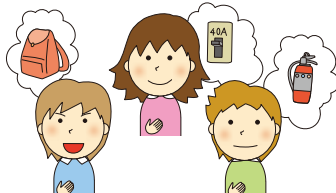


家庭で震災について話し合おう

災害はいつ襲ってくるかわかりません。被害を最小限に食い止めるためには、日ごろの準備が大切です。月に1回程度、家族そろって防災会議を開き、災害から身を守る方法を話し合っておきましょう。

1 家族一人ひとりの役割分担

日常の防災の役割と災害が起きたときの役割の両方を決める。



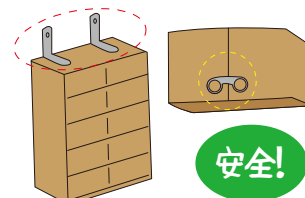
2 家屋の危険箇所チェック

家の内外をチェックして危険箇所を確認し合う。



3 家の中に安全な空間を確保する

家具の安全な配置変えや、家具の転倒や落下を防ぐ方法を考える。



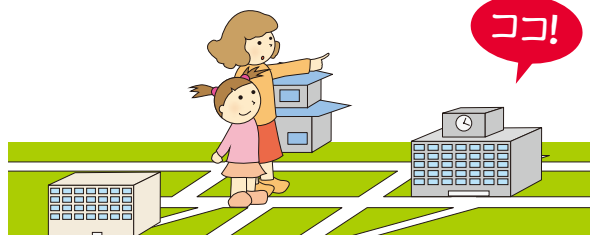
4 非常持出品のチェックと入れ替え

必要な品がそろっているかチェック。新しいものと取り替えも忘れずに。



5 災害時の連絡方法や避難場所の確認

家族が離れ離れになったときの連絡方法や避難場所を確認する。できれば休日等を利用し、みんなで下見をしておく。



地震発生!

そのときどう行動するか



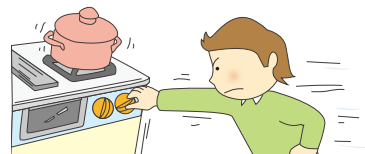
1 まず身の安全の確保

家具などが倒れたり落下物の危険があります。机の下などに急いでもぐり込み、身の安全を確保してください。激しい揺れで動けない場合は、手近なふとんや座ぶとんで頭を保護します。



2 すばやく火の始末を

すぐに火が消せる場合は火の始末を。余裕がなければ無理をせずに身の安全を確保し、揺れの合間を見て火の始末をします。ガス器具やストーブの火を消し、電気器具はプラグを抜いてください。



3 非常脱出口を確保する

地震の揺れによって建物がゆがみ、出入口が開かなくなることがあります。ドアを開けて逃げ道を確保します。特に中高層住宅では注意。



4 火が出たらすぐ消火を

天井に燃え移る前ならば、初期消火が可能です。「火事だ!」と大声で叫び、隣近所にも協力を求め消火に努めてください。



5 逃げるときはあわてずに

瓦や窓ガラスの落下の危険があるのでむやみに外へ飛び出さないでください。家屋の倒壊や火災の危険がある場合は、落下物に注意して避難します。

