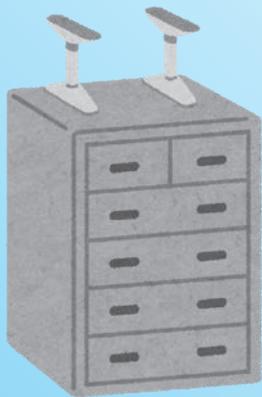


# 今、改めて考える

今、もう一度防災を考えませんか？

6月17日、群馬県を震源とした、震度5弱の地震。  
翌18日には大阪を震源とする震度6弱の地震が発生しました。  
7月の西日本豪雨による災害もありました。  
被災された皆さまに心よりお見舞申し上げます。

## 家具の転倒防止・ケガ防止対策ポイント



- ①家具が転倒しないように固定する(できれば壁に固定)
- ②食器棚などは中身がでないようにする
- ③寝室や子ども部屋にはなるべく家具を置かない  
(置く場合は高さの低いもの)
- ④倒れた時に出入り口が塞がれないように家具の向き、配置を工夫する
- ⑤手の届くところにスリッパ、懐中電灯、ホイッスルを用意する

### 1 事前に備える

#### 家具の転倒防止対策・ケガ防止対策

日常生活している家具が地震の揺れにより倒れ、事故に遭うおそれがあります。  
また、ケガのおそれもあります。事前にできる対策の一例を紹介するので、ご自宅ですることから始めましょう。

### 非常持ち出し例



イラストは一例です。  
乳児がいる場合は、おむつ、ミルク、ほ乳びんも用意しましょう。

### 非常持ち出し品を備える

自宅の被災や、避難所での生活に備え、必要なものをリュックサックなどに詰めておき、すぐ持ち出せるようにしましょう。

- 飲料水  
1人1日3L × 3日分
- 食品  
長期保存できるものを1人最低3日分
- 下着、衣類
- トイレットペーパー、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ
- マッチ、ろうそく
- カセットコンロ

【一例】

ライフラインの停止に備える  
電気や水道のライフラインが止まることも想定されます。普段から飲料水や保存できる食料などを備蓄しておくことが大切です。