

地震に備える ～まずは我が家でできること～

① 家具等の転倒、移動を防ぐ

金具などにより、壁や柱に家具を固定する。寝室には、転倒しやすい家具は置かない。

② 窓ガラスなどの破損によるけがを防ぐ

窓には必ずカーテンをつけるとともに、市販の透明フィルムなどを張り、飛散を防ぐ。

③ ブロック塀などの安全を確認しておく

グラグラしたり、ひび割れしているものは修理する。専門家による家の耐震診断も重要。

④ 室内に安全な場所を確保する

家具の転倒などの影響を受けないスペースをつくっておく。スペースをつくると待機場所や逃げ道にもなる。

⑤ 非常持出品・備蓄品の用意を

非常持出品はすぐに持ち出せるように準備する。備蓄品は最低3日分を用意する。

⑥ 日頃から家族で話し合いを

家族の役割分担や、はぐれた時の集合場所、近くの避難場所などを確認しておく。