

# 9月1日は「防災の日」

8月30日(月)～9月5日(日)は「防災週間」

の連携を図りましょう。地域全体が良好な関係でまともなれば、災害時に協力しあつて、被害を最小限にとどめることができます。

## 備蓄品を用意しよう

災害が発生すると、救助や救援がすぐ来られない状況となります。最低でも3日間は、自力で生活できるだけの備えをしましょう。また、あらかじめ、軽量でコンパクトな非常持ち出し袋を用意しておくとお便利です。

なお、1年に1度は必ず備蓄品の点検をし、賞味期限や使用期限等があるものは、こまめに新しいものと交換しましょう。



## 自分の身は自分で守ろう

災害時に助け合うためには、まず自分の身を守る行動をとることが必要です。地震の揺れを感じたら、慌てずテーブルや机の下に身を隠し、身の安全を確保しましょう。ヘルメットや防災ずきん、座布団などを用意しておくとお安心です。

家具等の転倒を防ぐため、あ

らかじめ固定したり、配置換えをしましょう。食器や本などは、重いものを下に、軽いものを上に置く等配置に心がけましょう。タンス等の上には角の鋭いものや重たいもの等は置かないようにしましょう。

## わが家の耐震診断をしよう

家族の命を守るため、自分の家がどれくらい強度なのかを点検し、必要に応じて耐震改修を行うなど耐震性を確保しましょう。

## 徒歩で避難しよう

地震が発生した場合、自動車を使って避難することは危険です。できる限り近所の人達と集団で歩いて避難場所に向かいましょう。

また、階段では走らないようにし、エレベーターを使って避難することも避けましょう。



なお、ブロック塀等は破壊や転倒の危険性があるため、危険箇所を確認しながら、避難しま

しょう。街頭では落下物を避け、ビルなどの建物から素早く離れましょう。

## 火災防止に努めよう

初期消火をすることによって災害を未然に防ぐことができますので、近くにある消火器やバケツ等で積極的に消火活動に努めましょう。

地震が発生したら、落ち着いてガスの元栓、コンセントなどを処理し、電気のブレーカーも切ってから避難しましょう。

ただし、大きな地震をいきなり感じたときは、むやみに動く危険ですので、ある程度揺れがおさまってから行動しましょう。



## 津波に注意しよう

地震が発生した場合、すぐに津波が来襲する危険性があります。海岸や海岸付近にいるときに大きな地震を感じたら、まずは海からできるだけ限り離れましょう。

なお、津波の来襲は1回だけ

とは限らないので、津波警報や注意報が解除されるまでは海岸に近づかないようにしましょう。



## 防災会議を開こう

「防災の日」を機会に、家族で防災会議を開きましょう。家族の連絡体制や避難場所を確認し、災害が発生した時に誰が何をするか、被害を最小限に止めるにはどうしたらよいか等を話し合ひましょう。

## 地域の皆で助け合おう

町では災害発生時に自力で避難することが困難な方の支援をスムーズに行うことができますように、「災害時要援護者登録申請」を受け付けています。

この制度は、支援が必要な方に登録していただき、その情報を地域の支障者と共有することで災害時の救出・避難活動に役立てるものです。

対象は75歳以上の高齢者の方や身体障害者の方です。

防災訓練に参加しよう  
地域や町で行われる防災訓練に積極的に参加し、地域の方と

大正12年(1923)9月1日に発生した関東大震災は、死者・行方不明者14万人以上という未曾有の被害をもたらしました。  
そこで、この時の教訓を忘れないようにと、9月1日を「防災の日」、この日を含む1週間を「防災週間」と定めています。  
この機会に各家庭の防災対策は十分なのか、改めて確認してみましよう。