

## ～地震に備える～

### 家の中の安全対策

- ・家具の上に、重いものや壊れやすいものを置かないようにしましょう。
- ・家具は、L字金具や支え棒で固定しましょう。
- ・窓ガラスには飛散防止フィルムを貼きましょう。
- ・カーテンは防災加工のものに。

### 家の周囲の安全対策

- ・ベランダの植木鉢などの整理整頓をしましょう。
- ・屋根瓦やアンテナを点検し、危険なものは取り替えるか固定しましょう。
- ・プロパンガスのボンベは、上下2本の鎖でしっかり固定しましょう。
- ・よう壁にひび割れやズレなどが生じていないかを点検しましょう。

### 非常持ち出し品を備えよう

- 簡易保存食品●水(ミネラルウォーター)●下着類、靴下、手袋●雨具、防寒具
- 洗面用具●タオル、ちり紙、ウェットティッシュ●懐中電灯●簡易食器類
- 小物類(缶切り、栓抜き、ナイフ、安全ピン、マッチ、ライターなど)
- 応急衣料品●ラジオ●乾電池●ビニール袋●ビニール製敷物●古新聞
- 貴重品など

(乳幼児のいる家庭では)

- ほ乳びん●粉ミルク●保存のきくおやつ●おむつなど

※非常持出品は、日頃からチェックし、保存期限のあるものは定期的に取り替えるようにしましょう。

## ○地震発生！そのときどうする。

地震のときは、一瞬の判断が重要です。身の安全を第一にあわてず、冷静に行動しましょう。

**地震発生！**



1分以内 **身の安全を守る**・・・テーブル、机、ふとんの下にもぐりましょう。

**火の始末**・・・ガスの元栓を閉める、コンセントを抜く。

2分以内 **避難口の確保**・・・ドア、窓をあける。

**家族の安否確認**



3分以内 **危険があればすぐ避難**・・・激しい揺れで家具が倒れるなど危険を感じたときや火災が発生したときはただちに避難してください。



5分以内 **隣近所はどうか**・・・けが人、行方不明者はいないか。→救出、救護。

5分以内

**情報の収集**・・・ラジオなどで正しい情報の収集。