



我が家の防災対策を見直そう!



3月11日14時46分、観測史上最大の『東北地方太平洋沖地震』が発生し多くの犠牲者を出してしまいました。地震はもちろん、水害・火災などは予告なしでやってきます。ですから、暮らしの拠点である自宅には日ごろから“防災への備え”が欠かせません。突然襲いかかってくる災害から身を守るため、できることから今すぐはじめてみましょう!

「非常持ち出し品」はそろえていますか?



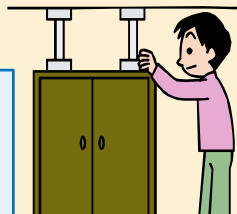
- 1 飲み水 (1人一日1 liter × 3日分)
- 2 非常食 (3日分。賞味期限切れがないか定期的にチェックを)
- 3 懐中電灯 (1人1個がベスト。予備の電池も)
- 4 ローソク
- 5 ライター
- 6 携帯ラジオ (予備の電池も)
- 7 万能ナイフ
- 8 滑り止め付き軍手・皮手袋
- 9 救急袋 (毛抜き・消毒薬・脱脂綿・ガーゼ・ばんそうこう・包帯・三角巾・マスク)
- 10 レジャーシート
- 11 防寒・防暑対策のサバイバルブランケット
- 12 簡易トイレ
- 13 タオル
- 14 トイレトペーパー
- 15 ウェットティッシュ
- 16 公衆電話用の10円玉 (50枚程度)
- 17 筆記用具 (メモ帳とペンと油性マジック)
- 18 布製ガムテープ (伝言メモを貼るなど)

人と防災未来センター「非常持ち出し品チェックリスト」参照

※「非常持ち出し品」とひと言で言っても、その中身は家族構成や人数などによって必要なものが異なります。上のもの以外にも、目が悪い人は予備のメガネ、服用している薬があれば常備薬、赤ちゃんがいれば哺乳瓶や紙おむつ、高齢者がいれば食べやすい非常食など、家族構成にあわせた内容にカスタマイズすることが大切です。

転倒防止器具を使って家具を固定していますか?

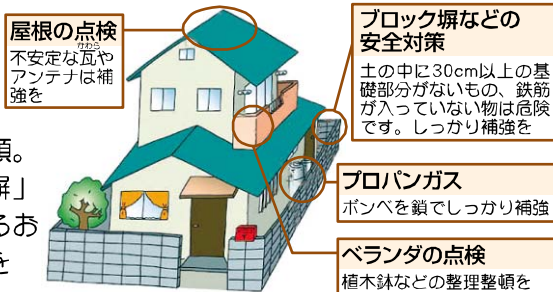
- 「L型金具」 金具で家具と壁を直接固定するタイプ
- 「ベルト式器具・チェーン式器具・プレート式器具」 家具と壁をベルト・チェーンなどの金具で結ぶタイプ
- 「ボール式器具(つっぱり棒)」 家具と天井との隙間に設置する棒状のタイプ
- 「ストッパー式器具」 家具の前方下部に挟んで、家具を後ろもたれ気味に傾斜させる器具
- 「マット式器具」 粘着性のゲル状のもので、家具の底面と床面を粘着させるタイプ



上のように「転倒防止器具」には様々なタイプのものがあります。東京消防庁の実験では、「L型金具」を使って家具と壁とを固定するのが最も効果が高いことがわかっています。ただし、アパートなどの賃貸住宅に住んでいて『L型金具』が使えない場合は、『つっぱり棒』+『ストッパー式』など“2個以上”の器具を組み合わせるとより効果が高くなります。

ご自宅の周りに危険なところはありますか?

「植木」や「ガスボンベ」などが転倒・落下しないようにいつも整理整頓。また、「ブロック塀」や「屋根瓦」があるお家は“強度の確認”を



家族で「防災会議」を開こう

- 家の中で安全な場所はどこか?
- 応急手当の知識を身につける
- 消火器具などの安全点検
- 火気器具などの安全点検
- 避難場所、避難道路の確認
- 家族の役割分担
- 万が一の際の家族との連絡方法・集合場所
- 非常持ち出し品の点検、置き場所の確認



携帯電話の「緊急地震速報」の受信設定はしていますか?

「緊急地震速報」とは、気象庁が“震度5弱”以上と推定した地震が起こった際、強い揺れ(震度4以上)が予測される地域を対象に、いち早く地震速報を「テレビ」「ラジオ」「携帯電話」などへ知らせる情報です。お持ちの携帯電話でこういった情報をいち早く入手することで、地震の被害を減らすことが期待できます。もし受信設定がまだの方は、お申込み不要、通信料もかかりませんので、ぜひ設定されることをおすすめします。