

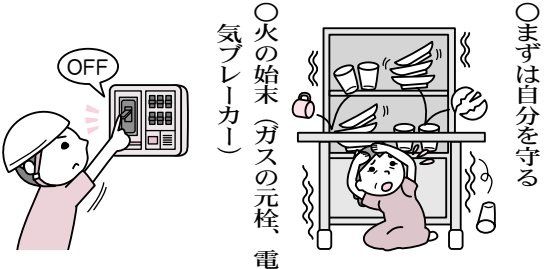
大地震が起きたら

問い合わせ
市民部防災安全課

「自助共助 家庭で職場で 話し合おう」(作者 早川浩史さん 台東区)

地震発生時の行動

自宅にいたときは



○火の始末(ガスの元栓、電気ブレーカー)

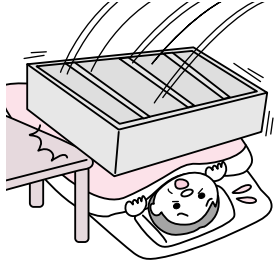
○まずは自分を守る



○ガラスなどの破片だけがをしないために、靴やスリッパ等を履く。

○非常持ち出し袋を持って様子を見る。

○携帯ラジオ等で情報を収集する。



○ドア・窓などの脱出口を確保する。

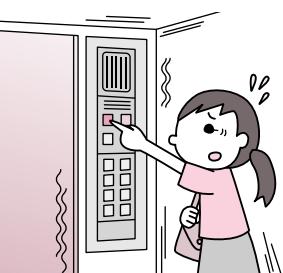
○家具の下敷きになっていないかなど、家族の安否を確認する。



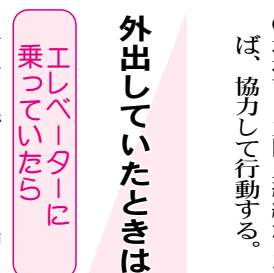
○初期消火できない場合は避難する。



○出火があれば「火事だ」と大きな声で家族や隣近所に知らせる初期消火する。



○エレベーターに乗っていたら、すべての階のボタンを押し、最初に停止した階で降り、非常階段で安全な場所へ避難する。閉じ込められた場合は、非常ボタンやインターホンで外部に連絡し、救助を待つ。無理に脱出はしない。



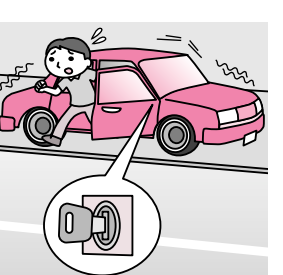
○外出していたときは、隣近所の安否確認、逃げ遅れた人、弱者の避難確認、出火があったら協力して消火活動をする。



○地下街にいたら、地下街は約60mおきに入出口があるので、揺れがおさまるのを待って外へ避難する。



○デパート・スーパー等にいたら、店員の指示に従って避難する。



○車を運転していたら、徐々に減速し、道路の左端に停車しエンジンを切る。揺れがおさまって安全を確認してから車外に出る。車の鍵は付けたままにする。



○電車の中にいたら、将棋倒しや棚等からの落下物に注意する。地震があった場合、電車は自動的に停車するので、停車したら係員の指示に従って避難する。勝手に外に出ない。

日ごろから家庭で話し合いをしておきましょう



1 家の中の役割分担

ガスの元栓をしめる、電気ブレーカーをおとす、要介護・要援護者等の避難誘導、非常持出品の持ち出しなど、一人一人の役割を決めておくことで、すばやく避難することができます。



2 避難場所の確認

当市では、市立の全小・中学校が避難所として開設されます。

家族の中で、どこへ避難するかを前もって決めておくことが大切です。一度、休日などに避難ルートと避難場所を確認しましょう。また、震災時は、道路や橋などが通行止めになる場合もあるので、複数の避難ルートを確認しておきましょう。

3 家族との連絡方法

避難中に家族が離ればなれになった場合の連絡方法を決めておきましょう。

災害用伝言ダイヤル「171」
地震などの大規模な災害が発生した時に、家族や親類、知人のあいだで安否確認に利用できます。



家庭でできる安全対策

○家具類は、L型金具等による固定や、ストッパーを活用し、転倒を防止する。

東京消防庁で行ったアンケート調査によると、ケガをした原因で最も多かったのが、家具類の転倒・落下。ガラスの飛散によるもので約45%を占めていました。また、建物に被害がなくても、66%の建物で家具類の転倒・落下が発生しました。

家具類の転倒・落下対策を行うことで、けが人を減らしたり、けがの程度を軽くするだけでなく、地震後の出火防止や救出活動にも大きな影響を与えます。

この機会にぜひ、家具類の転倒防止対策を行いましょう。東村山消防署では、家具類の転倒防止器具の取り付けに関わるご相談などにも応じます。

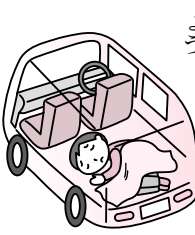
問い合わせ 東村山消防署防火査察係(☎391・0119)

避難場所での共同生活の注意点

自宅を離れて、避難所で生活するのはとても自由なことです。慣れない場所や集団での共同生活によるストレスや過労で、体調を崩してしまうこともありま。災害時こそ避難住民どうしの助け合いが大切です。また、できるだけ気持ちよく生活できるようにお互いに心がける気持ちが必要です。

車中での生活

車中で避難生活をする場合は、次の点に注意しましょう。



○できるだけ体を動かさず、座ったままでも、足の指やつま先を動かすなどの運動をする。

○水分を十分にとる。

○ゆつたりとした服装で過ごす。

○一酸化炭素中毒対策

○寒くても定期的に換気をする。

○他の車と十分な距離をとる。

○エアコンは外気を入れる。

