

地震に備えての防災対策について

地震はいつ、どこで、誰の身に起きるかわかりません。普段から防災意識を持ち、防災対策をしておくことが重要です。

ここでは、地震が発生した時どういったことが起きるのか、それに対してどのような防災対策をしておけばよいかを紹介します。

【1】避難経路がふさがれる

- <対策> ・ ガラス製品や調理器具、テレビなどの重いものを高いところに置かない
- ・ 寝ている場所に家具が倒れてこないようにレイアウトする
 - ・ 部屋の出入口付近や廊下、階段等に物を置かない

【2】家具・本棚が倒れる

※阪神・淡路大震災時に、建物の中で怪我をした人の約半数は家具の転倒、落下が原因だった

- <対策> ・ 賃貸に多い壁や床に直接固定できない場合は、2種類以上の器具で上下から固定する
- ・ 引き出し・開き戸にストッパーを設置
 - ・ 家具の下に耐震マットを敷く

<家具転倒防止伸縮棒>



地震の際に家具の転倒を防止する突っ張りタイプの家具転倒防止棒です。

公的機関振動試験で転倒防止効果を実証済みです。設置面の面積が広く、揺れても天井と家具をしっかりと固定します。

【3】火事が起こる

※火事が起こると被害者が増大する。ただし、まずは身の安全確保を最優先に！

＜対策＞・大きな地震の場合、無理に消火しに行くのは、かえって危険

火が出たとしても、消火は揺れが収まった後で

- ・火事を出さないよう、スプレータイプの簡易消火器などをキッチンに用意すること

【4】ガラスが割れる

※巨大な地震の場合、多くのガラスが割れて、破片が降り注いでくる。また外の人にも落ちてくる

＜対策＞・食器棚の扉には、留め金具を付ける

- ・窓ガラスフィルムを貼ったり、必ずカーテンをしめる
- ・寝室にスリッパ、運動靴等を用意しておく。

【5】その他

○「非常用持ち出し袋」を準備しておく

※自分が、どれくらいの重さを持って避難できるか？も考えておくこと！

＜対策＞・「最低3日間生活できること」を

目安に食料や日用品をそろえる

- ・他人に借りることができない物を入れておく
- ・重くなりすぎて逃げるのが遅くなるのを防ぐため、必要最低限の物を持ち出す
- ・衣料品は、寒い季節にあわせて準備しておくこと



- ・ 自宅に戻れなくなるケースを考え、避難所までの距離などを考慮して量
や必要な物を揃える

参照 <http://matome.naver.jp/odai/2140169082418071701>