

覚えておきましょう！

## Ⅱ－１家庭での対策：日常編

### □防災用品の準備

- いつでも取り出せるようにしておきましょう。
- 家屋等が倒壊していない場合、家族全員が震災後３日間は生活できるように、水や食料とともに、防災チェックリストに記載されている防災用品を用意しておきましょう。



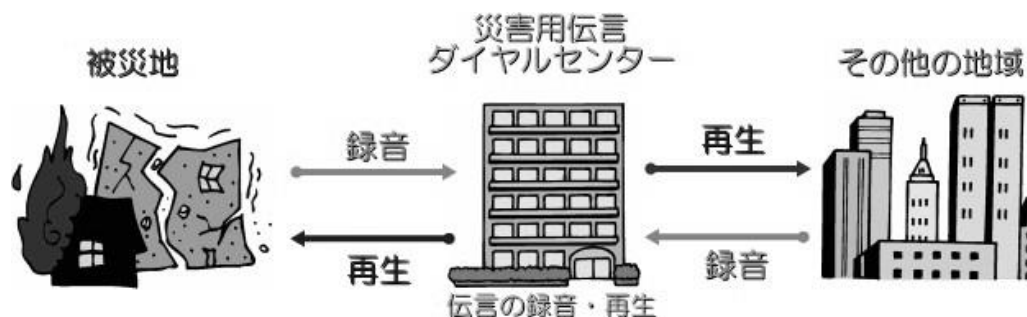
### □家庭内の緊急連絡体制の確立

- 家族が離れ離れの際に、災害に遭遇した場合の連絡方法・集合場所を決めておきましょう。
- また、全国各地で災害が起きた場合には災害伝言ダイヤル（１７１）やブロードバンド伝言板、携帯電話による伝言板サービスを利用しましょう。

【災害伝言ダイヤル、ブロードバンド伝言板 ⇒ <http://www.ntt-east.co.jp/saigai/>】

#### <災害伝言ダイヤル>

災害伝言ダイヤル（１７１）については、毎月１日（元旦を除く）に体験利用ができます。公衆電話はもちろん、携帯・PHSからも利用できます。



- 携帯電話でも災害伝言板のサービスを行っています。

【NTTドコモ】 ⇒ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

【E Z w e b】 ⇒ <http://dengon.ezweb.ne.jp/>

【ソフトバンク】 ⇒ <http://dengon.softbank.ne.jp/>

- 災害時の情報伝達、収集手段については参考資料１をご覧ください。

覚えておきましょう！

## Ⅱ－2家庭での対策：日常編

### □耐震診断の実施

- ・昭和56年の新耐震設計法の施行以前に建てられた、比較的古い木造住宅などは、耐震診断による安全確認を行うことが望めます。
- ・国分寺市では耐震化支援策の一環として耐震診断士派遣事業を行っています
- ・耐震診断士派遣事業の問い合わせ先  
⇒国分寺市まちづくり部まちづくり推進課：

### □消火器・住宅用火災警報器の設置

- ・消防法の改正により、平成22年4月までに家庭用の住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。
- ・家庭用の消火器は各家庭にかならず用意しておきましょう。  
また、火災警報器の設置を怠らないようにしましょう。
- ・問い合わせ先  
⇒国分寺消防署：042-323-0119

右図のように、階段、寝室、居室、台所に設置が義務付けられています。

消防法では、消防署員が個人の住宅に立ち入って火災予防の検査や質問をすることを認めていません！



- ・消火器、住宅用火災警報器の購入に関する相談は、自治会の防災部までお問い合わせ下さい。悪質な訪問販売にはくれぐれもご注意ください！

覚えておきましょう！

## Ⅱ－3家庭での対策：日常編

### □防災関連施設・危険箇所、災害時要援護会員について

- ・友和会にある防災関連施設（まちかど消火器、消火栓）については、その位置と状態を確認しておきましょう。  
⇒なお、消火器については、壊れたものを見かけたり、使用したときには場所と管理番号を、国分寺市くらしの安全課へお知らせください。
- ・ブロック塀の多いところや道路上空に変圧器が集中しているところなどは、災害時の避難に支障をもたらすことも考えられます。実際の避難の際に安全が確保できるよう、危険箇所の位置も確認しておきましょう。
- ・一人ぐらしの高齢者の方などで希望される方は「災害時要援護会員」として登録、災害時には支援することになっています。災害時における皆様のご協力をお願いします。（Ⅴ災害時要援護者マニュアルを参照してください）



ファイルの最初に入っている防災情報地図1（地区の現況）をご覧ください。

### □避難場所・避難ルート等の確認

- ・友和会の国分寺市の指定避難場所は光町三丁目の国分寺第二小学校です。
- ・第二小までは1 km 以上の距離があり、状況によっては避難ルートとなる戸倉通りの安全確保が十分でないことも考えられます。
- ・そこで、避難する必要がある場合は、まず最も近い国立市の避難場所である国立第四小学校へ避難し、しばらくして状況が落ち着いた段階で、自治会長や理事の指示によって国分寺第二小学校へ移動するものとします。
- ・上記の避難場所や避難ルート、そして友和会周辺の災害時に役立ちそうな施設等についても把握し、確認しておきましょう。



ファイルの二番目に入っている防災情報地図2（地区周辺の状況）をご覧ください。

覚えておきましょう！

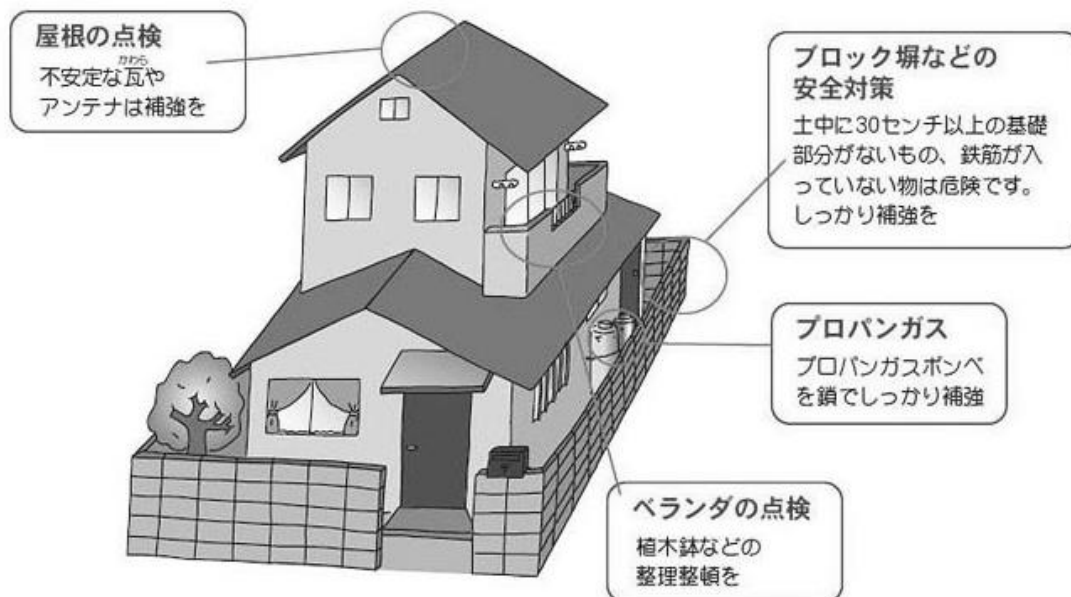
## Ⅱ－4家庭での対策：日常編

### □家屋の耐震補強等

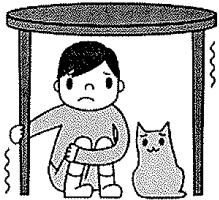
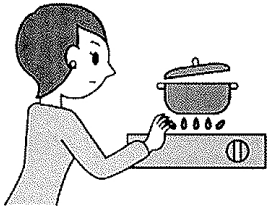

- ・耐震診断でもし問題があるようでしたら、必要に応じて耐震補強等を行うことが望めます。
- ・国分寺市では平成20年3月に「国分寺市耐震改修促進計画」を策定し、木造住宅耐震改修助成制度を創設しています（Ⅵ国分寺市の支援事業の「国分寺市木造住宅耐震化支援事業のご案内」をご覧ください）
- ・耐震改修等の問い合わせ先  
⇒国分寺市まちづくりまちづくり推進課

### □家の周りの安全対策

- ・ブロック塀や屋根・ベランダなど、家の周りに安全対策も行いましょう。



- ・老朽化したブロック塀などは地震の際、倒壊の危険性があるだけでなく、人的な被害を引き起こすこともありますので、生け垣やフェンス類などの軽い素材にするなど、時間をかけて改善していくことも必要かと思われます。
- ・国分寺市では、生け垣を新設する場合や生け垣をつくるために既存のブロック塀等を取り壊す場合の一定の助成制度があります。
- ・生け垣助成の問い合わせ先  
⇒国分寺市建築環境部緑と建築課：042-325-0111（内線 354）
- ・ブロック塀等撤去費用助成の問い合わせ先  
⇒国分寺市まちづくり部建築指導課

時間経過	行 動
	<p>緊急地震速報（発生の数秒～数十秒前）</p>
発生から～2分	<p>グラツと揺れたらとにかく自分の身を守ろう！</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・机の下に入る</li> <li>・クッション、雑誌などで頭を保護する。</li> <li>・家具から離れる。</li> <li>・ガラス面から離れる。</li> </ul> 
2分～5分	<p>大揺れがおさまったらしっかり火の始末</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・台所やストーブなどの火の始末</li> <li>・避難するときは、ブレーカー、ガスの元栓をきる</li> </ul> 
5分～10分	<p>我が家の安全確認・確保</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族の安全、不在家族の安否確認</li> <li>・災害情報、避難情報の入手</li> <li>・避難のための出口の確保</li> <li>・ガラス片や転倒家具への注意</li> </ul> 
10分～半日	<p>隣近所の安否確認・助け合い</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・倒壊家屋などの下になって いる人の救出</li> <li>・火災発生時の初期消火</li> <li>・けが人などの救護</li> </ul> 
半日～3日	

□次のような場合は最寄の避難所に避難します。

- ・家屋が倒壊したり、火災がすぐそこまで迫って危険な場合。
- ・避難勧告や指示が出た場合。

□火災等の危険がなく、  
家屋の一部損傷に止まる場合は、当面自宅でのぎます。

覚えておきましょう！

## Ⅲ－2家庭での対策：災害時編

### 外出先で被災した場合

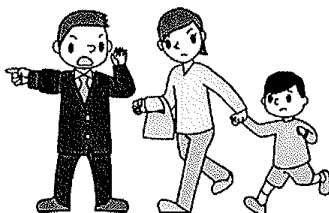
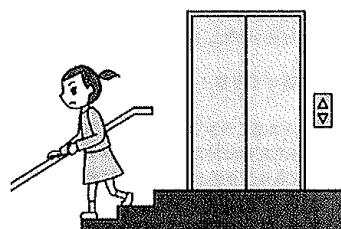
<街の中で>

- まず自分の身を守ります。  
カバンなどで頭部を保護する場合は  
5センチほど浮かします。
- その場に立ち止まらずに空き地や公園等に避難します。
- ブロック塀や自動販売機など倒壊の恐れのあるものには近づかないようにします。
- 都心で被災した場合にはまず状況確認をしたうえで帰宅方法を考えましょう。



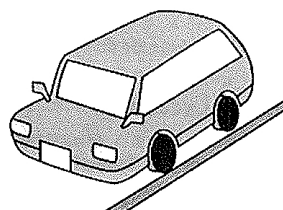
<ビルの中で>

- まず、自分の身を守ります。デパートなどの広い空間の中では柱の周辺の強度が高くなっています。
- ショーケースや大型商品などには近づかないようにします。
- 上階にいて避難する場合は、原則として  
エレベーターは使いません。
- もし、エレベーターの中にいた場合は、全ての階のボタンを押し、止まった階で降ります。
- 係員がいる場合には、その指示に従い避難しましょう。



<自動車を運転中>

- 自動車を運転中に地震にあった場合は、減速して左側の路肩に停車します。
- 避難する際は、キーはつけたままにします。



覚えておきましょう！

### Ⅲ－3家庭での対策:災害時編

#### □帰宅困難者の心得

- ・学校や仕事の関係で都心方面へ出かけている方も多いと思われます。
- ・地震等の災害による交通機能が停止した場合、多くの帰宅困難者が発生することが予測されています。
- ・災害時、すぐに帰宅のため移動行動に移す一斉帰宅は抑制されています、徒歩帰宅中に二次被害にあう可能性も高く、道路の混雑で救助活動に支障をきたす可能性が高いからです。よく状況を見て判断してください
- ・都心から徒歩で帰宅する可能性がある方は、以下の行動に心がけましょう

- ①あわてず騒がず、状況確認
- ②携帯ラジオをポケットに
- ③つくっておこう帰宅地図
- ④ロッカーなどにはスニーカー・運動靴を用意
- ⑤机の中などに簡易食料(チョコ、キャラメル等)
- ⑥事前に家族で話し合い(連絡方法、集合場所)
- ⑦安否確認方法(災害伝言ダイヤルや携帯の伝言掲示板等)
- ⑧歩いて帰る訓練を
- ⑨季節に応じた冷暖準備(携帯カイロ、タオル等)
- ⑩道中は声掛け合い、助け合う
- ⑪トイレトペーパー不足に備え、ポケットティッシュは多めに持つておく！

覚えておきましょう！

### Ⅲ－４家庭での対策：災害事変

#### □緊急地震速報

- 平成19年10月1日より、気象庁による緊急地震速報の一般への提供が行われています。
- これは、地震の大きな揺れ（S波）の前に到着する小さな揺れ（P波）をとらえることで、大きな揺れが到着する数秒から数十秒前に到達時刻や揺れの大きさなどを知らせるものです。



「緊急地震速報」  
強い揺れが来ます！  
（揺れの予告）

危険回避！



NHKのラジオ・テレビ、民放テレビ、民放ラジオの一部は「震度5弱」以上で放送します。

ケーブルTVを運用するJ：COMでは、テレビの電源がオフの場合でも専用の端末で緊急地震速報をキャッチし警告音等により知らせるサービスを行っています。

詳細はJ：COMにお問い合わせください

#### 注意点

- 震源があまり近い場合は緊急地震速報が間に合わない場合があります。
- 震度はプラスマイナス1程度の誤差が生じる場合があります。
- 緊急地震速報を受信しときは、慌てず、とにかく自分の身を守ることに心がけてください。