

# 地震に備える



家の中にも危険なものがたくさんあります。地震のときに室内の家具が倒れ、いざ避難しようとしたときに家具等が出口をふさぐこともあり、日ごろから家具を固定するなど安全対策が必要です。できることから実践し、絶えず見直し安全を高めていきましょう。

## 家の中の安全対策

### 家具のない安全なスペースを確保する

部屋が複数あり、人の出入りが少ない部屋がある場合、家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるような配置を考える。



### 寝室や子ども、高齢者や障がい者のいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは倒れた家具が妨げになって逃げ遅れる危険があります。



### 家具は倒れにくいように置く

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで壁や柱に寄りかかると倒れにくい。また、家具の上に落ちやすいものは置かない。



### 出入り口や通路には物を置かない

玄関までの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざという時に出入口をふさいでしまうことがあります。



## 家の周囲の安全対策

### 家の周囲

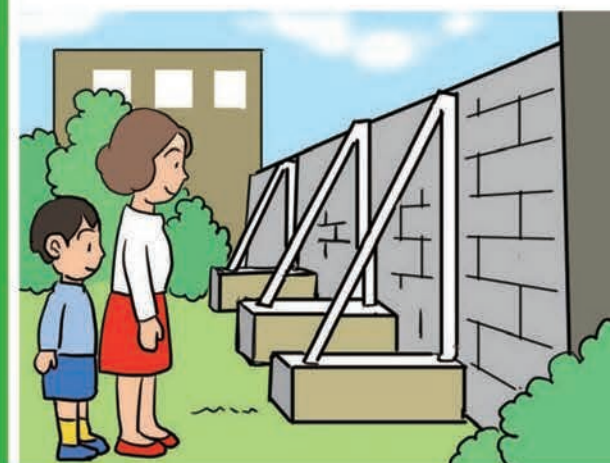
ガスボンベや給湯設備などの倒れては困るものは、確実に転倒防止の処置をしておく。



※土砂災害(特別)警戒区域内の方は特に注意が必要です。

### ブロック塀の補強

補強されていないと、倒壊の危険があります。耐震補強をしましょう。



### ベランダの避難ハッチ

日ごろから使用方法をよく確認しておく。避難器具の上や周りに物を置くのは厳禁。



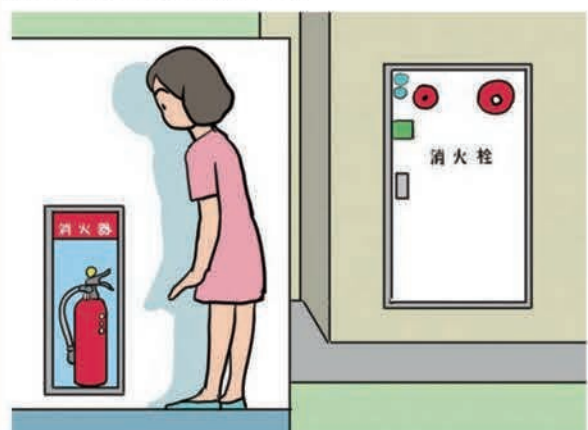
### 通路

避難や通行の妨げにならないように、自転車や物などは置かない。また、延焼防止のため、古新聞やダンボールなども置かない。特に非常扉の前や階段付近には要注意。



### 防災用具・防災設備

通路など共用部分に置いてある消火器や火災報知機などの場所を日ごろから確認しておく。消火器の有効期限を確認する。



### マンションなどの場合、管理組合からの連絡に注意

防災設備の点検や避難訓練のお知らせなど、管理組合からの連絡には日ごろから注意する。訓練には積極的に参加する。





# 災害時のトイレを備えよう



## 災害時のトイレは備えが必要です。

このようにならないためにも「トイレ袋」を備蓄しましょう!!  
戸建に住んでいる場合も下水管の無事が確認されるまでは、トイレの使用を控えてください。

## 携帯トイレの使い方

準備するもの：トイレ袋1セット、ポリ袋1枚

1



便座をあげて便器にポリ袋をかぶせます

2



便座をおろして、その上から携帯トイレの袋をかぶせます。

3



排せつがおわったら、便座につけた携帯トイレの袋を取り外して、口をしっかりしばります。

可燃ごみとして出す

水洗トイレが使えるようになるまで1カ月以上かかる場合があります。少なくとも7日分は備えておきましょう。

1日あたりの家族のトイレ回数×7日分が目安です。

# 自宅をチェック

- 昭和56年5月以前（旧建築基準法）の木造住宅である はい・いいえ

地震発生時は危険！耐震診断を受けましょう。  
木造住宅の場合は新建築基準法適用後の家でも耐震診断をしておきましょう。

- ブロック塀等は建築基準法に基づき設置されている はい・いいえ

地震や暴風時に危険！フェンス等への建替えを検討しましょう。

- 寝室は 階建ての 階である

浸水想定区域内に住んでいる方はなるべく2階以上を寝室にしましょう。

- 寝室は 東・西・南・北側にある

近くに崖や急斜面がある場合は、反対側の部屋を寝室にしましょう。

- 寝室にタンスが置いてある はい・いいえ

タンスを固定するかタンスが倒れても押しつぶされない場所を寝室にしましょう。

各部屋の家具（引き出しを含む）、食器棚（扉等を含む）、テーブル、テレビ等の固定や窓ガラスの飛散防止のチェックをしてみましょう。

階数	部屋の名称	家具などの固定				窓ガラス飛散防止	
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施
		全固定	一部固定	未固定	固定物なし	実施済み	未実施