



日ごろからの心がけが大切

家庭での防災対策

1 自主防災組織とリンクした防災対策を

災害発生時には、自主防災組織は各家庭と、市町村は各自主防災組織と、それぞれ連携を取り合うことが大切です。

この3者の円滑な連携プレーによる応急活動が、災害発生時に大きな効果を発揮します。なかでも家庭の役割は大変重要です。家庭内の防災対策を十分に行っていれば、人的被害を著しく少なくすることができます。日頃から、自主防災組織は家庭での防災対策の推進役として各家庭の指導につとめ、家庭では家族で十分に話し合いながら防災対策を整えておきましょう。



2 最低3日分の食料と水を確保しておこう

災害が起きると、輸送活動に大きな支障が生ずるため、お金があっても食料品を買うことはできないという状況も考えられます。また、病院自体の被災やけが人が大量に発生することから、けがをしても病院ですぐに治療を受けることができなくなります。

このため、救援活動が受けられるまでの間、各家庭では家族構成を考えて食料や水を蓄えるとともに、救急医薬品を準備しておくことも必要です。



●持ち出し品リスト●

- 食料………3日分
主食：米、乾パン、インスタント食品など
副食：漬物、梅干し、佃煮、缶詰など
調味料：みそ、しょうゆ、塩など
- 飲料水………1人につき1日3リットルの水を最低3日分(その他、多目的に使えるよう風呂に水を入れておく)
- 救急医薬品………包帯、絆創膏、滅菌ガーゼ、三角巾、体温計、はさみ、ピンセット、傷薬、目薬、解熱剤、かぜ薬、常備薬など
- 非常持出品………携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池、現金、貴重品、衣類、タオル、ティッシュペーパーなど

※この他、赤ちゃんのいる家庭では、ミルク、ほ乳瓶、離乳食、おむつ、着替えなどを用意しましょう。

3 わが家の安全をチェック

阪神・淡路大震災では、多くの尊い生命が家屋の倒壊によって失われました。このような犠牲者を出さないため、専門家による住宅の耐震診断を受けておくといいでしょ。

また、地震が起きると、倒れた家具や落ちてきた物だけがをすることも考えられます。また倒れた家具は、外へ逃げる時の障害にもなります。こうした被害は、家具を固定したり、家具の上に物を置かないなど、ちょっとした工夫で防げます。家の中をチェックし、危険な箇所があれば安全対策をとっておきましょう。



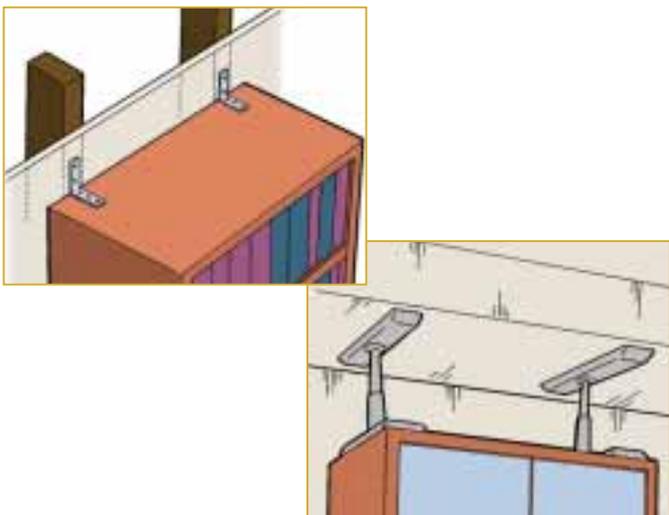
●ここがポイント●

- ①寝室、幼児・お年寄り・病人のいる部屋にたくさん
の家具を置いていないか。
- ②照明器具、額縁、吊り棚の物が落ちてこないか。
- ③食器棚などのガラスが割れて中のものが飛び出
したり、2段、3段重ねの家具の連結部がはずれ
て倒れてこないか。
- ④テレビや人形ケースなどを家具の上ののせてい
ないか。
- ⑤バルコニー、ベランダの手すりなど落下しやす
いところに植木鉢を置いていないか。
- ⑥火元の付近に燃えやすいものはないか。
- ⑦玄関など外への避難通路が家具の転倒によりふ
さがれないか。



4 家具の転倒防止対策

家具の転倒による被害を防ぐため、タンス、食器棚などの家具は、動かないようあらかじめ固定しておきましょう。冷蔵庫などキャスターがついているものは意外と動きやすいので、本棚用のL字金具(筋交いのあるもの)でしっかり固定します。金具側の板と冷蔵庫本体の間に発泡スチロールを挟めば、冷蔵庫を傷つけることはありません。



5 月に一度は家庭防災会議を開こう

家族みんなの防災意識を高め、各人の役割分担や連絡方法を確認するため、月に1度は家庭で防災会議を開きましょう。定期的な話し合いを積み重ねることで、いざというとき、落ち着いて適切な行動がとれるようになります。

家庭防災会議は次のような点を確認しましょう。

- (1) 地震が起こったときの身の守り方
- (2) 家族がバラバラに離れているときに災害が発生した場合の連絡方法
- (3) 避難場所とそこへ行く道順
- (4) 火の始末、非常持ち出し品など災害時における家庭での役割分担
- (5) 応急手当の仕方



6 危険が迫ったときは、みんなで避難

がけ崩れの危険が生じた場合など、人命に危険がおよぶと判断されたときは、被害の発生を未然に防ぐため、市町村長によって避難の勧告又は指示が発令されます。発令されたらすみやかに指定の避難場所へ避難してください。

また、地震による火事で身近に危険が迫った場合や津波警報が出たときは、すぐに自主的に避難してください。

避難方法は、自主防災組織や町内会などの単位で、リーダーや警察官などの誘導にしたがって、徒歩で行います。

このとき持ち出す物は、食料、飲料水、非常持ち出し品など必要最小限にしてください。

