

地震発生!! 命を守るためにすべきことは…

では、実際に地震が発生した場合、命を守るためにどのようなことに気を付けて行動すればよいのでしょうか

地震速報を活用しましょう

熊本地震の際、テレビや携帯電話から緊急地震速報が流れました。この緊急地震速報は、強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。この情報から地震の強い揺れが来るまでの数秒から数十秒の間に、周囲の状況に応じて身の安全を確保することが大切です。

◆家にいるとき

- ・大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに避難しましょう。
- ・熱された鍋などにより大けがをする恐れがあるので、無理に火を消そうとしないようにしましょう。
- ・ブロック塀や電柱が倒れる恐れがあるので、あわてて外に出ないようにしましょう。



◆自動車運転中は

- ・急ブレーキはかけず、緩やかに速度を落とし、道路の亀裂などに注意しましょう。
- ・大きな揺れを感じたら、道路の左側に停車しましょう。

◆エレベーターでは

- ・最寄りの階で停止させて、すぐに降りましょう。

◆屋外にいるとき

- ・なにかにつかまりたくりますが、ブロック塀・電柱は倒壊の恐れがあるため近づかないようにしましょう。
- ・看板、割れたガラスの落下などの恐れがあるため建物から離れましょう。



揺れが収まったら

◆家にいるとき

- ・火を使用しているときは火を消しましょう。
- ・出口を確保しましょう。
- ・割れたガラスで足の裏をケガすると、その後の避難に支障をきたすだけでなく、断水により傷口を洗うなどの処置が困難な場合も考えられるので、厚手のスリッパや靴を履きましょう。
- ・トイレの水洗などの生活用水を確保するためお風呂に水を張りましょう。

◆避難するとき

- ・持出品を持っていきましょう。
- ・車による避難は緊急車両の妨げとなるため、できる限り避けましょう。
- ・通電火災(※1)の危険性があるため、ブレーカーを落として避難しましょう。
(※1)通電火災とは…災害による電気配線の断絶や漏電などが原因でおこる火災のほか、停電で電源が切れていた電気ストーブなどの電化製品が電気復旧後に再び作動し、これがもとで起こる火災のこと。阪神・淡路大震災で原因が判明している建物火災のうち6割が通電火災によるものであった。
- ・ガスの元栓は、建物外の大元も忘れずに閉めましょう。



◆自動車運転中は

- ・道路の亀裂や、電線が切れて垂れ下がっていることがあるので、周辺の状況に注意しましょう。
- ・夜に地震が発生した場合は、信号や街灯が停電で稼働しておらず道路の状況が分かりづらくなることも考えられますので、あせらずゆっくり進みましょう。



地震・大雨…突然襲う災害から命を守るために!!

4月14日(木)21時26分、最大震度7の地震が熊本地方を襲いました。また、4月16日(土)1時25分にも最大震度7の地震が発生し、その後も熊本や大分を中心に余震が続いています。この度の熊本地震で被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

また、宇美町でも、4月16日(土)未明には震度4を観測し、その後も余震による揺れを観測しました。さらに、これから夏にかけて台風や大雨による災害が発生しやすい季節となります。災害は、いつ起こるかわかりません。もしもの時…。自分や家族の命を守るために、必要な備えについて確認しましょう。

災害への備えはできていますか?

◆家族会議で家族みんなの安全について考えましょう

災害は、家族がそろっている時だけでなく、学校や職場にいる時、休日に出かけている時などにやってくるかもしれません。災害が発生した時にどのように行動するのか、家の中で安全な場所はどこか、安否確認の方法をどのようにするのかなど事前に話し合っておくことが大切です。



◆地震に対する家の中の対策をしましょう

- ・たんすや冷蔵庫を壁に固定し、重いものを低い位置に置くなどの転倒防止対策を行いましょう。
- ・食器棚や窓などのガラス部分には、ガラスが割れて飛び散らないように透明フィルムを張りましょう。
- ・地震の揺れで開いて中のものが飛び出さないように戸棚の扉などは止め金具などで固定しましょう。
- ・床に散乱したガラスなどでケガをしないように普段から厚手のスリッパを用意しておきましょう。



◆持出品・備蓄品を準備しておきましょう

災害時に持ち出すもの(持出品)と、備蓄しておき安全が確保された後に必要となるもの(備蓄品)の2種類に分けておきます。

【持出品】緊急避難時すぐに持ち出すもの (玄関などに準備しておく)

- ・懐中電灯 ・携帯ラジオ ・乾電池 ・充電器 ・救急箱 ・常備薬
- 例) 処方箋の控え ・保険証、通帳などのコピー ・着替え ・携帯用トイレ
- ・飲料水 ・マスク ・食糧(乾パン、飴、栄養補助食品など) ・タオル
- ・ウェットティッシュ ・給水袋 ・赤ちゃんのミルク ・大人用紙おむつ など



【備蓄品】緊急避難後、安全が確保されてから3日間生き延びるためのもの (玄関や車などに準備しておく)

- ・3日分の非常食(缶詰、缶入りパン、餅など) ・飲料水(1人1日3リットルが目安)
- ・赤ちゃんのミルクや離乳食 ・使い捨てカイロ ・着替え ・トイレ用紙
- 例) 万能ナイフ ・ブランケット ・食器類 ・歯ブラシ ・ビニール袋 ・タオル
- ・携帯用トイレ ・乾電池 ・生理用品 ・救急セット(絆創膏、消毒液など) ・雨具
- ・メガネ ・ウェットティッシュ



ポイント

持出品や備蓄品として備えていた方がよいものは、挙げればきりがありません。詰め込みすぎて、「買ったまま一度も開けずにしまい込む備蓄品」、「重くて災害時に持ち出せない持出品」では意味がなくなってしまいます。災害時に本当に活用できるものにするために、自分や家族の状況に合わせて必要なものから優先して準備しましょう。また、「使いやすい」「おいしい」と感じられるものを選ぶことも大切です。