

地震に備える

地震は『いつ』『どこで』発生するかわかりません。自分自身や家族の尊い生命・財産を守るために、“いざ”という時冷静に行動できるよう日頃から地震に備えるとともに、地震に対する知識や心得を身につけておくことが大切です。

地震への日頃の備え

非常用品の準備

両手が使えるリュックサックなどに、避難の時に必要な物をまとめて、目のつきやすい所に置いておきましょう。非常持ち出し品とは別に、家族が3日間過ごせるよう、食料や飲料水も備蓄しておきましょう。

非常用品として備えておくもの

【非常持出品】

両手が使えるリュックサックなどに、避難の時に必要なものをまとめて、目のつきやすい所に置いておく。

飲料水・携帯ラジオ・衣類・履物・食料品・マッチやライター・貴重品・懐中電灯・救急セット・筆記用具・雨具(防寒)・チリ紙など生活に欠かせない用品です。



【非常備蓄品】

地震後の生活を支えるもの、一人3日分程度
(食料品等)

【停電に備えて】

懐中電灯・ローソク(倒れにくいもの)

【ガス停止に備えて】

簡易ガスこんろ・固形燃料

【断水に備えて】

飲料水(ポリ容器などに)

※1人1日3L目安



【防災準備品】

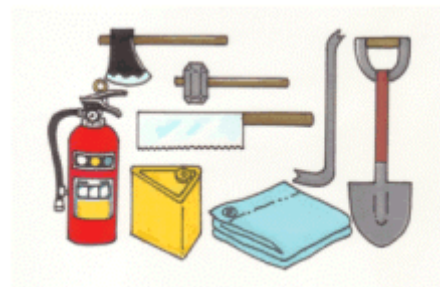
地震直後の火災や家屋倒壊に備えるもの

【火災に備えて】

消火器・三角消火バケツ・風呂の水の汲み置き
など。

【避難・救出に備えて】

おの・ハンマー・スコップ・大バール・防水シート・
のこぎりなど。



家具の転倒・落下防止

大型の家具や電化製品などは、固定していないと地震の時思わぬ凶器になることがあります。普段から家具などはしっかり固定しておきましょう。

家具類の転倒・落下防止方法

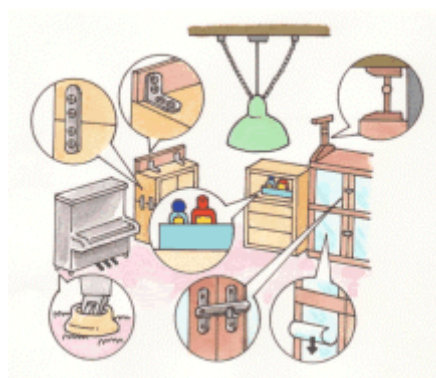
【転倒・落下防止のポイント】

- 転倒防止金具などで固定し、倒れにくしておく。
- サイドボード、食器戸棚、窓などのガラスが飛散しないようにしておく。
- 本棚や茶ダンスなどは、重い物を下の方に収納し、重心を低くする。
- 棚やダンスなどの高いところに危険な物を載せて置かない。
- 食器棚などに収納されているガラス製品（ビン類など）が転倒したり、すべり出さないようにしておく。



【具体的な固定方法】

- 二段重ねの家具類は、上下を平型金具などで固定する。
- 柱、壁体に固定する場合は、L型金具とモクネジで家具の上部を固定する。
- ガラスには、ガラス飛散防止フィルムを張る。
- 吊り戸棚などの開き扉は、掛金などにより扉が開かないようにする。
- 食器棚のガラス製品（ビン類など）が、転倒したりすべり出さないよう防止枠を設ける。



消火器の設置

万一地震により火災が発生しても、火が天井に届いていなければ消火できるチャンスがあります。消火器は必ず設置しておきましょう。

安全に避難する

避難時にあわてないようにするためにも、日頃から非常持ち出し品を準備しておくとともに、避難場所や避難経路を家族全員で確認しておきましょう。ご近所のお年寄りや障害のある方、ケガ人などに声をかけ、みんなで助け合いましょう。

避難時のポイント

- 1 避難する前にもう一度火の元点検。電気のブレーカーも切る。
- 2 避難は必ず徒歩で、みんなと一緒に。
- 3 消防署、警察署、市町村役場、防災組織リーダーの指示に従う。
- 4 持ち物は最小限に、服装は身軽に。
- 5 山ぎわや崖のそばに近づかない。
- 6 下水や溝にはまらないよう、足下に注意をはらう。



地震に対する10の備え

家具類の転倒・落下防止を しておこう

- 家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒や落下防止措置をしておく。
- けがの防止や避難に支障のないように家具を配置しておく。



いろいろな
転倒防止措置方法

けがの防止対策をしておこう

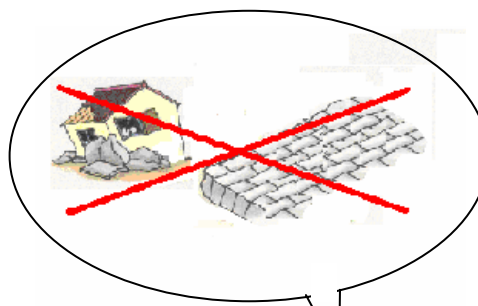
- 避難に備えてスリッパやスニーカーなどを準備しておく。
- 停電に備えて懐中電灯をすぐに使える場所に置いておく。
- 食器棚や窓ガラスなどには、ガラスの飛散防止措置をしておく。

ガラスの破片で
けがをしないようにね



家屋や塀の強度を 確認しておこう

- 家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。
- ブロックやコンクリートなどの塀は、倒れないように補強しておく。

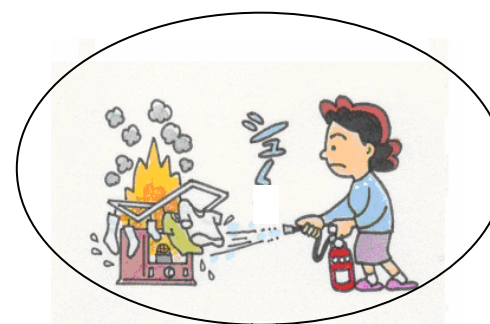


万一に備え
補強をしておこう



消火の備えをしておこう

火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。



初期消火に
備える



火災発生の早期発見と 防止対策をしておこう

- 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を設置しておく。
- 普段使用しない電気器具は、差込みプラグをコンセントから抜いておく。
- 電気やガスに起因する火災発生防止のため感震ブレーカー、感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。

ブレーカー
の確認

ガスの元栓
確認



非常用品を備えておこう

- 非常用品は、置く場所を決めて準備しておく。
- 車載ジャッキやカーラジオなど、身の周りにあるものの活用を考えておく。

食料は3日分の
準備をしようね



家族で話し合っておこう

- 地震が発生した時の出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。
- 家族が離れ離れになった場合の安否確認の方法や集合場所などを決めておく。
- 家族で避難場所や避難経路を確認しておく。
- 普段のつき合いを大切にするなど、隣り近所との協力体制を話し合っておく。

そうしようね

公園に集まろう



地域の危険性を 把握しておこう

- 地域の防災マップに加えて、わが家の防災マップを作っておく。
- 自分の住む地域の地域危険度を確認しておく。

危険な場所は
どこかな

防災マップを
作ろうね



防災知識を身につけておこう

- 新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。
- 消防署などが実施する講演会や座談会に参加し、過去の地震の教訓を学んでおく。

万一の時は、正
しい情報で冷静
に行動しよう



防災行動力を高めておこう

日頃から防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身につけておく。

応急救護訓練をしよう

救出訓練をしよう



地震 その時10のポイント

地震時の行動

グラッきたら身の安全

地震の時は、まず身の安全を図り、揺れがおさまるまで様子を見る。



落ちついて 火の元確認 初期消火

- 火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- 出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動 けがのもと

屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。



窓や戸を開け 出口を確保

揺れがおさまった時に、避難できるような出口を確保する。



落下物 あわてて外に飛び出さない

瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので注意する。



地震後の行動

門や塀には 近寄らない

屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



正しい情報 確かな行動

ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



協力し合って救出・救護

倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。



避難の前に安全確認 電気・ガス

避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。

