

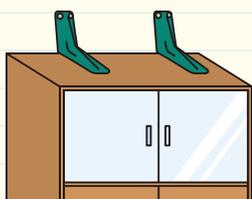
災害への備え

わが家の安全点検を

地震対策の第一は、自宅の耐震診断を行い、必要な改修を行うことです。特に、昭和56年5月以前の旧建築基準で建てられた木造住宅は、必ず耐震診断を行いましょう。

第二に、家の中の危険な箇所を点検しましょう。居間や寝室では、テレビやタンスが倒れてきませんか。台所では、冷蔵庫や食器棚が倒れ、食器が落ちて飛散しませんか。

危険と思われる家具などを固定し、窓ガラスに飛散防止フィルムを貼って、被害を防ぎましょう。



事前の備え

日頃から食料と飲料水を備蓄しておきましょう。地震発生後、水道・ガス・電気などのライフラインはすぐには復旧しません。救援物資なども、すぐに届きません。**一人3日分(できれば1週間分)**を目安に準備しましょう。

食料や飲料水以外にも、医薬品、衣料、日用品などを非常用持ち出し袋にまとめ、非常時に備えておくことが重要です。

また、災害により家族が離ればなれになったときに備え、お互いの連絡方法や避難場所を話し合い、決めておきましょう。

小中学校や公民館などが市町村の避難所指定を受けています。自宅近くの避難所を確認しましょう。

地震発生!その時どうする

状況に応じ、もっとも人的被害を軽減すると判断される行動を取ることが大切です。



地震発生

自分の身を守る

転倒の恐れがある家具から離れ、安全に身を守ることのできる場所で揺れがおさまるのを待つ。(日頃から間取りや家具の配置などを考慮して確認しておく。)

出火防止・脱出口確保

ガスの元栓を閉め、コンセントを抜く。火が出たら落ちていて初期消火に努める。ドア・窓を開けて脱出口を確保する。

揺れがおさまったら

家族の安全確認・余震に注意

倒壊しかけた家に近寄らない。隣近所に声をかけ、必要なら徒歩で避難。備蓄しておいた食料や飲料水を使用する。

生活の維持と回復

4日目以降も災害(余震)に注意し、情報の収集にあたる。復旧に向け努力する。

4日目以降

家の外では

路上で揺れを感じたら、その場に立ち止まらず、ガラスや看板などの落下物から頭を保護して、建物から離れた安全な場所に避難する。

ブロック塀や自動販売機には近づかない。デパート、スーパーなどでは、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をする。



大地震に対して、私たち一人ひとりが備えることは大切です。しかし、電気、ガスや水道が止まったり、個人の力ではどうにもならないことが起こります。また、被害が広範囲に及び、消防や警察による救助活動を期待できなくなるかもしれません。

近所の人たちみんなで消火・救出活動をして、被害を最小限にとどめるよう協力し合うことが大切です。

次のページへ