

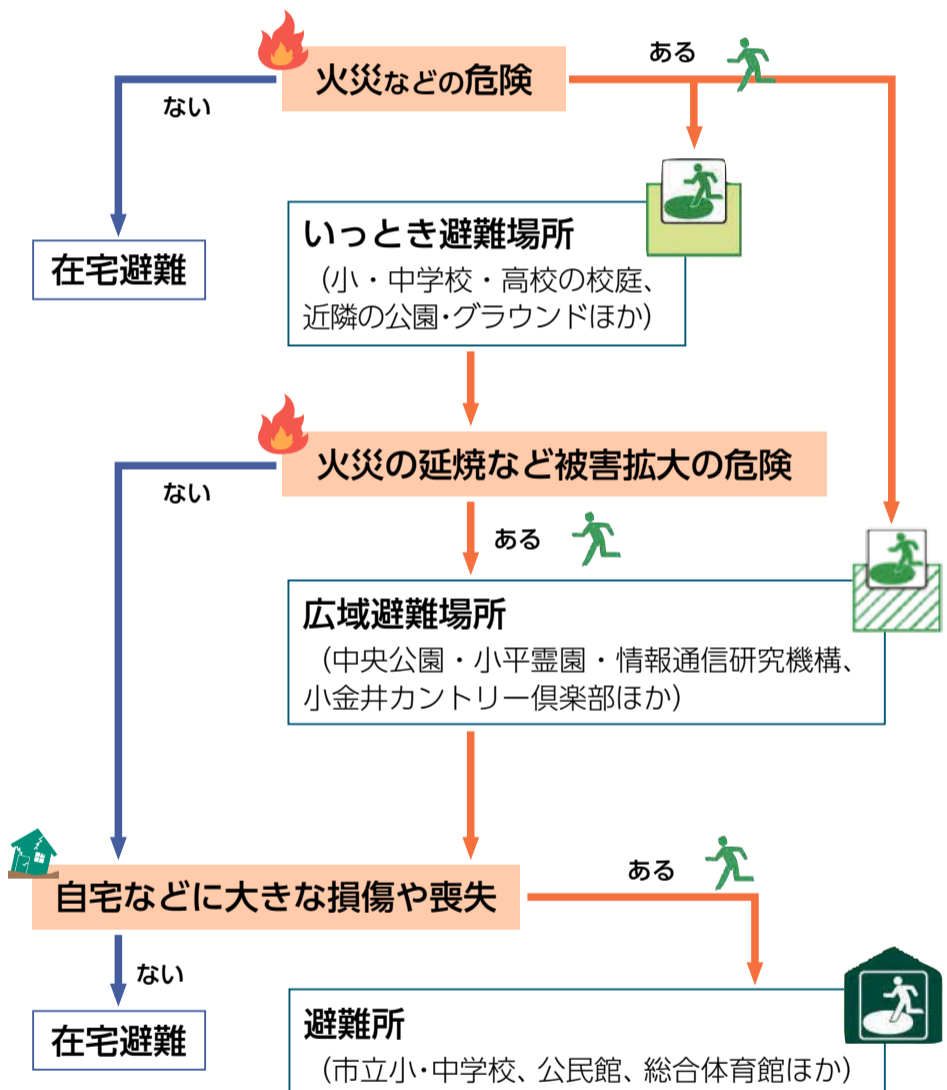


感染症に感染しない
感染させない避難のために

在宅避難への備え

避難とは、難を避けることで、大地震が発生した場合、安全な場所にいる方は避難所に避難する必要はありません。
震災後も、住み慣れた自宅で避難生活を送るための準備をしましょう。

大地震発生から避難まで



健康に異常・不安がある方は、ふだんからかかりつけ医や相談窓口にて災害時の対応などの相談をしましょう

避難先を検討 過ごしやすい

地震発生後、自宅の安全が確認できた場合は、自宅での在宅避難をお願いします。自宅は、人との接触を最小限に抑えられることや住み慣れた安心できる場所のため、避難方法としてもっともストレスが少ない避難先になります。

新型コロナウイルス感染症などの感染症が流行した場合、不特定多数の人が集まる避難所での生活は、感染の危険が高まります。また、避難所生活はプライバシーを守ることが難しいこと、共同生活など環境の変化とストレスで、心と体にさまざまな影響を及ぼすことが考えられます。まずは、避難所へ行かない避難の方法を考えましょう。

避難所に行かない 避難生活のかたち

ります。
もし、在宅避難が難しい場合でも、親戚や友人・知人宅へ避難することも考えておきましょう。

今からできる準備は 家の片づけから

在宅避難で大切なことは、自宅を自分や家族の身の安全を守る場所にする事です。平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、負傷者の約50%が家具の転倒・落下・移動によるものでした。また、飛び散ったガラスや生活雑貨で足の踏み場のない状態になることもけがの原因になります。
震災後の生活の復旧を早めるためにも、部屋の片づけが地震対策の第一歩です。重いものは高い場所に置かない、家具や棚など避難の妨げになる物は出入り口近くに置かない、地震が発生した時に家具の転倒から身を守る場所を作るなど、命を守る準備をしましょう。

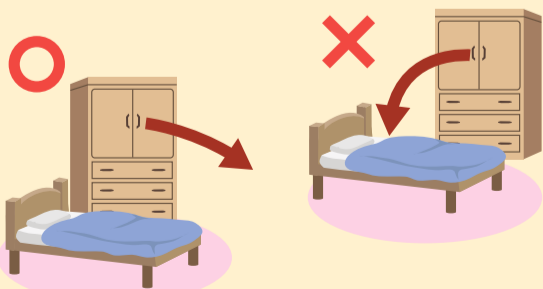
■ 自宅にとどまる判断のポイント

- ▷ 自宅に住めないほど家屋の被害はないか
- ▷ 自宅に倒壊の恐れはないか
- ▷ 隣家の倒壊などで自宅に影響がないか
- ▷ 自宅に火災などの危険がないか

家に安全な場所を作るために 家具など転倒防止対策を

熊本地震など、近年発生した震度6弱以上の地震で、けがをした原因の約30%~50%が家具類の転倒・落下・移動によるものでした(東京消防庁調べ)。震度5強以上の強い地震では、テレビや電子レンジなど重い家電製品が落下し、本棚やたんすなどの大きな家具が倒れることがあります。身近な被害を防ぐため、家具類を金具などで固定する、家具の配置や向きを工夫するなどの対策をしてください。

問合せ 小平消防署警防課防災安全係 ☎042(341)0119



家具の向きに注意を

家具が倒れやすい方向にベッドやいすを置くと、家具が倒れた時に非常に危険です。家具の向きを変える、低い棚に代えるなど、家具の置き方を工夫しましょう。



台所、リビング、寝室は特に注意を

高さがある棚や高い位置にある食器は、地震が起きて落下・転倒すると凶器になります。生活の中心となる場所では、地震が起きたときに安全なスペースを作るようにしましょう。