

# 家の内外の安全対策

## 家の中の安全対策

### 1 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋が狭い場合、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。

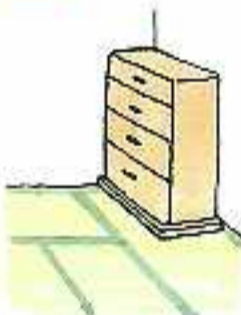


### 2 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。



### 3 家具は倒れにくいように置く



家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱に寄りかかるように固定する。畳の上に置く場合は、家具の下に板を敷く。

### 4 安全に避難できるように、出入口や通路には物を置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすい物を置かない。また、玄関にいろいろ物を置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。

## 家具の転倒・落下を防ぐポイント

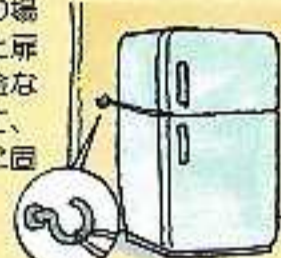
### ダンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



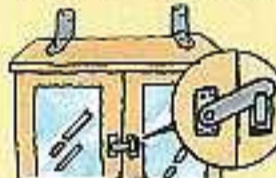
### 冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上のほうに置く。扉が開かないように止め金具をつける。



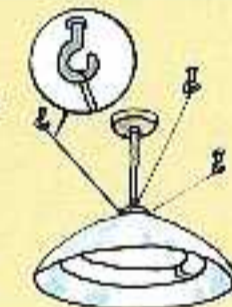
### テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く（家具の上はさける）。また、テレビの上には水槽や金魚鉢を置かない。



### 照明器具

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



### ピアノ

本体にナイロンロープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚にはすべり止めをつける。



## 家の周囲の安全対策

### 窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

### ブロック塀・門柱

土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

### 屋根

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

### ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。

### プロパンガス

ボンベを鎖でしっかり固定しておく。

## 安全なブロック塀の目安

- 鉄筋はきちんと入っているか。
- 基礎はしっかりしているか。
- 控え壁は設置されているか。
- すかしブロックや面とりブロックなどの化粧ブロックはできるだけ使用しない。
- 傾きやひび割れ、破損箇所はないか。
- よう壁や石積みの上に設置していないか。
- 盛り土や土止めになっていないか。
- 新たにつくるときはより安全な生け垣やネットフェンスにしましょう。

## わが家の耐震診断をしよう

わが家が地震に耐えられるのかを知るために、「耐震診断」をしましょう。倒壊の恐れがあるという結果が出た場合や不安がある時は、専門家に相談して必要な補強をしましょう。  
※耐震診断・相談は市区町村の建築担当課窓口へ

# 非常持出品

避難するとき持ち出す最小限の必需品。あまり欲ばりすぎないことが大切です。重さの目安は男性で15kg、女性で10kg程度。背負いやすいリュックサックにまとめておきましょう。

## 非常持出品

携帯ラジオ	デマにまどわれないように正しい情報を得るため。小型で軽く、FMとAMの両方聴けるものがよい。予備の電池も忘れずに。	
懐中電灯・ろうそく	停電時や夜間の移動に欠かせない。予備の電池も忘れずに。ろうそくは、太くて安定のよいものを。	
ヘルメット (防災ずきん)	屋根瓦や看板などの落下物から頭部を守るため。避難路は転倒事故も多いので必ず用意を。	
非常食・水	非常食はカンパンなど火を通さなくても食べられるもの。水はミネラルウォーターなど。赤ちゃんがいる場合は粉ミルクなども。	
生活用品	ライター（マッチ）、ナイフ、缶切り、ティッシュ、ビニール袋など。赤ちゃんがいる場合は哺乳びんなども。	
衣類	下着、上着、手袋、靴下、ハンカチ、タオルなど。赤ちゃんがいる場合は紙おむつなども。	
救急薬品・常備薬	ばんそうこう、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、解熱剤、胃腸薬、かぜ薬、鎮痛剤、日薬、どげ抜きなど。持病のある人は常備薬も忘れずに。	
通帳類、 証書類、 印鑑	預貯金通帳、健康保険証、免許証など。住所録のコピーもあれば便利。	
現金	紙幣だけでなく、公衆電話用の10円硬貨も用意したい。	

## 非常持出品の用意のポイント

①

あまり重いと避難行動に支障があるので、重すぎる場合は飲料水などの一部を家に保管するなりして減らす。

②

重い缶詰のかわりに、比較的軽い乾燥食品などを用意する。水を注ぐだけで簡単にできる。

③

できれば各自に1つのリュックを用意し、それぞれ持ち出しやすい場所に保管を。玄関先や車のトランクなどにも分散して保管しておく。

# 備蓄品の準備

## 非常備蓄品

災害復旧までの数日間を自活するためのもの。最低でも3日分、できれば5日分を用意しましょう。

非常食	そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの。アルファ米やレトルトのごはん、保存のきくパン（缶詰も市販されている）、缶詰やレトルトのおかず、インスタントラーメン、切りもち、チョコレート、米砂糖、梅干し、インスタント味噌汁、チーズ、調味料など。定期的に期限を確認し、古いものから食べて、いつも新鮮なものを補充しておく。	
水	飲料水は1人1日3Lが目安。ミネラルウォーターの保存期間はペットボトルで2年、缶で3〜5年程度（冷暗所に置いた場合）。随時、保存期間の確認を。さらに、生活用水の確保も忘れずに。風呂の水は次に入るまで抜かずフタをして、出る前はいつもポットややかんに水を入れておく。	
生活用品	燃料は短期間なら卓上コンロや固形燃料で十分。ガスボンベも多めに用意を。その他、洗面具、生理用品、ビニール袋、キッチンラップ、新聞紙、ビニールシートなど。	

## 避難生活が長引く場合に あると便利なもの



なべ（コッヘル）、携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、雨具、ガムテープ、地図、さらし（包帯、おしめ、手ぬぐい）、ロープ、風呂敷などにも使えて便利）、筆記用具（マジックなど）、スコップ、文庫本など。子どもがいる場合は教科書、ノートなども

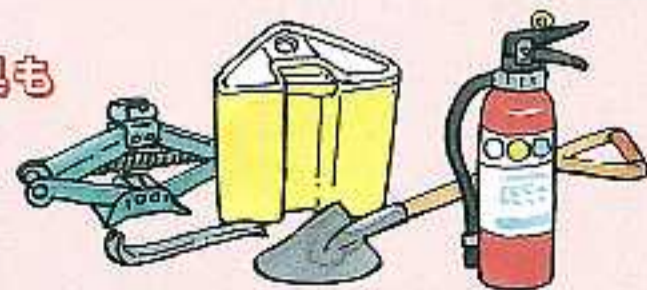
## 阪神・淡路大震災では、 こんなものが役立った！



10円玉、ドライシャンプー、ボディークリーナー、ホイッスル、ポリ容器、携帯コンロ、ボール、常備薬、予備の眼鏡・補聴器など

## 消火・救助用具も 忘れずに

地震発生後の火災や家屋の倒壊などに備えて、消火器などの消火用具や、救出活動に使える工具類も準備しておく。



- 消火器、三角バケツ、風呂などの水のくみ置き。
- スコップ、バール、のこぎり、車のジャッキなど。

# わが家の火災

# 予防対策



## 出火原因別 防火の ポイント

### たばこ

#### 寝たばこやたばこの 投げ捨てはしない



#### POINT

建物火災の出火原因の約1割がたばこです。「火源の転倒・落下」「投げ捨て」により出火するケースが目立ちます。①喫煙場所を決めておく、②灰皿には水を入れておく、③必ず消火を確認する、などたばこは慎重に扱きましょう。

### 火遊び

#### 子どもは、マッチやライターで 遊ばせない



#### POINT

子どもの手の届くところにマッチやライターを放置しないこと。花火の際には必ず大人が付き添い、消火用水の用意を忘れずに。また子どもには火の怖さを徹底して教えておきましょう。

### こんろ

#### 天ぷらを揚げるときは、 その場を離れない

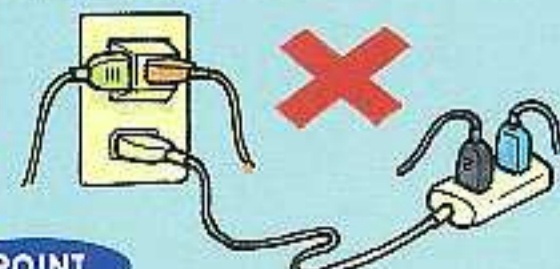


#### POINT

建物火災の原因でいちばん多いのが、こんろからの出火です。出火原因のほとんどが消し忘れです。その場を離れるときは必ず火を止めましょう。

### 電気器具や配線

#### 電気器具は正しく使い たこ足配線はしない



#### POINT

電気器具は使用説明書などをよく読んで、正しい使い方を心がける。コードに傷みはないかチェックし、たこ足配線はしない。

### 放火

#### 家のまわりに燃えやすいものを 置かない



#### POINT

放火による火災も後を絶ちません。家のまわりに燃えやすいものを置かない、ごみは収集日の当日に出すなど、放火に狙われにくい環境づくりが大切です。

### ストーブ

#### ストーブには、 燃えやすいものを近づけない



#### POINT

ストーブを洗濯物の乾燥機代わりに使用したために出火するケースが目立ちます。ストーブを本来の目的以外に使用するのは厳禁です。またストーブの周辺は常に整理整頓し燃えやすいものを近づけないようにしましょう。

## 生活の中に防火の習慣を

### 寝る前に 必ず火の元を 確かめる

- ①ガスの元栓、こたつのコンセントなど、寝る前には火の元を点検して回る。
- ②「ガスコンロの元栓」など点検項目を書いたメモを壁などに貼り、それを見ながら確認するのも一つの方法。



### お年寄りの 部屋は 1階に

- ①「魔の2階」といい、火災では2階での死亡事故が多い。お年寄りや子ども、病人などの部屋はできるだけ1階に。
- ②お年寄りには、枕元やトイレなど、行動範囲に応じて複数の呼び鈴を準備し、万一の場合に備える。
- ③ガスの元栓や電気器具のコンセントなど、夜寝る前に家族がお年寄りの部屋を確かめる習慣を。
- ④お年寄りを家に残して外出するときは必ず近所に声をかける。



## 消火の備えをしておく

- 消火器、三角バケツなどの消火器具を備える。
- 風呂の水をくみ置きしておくなど、身近な水の用意をしておく。
- 消火器の使い方など、市区町村や消防機関で行う消防訓練には積極的に参加する。
- 簡易型火災警報機などを設置して、火災を早く発見する備えを。



## 消火器の使い方

### 粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指をかけた上に引き抜く。

ホースをはずして火元に向ける。

レバーを強く握って噴射する。

## 消火器のかまえ方

風上に回り風上から消す。火災にはまともに正対しないように。

やや腰を落として姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。



燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。

# わが家の風水害

## 家の内外の 風水害対策

### 屋根

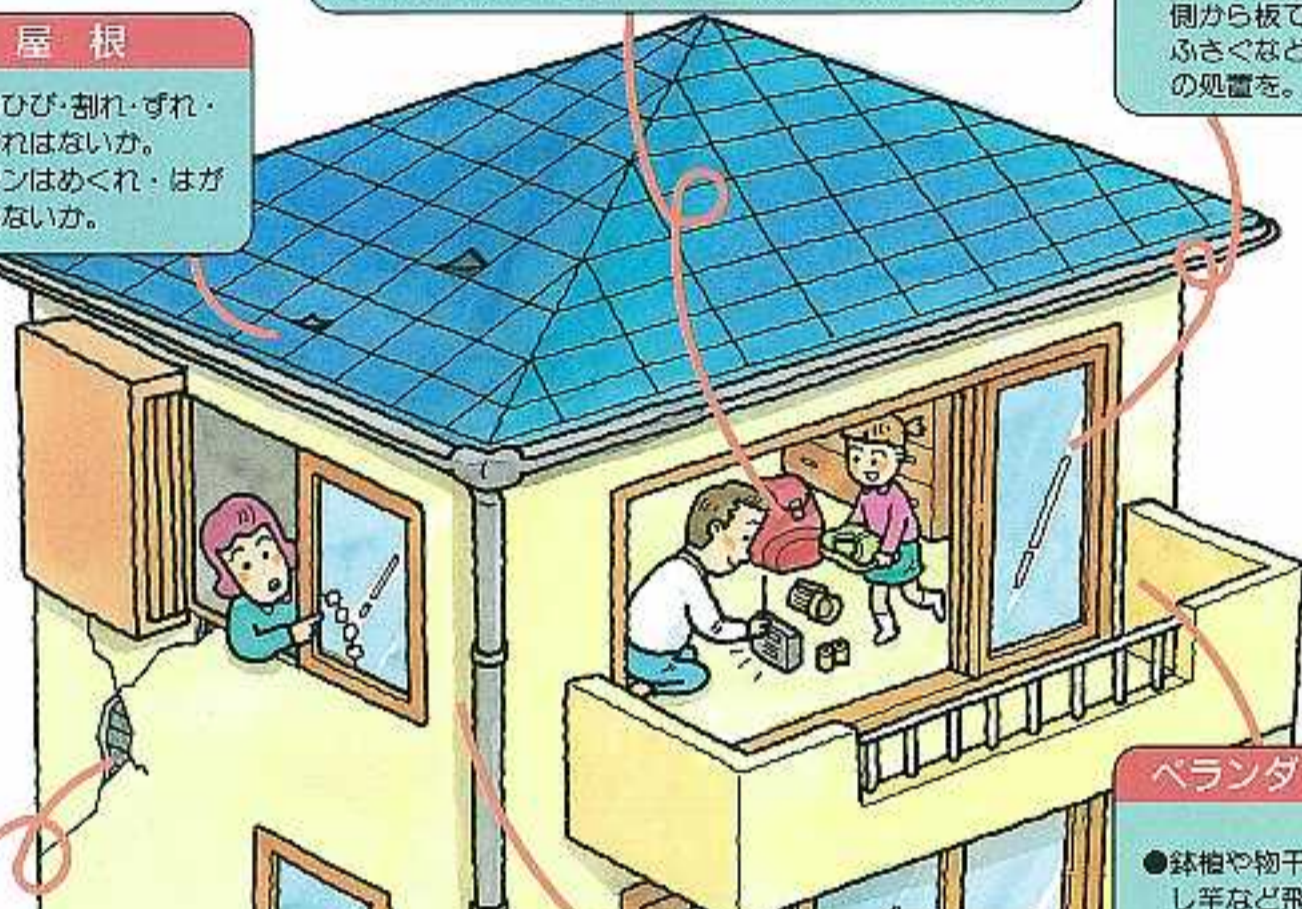
- 瓦のひび・割れ・ずれ・はがれはないか。
- トタンはめくれ・はがれはないか。

### 屋内では

- 停電に備えて懐中電灯やトランジスタラジオの準備を。
- 避難に備えて貴重品などの非常持出品の準備を。
- 台風情報を注意深く聞く。
- おやみに外出しない。
- 飲料水を確保しておく（断水などの恐れが）。
- 浸水などの恐れがあるところでは、家財道具や食料品・衣類・寝具などの生活用品を高い場所へ移動。
- 病人や乳幼児、身体の不自由な人などを安全な場所へ。

### 窓ガラス

- ひび割れ、窓枠のがたつきはないか。また強風による飛来物などに備えて、外側から板でふさぐなどの処置を。



### 外壁

- モルタルの壁に亀裂はないか。
- 板壁に腐りや浮きはしないか。

### 雨どい・雨戸

- 雨どいに落ち葉や土砂が詰まってないか。縦ぎ目のはずれや塗装のはがれ、腐りはないか。
- 雨戸にガタツキやゆるみはないか。

### ベランダ

- 鉢植や物干し竿など飛散の危険が高いものは室内へ。

## 洪水のときの 避難の注意点

### はき物



裸足・長靴は禁物。ひもでしめられる運動靴がよい。

### ロープにつなぐ

はぐれないようにお互いの身体をロープで結んで避難しよう。とくに子どもから目を離さないように。



### 歩ける深さ

歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cm。水深が腰まであるようなら無理は禁物。高所で救援を待とう。



### 足元に注意

水面下にはどんな危険が潜んでいるのかわからない。長い棒を杖がわりにして安全を確認しながら歩くこと。

### 子どもやお年寄りも安全に

お年寄りや身体の不自由な人などは背負う。幼児は浮き袋、乳児はベビーバスを利用して安全を確保する。



# 対策



## 台風

日本列島には毎年多数の台風が接近または上陸し、強風と大雨によりたびたび大きな被害にあっていきます。台風情報に注意して被害が出ないように備えましょう。

台風の大きさは「風速15%以上の半径」、強さは「最大風速」で表されています。



### 台風の大きさと階級分け

階級	風速15%以上の半径
大型（大きい）	500km以上800km未満
超大型（非常に大きい）	800km以上

### 風の強さと影響

平均風速10~15%	風に向かって歩きにくい
平均風速15~20%	風に向かって歩くことができない
平均風速20~25%	しっかり身体を確保しないと転倒する
平均風速25~30%	立ってられない。樹木が倒れる。
平均風速30%以上	屋根が飛び、木造住宅の全壊がはじまる

※気象庁による。

### 台風の強さと階級分け

階級	最大風速
強い	33%以上~44%未満
非常に強い	44%以上~54%未満
猛烈な	54%以上

※気象庁による。

## 集中豪雨

集中豪雨は、短時間のうちに狭い地域に集中して降る豪雨のことで、梅雨の終わりごろによく起こります。狭い地域に限られ突発的に降るため、その予測は比較的困難。中小河川の氾濫や土砂崩れ、がけ崩れなどによる大きな被害が予想されます。がけ付近や造成地、扇状地などは気象情報に十分注意し万全の対策をとるようにしましょう。



### 1時間の雨量と災害発生状況

1時間の雨量	災害発生状況
10~20ミリ	長く続く時は注意が必要。
20~30ミリ	側溝や下水、小さな川があふれ、小規模の崖崩れ。
30~50ミリ	山崩れ・崖崩れが起きやすくなる。
50~80ミリ	マンホールから水が噴出。土石流が起こりやすい。
80ミリ以上	大規模な災害が発生する。厳重な警戒が必要。

※気象庁による。

## 土砂災害



わが国には①約1万か所の地すべり②約9万か所の斜面崩壊（山崩れやがけ崩れなど）③約8万か所の土石流の危険地帯があります。これらの地域は台風や集中豪雨・地震によって大きな被害を被ることが考えられますので、地域ぐるみで十分な注意をしましょう。