排泄用品

●備蓄品

ウォータータンク、カセットコンロ、カセットガス、調理用水、生活用水、飲料水(1人1日3リットル)食料(アルファ化米、缶詰、レトルト食品、お菓子、栄養補助食品等)、缶切り、毛布、衣類、ろうそく、簡易トイレ、歯磨きシート、ウェットタオル、抗菌・消臭剤、救急セット、掃除用具(ほうき、ちりとり)

備える ポイント!

東日本大震災が起きるまで、食料と飲料水(1人1日3リットル)の確保は3日分が基本でした。近年の災害では４日目からは救援物資が届いていたからです。しかし東北の被災地では、2週間経っても救援物資はまったく足りない状況でした。流通ルートは寸断され、店頭からはたちまち品物はなくなり、新たな食料の調達は難しい状況でした。この教訓から、長期保存できる食料品の買い置きを増やして、使った分だけ補充する「家庭内流通備蓄」を習慣化しましょう。