

第3章

地震・風水害に対する日ごろの備え



阪神・淡路大震災の死因は、家屋の倒壊や家具の転倒などによる圧迫死が大半を占めていました。そうならないためには、あなたの家の内外を点検し、いざというときのために備えることがとても大切です。

阪神・淡路大震災での死亡原因



家屋倒壊や家具の転倒などによる圧迫死が大半を占めています！

消防庁「消防白書」より

家族で防災会議を開こう

地震の被害を小さくするためには日頃からの備えが大切です。身の回りの安全について家族で考えましょう。

1 家族一人ひとりの役割を決める

家族で話し合って、災害発生時の役割を決めておきましょう。

- 火を消す
- ガスの元栓を閉める
- 子どもやお年寄りの安全を確認する
- 危険物を安全なところへ移す
- 消火器、バケツなどを準備する
- 電気器具のコンセントを抜く、ブレーカーを切る
- ラジオ・テレビなどで情報を確認する
- 出入口を確保する
- 非常持ち出し品を確認する
- すぐに戻ってこれない家族へ伝言を書いておく
- 家の前に行先や連絡先を書いた紙を貼っておく

2 危険個所をチェックする

家の内外に危険個所がないかどうかチェックしましょう。危ない場所は、修理や補強について話し合しましょう。



3 「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」をチェックする

必要な物品がそろっているか確認します。また、定期的に保存状態や消費期限を点検し、必要なら交換しましょう。(19ページ参照)

4 防災用具をチェックする

消火器や救急箱を確認しましょう。消火器の使い方や応急手当の方法(34～36ページ参照)を覚えておきましょう。

5 緊急連絡カードを用意する

家族の避難場所や集まる場所、家族の連絡方法などを話し合い、決めたことは緊急連絡カードとして記入したものを携帯するようにしましょう。(巻末参照)



6 わが家の防災マップをつくろう

家族で避難場所や避難路などを確認し、わが家の防災マップを作成しましょう。(39ページ参照)

自宅での避難について

- ◆自宅避難とは、災害発生後でも自宅で安全に居住できる場合に、避難所ではなく、自宅にとどまって避難生活を送る避難方法です。避難所では環境の変化で体調を崩したり、プライバシーの確保が難しいため、住み慣れた自宅の方がストレスの少ない避難生活を送れます。食料や水等を日ごろから備蓄し、自宅避難ができる準備を整えましょう。
 - ◆自宅避難をするために家具の転倒防止をしましょう。(21～22ページ参照) 備蓄品の準備をしましょう(19ページ参照)
- *避難所では安否情報や避難情報、最低限の物資を得ることができます。自宅避難時も避難所を活用しましょう。