

物の備え・心の準備

これを読んでいる今、東海地震が発生したら…
 あなたは、まず何をやるだろうか
 家族の居場所は…？ 非常持ち出し袋は…？
 非常時のパニックを最小限に抑えるためには
 「物の備え」と同時に「心の準備」も大切
 地域防災指導員の鈴木淳二さんに
 家庭でできる備えや心構えなどを聞いた



- 非常持ち出し品チェックリスト
- 1次持ち出し品 (地震発生後すぐに持ち出す)**
- 飲料水 □懐中電灯 □ラジオ □応急医薬品 □持病の薬 □タオル
 - 現金(硬貨も) □軍手 □ティッシュ □生理用品 □ヘルメット □マスク □靴 □ライターやマッチ □笛
- 2次持ち出し品 (地震発生後、落ち着いたら家に戻り持ち出す)**
- 飲料水 (1日1人3リットルが目安) □非常食 (乾パン・アルファ米・缶詰・インスタント食品など) □燃料 (卓上コンロ・固形燃料など) □衣類
 - 洗面用具 □毛布 □寝袋 □ラップやアルミホイル □雨具 □ポリタンク □ガムテープ
- ※最低3日分の生活用品。1次持ち出し、2次持ち出し品とも、数カ所に置いておくこと効果は高まります。

1物の備え

防災用品… 災害発生時、すぐに持つて避難できるよう、チェックリストを参考に用意しましょう。非常持ち出し袋は、玄関先はもちろんですが、寝室や台所など数カ所に分けて置いておきたいですね。



一つだけだと持ち出せない可能性もありますから。赤ちゃんがいる家庭では、ミルクやほ乳瓶、おむつ、おおい紐なども必要になるでしょう。家族構成によって、必要な持ち出し品は変わります。ご家庭で話し合ってみてください。

非常食は手軽でバランスのすぐれたものを。最近では乾パン以外にも、栄養価の高い非常食も豊富にあります。店で聞いてみてください。

ラジオは情報収集の必須アイテム。今は手巻きで充電するタイプや、懐中電灯が付いたタイプなどもあります。火災の発生に備え、消化器

3地震発生の瞬間

災害は、いつどこで起こるか分かりません。たとえ就寝中であろうとお構いなしに発生します。いつ、どこで災害に見舞われたとしても、第一に考えるのは「いかにして自分の身を守るか」です。

家の中… 窓際や大型家具には近づかないで、机やテーブルの下に隠れ、揺れが収まるのを待ちましょう。日ごろから机やテーブルの下に荷物を置かないようご注意ください。

道路を歩いたら… 外を歩いていたら鞆やバッグをヘルメット代わりに。ブロック塀や自動販売機などにつかまってはダメです。阪神・淡路大震災では、ブロック塀はなぎ倒されて道路をふさぎ、ポルトで固定された自動販売機ですら倒れてしまったとい

4揺れが収まったら

う実例があります。

火の元などを確認… 火災を防ぐためにもガスの元栓は閉めましょう。ただし揺れてる間は火の元に近づかないこと。また電気のブレーカーも落とします。まだ水道が生きているようなら、できるだけ皆さんの容器に水を溜めておいてください。

家族の安否確認… 災害伝言ダイヤルなどを活用して、家族の安否を確認しましょう。**いざ避難…** 被災した場所に応じた避難場所へ。その際、非常持ち出し袋を忘れずに。**情報収集はラジオ…** 停電中などに正確な情報を得るにはラジオが一番。阪神・淡路大震災では、ラジオが情報源として大活躍したと聞いています。予備の電池も忘れずに。

阪神・淡路大震災から考える家具転倒防止の有効性

阪神・淡路大震災では、家具の転倒や食器など破片の散乱によって、ケガを負ったり、逃げ遅れたりする被害が多数発生した。室内に家具・家電が多くなり、またそれらが大型化していることが原因と見られている。

震度7を記録した地域では、食器棚の扉が開いて食器類が飛び散り、冷蔵庫やピアノは大きく移動。テレビや電子レンジが吹っ飛びといった、日常では考えられない光景が見られたという。家具が転倒し、下敷きになってしまう危険。そればかりではない。火災が発生した場合、家具が散乱している状況では逃げ出すことだって困難だ。気象庁の解説では「震度5強で、タンスなど重い家具が倒れ、テレビなどが台から落ちることがある」と想定している。室内での家具転倒を防ぎ、避難経路を確保しておくためにも、家具の固定を進めたい。



▲タンスや食器棚など大型家具の転倒を防止する固定方法。天井につばるタイプなので、壁に穴を開ける必要がない。

住宅の耐震対策を進めよう

町は県と一体となり「TOUKAI-0」総合支援事業に取り組み、住宅の耐震化を進めています。まずは無料で受けられる「耐震診断」から。申し込みは電話1本。わが家を、一番安心して過ごせる場所にしましょう。ブロック塀撤去の補助制度もあります。一度、建設課までお電話ください。 建設課 ☎ (56) 2227

あなたを守る。家族を守る。

命のパスポート

紙面から切り取って貼り合わせ、財布などに入れてください。災害時、自分に言い聞かせること、心がけたいことをごく簡単にまとめたものです。

静岡県防災局防災情報室

大きな地震が発生したら…

3秒 地震だ!

- 落ち着け!
- 身を守れ!
- 意識しよう! 火元と脱出口確保

1~2分

揺れがおさまった

津波や山・崖崩れの危険が予想される地域はすぐに避難

- 火元を確認!
- 家族は大丈夫か!
- 靴を履く!
- 非常持ち出し品!

3分

- みんな無事か?
- 近くに火は?

大声で知らせろ!

消火器を使え!

バケツリレーだ!

- 余震に注意!

5~10分

- ラジオをつけろ!

デマにまどわされるな!

- 市町、自主防の情報を確認!
- 電話はなるべく使わない

緊急連絡を優先!
安否確認は伝言ダイヤル[171]を!

- 避難のときは
- ・ ガス栓を閉める! プレーカーを切れ!
 - ・ 車は逃げるな!
 - ・ ブロック塀の倒壊、自動販売機の転倒、看板やガラスの落下、がれきに注意!
 - ・ 行先メモを玄関に!
 - ・ 子供を学校へ迎えに!

10分~数時間

- みんなで消火活動!

- みんなで救出活動!

消火・救出が難しいときは消防署等へ連絡!

簡単な手当ては自分で!

~3日

- 生活必需品は備蓄でまかなえ!

水・食料・ラジオ・ライト・常備薬等

- 市町広報に注意!
- こわれた家に入るな!
- 無理はやめよう!
- がまんと助け合い!

避難生活になったら

3か条

- 自主防を中心に!
- ルールを守れ!
- 助け合おう!
災害時要援護者に心づかい