

防災コラム No.11<<大地震への備えを再確認しよう！>>

大きな地震に対してどのような注意が必要かという事について、コラムを通してお話をしてきました。皆さまのご家庭でも、防災意識が高まったり、対策を行ったりしていただけたでしょうか？



突然ですが、クイズです！

大地震が起きた直後、一心会ではどのような行動を推奨しているのでしょうか？

- 1：とりあえず地域防災拠点に避難する
- 2：自宅で過ごせそうであれば、自宅避難する

答えは…「2：自宅避難」です！

一心会では、一人ひとりが事前に備えをし、自宅で安全に過ごせるようにしておくことを推奨しています。



1:地域防災拠点は自宅避難が困難な方の避難場所であり、キャパも地域防災拠点は 200 名程度ですし、集団生活となりますので、感染症・プライバシー・ストレスの問題が生じます。在宅避難ができれば一番良いです。

◆自宅避難のカギは「備蓄」と「安全対策」

自宅避難には「水」「食料」「トイレ」などの備蓄に加えて、「家具の転倒防止」や「火災対策」も必要です。下のコラムも、ぜひチェックしてみてください。

- No.1「あなたの備蓄足りますか」
- No.4「家具の転倒防止」
- No.9「感震ブレーカーのすすめ」

◆安否確認のコツは「連絡の代替手段を考えておく」

被災時は電話回線が混雑し、通じない場合もありますので、他の伝達方法も事前に考えておいてください。災害用伝言板や家族で決めておいた LINE 等の連絡手段もあります。

- No.2「家族の安否確認」
- No.8「班長さんの安否確認」

毎年の一心会の安否報告訓練にあわせて、家族でも練習してみませんか？

◆外出中の被災対策は「持ち物」と「自身の安全確保」

職場や学校など、家の外で過ごすことが多い方は、外出時の備えが大切です。又、あわてて帰宅しようとせず、状況を把握するまで安全な場所にとどまりましょう。

- No.5・No.6「外出時の備え」

さあ、あなたも今日からひとつ始めてみませんか？

防災は、一人ひとりの「あとひとつの備え」が、大きな安心につながります
無理せず「できることから」始めるのが、長続きのコツです