

地震に備えよう

地震が来たら…

地震発生～2分 クラッとしたままで身の安全の確保

「地震だ!火を消せ!」といわれ続けてきましたが、現在、LPガスは震度5弱以上の揺れを感じると自動的に火が消えるようになっています。
大きな揺れの中、コンロの火を消そうとすると、高温の湯や油が飛び散って、やけどをする場合があります。

大きな揺れの中は「何もできない」ことがほとんどで、強い揺れを感じたら、まずは自分の身を守ることに専念しましょう。

2～5分 揺れが止まったら火の始末・出口の確保

揺れが止まったら、火の始末を行いましょう。火出しても炎が大きくなるまでは2～3分の時間があるので、被害を拡大せないために、小さい火のうちに消し止めることが大事です。
必ず消火器を備え、すぐに使用できるところに置いておきましょう。

消火器の使用方法は、日頃から確認しておきましょう。

また、余震に備え、ドアを開けるなど出口の確保を行いましょう。

5～10分 我家の安全確認・情報確認・避難の準備

家族や隣住所の安全を確認しましょう。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消ししましょう。
ラジオなどで情報を収集し、余震で被害拡大の恐れがある場合はすぐに避難を開始しましょう。
避難する場合には、電気のブレーカーを落とし、ガメの元栓を閉めてから避難しましょう。
外出中の家族のために避難先や安否情報を書いたメモを残すことも大切です。

停電に備えておきましょう

停電で起こりうる家庭内の影響

夜間、周りが見えない!

備中電灯(LEDライト)、ランタンなどを必ず乾電池と一緒に備えましょう。うっとうしくは火災を招くおそれがあるため使用は控えましょう。

断水した!

停電による給水ポンプの停止などによる断水に備えましょう。
(飲料水の備蓄)常にお風呂に水をはっておく、給水された水を入れるボリタンクや、水を使わない簡易便い捨てトイレを備えておく。

★ 停電復旧時の火災を防ぐため、ブレーカーの電源を落とし、復旧後に電源を入れるようにしましょう。

家電が使えない!

電気製品の使えない状況を想定して調理手段を備えましょう。(P10「非常持出品・非常備蓄品」参照)

携帯電話に充電できない!

乾電池式充電器(乾電池も一緒に準備)とモバイルバッテリーを備えておくと安心です。
停電が起きたからでは、店に入らなければ商品が不足するため欲しいものが買えません。また停電が復旧しても物流が途絶えているため、食料品や日用品がしばらく買えない可能性も高いです。災害時に立つものや普段から必要不可欠なものを事前に多めに備えておくことは非常に重要です。また、ガソリンも普段から残量が1/3ほどになったら給油するようにしてください。

冷蔵庫寝具が使えない!

冷蔵庫器具が使えない状態でも、寝(寝)をとる手段を備えましょう。

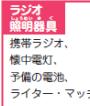
物が買えない!売っていない!

乾電池式充電器(乾電池も一緒に準備)とモバイルバッテリーを備えておくと安心です。

非常持出品・非常備蓄品

非常持出品

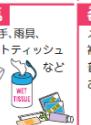
できるだけ身軽に避難できるようにするために、非常持出品は避難に必要な物品や貴重品に限ります。
非常持出品は、リュックサック等に入れて避難するときの通り道、玄関、寝室等に置いておきましょう。



各自必要なもの



移動に必要なもの



現金(小銭も準備)、通帳、免許証、健康保険証のコピー、携帯電話など



非常備蓄品

災害発生直後、飲料水や食料等は、入手することが困難な状況が想定されます。またライフラインが途絶えた場合を想定し、数日間(最低3日間)を生活できるように各家庭で備えておきましょう。



洗面用具

カップ類・レトルトご飯・缶詰・レトルト食品・治癒食品など。

調理器具は、やかん、なべ、あたまなど



生活用水

水がなくても洗えるドライシャンプーなどもあるとよい

水は1人3日分を目安。

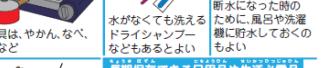


長期保存できる日用品や生活必需品



身体を温める: ポータブルストーブ(電池式・ガスボンベ式)、使い捨てカイロ、サバイバルシート、防寒着、手袋、帽子、毛布など

身体を冷やす: 冷却シート・瞬間冷却材など



長期保存できる日用品や生活必需品

ティッシュペーパー、トイレットペーパー、ラップ、予備電池、予備ガスボンベなど、災害時に入手困難になる可能性があるため、長期保存できるものは多めに備えておく。