

地震対策チェック！



地震はいつ起こるか分かりません。
自分の身を守る為にできる事を知っておきましょう。

◆家庭での防災会議◆

地震の時に家族が慌てず行動できるよう、情報を共有し、様々なケースを想定して話し合っておきましょう

- ☆家の中でどこが一番安全か
- ☆非常持ち出し袋の中身、置いてある場所
- ☆火を消す・ドアを開ける等、一人一人の役割分担
- ☆避難場所、避難路

具体的に自宅から避難場所までのマップを描き、危険個所や避難時に役立つ情報を書き込む

☆自宅から外への避難経路

地震により、玄関が開かない等が考えられるので、複数のルートを考えておく

☆離れ離れになった時の待ち合わせ場所や連絡方法

公衆電話機か利用できる NTT の「災害伝言ダイヤル 171」、携帯電話の「災害伝言版」等の活用方法を知っておく



◆防災グッズの紹介◆

非常持ち出し袋には、最低これだけが必要です。

- | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 印鑑 | <input type="checkbox"/> ロウソク | <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> インスタントラーメン |
| <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> ナイフ | <input type="checkbox"/> 防災頭巾 | <input type="checkbox"/> ほ乳瓶 |
| <input type="checkbox"/> 救急箱 | <input type="checkbox"/> 衣類 | <input type="checkbox"/> お薬手帳 | <input type="checkbox"/> 電池 |
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳 | <input type="checkbox"/> 手袋 | <input type="checkbox"/> 定時薬（1週間位） | <input type="checkbox"/> 缶切り |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> 水 | |
| <input type="checkbox"/> ライター | <input type="checkbox"/> ラジオ | <input type="checkbox"/> 食品 | |



◆家の中の安全対策◆

- ☆タンスや棚は L 型家具等で壁の棧や柱に固定する
- ☆引き出しや観音開きの扉には、中身が飛び出さないよう、ストッパー等を取り付ける
- ☆扉がガラスの場合はガラス飛散防止フィルムを貼っておく
- ☆台にテレビやパソコンを載せている場合は、金具や耐震シート等で本体と台を固定する
- ☆吊り下げ式の照明器具は複数のチェーンを使い数か所を天井に止め固定する
- ☆蛍光灯や電球は割れても飛び散りにくい飛散防止が施されたものに取り換える
- ☆家具などの配置を工夫することも有効！まずは手軽にできる事から始めてみる
 - ・寝室や、子供・高齢者の部屋、出入り口付近にはできるだけ背の高い家具は置かない
 - ・就寝位置を家具から離したり、転倒しにくい側方とする
 - ・重量のある家電製品はできるだけ低い位置に置く
- ※壁や家具の種類により適した方法が異なるので、自分の家や家具にあった方法を選びましょう

参考文献：総務省消防庁 防災マニュアルー震災対策啓発資料一、防災グッズの紹介