

家庭や地域のみんなで 話し合い万全の対策を講じましょう

わが家の備えは「できている」「できていない」 10問チェック		
時々家族で地震が襲ってきたときの行動を話したり、余震のことや地震の後の行動について話したりしている	はい	いいえ
地震時に火事だけは絶対出さない！と固く誓っている	はい	いいえ
日ごろの小さな揺れの時でも即座に「身の安全」「火の始末」などとシナリオに従った対応をするようにしている	はい	いいえ
家具の配置や置き具合など家の中の空間や外回り（ブロック塀など）の安全には配慮している	はい	いいえ
（中高層住宅なので）玄関ドアはすぐに開けに行く習慣を付けている	はい	いいえ
脱出や避難のルートになる場所には障害になるような物は置いていない	はい	いいえ
付近の環境について危険の度合いなどをよく知っている	はい	いいえ
高齢や障害のある家族の安全確保や避難時の備えは万全である	はい	いいえ
子どもには、登下校時、学校にいるとき、外で遊んでいるときの地震時の行動について、いつも言い聞かせている	はい	いいえ
地震時の高齢者や障害者の家への支援、防火や救護のための行動など近所との協力には積極的に臨んでいる	はい	いいえ

地震の揺れと被害想定	
震度 1	屋内にいる人の一部がわずかな揺れを感じる
震度 2	屋内にいる人の多くが揺れを感じる。電灯などのつり下げ物がわずかに揺れる
震度 3	屋内にいるほとんどの人が揺れを感じる。棚にある食器類が音をたてることがある
震度 4	眠っている人のほとんどが目を覚ます。座りの悪い置き物が倒れることがある
震度 5 (弱)	多くの人が身の安全を図ろうとする。食器や本が落ちたり、家具が移動したりすることがある
震度 5 (強)	多くの人が行動に支障を感じる。たんすなど重い家具が倒れることがある
震度 6 (弱)	立っていることが困難になる。固定していない重い家具の多くが移動、転倒する
震度 6 (強)	立っていられず、はわないと動くことができない。重い家具のほとんどが倒れ、戸が外れて飛ぶ
震度 7	自分の意思で行動できない。家具が大きく移動し、飛ぶ物がある



背の高い家具も支え棒などで固定しましょう

日本では、いつでもどこで大きな地震があるか分かりません。活断層がなくても地震が起こる可能性があります。地震は家屋の倒壊や地割れ、地滑りのほか、火災による二次災害を引き起こします。「グラツときたら火の始末」を心掛けるとともに、自分や家族の安全を考えた行動が必要です。一月十七日は防災とボランティアの日。万々に備え、家庭でもできる地震対策を講じておきましょう。

問い合わせは安全安心課 ☎ 890-5935へ。

安心のための
5つのポイント

□建物の安全性を過信しない
阪神・淡路大震災では、多くの家屋が倒壊し、特に築三十年以上の老朽家屋に被害が目立ちました。日ごろから家の内外をチェックし、危険個所の修理・補強をして大きな災害に備えましょう。また、不明な点があれば建築士などの専門家に相談を。

☐ 家の中を総点検

災害時には、家の中も危険になる可能性があります。奥行きがなく背の高い家具、つり式の照明器具などは、転倒・落下防止の措置を取りましよう。

☐ 家族で防災会議

災害が発生したらどう行動するか、家族一人一人の役割分担を決めておきましょう。また、非常用持ち出し品は、いざというとき家族に何が必要

に必要なる物を家族構成などに
応じて厳選しておきましょう。

☐ 一次持ち出し品

避難するとき、まず、最初に持ち出すべき物です。

〔貴重品〕 預貯金通帳、印鑑、健康保険証、免許証、現金（十円玉は公衆電話の利用に便利）携帯ラジオ、AM・FM両方聴ける物、予備の電池（照明器具）、懐中電灯、ろうそく（非常食）、乾パンや缶詰など火を通さなくても食べられる物、ミネラルウォーター（救急用品・常備薬）ばんそうこう、包帯、三角きん、胃腸薬、鎮痛剤など（その他）、丈夫で動きやすい服装、下着、靴下、タオル、軍手、雨具、ヘルメット、ライター（マッチ）、洗面具、生理用品など。

☐ 二次持ち出し品

組織的な救援・復旧活動が軌道に乗るまでの三日間、自活に必要な物です。

〈食料〉簡単な調理で食べられる食品、インスタントラーメン、レトルト食品など、飲料水〈一人一日三リットルが目安〉燃料〈卓上こんろ、ガ

要なのか話し合い、備えを万全にしておくことが大切です。

□地域のひととの交流を大切に
過去の地震では、地域ぐるみの防災活動が被害の拡大を防ぐ上で成果を挙げました。

ニケーションを大切にし、自主防災会の活動にも積極的に参加しましょう。自主防災会活動については、地域の代表者へ問い合わせてください。

☐ わが町をよく知っておく

大規模災害が起こったら、速やかに避難場所へ移動しなければなりません。日ごろから避難場所を確かめ、家族との集合場所を確認しておくことが大切です。また、避難訓練などにも参加しましょう。

持ち出し袋に
必要な物を

被災地に救援物資が届くまでには三日かかるといわれています。持ち出し品はその間

スボンベ、固形燃料などへその他、鍋、やかん、毛布、使い捨てカイロなど。

□過去の災害で役に立った物

（トイレットペーパー）本来の目的のほか、食器の汚れふきや、タオルの代用に（ヘビニール袋）大型の物は中央に穴を開け、レインコートや防寒に使えます。段ボール箱の中に重ねれば簡易トイレにも。また、水の運搬にも使え、火災のときは空気を入れてかぶると煙を吸わずに避難できます（ヘラップ）食器にかぶせて使い、食後にラップを外せば洗わなくても済みます（ウエットティッシュ）顔や手などをふいたり、傷口をふいたりできます（バル・ジャッキ）倒れた家から人を救出するときに役立ちます（バイク・自転車）混乱する道路状況の中で機動力を発揮します。

もし大地震が
発生したら

大きな地震が発生したとき、被害を最小限に抑えるには、一人一人が慌てずに適切な行動をすることが大切。上表をチェックし、十問すべてが「はい」と答えられるよう日ごろから身を守るための準備をしておきましょう。