

家具などの安全対策

地震で建物が倒壊しなくても、大きな家具の転倒、家電製品の落下、ガラスの飛散など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、家の中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しょう。
- 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。

耐震金具の利用を

転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、天井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しょう。

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敷いたり、木や金属棒などで飛び出し防止枠をつけると安心です。

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を防止するための板などを入れ、壁にもたれ気味にしましょう。
- 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、配置の工夫をしましょう。

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しないようにしましょう。

正しい配置

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。

手近な取り出しやすい所に運動靴などを用意しておくと、災害時の足のケガを防止できます。

- ベッドや寝るところで、倒れかかる位置に家具や本棚はありませんか
- 照明器具はしっかりと取り付けられていますか
- 高いところに花瓶などの、割れると危ないものはありませんか
- ひび割れ、壊れているところはありませんか
- 高すぎませんか
- 傾いていませんか
- グラついていませんか
- 食器棚や家具は固定していますか
- ガスボンベを固定していますか
- 控壁はありますか
- テレビや水槽を低いところに置いていますか
- ストープをふすま・障子・カーテンの近くで使用していませんか
- ガスボンベの周りに物が置いてありませんか

緊急地震速報を見聞きしたら…

「緊急地震速報」は、地震によって大きな被害が出ると予想される地域を対象に、揺れが始まる前にテレビ・ラジオ・防災行政無線や携帯電話(対応機種)など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。

周囲の状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しましょう			
屋内では… <ul style="list-style-type: none"> ●頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れましょう。 ●あわてて外へ飛び出さないようにしましょう。 ●揺れが収まってから落ち着いて火を消しましょう。 	屋外では… <ul style="list-style-type: none"> ●ブロック塀の倒壊等に注意しましょう。 ●看板や割れたガラスの落下に注意し、丈夫なビルのそばであれば、ビルの中に避難しましょう。 	人がおおぜいいる施設では… <ul style="list-style-type: none"> ●施設の係員の指示に従いましょう。 ●落ち着いて行動しましょう。 ●あわてて出口に走り出さないようにしましょう。 	
自動車運転中は… <ul style="list-style-type: none"> ●あわててブレーキをかけないようにしましょう。 ●ハザードランプを点灯し、揺れを感じたらゆっくり停止しましょう。 	鉄道やバスでは… <ul style="list-style-type: none"> ●つり革や手すりにしっかりつかまりましょう。 	山やがけ付近では… <ul style="list-style-type: none"> ●落石やがけ崩れに注意しましょう。 	エレベーターでは… <ul style="list-style-type: none"> ●最寄りの階で停止させ、すぐに降りましょう。

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。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ましょう。

地震発生! **自分の命は自分で守りましょう**

- 「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りましょう。
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保しましょう。
- 土砂災害の危険が予測される区域にいる場合はすぐ避難しましょう。

1～5分 **家族を守りましょう**

- 揺れが収まってから行動しましょう。
- 家族の安全を確認しましょう。
- 火の元を確認・初期消火しましょう。
- 足をケガしないように靴をはきましょう。
- 非常持ち出し品等を手元に用意しましょう。
- 余震に注意しましょう。

5～10分 **地域を守りましょう**

- 隣近所の安全を確認しましょう。
- 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しましょう。
- 電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。
- ※復旧時の火災・事故を防ぐため
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難しましょう。

10分～数時間後 **避難生活** **助け合いの心で…**

- 協力して消火・救出活動を行いましょう。
- 水・食料は備蓄品でまかないましょう。
- 災害情報、被害情報を収集しましょう。
- 壊れた家には入らないようにしましょう。
- 引き続き余震に注意しましょう。
- 避難所では集団生活のルールを守りましょう。