

# わが家の地震対策

地震国である日本及びその周辺では、世界中で発生する地震の10%にあたる地震が発生しているそうです。昨今、日本のさまざまな地域で日々発生する地震に対し、日ごろから家族間での決め事を明確にし、いざ地震が発生した際、混乱することのないよう心掛けておくことが肝要です。

## 地震対策していますか？

### 鶴瀬西地域のみなさんにお聞きしました!

聞き取り結果の平均的な回答は以下のような傾向でした。

1. 避難先、経路に関しては家族間での十分な話し合いがされていない。
2. 備品などは用意されているが、実際に地震が起きたときの対応が不明確。
3. 転倒防止などは対策されているが一様に不十分との認識がある。
4. 家族間の連絡方法などに関しては、細やかな打合せがされていない。
5. 特に何もしていないとの回答も非常に多かった。



## 備えあれば憂いなし! (回答結果から学ぶもの)

☆避難先として鶴瀬西地域の方は、「関沢小学校」か「つるせ台小学校」と家族間で決めておくといでしょう。(各公民館、交流センター、集会所は一時避難場所であり、備蓄などはありません)

☆最小限の用意として、「水」、「懐中電灯(手廻し式が良い)」、「アルファ米」などを備蓄するとよいでしょう。



☆災害に遭遇した場合を考え、常時所持しているものにホイッスルを取り付けておくといでしょう。

☆二次的災害防止の観点から軽微な感震ブレーカー(売価数千円)を取り付けておくといでしょう。

☆サラシを一反用意しておくとい紐、タオル、包帯などの代用がきき、便利です。

## 最初の動きが肝心です!

まず **なによりも、最初に持ち出すものは「命」**です!

### 【リビングの場合】

机の下に隠れることは場合によっては危険です! 閉じ込められる可能性がありますので、直ちに安全な場所へ! まずは頭を座布団やクッションで守りましょう。スリッパや靴を履いて、すぐに離れましょう。



### 【キッチンの場合】

火を消すことはもちろん重要ですが、最近のコンロは揺れを感知すると自動で遮断されるものが増えています。揺れの中、火を消しに行くことは、かえって危険です。



### 【風呂場やトイレなどの場合】

トイレは昔、安全な空間と言われてきましたが、最近では建築方法が変わり、必ずしも安全とは言えなくなってきました。玄関へ行きドアを開けて避難しましょう。風呂場の場合は、洗面器やお風呂のふたなどを頭にかぶり、衣類やバスタオルを持って、トイレの場合と同じように玄関などに逃げましょう。

## 意外と知らない!? 災害用伝言ダイヤル

災害はいつどこで起きるか、予測しにくいものです。発生したとき、ご家族が一緒にいるとは限りません。そんなとき、自分の存在、家族の存在を知ることができるのが「災害伝言ダイヤル」です。双方が伝言を録音し、双方が再生することができ、お互いの安否を確認することができる仕組みです。(災害時は一般的に通常の電話は通話不可能な状態となります)



イラスト：萩原弘編集委員

## 災害伝言ダイヤルは「171」です。

※災害伝言ダイヤルは、常に使えるものではありません。一般電話の利用が不可能とNTTが判断したとき利用可能となります。

### ご利用方法

伝言の録音方法	伝言の再生方法
1 7 1 にダイヤル	1 7 1 にダイヤル
ガイダンスが流れます	ガイダンスが流れます
録音の場合 1	再生の場合 2
被災地の人の電話番号を入力 (XXX) XXXX-XXXX	被災地の人の電話番号を入力 (XXX) XXXX-XXXX

ぜひ、体験してみてください!  
通常であれば、インターネットで調べたりすることができますが、災害発生時は混乱し、的確な行動がとれないものです。平常時に何度かご家族で体験しておくことをお勧めいたします。**録音時間は30秒です。**あらかじめ録音内容を整理しておくといでしょう。  
体験は、毎月1日、15日、年始の1~3日の0時~24時まで利用可能です。

### こんな方法もあります! 三角連絡法

災害時には被災地の中での電話や、または被災地以外から被災地への電話はとてつながりにくくなります。そこで遠方に住んでいる親戚や知人を介して安否確認をする方法もあります。**家族全員で中継地点になってくれる人の電話番号を共有することが肝心です。**