

## IV 地震(突発型災害)の防災について

### 1. 地震発生に備える

#### ①家具の置き方の工夫

- ・「家具は必ず倒れるもの」と考えて、転倒防止対策(壁・天井)を講じる
- ・寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かない。
- ・置く場合も、なるべく背の低い家具にすると共に、倒れた時に出入り口をふさいだりしないよう、家具の向きや配置を工夫。
- ・手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備える。

#### ②食料・飲料・生活必需品などの備蓄

- ・飲料水 3日分\*(1人1日3リットルが目安)
- ・非常食 3日分\*の食料として、ご飯(アルファ米など)、ビスケット、板チョコ、乾パンなど。
- ・トイレトーパー、ティッシュペーパー・マッチ、ろうそく・カセットコンロなど。飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておく、などの備え。

\*大規模地震の発生の場合は「1週間分」の備蓄が望ましい。備蓄法はローリングストック法(蓄える→食べる→補充することを繰り返しながら一定量の食品が備蓄されている状態を保つ)

#### ③非常用持ち出しバックの準備 (人数分の量を用意)

- ・飲料水、食料品(カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど)
  - ・貴重品(預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など)
  - ・救急用品(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
  - ・ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
  - ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
  - ・衣類、下着、毛布、タオル
  - ・洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ
- ※乳児のいるご家庭は、ミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意。

#### ④ご家族同士の安否確認方法を決めておく

- ・災害用伝言ダイヤル(171)を利用・・・音声ガイダンスに従い操作  
(録音する) 171 + 1 + 被災地の方の連絡先電話番号  
(再生する) 171 + 2 + 被災地の方の連絡先電話番号
- ・各社携帯電話から「災害用伝言版」を利用(震度6弱以上の時可)  
利用体験日(毎月1日、正月三が日、1/15～1/21、8/30～9/5)に体験
- ・インターネットを利用した「災害用ブロードバンド伝言板)Web171を利用  
利用体験日(毎月1日、正月三が日、1/15～1/21、8/30～9/5)に体験

#### ⑤避難場所や避難経路を市のハザードマップなどで確認