

自助共助 家庭で職場で 話し合い！！

8月30日(日)から9月5日(土)は“防災週間”です。9月1日の「防災の日」は、1923年(大正12年)に関東大震災が発生した日です。この日を中心に防災週間には全国的に防災に関する行事が開催されます。

昭島市の総合防災訓練は8月23日(日)多摩辺中学校で実施されました。

この時期を捉え、皆さん一人ひとり、また家庭において、もう一度身の回りで起こる災害について考えるとともに、地震時の死亡・負傷の原因となる家具類の転倒・落下を防止するための対策など、災害に対する備えに取り組みましょう。

皆で防災に強い町を作りましょう！

～ 地震に備えて～

■グラッときたら身の安全

- ・大きな揺れの間は、丈夫なテーブルや机などの下に身を伏せる。
- ・近くに机などが無い時は、座布団などで頭を保護する。
- ・大揺れの場合、家具類が倒れたり窓ガラスが割れたりするため、そばに近寄らない。
- ・日頃から家具類には転倒防止措置を行い、高い所には置物やケースを載せない。



■すばやい消火 火の始末

- ・小さな揺れでも火を消す習慣をつける。
- ・火災の発生に備え、消火器の準備や風呂の水の汲み置きをしておく。
- ・防災訓練に参加し、自信を持って消火ができる行動力を身につける。
- ・普段、使っていない電気器具は、差し込みプラグをコンセントから抜いておく。



■窓や戸を開け 出口を確保

- ・地震によりドアがゆがみ、開かなくなって部屋に閉じ込められる場合があるので、地震が発生したら、いつでも外へ避難できるように出口を確保する。
- ・開けたドアが再び閉まらないように手近な物をはさみ込む。
- ・非常時にはベランダが、避難路になるため、隣家との境に物を置かない。

■落下物 あわてて外に飛び出さない

- ・地震の時、あわてて外に飛び出すと思わぬケガをすることがあるので、周囲の状況をよく確かめ、落ち着いて行動する。

＜裏面に続く＞



■室内のガラスの破片に気をつけよう

- ・割れたガラスの破片による事故を防ぐため素足では歩かない。後片付けをする時には、厚手の手袋をする。
- ・停電に備え、懐中電灯を用意しておく。長時間の使用に備え、予備の電池も用意する。



■確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

- ・わが家の安全を確認したら、隣近所の安否を確認し、お互いに助け合う。
- ・地震が発生した時の出火防止や初期消火について、家族の任務分担を決めておく。
- ・隣近所どうし、地震発生時の協力体制について話し合っ決めておく。
- ・家族が離ればなれになった場合の連絡方法や集合場所を決めておく。資源回収住民還元品として配布した「災害時伝言ボード」をご活用してください。

■協力し合って救出・救護

- ・地震時には、家屋の倒壊や家具類の転倒・落下により下敷きになった人たちを地域ぐるみで救出し、けが人がいたら応急手当を行う。
- ・一人ぐらし高齢者など災害時要援護者の安否確認をする。



■避難の前に安全確認 電気・ガス

- ・避難する前には、アンペアブレーカーを切り、ガスの元栓を締め、電気・ガスに起因する火災の発生を防止する。
- ・使用後は電気器具のスイッチを必ず切るとともに、差し込みプラグをできるだけコンセントから抜く習慣を身につける。

■門や塀には近寄らない

- ・外にいる時、グラッと来たらブロックなどの塀には近寄らない。ブロックなどの塀の近くにいたら、すぐにその場を離れる。

■正しい情報 確かな行動

- ・ラジオ、テレビや消防署・市などから情報を得る。
- ・デマや根拠のない噂で惑わされたりしない。
- ・避難先は前もって自分で歩いて確かめておく。
- ・携帯ラジオなどを備える。電池切れに注意するとともに、予備の電池も用意する。



* 管理組合・自治会主催の「防災訓練」は、**11月29日(日)**を予定しています。

今までの防災訓練とは違った訓練を実施したいと考えていますので、ご意見等あれば管理事務所へお願いします。

★つつじが丘北自治会の9/12敬老の集いの参加〆切は、8/31まで！