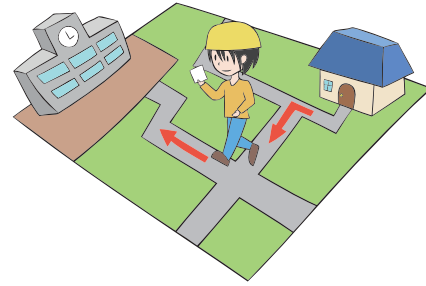


9. 家族で防災対策

■ 安全な避難のために

自宅から指定緊急避難場所など、避難目標地点までのルート(経路)を実際に歩いて確認してみましょう。その際、次のような事に注意しながら、周辺の情報収集をすると、より安全な避難ルート(経路)を決めることができます。



避難ルートのチェックポイント

- 狭い道、ブロック塀、石垣などがある場所はありませんか？
- 古い家屋の瓦や看板などが上から落ちてきそうな所はありませんか？
- できる限り広い道を通るルートを探しましょう
- できるだけ橋を通るのは避けましょう
- 複数の避難ルートを確認しておきましょう

地域防災マップの作成



津田中学校正門前に設置している「津田・新浜地区 津波避難支援マップ」

徳島大学工学部 建設工学科河川・水文研究室
避難支援マップホームページ <http://hydrology-lab.sakura.ne.jp/>

徳島大学環境防災センターと連携して、年間に市内の2地区を対象に防災マップを作成しています。住民が自ら考え自分たちの防災マップを作ることにより、地域の特性を再認識し、地域防災力の強化と防災意識の向上を図っています。

いざというときのことを家族で話し合い、ルールを決めておきましょう。

例) 避難ルート、津波避難のときは独自で避難すること、津波のあとの集合先など



■ 家庭内備蓄

● 備蓄を普段の生活に取り込む

国では家庭内備蓄は1週間分以上と推奨しています。賞味期限などがあるため1週間以上の備蓄をすることは難しいと思われがちですが、普段の生活の中で備蓄食品を利用しながら不足を買い足し、備蓄量を維持するという考え方があります。

この考え方をローリングストックといい、備蓄を無理なく行うための方法です。

● ローリングストックのポイント

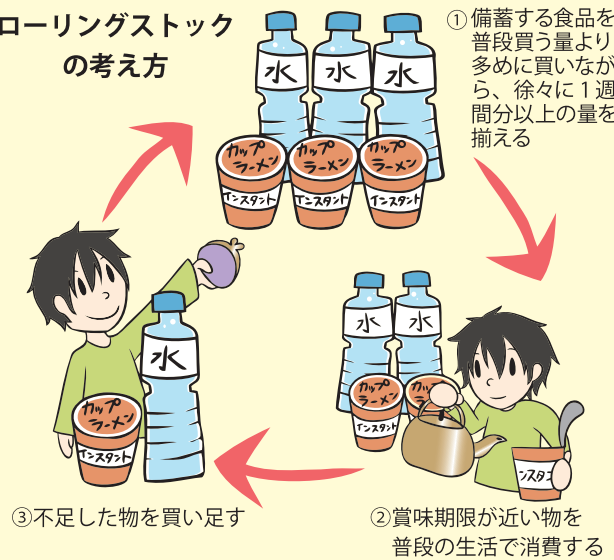
- ・ 備蓄食品は栄養のバランスを考えて揃えるようにしましょう。
- ・ 賞味期限がわかるようなシールを目立つところに貼っておきましょう。

・ 棚などにしまうのではなく、普段使用する食料と同じ場所に置きましょう。(見える場所に置くことで、普段から使用しやすくなります)

● 食べることも訓練

災害時、不安の広がる中でも馴染みのある食べ物を口にすると落ち着きます。事前に備蓄食品を食べておくことで、調理法や好みの味がわかり、次に補充する時の参考になります。

ローリングストックの考え方



非常持出品(1次・2次)について

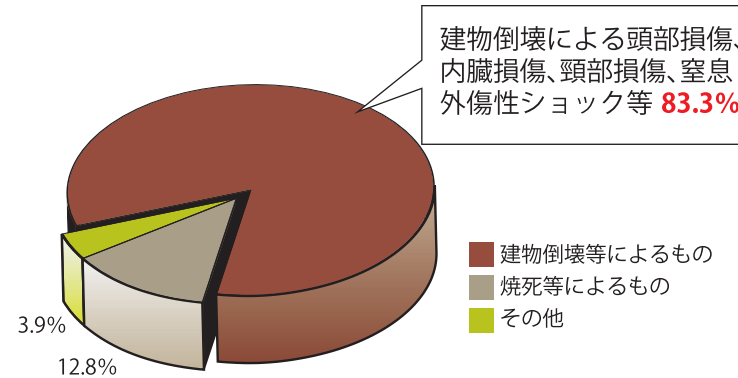
非常持出品は、避難時にすぐに持ち出すための「1次持出品」と避難生活を送るための「2次持出品(備蓄品)」の2種類の備えが必要です。P99のチェックリストを参考に、ご家庭に合った非常持出品を準備しておきましょう。



■ 家屋耐震化の重要性

阪神・淡路大震災では、犠牲者の約8割は建物の倒壊などによる圧死でした。このような大きな被害をもたらす地震から人命・財産を守るためには、家屋の耐震化が重要となります。

阪神・淡路大震災による死因の内訳



建物倒壊による頭部損傷、内臓損傷、頸部損傷、窒息外傷性ショック等 83.3%

避難路をふさぐ倒壊家屋



東日本大震災により被災した家屋

地震で倒壊した住宅の多くは、昭和56年以前の旧建築基準で建てられた木造住宅でした。

南海トラフの地震に備えるためには、耐震診断を行って、わが家の地震に対する強さを知ることが大切です。耐震診断とは建物が地震に対して安全かどうか調査し、判定することをいいます。地震被害を少なくするための第一歩は、住宅の耐震診断を行うことです。徳島市では耐震改修を応援するための補助事業を行っています。

● 住まいの安全・安心なリフォーム事業

一部屋だけの耐震化工事や、耐震シェルター設置などの簡易的な耐震化と、併せて行うリフォーム工事に補助します。

● 耐震改修支援事業

耐震診断の結果「倒壊する可能性が高い」と判定された住宅を「一応倒壊しない」耐震性まで改修する工事に補助します。

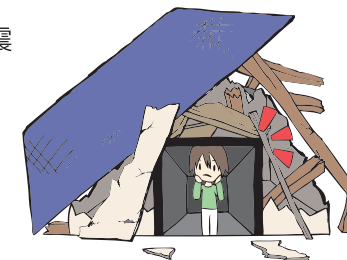
徳島市では平成12年5月31日以前に着工した木造住宅を対象に耐震診断(無料)を行っています。
木造住宅耐震診断に関する申請・お問い合わせ 徳島市建築指導課 TEL (088) 621-5272

「家の一部を耐震化する」という考え方

● 家の中にシェルターを作る

家を丸ごと耐震化することは難しくても、「耐震シェルター」で家の中の一部屋だけを頑丈にしておけば、いざという時に逃げ込むことができます。他にも「耐震ベッド」があれば、就寝中の地震に備えることもできます。

つまり、住宅を耐震化することは、家自体を二次避難場所にできる「一石二鳥」の効果があると言えます。



● 簡易な耐震化のための『耐震強化障子』

県・建築士会・徳島大学・建具協同組合が連携し、県内の耐震性の低い木造住宅によく見られる「広縁や続き間に耐震壁の少ない間取り」に対し、部屋の意匠を保ったまま、簡易に耐震性を向上させる工法として、『耐震強化障子』を開発しました。

低コストで耐震性の強化ができ、家の雰囲気も保てるため、景観を損ねることもありません。



住宅への設置例

9. 家族で防災対策

■ 家具の転倒から身を守る

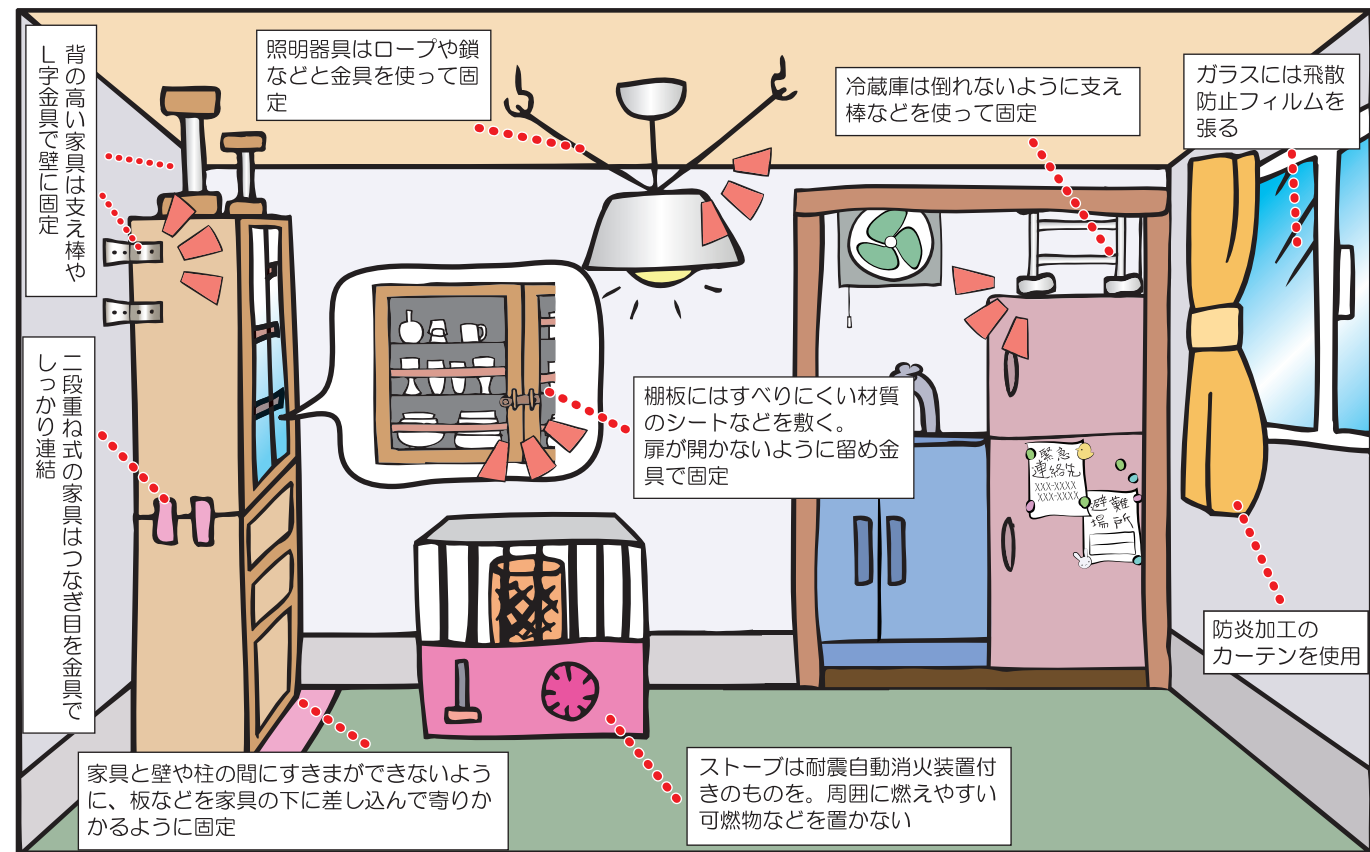
地震・津波などの災害により、身の危険を感じたらあなたはどのようにしますか？まずは安全な場所に避難すると思います。では、避難したくても家具にはさまったり、けがをして動けなくなったら…。それは救助する必要性が生じることになり、結果として地域の防災力を大きく下げてしまいます。

家具が転倒することで、災害発生後の避難に大きな影響をもたらす恐れがあります。今からでも遅くありません。いざという時に備えて家の中を安全な場所に変えていく取り組みを始めてください。



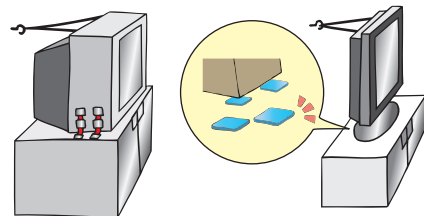
写真：人と防災未来センター（神戸市）提供

■ 転倒・落下を防ぐポイント



電化製品は耐震ゲルマットなどで固定

- ・ひもを使って、壁や柱に固定
- ・耐震ゲルマットなどを使ってテレビ台に固定



家具転倒防止家具等固定申請について

徳島市では高齢者世帯などを対象に、家具を固定する器具の取り付け費用（1世帯につき家具3個まで）と器具代の一部を補助する事業を実施しています。

お問い合わせ及び申請書提出先 徳島市危機管理課 TEL (088) 621-5527



■ 手軽にできる家の中の安全対策

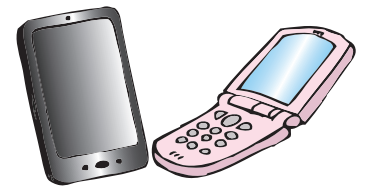
壁に穴を開けるのはちょっと・・・という方、また金具を使わないと家具の固定ができないと思っている方、家具の転倒防止対策をあきらめていませんか？

少し目先を変えて、工夫するだけで費用をかけず、簡単に家具の固定を行うことができます。まずは無理をせず、自分にあった方法で対策を行ってみましょう。

1. 家具の置き方を工夫	2. 段ボールを利用する	3. 身近な日用品を利用する	4. カーテンでガラスの飛散を防止
<p>寝室や避難経路には物を置かないようにしましょう。どうしても物を置かなければいけない場合には、物が倒れそうな方向に頭を向けないようにしましょう。</p>	<p>タンスや食器棚など、天井との距離が少ない家具の固定には、丈夫な段ボールですき間を埋めると家具が倒れにくくなります。</p> <p>天井 家具 空の段ボール箱</p>	<p>食器棚の中にタオルを敷くと、中のものが滑り出しにくくなります。また、市販されているホルダーを開き戸の取っ手に引っかけておくだけでも、扉の開き防止になります。</p>	<p>カーテンを閉めておくことで、ガラスの破片が部屋中に飛び散るのを防ぐことができます。日中はレースなどの薄手のカーテン、夜間は厚手のカーテンをしめるようにしましょう。</p>

スマートフォン・携帯電話を活用しましょう

スマートフォンや携帯電話には、災害時に役に立つさまざまな機能があります。家族で災害時に役に立つ機能を調べておきましょう。



- 緊急地震速報の受信
東日本大震災以降、対応機種が増加しています。（非対応の機種もありますので、確認が必要です）
- 地図の表示
地図のサービスを利用することで、学校や公園などの避難所や病院を探ることができます。
- GPS による所在確認
GPS 機能付きの機種を子どもや高齢者に持たせることで、所在確認ができます。地図サービスと連携し、現在地から最も近い避難所や救急指定病院などの位置を表示してくれます。
- 災害用伝言板として
他社同士でもメッセージを送受信できるほか、宛先を事前に登録しておけば、一斉送信も可能です。
- 「SNS」や「Webメール」での情報交換
東日本大震災発生時、インターネットを利用した「ソーシャルメディア」(facebook、LINE など・・・)が情報伝達に威力を発揮しました。
- ライトとして
非常時のライトとしても活用できます。（ライトが標準装備されている機種に限ります）

すだちくんメール

震度5強以上の地震発生時に携帯電話などから安否情報の共有ができる徳島県発のサービスです。



登録受付中

<http://www.ourtokushima.jp/>