

# 地震災害に備える

## ●屋内の安全対策

地震で建物が倒壊しなくとも、建物の中では、家具の転倒やガラスの飛散などで大きなケガをしたり、避難経路をふさがれたりします。事前に家具の固定や配置方法を工夫するなどして、被害が最小限となるよう備えましょう。

<b>収納に工夫を</b> <ul style="list-style-type: none"><li>タンスや本棚などにものを入れるときは、重いものは下に、軽いものは上に収納しましょう。</li><li>本棚は隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。</li></ul>	<b>耐震金具を利用しよう</b> <ul style="list-style-type: none"><li><b>転倒防止金具など</b> 壁や柱と家具を固定する金具や、突っ張り棒で固定する器具などがあります。家具の種類や建築様式によって使い分けましょう。</li><li><b>重ね留め用金具</b> 和箪笥など重ねた家具を固定し、上の家具のズレ落ちや転倒を防ぎましょう。</li></ul>
<b>照明器具の補強を</b> <ul style="list-style-type: none"><li>吊り下げ式の照明器具は、チェーンなどで補強しましょう。</li></ul>	<b>扉・引き出し開放防止金具</b> 地震の際、扉や引き出しが開かないように固定する器具を取り付けましょう。収納物の落下を防ぐために棚板にふきんを敷いたり、飛び出し防止の固定枠を付けたりするとさらに安心です。
<b>置き方に工夫を</b> <ul style="list-style-type: none"><li>家具の前方下部に転倒防止用のくさびを差し込み、家具を、壁にもたれ気味にします。</li><li>部屋の戸口や通路などには、なるべく荷物を置かないようにしましょう。</li><li>就寝場所に家具が倒れてこないように、配置の工夫をしましょう。</li></ul>	
<b>ガラスの飛散防止を</b> <ul style="list-style-type: none"><li>窓ガラスには、ガラス飛散防止シートなどを貼りましょう。</li></ul>	

## ●屋外の安全対策

地震によって、ブロック塀やガスボンベ、貯湯タンクなどが倒れたり、エアコンの室外機などが落下したりすると、大ケガや火災が発生することがあります。事前に家の周りを点検しておきましょう。

<b>壁・塀</b> <ul style="list-style-type: none"><li>壁や塀にひび割れや傷みがないか点検しましょう。</li><li>ブロック塀は、地震により崩れる可能性があります。できれば、生垣など搖れに強いものを選びましょう。</li></ul>	<b>ガスボンベ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>ガスボンベは、転倒しないように壁等に固定しましょう。</li><li>ガスボンベの周りには、物を置かないようにしましょう。</li></ul>
---	--

## ●緊急地震速報を見聞きしたら

「緊急地震速報」は、気象庁が最大震度5弱以上または長周期地震動階級3以上の地震を予測した際、震度4以上または長周期地震動階級3以上が予測される地域に発表します。この速報は、テレビや緊急告知防災ラジオ、防災行政無線などで、みなさんにお知らせします。速報発表後、数秒から数十秒後に強い揺れが伝わるので、揺れが伝わる前に身を守るための行動をとってください。

ただし、震源域が近い場合、「緊急地震速報」より早く強い揺れが伝わることがあります。

<b>屋内では…</b> <ul style="list-style-type: none"><li>頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。</li><li>あわてて外へ飛び出さない。</li></ul>	<b>急斜面の近くでは…</b> <ul style="list-style-type: none"><li>落石やがけ崩れなどに注意する。</li><li>落ち着いて低い姿勢を取り、頭を守るなど身を守る行動をとる。</li></ul>
<b>車の運転中は…</b> <ul style="list-style-type: none"><li>あわててブレーキをかけない。</li><li>ハザードランプを点灯し、路肩に寄せてゆっくり停止する。</li><li>車での避難は避け、カギと連絡先メモ(電話番号等)を車中に残す。</li></ul>	<b>エレベーターでは…</b> <ul style="list-style-type: none"><li>全ての階のボタンを押して、停止した階で、すぐに降りる。</li></ul>

## ●地震が起きたときにとるべき行動

地震の際は、まず、あわてずに身の安全を確保しましょう。また、火災の発生などにも注意してください。

- 1 地震発生! 地震の揺れから身を守る**
  - 落ち着いて低い姿勢を取り、頭を守るなど身の安全を確保する。
  - ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する。
  - がけ崩れや地すべりの予測される地域の人は、ただちに避難する。
- 2 安全の確認 避難の準備・開始 火の元やブレーカーを確認**
  - 家族の安全を確認する。
  - 火の元を確認・初期消火を行う。
  - 足をケガしないように靴をはく。
  - 揺れがおさまったら、ただちに避難する。ただし、海岸付近にいる人は、揺れと同時に避難する。
  - 非常持ち出し品などを手元に準備する。
  - 余震に注意する。
- 3 情報の入手 情報の収集は安全な場所で行う**
  - 安全な場所に移動してから、テレビやラジオなどで正確な情報を確認する。
  - 間違った情報や、うわさ、デマなどに惑わされないように注意する。
  - 安全が確認されるまで、自宅には戻らない。
- 4 避難施設へ移動 一時的に避難した場所から、避難施設や自宅へ移動**
  - 安全の確認ができたら、一時避難した場所から避難施設などに移動する。
  - 避難施設では、集団生活のルールやマナーを守り、助け合いの心を持ち、協力し合う。
  - 引き続き、災害情報・被害情報を収集するとともに、生活の再建に向けて準備などを行う。