

# 地震が多発！ 備えましょう！

問総務課 総務係 ☎ 52-5802

5月は国内で強い地震が多く発生しました。5月5日に能登半島沖を震源とするマグニチュード6.5、最大震度6強の地震が発生し、また千葉県で2回の強い地震が発生するなど、震度5弱以上が6回となり、熊本地震が起きた2016年4月以来の多さとなりました。

今後、巨大地震の発生が危惧される中、今一度、備えを確認してみましょう。



## ■地震が発生した場合

### ◇揺れを感じたら

致命傷となる頭や首のほか、顔周りや利き手を保護し、身の安全を確保しましょう。

### ◇揺れがおさまったら

落ち着いて状況を見極め、正しい情報を入手し、速やかに判断・行動しましょう。

※危険が差し迫っていたら避難情報を待たずに避難してください。

### ◇避難が必要な場合

津波、土砂災害、火災に注意して避難しましょう。やむを得ない場合を除き、原則徒歩で避難しましょう。

避難する時は、電気のブレーカーを落とす・ガスの元栓を閉める・カギをかけるなどの対策をしましょう。

## ■非常用持ち出し袋

『もしも』のために準備しておきましょう。自身や家族にとって『これがないと生活できないもの』を準備しておくことが大切です。

非常用持ち出し袋に入れておくよいもの、自身の環境に合わせて準備するもの（眼鏡や持病用の薬、紙おむつなど）をあらかじめ用意しておきましょう。在宅避難時もインフラ代替品（カセットコンロや生活用水）があると安心です。

## ■日常生活でできる対策

### ◇『住まいの地震対策』を点検しましょう

避難経路がふさがれてしまわないよう、家具などの配置や固定方法を工夫しましょう。

### ◇『安全ゾーン』をつくりましょう

揺れを感じたらすぐに身を守れるよう、物が倒れない・落ちてこない・動いてこない『安全ゾーン』をつくっておきましょう。

### ◇『ローリングストック』を実践しましょう

『ローリングストック』とは、ふだんから災害時に食べられるような食材や加工食品を買っておき、使った分だけ買い足して、常に一定量の食料を備蓄しておく方法です。

最低3日間分、推奨目安は1週間分以上です。  
飲料水は1人1日あたり3リットルを目安に用意しましょう。



## 内閣府による『地震防災対策に関する住民アンケート』を実施しています

内閣府では、今後の地震防災対策に向けて、皆さまの声を反映させるため避難意識などに関する調査を実施します。一人でも多くご回答いただきたく、ぜひご意見をお聞かせください。

### ■実施期間

7月1日～8月末頃まで

### ■回答の注意点

- ・回答は1人1回限りです。
- ・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
- ・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。記述式の設問は可能な限り具体的に回答してください。

### ■回答方法

右記のQRコードを読み取り、回答フォームから回答する。

※お答えいただいた内容は、個人が特定できないようとりまとめた後、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。



### ■問合せ先

- ・内閣府政策統括官（防災担当）付参事官（防災計画担当）付 大竹・吉田 ☎ 03-3501-6996
- ・総務課総務係 ☎ 52-5802