

地震災害から身を守る

〜 知ることから始まる防災 〜



長洲町を、震度5強という激しい揺れが襲った熊本地震から二年が経過しました。

自然災害は、前触れもなく突然やってきます。被害を最小限にするためには、日頃から災害が起きたらどうすればいいのか、自分たちの身を守るためにはどのような行動すればいいのかを考えておくことが大切です。

災害発生時は、自分の命は自分で守る「自助」と地域みんなで協力して助け合う「共助」が重要です。

日頃の備え

備えることで危険は減らせます

家具の固定

○家具が転倒や移動しないようにしっかりと固定しましょう

○家の中に閉じ込められないように、家具の向きや配置を工夫しましょう

○ガラスには飛散防止フィルムを張りましょう

チェックしよう！  
非常持出品リスト

- 非常食
- 懐中電灯（予備の電池も）
- 常備薬
- 水
- 携帯ラジオ（予備の電池も）
- ヘルメット、防災ずきん
- 貴重品（現金など）
- 生活用品（衣類、タオルなど）

消火の備え

○火災発生に備えて、消火器を準備しましょう

住宅の耐震化

○耐震診断を受けて、必要な補強をしましょう

家族みんなで話し合い

○離れ離れになった場合の安否確認方法を決めておきましょう

○避難場所や避難経路を確認しておきましょう

非常持出品の準備

○非常持出品の準備は、防災対策の基本です。リストを参考に準備しましょう

地震が起これたら

「身の安全」を最優先に行動を

屋内にいるとき

○丈夫な机やテーブルなどの下に身を隠しましょう  
○揺れが収まるまでは、慌てて外へ飛び出さず、落ち着いて行動しましょう

○揺れが収まったら、慌てずに火の始末をしましょう

○割れたガラスなどを踏んでけがをしないように、スリッパや靴を履いて移動しましょう

屋外にいるとき

○カバンや手荷物などで頭を守り、公園や空き地など安全な場所へ避難しましょう

車を運転しているとき

○徐々にスピードを落とし、ゆっくりと道路の左側に車を止めましょう

○車を離れるときは、鍵を付けたままにして、徒歩で避難しましょう

○電車やバスに乗っているときは、座席に座っているときは、頭を守り姿勢を低くしましょう

○立っているときは、転ばないようにつり革や手すりもしっかりつかまりましょう

避難するときは

避難場所と避難経路の確認を

町が指定している避難場所は、総合防災マップに掲載しています。

災害発生時には、どこを通過して避難するかを事前に確認しておきましょう。

町の自主防災組織率 100% !

熊本地震でも、地震発生直後に活躍したのは「自主防災組織」です。

町の自主防災組織率は100%で、すべての行政区で設立されています。

区が行う防災訓練などには積極的に参加して、地域の皆さんで防災への意識を高めましょう。

