

地震一口メモ No.246

一年の締めくくりに「備え」の確認を

年末が近づくと、大掃除や新年の準備で家の中を見直す機会が増えるという方も多いかと思います。家の中を見直す際には、家具の固定状況、備蓄品や非常持ち出し袋(防災バック)の中身も併せて点検してみتهはいかがでしょう。

点検① 家具の固定状況

東京消防庁の調査によると、近年発生した地震でけがをした原因のうち約30～50%の人が家具類の転倒・落下・移動によるものでした。

- ☐ 耐震固定がゆるんでいないか、耐震ジェルが劣化していないか確認
⇒ ゆるんでいたり劣化したりしていれば再度対策を！
- ☐ 地震の揺れで倒れてきそうな家具がないか（増えていないか）確認
⇒ 耐震固定を行う



家具の固定が難しい場合は、家具が倒れても、通路をふさがらないような配置にしたり、安全スペース(ものが落ちてこない・倒れてこない・移動しない空間)を作ったりすることをご検討ください。

点検② 備蓄品

※在宅避難に必要なもの

- ☐ 飲料水や食料品（レトルト食品や缶詰など）の消費期限の確認
- ☐ ガスボンベの使用期限の確認
- ☐ 乾電池やライター、モバイルバッテリーなどが使用可能であるかの確認
- ☐ 季節に応じた在宅避難に必要な物品を準備できているかの確認

+α

備蓄品は、**最低3日分、できれば1週間分の備蓄が望ましいとされています！**

点検③ 持ち出し袋(防災リュック)

※避難所での生活に必要なもの

- ☐ 飲料水や非常食の消費期限の確認
- ☐ 懐中電灯や乾電池、携帯ラジオ、モバイルバッテリーなどが使用可能であるかの確認
- ☐ 季節に応じた避難所での生活に必要な物品を準備できているかの確認

+α

避難は季節に応じた準備が必要です。
例えば、冬場には寒さに対する備えが必要となります。使い捨てカイロなどは高温タイプを選ぶなどの対策をしておきましょう。

地震は「いつ・どこで」起こるかわかりません。また、寒い時期に地震が起こると、低体温症、暖房器具の使用による火災、感染症の拡大などにより、被害がさらに大きくなる可能性があります。

1年の締めくくりに、日ごろからの備えを今一度確認しましょう。

