

地震・災害に備えましょう！

令和6年1月1日、石川県能登地方にマグニチュード7.6の地震が発生し、甚大な被害が生じました。地震が発生した時、被害を最小限におさえるには、一人ひとりが冷静かつ適切に行動することが重要です。そのためには、日頃から地震・災害に備え、自分の身の安全確保や非常持ち出し品などについて、家庭で取組をすすめていくことが大切です。

家庭での防災会議



地震の時には、自分の身の安全確保を第一に考え、また家族があわてず行動できるよう、日頃から話し合い、情報を共有しておきましょう。

■地震はいつ起こるかわかりません。時間帯によって誰が在宅しているかなど様々なケースを想定し、次のようなことを話し合っておきましょう。

- 家の中でどこが一番安全か
- 避難場所、避難路はどこか
- 非常持ち出し袋はどこに置いてあるか
- 住宅の耐震化や家具の転倒防止対策は十分か

■海岸で強い揺れや弱くても長い揺れに襲われたら、すぐに安全な高台に避難するなど津波避難についても話し合っておきましょう。

備蓄品・非常持ち出し品を備える



数日間生活できるだけの水や食料品などの『備蓄品』を備えておきましょう。また、避難する時に持ち出す『非常持ち出し品』を常備しておきましょう。

■自分や家族にとって本当に必要なものと考えて、最低3日間（できれば1週間分）の飲料水や食料品を備蓄しておきましょう。消費期限などを考慮しながら、定期的にチェックし、必要に応じて入れ替えましょう。

■非常持ち出し品として、飲料水、食料品、衣類、救急用品、マスク、懐中電灯など避難生活に最低限必要なものを準備しておきましょう。玄関や寝室など持ち出しやすいところに置いておきましょう。

避難訓練などへの参加

- 地域の避難訓練などに参加しましょう。
- 初期消火や救出救助活動を行うには、日頃からの訓練が欠かせません。
- 日頃から地域の避難訓練に参加するなど、地域とのつながりや協力し合う体制を築いておきましょう。

家族との連絡方法の確認



家族が離ればなれで被災した時のことを考えて、お互いの安否の確認手段を考えておきましょう。

■自分の身の安全が確保できたら、次は家族の安否を確認しましょう。

■被災地では連絡手段が限られています。NTTの『災害用伝言ダイヤル171』や、携帯電話の『災害用伝言版サービス』などの使い方を家族みんなで覚えておきましょう。

■携帯電話の『災害用伝言板サービス』については、各キャリアのホームページなどから確認すること



▲NTT西日本『災害の備え・対策サイト』

災害や防災に関する情報について



首相官邸ホームページや内閣府ホームページでは、災害や防災に関する情報を掲載しています。

■備蓄品・非常持ち出し品のチェックリストなども作成・公表されています。

チェックリストなどを参考に、家族にとって必要なものを準備しておきましょう。



▲首相官邸ホームページ『災害が起きる前にできること』



▲内閣府防災情報のホームページ