

# 地震対策

## 地震災害とは？

地震による災害は、建物倒壊、火災の発生、土砂崩れ、液状化現象などがあります。建物倒壊や土砂崩れなどによって道路が通れなくなったり、線路の安全確認により電車が動かなくなる交通障害もあります。また停電やプロパンガスの停止、水道の断水が起こる場合もあり、電話やインターネットもつながりにくくなります。

## 地震のときの行動は？

地震の揺れを感じた場合や緊急地震速報を見聞きした場合は、あわてずにまずは身の安全を確保してください。そして落ち着いてテレビやラジオ、携帯電話やスマートフォンなどで正確な情報の把握に努めましょう。

地震発生

1~2分

3分

5分

10分  
数時間  
3日

### 最初の大きな揺れは約1分間

- あわてずに身の安全を確保する

### 揺れがおさまったら

- 火元を確認する 火が出たら、落ち着いて初期消火する
- 家族の安全を確認する 倒れた家具の下敷きになっていないか確認する
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦の落下・ブロック塀の倒壊・自動販売機などの転倒に注意する



### みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に  
声を掛けよう

- 要配慮者の安全を確保する
- 隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないか確認する
- ケガ人はいないか確認する

出火防止  
初期消火

- 消火器を使う
- 余震に注意する
- 漏電・ガス漏れに注意する 電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める



### テレビ・スマートフォン・ラジオなどで正しい情報を確認する

- 防災機関、自主防災組織の情報を確認する
- デマにまどわされないようにする
- 避難時に車は極力使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する



### 協力して消火活動、救出・救護活動をする

- 水、食料は蓄えているものでまかなう
- 災害・被害情報を収集する
- 壊れた家に入らない
- 近くの人を救出・救護する



## 屋内にいる場合

### 家の中

- 頭を保護しながら丈夫な机の下などに隠れる
- 火の確認はすみやかにする(ガスの元栓の処置も忘れずに)
- 高齢者や障がい者、乳幼児など要配慮者の安全を確保する
- 裸足で歩き回らないようにする(ガラスの破片などでケガをしないため)

### 大規模店舗や集客施設にいるとき

- つり下がっている照明などの下から避難する
- あわてて出口や階段に殺到しない

### エレベーターに乗っているとき

- 最寄りの階で停止させて、すぐに降りる

## 屋外にいる場合

### 路上

- ブロック塀や自動販売機には近づかず、ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意する
- 頭をかばんなどで保護する

### 車を運転中

- あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず徐々に速度を落とす
- 避難するときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない
- 車検証などの貴重品を忘れずに持ち出す

### 山やがけ付近にいるとき

- 落石やがけ崩れに注意し、できるだけその場から離れる





## 震度と揺れの状況

この表は、ある震度が観測されたときに、その周辺で発生する揺れなどの現象や被害の目安を示したものです。

### 震度 4

- ほとんどの人が驚く。
- 電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。
- 座りの悪い置物が倒れることがある。



### 震度 5 弱

- 大半の人が恐怖を覚え、物につかまると感じる。
- 棚にある食器類や本が落ちることがある。
- 固定していない家具が移動したり、不安定なものは倒れることがある。



### 震度 5 強

- 物につかまらなさと歩くことが難しい。
- 棚にある食器類や本で落ちるものが増える。
- 固定していない家具が倒れることがある。
- 補強していないブロック塀が崩れることがある。



### 震度 6 弱

- 立っていることが困難になる。
- 固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。
- 耐震性の低い木造建築は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。



### 震度 6 強

- はわないと動くことができない。飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。
- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。
- 大きな地割れが生じたり、大規模な地滑りや山体の崩壊が発生することがある。



### 震度 7

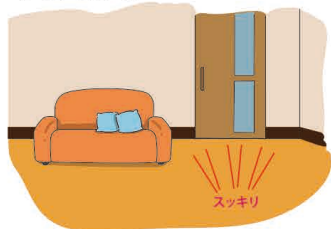
- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに増える。
- 耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。
- 耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが増える。



## わが家の安全対策

### ●家中に逃げ場としての安全な空間をつくる 出入口や通路にものを置かない

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。



### ●寝室、子どもや高齢者のいる部屋には家具を置かない

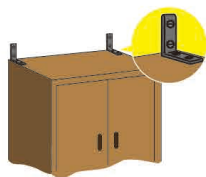
就寝中に地震に襲われると危険。子どもや高齢者、障がい者、乳幼児などは逃げ遅れる可能性がある。枕元には靴、懐中電灯、笛などを入れた袋を用意する。倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れる可能性があるため、倒れそうな家具は置かない。



## 家の中の転倒落下を防ぐポイント

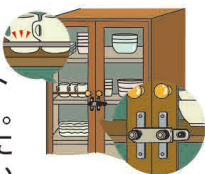
#### タンス・本棚

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。



#### 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。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



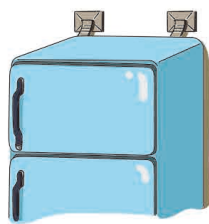
#### テレビ

できるだけ低い位置に固定しておく。家具の上は避ける。



#### 冷蔵庫

ベルトなどで背面と壁を固定する。背面上部のベルト取り付け部分と壁とをベルトで連結すると効果が高くなる。



## 家の耐震診断をしよう

あなたの家は、大地震の揺れに耐えられる家ですか？以下のチェックポイントにしたがって、家の耐震診断をしてみましょう。1つでも気になる項目があれば、専門家の診断を受けてください。

- 昭和56年5月末までに建てられた家ですか？
- 過去の地震でダメージを受けたことがありますか？
- 埋立地、低湿地造成で盛り土をした場所、液状化の可能性のある土地に建っていませんか？
- 木造住宅の場合、基礎は鉄筋コンクリートで建物土台としっかり一体になっていますか？
- 凸凹の多い複雑な形状になっていたり、大きな吹き抜けがありませんか？

地震に弱い住宅を耐震化するには、建替えか耐震改修をする必要があります。また、耐震改修を行う場合は、事前に耐震診断を行いましょう。

- ①耐震診断・・・建築士に依頼し、住宅の図面と現地を調査して、どこが弱い部分なのかを確認します。
- ②耐震改修設計・・・耐震診断で住宅の弱い部分を把握したら、補強工事を行うための設計を行います。基礎や壁の補強をしたり、屋根を軽い材料に取り替えるなど建築士から設計内容の説明を受けましょう。また、住宅の耐震性を強くする補強工事の他に、自分の身を守る「耐震シェルター」や「防災ベッド」を設置するだけの簡易な改修もあります。
- ③耐震補強工事・・・建設会社や工務店に依頼して、建築士が行った設計を基に工事を行います。設計を行った建築士も工事監理者として工事に携わってもらい、設計書のとおりに行われているか確認してもらいましょう。