

巨大地震発生!

あなた

避難の妨げにならないようにします。割れると危ないガラスの花瓶や置き物などもなるべく置かないようにしましょう。

居間

ふだん安全と思っっているものが、突然「凶器」になるところに地震の怖さがあります。居間に置かれた本棚もその一つです。本棚と一緒に重い百科事典が倒れてきたらどうでしょうか。考えただけでも

いるか確認しておきましょう。シャンデリアタイプの重いものは、大きな揺れの際に落下すると被害も大きいので、なるべく用いないことです。どうしても使用する場合は、鎖などで補強して落下防止に努めます。額縁や時計も確実に固定しておきましょう。

最近流行の画面テレビは大変重いです。下敷きになると大けがをします。テレビは固定が難しいので、低い位置に設置しましょう。

台所

台所は地震の際に凶器となるものがいっぱいあります。特に危険なのは冷蔵庫と食器棚、そして電子レンジです。

冷蔵庫はどっしりとして倒れにくそうに見えますが、大地震ではあっさり倒れてしまうもの。重いがために、倒れると周囲のものを簡単に破壊します。転倒防止のために、裏の放熱パイプの支柱部を、家の構造物にガッチリと針金などで固定しましょう。

食器棚は両サイドを留め金具でしっかり固定します。ガラスには飛散防止フィルムか粘着テープを張り、開き戸には開放防止金具を取り付けましょう。また、取っ手のついたカップ類は食器棚の天板にフックを取り付けてつるすと、少々の揺れでは飛び出したり壊れたりしません。大皿や鉢、どんぶりなどの重いものは、食器棚の安

寝室

定性を考えて下に収納しましょう。電子レンジも意外に重く、落下すると危険ですので、できるだけ低い位置に置るか、壁や柱に固定したレンジ台に固定してください。

深夜や未明に起きた地震の場合、熟睡していると気がつくのが遅れて大惨事になりかねません。寝室には家具を置かないようにしましょう。どうしても置く場合は、なるべく背の低いものにして壁や柱に固定します。この際、家具がベッドや寝床に倒れかからないような位置を工夫しましょう。

「家」そのもの



あなたの家は地震に対して安全ですか。こう尋ねられて、胸を張って「はい」と答えられるかたは少ないのではないのでしょうか。

地震の際に全壊や半壊といった被害に遭っているのは、多くの場合、軟弱な地盤の上に建てられた家や、建築基準に合わない建て方をした家でした。裏を返せば、しつ

かりとした地盤の上に、法規に合った建て方をした家であれば、思いのほか地震の被害が少なくなる、といえます。自分の家が地震に耐えられるかどうかを把握しておきましょう。また、心配なら専門家へ相談しましょう。

非常持ち出し袋の中身

非常持ち出し袋の中身は震災後、避難所で最低限必要なものです。救援が来るまでの間の、けがの応急手当用の薬や食料、衣類などを用意します。

まず、水は一人当たり一日最低三リットルは必要です。三日間は自力で生き延びることを考えて、九リットル用意します。食料もやはり三分用意します。人によって違いがありますが、長期保存できるレトルト食品やインスタント食品、缶詰などを必要に応じて用意します。赤ちゃんのいる家庭では粉ミルクとほ乳瓶、紙おむつなども忘れないでください。

情報を正確に知るためのラジオと予備の乾電池、懐中電灯とロウソク、救急箱も用意してください。ライターやナイフ、缶切りも必要です。

毛布や衣類は、防寒と同時に避難時のけがの防止に役立ちます。住所と名前を書いたヘルメットや防災ずきん、手袋も避難時の危険防止に必要です。更に現金があるとう便利です。避難時に食品や生活