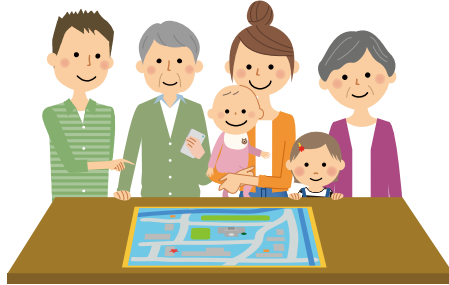


# 日頃の備え(自助)

## 家族で防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときにあわてず行動できるよう、家族で普段から話し合ひましょう。

災害時は「自分たちの命は自分たちで守る」(自助)という意識がとても重要です。



### ☑️ 話し合う項目

- 自宅周辺の危険箇所の確認
- 避難場所と避難経路の確認
- 災害が起こったときの身の守り方(家の中ではどこが一番安全か)
- 非常用持ち出し品
- 家族間の連絡方法と、最終的に落ち合う場所(本防災マップの裏表紙に記入しておきましょう。)

※乳幼児・高齢者・病人・妊婦のいる家庭はその避難方法も話し合ひましょう。

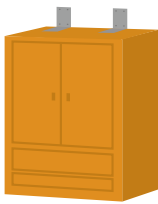
## わが家の安全確認をしましょう

安全と思われる家の中や家のまわりにも、災害時にはケガの原因や避難、救助の妨げになるものがあります。災害に備えて日頃から点検する習慣をつけましょう。

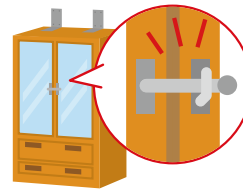
また、昭和56年5月以前に建てられた建物は必要に応じて耐震診断、耐震補強をしましょう。

### 家の中の安全確認

家具の転倒、落下防止のため金具などで固定する。



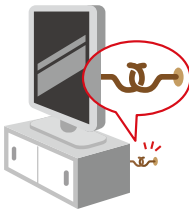
L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具を付ける。



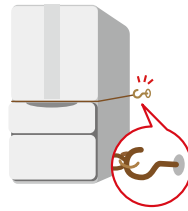
出入口付近には荷物を置かず避難口を確保する。



テレビはできるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。

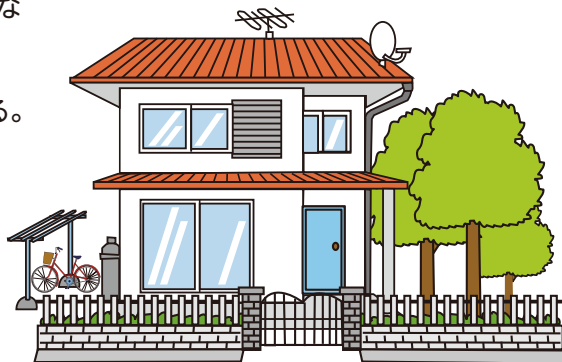


家具の落下などによってケガをしないように室内に安全なスペースを作っておく。また、就寝中に倒れた家具の下敷きにならないよう、寝室には背の高い家具などを置かないようにする。



### 家のまわりの安全確認

- アンテナ、看板などは、落ちないように補強しておく。
- 外壁に亀裂はないか確認する。
- ブロック塀にぐらつきや亀裂はないか確認する。
- 農業用水路や、排水溝(下水溝)、雨どいのゴミや泥、落ち葉や土砂を取り除き、水はけを良くしておく。



- 瓦やトタン屋根に異常がないか確認する。
- 窓枠は飛散防止フィルムなどをはって補強しておく。
- 物干し竿、植木鉢、自転車などは風で飛ばされないようにする。
- ガスボンベは固定する。

※電気の引込線のたるみや破損があったら、電力会社に連絡しましょう。