

家庭での地震防災対策について

1 家族で災害時の話し合いをしましょう

災害時に慌てないように、家族全員の役割分担や避難場所、連絡方法をあらかじめ話し合っておきましょう。月に一度程度、定期的に話し合う習慣を付けましょう。

- 避難場所・避難ルートを決めてある。
- 家族が離ればなれになった時の連絡方法を決めてある。
- 家族一人ひとりの役割分担を決めてある。

2 建物の耐震化をしましょう

地震の被害から生命、身体や財産を守るため、建物の耐震化を実施しましょう。

- 耐震診断や耐震補強工事を実施している。
- 無料の耐震診断や耐震補強工事に補助制度があることを知っている。
- 耐震シェルターや耐震ベットを設置している。

3 家具の固定をしましょう

阪神淡路大震災では、ケガをした方の約65%は家具の転倒と棚からの落下物によるものでした。自宅内でケガをしないように、家具の固定を実施しておきましょう。

- たんす、書棚、食器棚、ピアノ、冷蔵庫等を壁に固定している。
- 家具の上には、物を置かないようにしている。
- 寝室や出入り口付近の家具は、固定できない場合には、配置を工夫している。

4 避難する時のことを考えよう

家からスムーズに避難出来るように、日頃から出入口となる場所は整理整頓に努めましょう。家の中でも、ガラスが割れて素足では危険です。枕元に靴やスリッパを用意しておきましょう。

- 寝室や枕元には、靴やスリッパを置いている。
- 玄関や階段、ベランダに物を置いていない。
- 隣近所に声を掛け合い、助け合って避難するようにしている。
- 避難所の居室スペースには、ペットの持ち込みは、禁止です。避難所のペットの事も考え、普段からケージ(おり・かご等)での飼育や鳴き声の管理など、しつけをしておきましょう。

5 家の周りにも気をつけよう

家の周りにも危険が潜んでいます。日頃から対策をとっておきましょう。

- 窓ガラスには、飛散防止フィルムを貼っている。
- ブロック塀は、補強や修理して耐震性を持たせてある。
- プロパンガスのボンベは、倒れないように固定してある。

6 停電に備えよう

- 停電に備えて、非常用の明かり(懐中電灯など)を用意している。
- 予備の乾電池等を用意している。

7 備蓄品は7日分以上(非常持出品3日分を含む)を用意しよう

非常持出品は、避難した時の最小限の必需品です。いつでも持ち出せるようにしておきましょう。備蓄品は、救援物資が届くまでに必要な生活物資です。各自の備えが必要です。

- 7日分以上の、水と食料を備蓄している。
うち非常持出品3日分。残りの4日分以上は倒壊の危険がない場所に保管している。
水は1人1日3リットル。非常持出品の食料は調理不要のものを用意しましょう。
- 非常持出品に、生活用品を準備している。
ライト、ラジオ、予備電池、生理用品、持病・常備薬、ティッシュ、下着、マスク、貴重品(多少の現金、健康保険証のコピー、通帳、印鑑)等
- 備蓄品に、生活用品を準備している。
衣類、使い捨てカイロ、卓上コンロ、簡易トイレ、ロープ、防寒具、寝具等
- 非常持出品は、緊急時に直ぐ持ち出せる場所に置いている。
- 乳幼児や女性・高齢者に考慮して、家族に合った品物を準備している。

8 情報入手の手段を知っておこう

災害時に情報が無いことが、最も不安になります。災害時に停電しても常に情報を得ることが出来る状況を複数用意しておくことが必要です。

- 同報無線の戸別受信機や防災ラジオの電池を、年1回交換している。
- 同報無線メールマガジンに登録(無料)し、防災や防犯情報を入手している。
- 災害用伝言ダイヤル「171」等の使用方法を知っている。

9 火災に備えよう

倒壊家屋や家財が散乱した家屋から、電気が復旧すると火災が起こることがあります。避難時にはブレーカーを落としましょう。

- 電気復旧時の漏電火災を防ぐため、避難時にはブレーカーを落とすことを知っている。
- 住宅用火災警報器を設置している。
- 消火器を保有している。

10 自主防災会の活動に参加しよう

常日頃から地域の防災活動に参加し、防災知識や技術を習得しておくことで災害時に役に立ちます。また、地域コミュニケーションをしっかりとっておくことが大切です。

- 地域で行う防災訓練に参加している。
- 日頃から、向こう3軒両隣で支えあい助け合う近所づきあいをしている。