

12月の防災対策は、「大掃除のついでに防災対策の確認をしよう」です。下記を参考に確認してみましょう。

### 停電訓練

災害時は多くのエリアで停電するかもしれません。各家庭でも防災訓練の一環として電気を消してロウソクまたは懐中電灯で夕飯を食べてみるなど、電気が使えない状況を体験しておきましょう。気持ちの備えも大切です。



### 家具の固定

家具を固定するには、滑り止めシートを使ったり、天井とのすき間を埋めるなどの方法などがあります。ただ、壁の材質によっては固定が難しいものもあるため、確認して最適な防災方法を調べておきましょう。



### キッチンの整理整頓

地震が起きたときに、コンロの周囲に燃えやすいものや、包丁が出ているととても危険です。キッチンでは使ったものはすぐに元の場所に戻すなど、常に整理整頓しておきましょう。



### ガラスの食器棚

地震や台風、竜巻などで、思わぬ圧力が加えられる事により、ガラス扉が破損してしまう場合があります。その際、ガラスが破損して破片が飛び散ると、ケガにつながる恐れがあるので、扉が開かないようロックを付けたり、飛散防止フィルムを貼り備えましょう。



### 消火器、ブレーカー、ガスメーターの確認

災害時に備え、日頃から消火器の場所やブレーカ、ガスメーターの位置を確認しておきましょう。



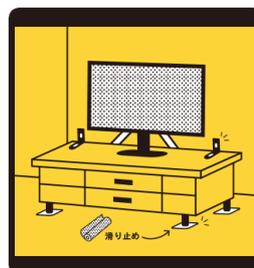
### ベランダ

被災時のベランダは避難経路になるので、避難用はしごや仕切り板の場所や使い方などを確認しておきましょう。また、ほかの住人などがスムーズに避難できるよう、ベランダには絶対にものを置かないようにしましょう。



### テレビ

地震の際に転倒防止のために今のうちにテレビの固定をしておきましょう。テレビはテレビ台に着脱式固定ベルトなどで固定し、台はL型金具で壁に固定しましょう。また脚に粘着マットの滑り止めを貼りましょう。



### 冷蔵庫

冷蔵庫はベルト式器具などを使い壁に結び転倒を防止しましょう。また避難の際に障害にならない場所に設置するようにし、冷蔵庫の上には落下しやすいものや重たいものを乗せないようにしましょう。



### ベッド

ベッドの脚には粘着マットなどの滑り止めを付けて、動かないようにしましょう。またベッドの近くの壁や天井には、掛け時計や額縁など重いものの設置は落下の危険があるので避けましょう。



### 収納ボックス類

積立式の収納ボックスは、上下を連結金具などでつないで、L字金具で壁に固定しましょう。また収納ボックスの上には落下しやすいものや重たいものなどを置くと危険なので避けましょう。



### タンス・クローゼット

タンスは避難するときの障害にならないような場所で、ドアをふさがないように置き方をしましょう。また壁や天井の素材に応じてL字金具や突っ張り棒などで固定、ストッパーを敷いて転倒防止しましょう。



### キッチン家電

トースターや電子レンジ、炊飯器などのキッチン家電は大きな揺れで「飛んでくる」可能性があります。底面に耐震ゴムを貼り、できるだけ低い位置に置くようにしましょう。



### 玄関までの通路

廊下から玄関までの通路は、いざというときに避難路になります。水や買ってそのままにしている段ボールなどはしっかりと収納にしまっておき、素早く逃げられるようにしましょう。



### 寝ている場所の近くにスリッパを

災害発生時、物が散乱する室内を素足で歩くと、ケガをする危険があります。寝ている場所の近くに、厚底のスリッパや、ふだん使っていない靴を1足置いておくと、安心につながります。



### 枕元に置いておくもの

メガネ、杖、懐中電灯、携帯電話、抱っこひもなど、行動を助ける必需品は、常に枕元に。ただ置くだけでは、地震の揺れで飛んで行ってしまうこともあるため、滑り止めシートの上や、固定した壁掛け収納の中に入れるなど、工夫をしましょう。



### 明かりの確保

夜間の発災には、停電を感知して自動で点灯するタイプの足元灯があると便利。各部屋と廊下にもあるとより安心です。足元灯の代わりに、懐中電灯やヘッドライトもおすすめ。揺れで見失わず、手に届く場所に置いておきましょう。



### 普段から整理整頓

部屋の中の物を減らしたり、散らかったら片付けたり、ふだんから家の中は整理整頓しておきましょう。地震が来ても安全な空間や避難ルートを確認することが、危険から身を守る第一歩につながります。



### 食器の重ね方

食器は高く積み上げないようにしましょう。重ねる順番も、下から中・大・小の順に重ねるのが、簡単な落下防止テクニック。中皿の上に大皿を重ねると「遊び」部分がほとんどなく、大皿は安定してほとんど揺れず、小皿も落ちにくくなります。



### リビング・ダイニングのレイアウト

家族が集まるリビング・ダイニング。テーブル回りには倒れそうな大きな家具・家電をおかない、テレビや棚は倒れないように固定、廊下までスムーズに動けるよう出入り口をふさがないレイアウト、などを心がけましょう。



### 大掃除のついでに

大きな家具の防災対策はふだんから手を付けづらいので、大掃除のついでに行いましょう。棚掃除のついでに滑り止めを敷いたり、ほこり掃除のついでに家具・家電の転倒防止対策をするなど、大掃除の際に意識しましょう。



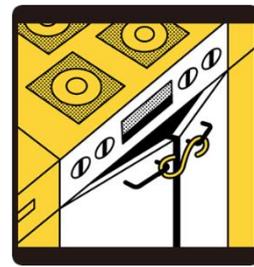
### 感電ブレーカーの設置

地震の揺れに伴う電気機器からの出火や、停電から復旧したときに起こる火災を防止するために感震ブレーカーがあります。感震ブレーカーは、地震の揺れなどを感知して、電気を遮断します。ただ、地震発生とともに全ての電気機器が遮断されてしまうものもあるため、夜間の避難に備えて懐中電灯なども用意しておきましょう。



### S字フックで地震対策

キッチンや観音開きの収納のロックには、S字フックが手軽でお勧めです。インテリアの邪魔にならず、身近にあるものですぐに取り入れられる地震対策です。



### 充電式クリーナー

地震直後は、ガラス片や植木鉢の砂など細かいものが散乱し、片付けない限り、自宅での生活を送るのは困難です。停電で電気が使えないと、コンセント式の掃除機は使えません。こんなときは紙パック式の充電式クリーナーが役立ちます。



### 食器棚には滑り止めシートを

キッチンでは、ものが飛び出さないように食器棚の底に、滑り止めシートを敷いておきましょう。強い揺れで食器が動いて飛び出る、割れる危険を未然に防ぐことができます。抗菌タイプのシートや、防虫タイプのシートもあるので、日常生活にも役立ちます。



※すべてやらなければいけないわけではありませんが、防災対策を確認しましょう。