

平成26年度9月号

# スポ振通信

今月のテーマ

## 「家庭でできる防災対策」

9月1日は「防災の日」です。なぜこの日が防災の日となったか知っていますか？

ひとつめの由来は「関東大震災」です。1923年9月1日11時58分44秒、伊豆大島付近、相模湾北西部の相模トラフを震源とする大地震が発生しました。この地震はマグニチュード7.9、震度6の規模で、発生時間が火の使用の多い昼食時だったということもあり、火災による2次被害も拡大しました。この関東大震災を教訓とするために定められたとされています。

ふたつめの由来は「二百十日」という厄日です。これは立春から数えて210日目の日、太陽暦では9月1日頃にあたり、220日目とともに台風が来襲する厄日とされています。もともとは稲の穂が出始める時期の、農事の上で大切な時期に台風が来襲し、田んぼが泥水につかったり、強風で稲の花が吹き飛ばされてしまい、せっかく丹精に作ったお米が実らなくなってしまうため、凶作に見舞われる「厄日」とされていました。統計的にはこの厄日に特に台風が来襲しやすいというわけではなく、「9月の台風期を控えての心構え」という意味をこめて命名したとも言われています。



地震はいつ発生するかわかりません。その時どこにいるかもわかりません。地震が発生したときに冷静に適切な行動ができるように、場所による行動のポイントを覚えておきましょう。

### 家の中

- ・机やテーブルの下に身を隠す
- ・すばやく火を消す
- ・ガスの元栓を閉め、ブレーカーを落とす
- ・ドアを開けて逃げ道を確保する



### デパート・スーパーの中

- ・商品陳列棚やガラスケースなどからすばやく離れる
- ・あわてて出口に殺到しない
- ・エレベーターやエスカレーターは使用しない



### エレベーターの中

- ・すべての階のボタンを押し、停止した階で降りる
- ・閉じ込められた時は非常ボタンを押して救助を求める

### 住宅街

- ・ブロック塀、石垣、電柱などからすぐ離れる
- ・屋根瓦がずれ落ちることがあるので、軒下からすぐに離れる
- ・傾いている建物の近くや、ガスクさい場所には近づかない



### 車の運転中

- ・少しずつスピードを落とし、道路の左側に車を止めエンジンを切る
- ・ラジオなどで地震情報を把握してから行動する
- ・車を離れるときはキーはつけたまま、ドアロックはしない

### 商店街・ビル街

- ・ガラスの破片や看板などの落下に対して、頭をカバンなどで保護しながら、近くの公園などに避難する
- ・自動販売機、ブロック塀などからすぐに離れる



いつでも取り出せる場所に非常持出品を用意しておきましょう。いざという時に困らないように、食料品の消費期限が切れていないか、非常持出品に不備がないかを定期的に点検しましょう。



**水・食料品**  
最低3日分の準備  
水は1人1日3リットル



**救急薬品**  
持病のある人は常備薬も  
忘れずに



**貴重品**  
現金は小銭も用意しておく



**懐中電灯・ラジオ**  
予備の電池も忘れずに



**生活用品**  
下着・靴下・毛布・  
タオル・軍手など

この他にも、使用後の風呂水は生活用水として活用できます。常に張っておくなどして生活用水の確保をしておきましょう。また家族構成(乳幼児や高齢者)に応じて必要なものを再チェックしておきましょう。



## 「防災は家庭から！」

地震が発生したときに家族が一緒にいるとは限りません。日ごろから家庭内で避難方法、連絡方法などを話し合っておきましょう。また、住まいの安全対策をおこなっておきましょう。

### ①避難場所・避難ルートを確認しましょう

あらかじめ家族内で避難場所を決めておき、避難場所までの安全なルートについて話合っておきましょう。

### ②家族間の連絡方法を決めておきましょう

災害時に家族が一緒にいるとは限りません。災害後の連絡手段について話し合っておきましょう。

#### ・災害用伝言ダイヤル「171」

震度6弱以上の地震が発生した場合などに、個人の安否確認手段としてNTTが運用します。伝言の録音・再生により被災地内の家族との連絡を可能にするものです。

#### ・災害用伝言板「携帯電話」

大規模な災害が発生した場合、各携帯電話事業者が運用します。被災地の方が伝言を文字によって登録し、全国からその伝言を確認することができます。

### ③家具の配置を工夫しましょう

部屋の出入口、廊下や階段には家具を置かないようにし、家具が転倒しても避難路を確保できるような配置にしましょう。寝室にもなるべく家具を置かないようにし、頭に家具が倒れてこないように配置しましょう。

### ④家具を固定しましょう

家具の転倒を防止する器具等を取り付けて、家具を壁に固定しておきましょう。特に集合住宅の高層階では地震による揺れが大きくなりやすいため、家具の固定は重要です。転倒防止器具は家屋や家具の状況にあったものを選択して、正しく装着しましょう。

参考文献：わが家の防災マップ(豊中市)

わが家の防災への備え(一般財団法人 日本防火・危機管理室促進協会)

わが家の防災ちえっく表(豊中市南消防署)

