

◆ 地震への備え

地震で建物が倒壊しなくても、家具の転倒やガラスの飛散等により、大きなケガをしたり逃げ場をふさがれたりします。事前に家具などの固定や配置方法の工夫を行い、屋内の安全性を高めておきましょう。

■ 収納に工夫を

- タンスや本棚などにもものを入れる場合は、重いものは下に、軽いものは上に収納するようにします。
- 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。

■ 照明器具の補強を

- 吊り下げ式蛍光灯は、チェーンなどで止めておきましょう。

■ 置き方に工夫を

- 家具の下部の前方に転倒防止のビニール樹脂状のものを入れ、壁にもたれ気味にします。
- 出入口や通路には、なるべく荷物を置かないようにしましょう。
- 就寝場所に家具が倒れてこないように、配置を工夫する必要があります。

地震のときに家具などが就寝部分に倒れたり、避難経路をふさぐ位置に配置されていませんか？

■ ガラスの飛散防止を

- 割れたガラスが飛び散るのを防ぐため、ガラス飛散防止フィルムを貼りましょう。

■ 耐震金具を利用しよう

▶ 転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって使い分けましょう。

▶ 重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぎます。

▶ 扉・引き出し開放防止金具

地震発生時に、扉・引き出しが開かないように固定します。さらに、収納物の落下を防止するために棚板にふきんを置いたり、木やアルミ棒による飛び出し防止枠をつけると安心です。

◆ 屋外の安全対策

地震の揺れにより、ブロック塀などが崩れてケガをしたり、ガスボンベや貯湯タンク、エアコン室外機等が倒れるなどした場合に、火災やけがにつながる場合があります。事前に家の周りを点検し、屋外の安全性を高めておきましょう。

■ 壁・塀

- 壁や塀にひび割れなどがなく、腐ったりしていないか点検しましょう。
- ブロック塀は、地震の揺れにより崩れる可能性があるため、できれば安全な生垣などにしましょう。

■ ガスボンベ・貯湯タンク・エアコン室外機等

- ガスボンベや貯湯タンク、エアコン室外機等は、動かないように壁等に固定しましょう。
- ガスボンベの周りには、物を置かないようにしましょう。

◆ 液状化現象

- 液状化現象とは、地下水位が高く、ゆるく堆積した砂地盤などが地震により激しくゆらされると、土の粒子が水と混ざり合って、一時的に液体のようにやわらかくなることをいいます。
- 液状化現象が発生すると、地面の沈下・陥没が発生して土地や建物が傾いたり、倒壊することがあります。

◆ 地震が起きたとき、とるべき行動

地震発生時には、あわてずに、まず身の安全を確保しましょう。また、旅行などで海岸付近にいた際に強い揺れを感じたときは、すぐに津波が来襲することがありますので、津波警報や津波注意報の発表を待たず、ただちに高台などに避難してください。

- 1 地震発生! 地震の揺れから身を守る**

 - 「頭を保護する」「大きな家具から離れる」「丈夫な机の下に隠れる」など、落ち着いて自分の身を守る。
 - ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する。
- 2 安全の確認 避難の準備・開始 揺れがおさまってから行動を**

 - 家族の安全を確認。
 - 火の元を確認・初期消火。
 - 足をケガしないように靴をはく。
 - 津波のおそれがある場所にいる人は、揺れがおさまったらただちに避難する。
 - 非常持ち出し品等を手元に用意する。
 - 電気のブレーカーを切る・ガスの元栓を閉める。(復旧時の火災・事故を防ぐため)
 - できる範囲で、地域の避難行動要支援者の手助けを行う。
- 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、防災無線やラジオなどで情報を確認する。
 - 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なら、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、集団生活のルールを守り、助け合いの心を持つ。
 - 引き続き、災害情報・被害情報を収集する。

◆ 緊急地震速報を見聞きしたら…

「緊急地震速報」は、最大震度が5弱以上と予想された場合に、震度4以上が予想される地域を対象に報道機関や防災機関からみなさんに伝えられます。この「緊急地震速報」を見聞きしてから数秒～数十秒後に強い揺れが始まりますので、この間に身を守るための行動をとる必要があります。ただし、震源域に近い地域では「緊急地震速報」が強い揺れに間に合わないことがあります。

