

地震に備える

わが家の安全対策

●「地震が起きたら家の中はどうなるのだろう」

ふだんからイメージして工夫することで、地震が起きた時に被害を少なくすることができます。家の中の家具やガラスなど、地震に対する安全性をチェックし、補強や移動を行っておきましょう。

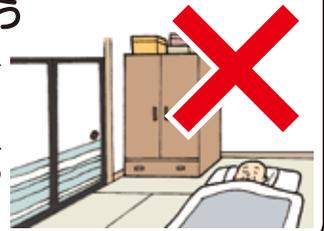
●窓ガラスの飛散や高い所からの物の落下を防ぎましょう

窓ガラスには飛散防止フィルムを貼るようにし、室内にスリッパや靴を用意しておきましょう。また、家具の上に物を置かないようにしましょう。



●寝室や人の出入りが多い部屋には大きな家具を置かないようにしましょう

就寝中に地震に襲われると大きな家具が倒れて危険です。大きな家具は、寝室や人の出入りが多い部屋には置かないようにしましょう。



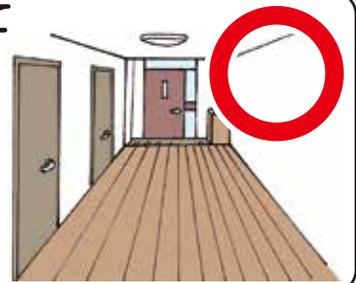
●家具の転倒、落下防止対策をしましょう

背の高い家具は市販のL字金具や支え棒で固定しましょう。



●避難通路を確保しておきましょう

安全に避難できるように、玄関や廊下などには家具や荷物は置かないようにしましょう。



●「地震発生!そのときどうする?」

地震が発生したとき、被害を最小限に抑えるには、一人ひとりが慌てずに適切な行動をとることが大切です。いざという時に落ち着いて行動できるよう、日頃から地震の際の正しい心構えを身につけておきましょう。

地震発生

- 落ち着いて、まずは自分の身を守る。揺れが続いている場合はテーブルや机の下で安全を確保しましょう。



1~5分

- 揺れが収まったら落ち着いて火の始末をしましょう。
- 家族全員の安全を確認しましょう。
- ドアや窓を開けて出口を確保しましょう。
- ガラスの破片などから足を守るためにスリッパや靴をはきましょう。



5~15分



- 余震に注意しながら行動しましょう。
- 隣近所の安全を確認しましょう。
- 非常持出品を準備しましょう。

15分~数時間



- テレビやラジオなどで正しい情報を確認しましょう。
- 避難所に行く際は、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落としましょう。



- 家屋の倒壊や火災の延焼などの恐れがあれば避難しましょう。
- 状況に応じて隣近所と協力して消火活動や救出活動を行いましょう。

避難所生活



- 生活必需品は備蓄でまかないましょう。
- 壊れた家には入らないようにしましょう。
- 避難所生活では、集団生活のルールを守りましょう。