保存版

2013年 4月　NO.7

自主防災の基本

防災だより

【自 助】:自らの 【命・家族】は,自ら守る
【共 助】:自主防災はB地区自治会が防災隊
【近 助】:防災は【近所の助け合い】が使命

「自助」に関する情報誌

発行者　B地区茅ヶ崎自治会　防災部

「自助」
防災の基本中の基本

昨年 11 月 17 日［「防災だより」のお話 ］と題して防災の基本中の基本の「自助」に関するお話をしました。その概要について報告します。

防災の基本の考え方

防災の段階	内　容	割合
1、自助	**自らの［命・家族］は自ら守る**	**70%**
2、共助	防災隊・近所・互助の助け合い	20%
3、公助	国、行政による救援	10%

防災の段階で最も割合(重みで見ても)が多いのが**「自助」**です。

「自助」は自ら働かないと誰も応援してくれません。言わば、自分のことは自分でしなさい。ということです。
しかし、家具の固定化など自分でできない場合は、市役所に相談すればサポートしてくれます。(チラシ配布済み)
共助・公助には防災ボランティアの支援があるでしょう。

防災対策の優先順位

防災対策には優先順位を心得ておく必要があります。

チラシ配布済み

1、家を耐震化する	市の建築指導課に相談する
2、家具の（転倒・移動・再配置・ガラス破損）防止	工夫を要す　市の助成がある
3、電気・ガス・上下水道・情報の断絶	備蓄・防災用品の確保
4、家族の安否確認	防災カードと情報機器の確保
5、避難の準備	避難用品の確保

「自らの（命・家族）は自ら守る」を考える

地震発生その時	居場所	命を守るとは
在宅中	台所・一階・二階	台所が最も危ない、一階より二階が安全
外出中	繁華街、海岸の近く	帰宅困難者、津波の来る海岸近くでの対応
その後	安否確認、援助、支援	情報発信・受信、他の人を助ける

自分・家族は必ず家にいるとは限らない。地震の時自分はどこにいるか、家族はどこにいるか、その居場所によって対応が異なる。(詳細は別号で)

情報元；平成２４年度 広報ぼうさい
（内閣府防災担当の広報誌（INT）から転載、編集）
「天災人災格言集」平井敬也　興山舎

★ 本誌に関する
連絡・問い合わせ先 ★
坂上（B-24-20）
Tel/Fax　53-1351
y.sakaga@jcom.home.ne.jp

家具の固定化

地震対策で優先順位の第２番目が家具の固定化です。家具の転倒・移動・落下・ガラス破損、などによって怪我、死亡の発生を防止する。

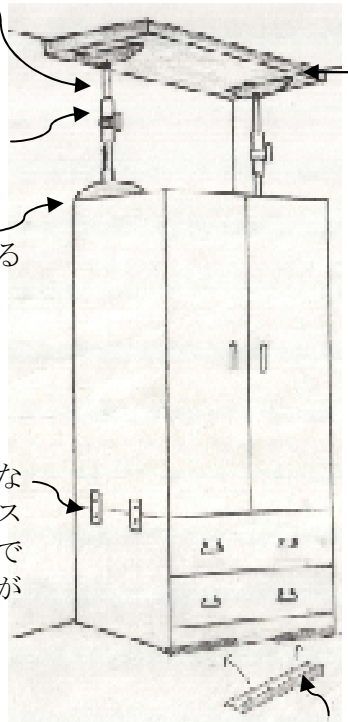
一戸建ての天井は薄い板が多く、突っ張り棒は不向き。天井には、根太で補強する必要がある

板を入れると補強される

ねじ式、スプリング式が良い

壁側に寄せる

連結棒でつなぐ場合タンスによってはできない場合がある



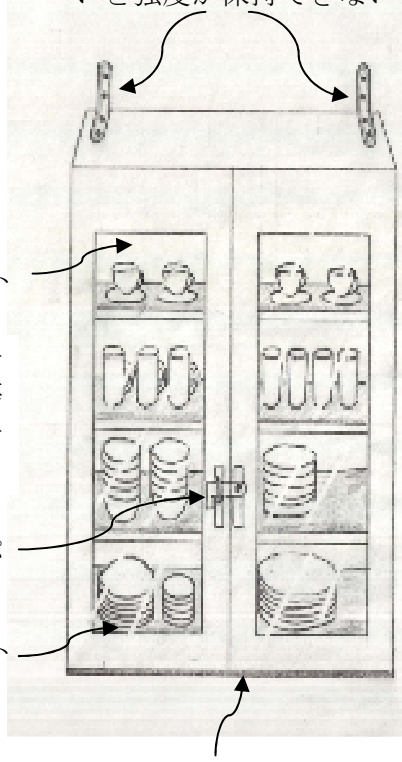
Ｌ金具の壁側には桟がないと強度が保持できない

ガラス破損シートを貼る

ガラス戸、人形ケースなどのガラス等もガラス破損シートを貼る

開き戸はストッパーを取り付ける

滑り止めシートを敷く

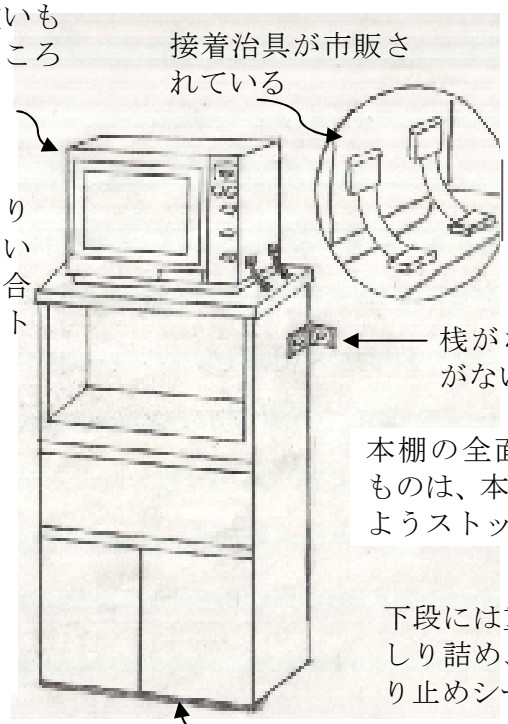


必ずストッパーを入れ、滑り止めし、わずかに壁側に傾斜させて、前に倒れにくくします

基本的に重いものは高いところに置かない

接着治具が市販されている

花瓶など飾りものなど、高い所へ置く場合は粘着シートで固定する

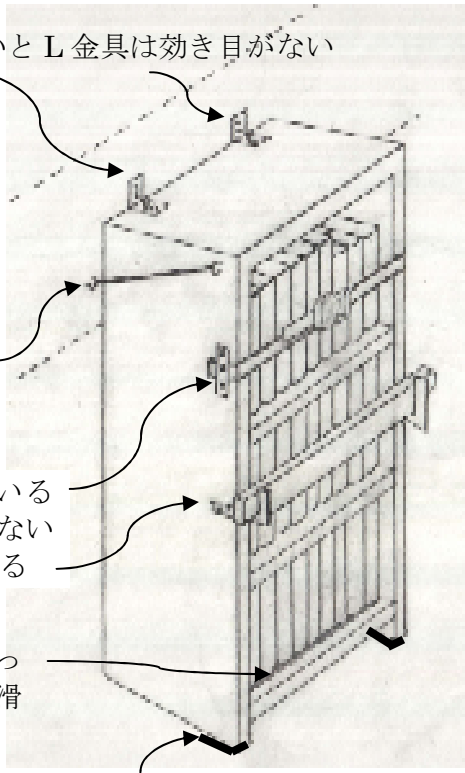


桟がないとＬ金具は効き目がない

桟がないと効果がない

本棚の全面が開いているものは、本が飛び出さないようストッパーを入れる

下段には重い本をぎっしり詰め、棚の下に滑り止めシートを敷く



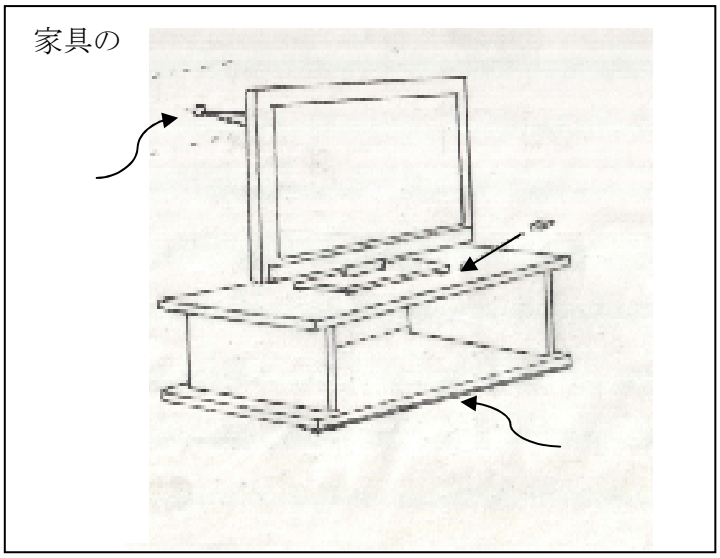
必ずストッパーを入れ、滑り止めし、わずかに壁側に傾斜させて、前に倒れにくくします

家具の
家具の配置の工夫

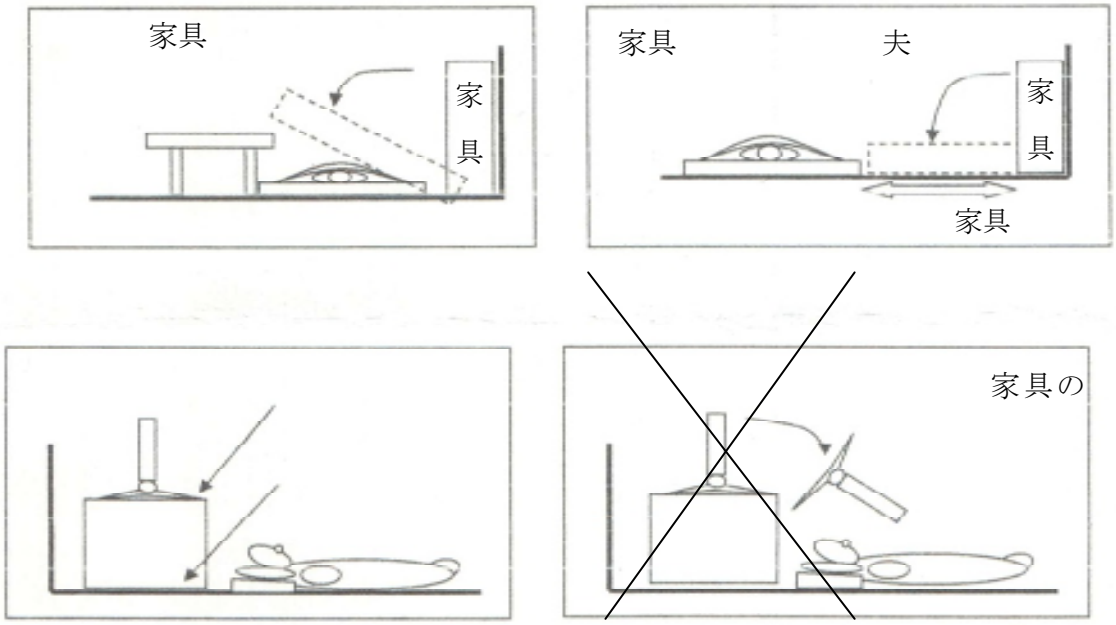
家具　　の

家具　　の
　　家具　置
家具
　　の

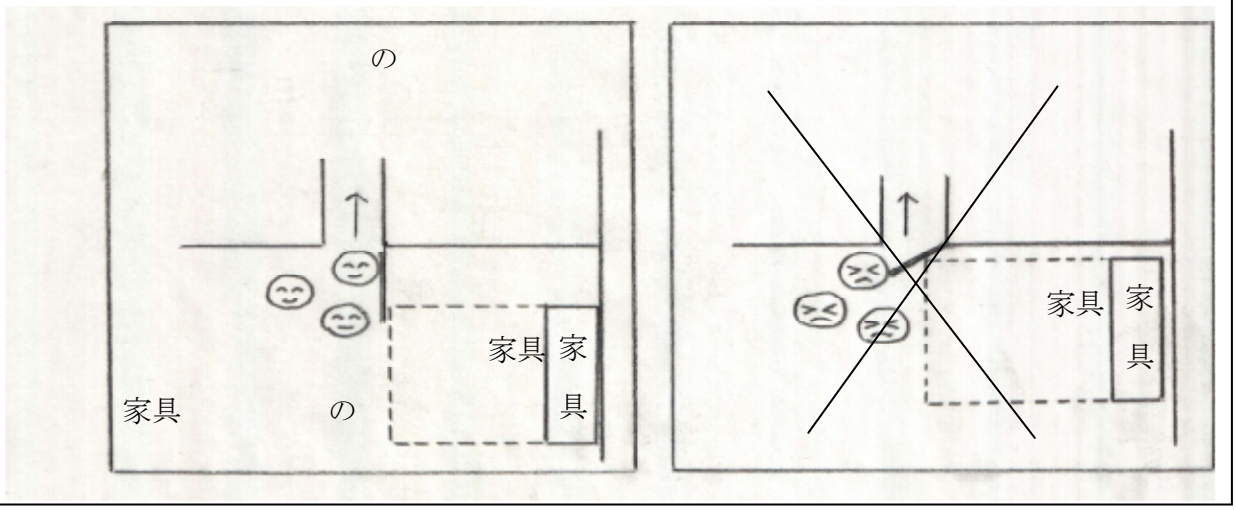
　　具



家具の配置の工夫



家具の配置の工夫２



「安全空間」、「家具固定」など、減災対策をしましょう。

（被害をできるだけ少なくする対策）

●あなたのお部屋は安全ですか？

地震の際には、多くの方が倒れてきた家具の下敷きになって、尊い命を失ったり、大ケガをしたりしました。

日頃から家具の固定や配置の見直しで 「**安全空間**」 を作っておきましょう。

●家具や家電は固定しましょう

家具の固定方法はいろいろありますが、正しいやり方で行わなければ効果は期待できません。出来るだけ**作りつけ**にすることを検討しましょう。

また、テレビや電子レンジ、パソコンなどの電化製品は、激しい揺れで飛んでくることがあります。**耐震固定ベルト**や**耐震マット**を使いましょう。

●家具の上や中身の物にも注意しましょう

家具本体だけでなく、家具の引き出しや扉、ガラス部分も確認しましょう。

収納物が飛び出して身体に当ったり、避難経路に散乱して、ケガをする危険があります。

扉が開かないように**とめ金**をつけたり、**ガラス飛散防止フィルム**を貼るなどの対策をとりましょう。

また、家具の上や**高い位置に重い物を置かない**ようにしましょう。

●家具部屋をつくりましょう

お子さんやお年寄りのいる部屋の安全を確認しましょう。

寝室や子ども部屋など、家族が長時間を過ごす部屋には、できるだけ家具を置かないようにするために、背の高い家具などを**一部屋にまとめておく**のも有効です。

●家具は倒れる向きを考えて、配置しましょう

「大地震では、家具は必ず倒れるもの」と考えて、万が一倒れてきても安全なように、**家具の向きと配置**を確認しましょう。また、倒れた家具が避難経路をふさぐことがないよう、併せて確認しましょう。

●壁・床・天井にも気を配りましょう

壁に飾られた額やオブジェ、天井から吊り下られた照明は、地震の際に落ちて飛散します。

そのために飛散防止や飛散時にそなえて部屋にはスリッパや靴を置いてその時使うようにしましょう。

天井から吊り下られた照明は、できるだけ作り付けにしましょう。

●生き残るため、死なないための努力を

『緊急地震速報』を見聞きしても、家の中に安全な場所がなければどうしようもありません。

また、逃げようにも逃げられない状態を避けるためにも、**安全な 避 難 経 路**が確保できるよう、日頃からお部屋の状況に応じた手立てをたてておきましょう。

防災格言

◎天は自ら助くる者を助く。

イギリスの作家／医師　サミュエル　スマイルズ　1812～1904

◎安全はタダでは得られない。
それなりの投資が必要だ。

田代侃　建築学者／元東北工業大学教授　1938～

◎日本人は安全とは、
無料で手に入ると思いこんでいる。

山本七平　作家／評論家／山本書店店主　1921～1991