**地震に備える**

地震が起こったとき、どう対処すればよいのか。災害に「予告」はありません。

突然の災害に困らないための「備え」の大切さを考えてみましょう。

# ～事前に準備すること～

## 広域避難場所の確認

日ごろから家庭や職場の近くの「広域避難場所」を確認しておきましょう。広域避難場所には、火の手がおよびにくい場所が指定されています。周囲から火の手が迫ってきた場合は、あわてずに広域避難場所に避難します。

## 避難所の確認

「避難所」も確認しておきましょう。家が倒壊した場合や電気・ガス・水道などのライフラインが途絶して自宅で生活できない場合などは、避難所に避難します。ここでは、生活に必要な食糧や生活必需品の支給を受けることができます。

## 家具や家電の転倒の防止

寝室や部屋の出入り口付近、廊下、階段などに家具や物を置かないようにしましょう。また、倒れて下敷きになりそうな危険のある家具や家電は、転倒防止器具などで固定するようにしましょう。

## 非常用備蓄品の準備

ライフラインの途絶に備えて、家庭内に「水」「食糧」「燃料」など最低3日分を備蓄しましょう。そのほかにも、家族に関する覚え書きや預貯金の控えなども準備しておくとよいでしょう。

## 水の準備

水の重要性はいうまでもありません。大地震などの災害が起こったときに水道が使用できなくなる可能性は十分にあります。意外に困るのが生活用水です。洗濯や炊事、水洗トイレにも水が欠かせません。生活用水のために、日ごろから風呂のお湯は抜かないで貯めておくとよいでしょう。また、井戸も意外と役立ちます。飲料水には適していなくても、生活用水として利用するには問題のない井戸はけっこうあります。周辺の井戸を確認しておきましょう。また、水を運ぶためのポリタンクやキャリーカートなどを用意しておくと重宝します。

# ～地震が発生したら～

## 身の安全の確保

テーブルや机の下に隠れ、落下物などから身を守りましょう。揺れがおさまったあと、落下物に注意しながら外に出ましょう。

## 火の始末

火の始末は、火災を防ぐ重要なポイントです。タイミングを間違えるとケガをする恐れもあるので、揺れの大きさを判断して火の始末をしましょう。もし火災が起こったら、大声で近隣に知らせ、隣近所と協力して消火にあたりましょう。初期消火が、二次災害を防ぐ重要なポイントです。

## 脱出口の確保

建物の歪みや倒壊によって、出入り口が開かなくなる場合があります。扉や窓を開けて脱出口を確保しましょう。

## 家具から離れる

本棚や食器棚などが倒れて大ケガをするばかりか身動きがとれなくなる恐れがあります。揺れを感じたら、すぐに家具から離れましょう。

## ガラスの破片に注意

地震が発生したあと、最も多いケガはガラスの破片などによる切り傷です。はだしで歩き回らずにスリッパなどをはくようにしましょう。

## 応急救護の実施

ケガ人が出た場合は、助けを呼び、隣近所で協力しあって応急救護を行いましょう。また、普段から隣近所との協力体制を作っておくことも大切です。

## 正しい情報の収集

テレビやラジオ、パソコン、携帯電話などで正しい情報を収集しましょう。

# ～市の防災対策について～

## 救命講習の実施

救命講習に参加してみませんか？地震などの災害時に役立つ救命方法を学べます。

* 毎月第2土曜日・第3金曜日
* 13：00～15：00

## ハザードマップの交付

町村ごとに土砂災害の危険箇所、避難場所などを掲載したハザードマップ（防災地図）を交付しています。

青葉市消防局防災危機管理室

077-555-XXXX