

蜂谷戸防災かわら版

第6号

自分の命は自分で守ろう！

「近助」と「自守防災」！

平成26年6月5日

小川自治会

蜂谷戸支隊

情報・広報班

連休のさなか早朝の地震に、「ついに来たか！」と飛び起きた方も多かったのではないのでしょうか？
今回お届けする第6号では、グラリ！と来た時の避難行動、備えを採り上げました。

自主防災隊の活動報告

<自主防災隊全体の活動>

4月27日 責任者全体会議開催(前年度活動報告、新年度活動計画、予算、新責任者、規約改正他)

5月25日 隊長・支隊長会議開催(P T、訓練・講習計画、広報計画、「安全ノート」他)

<蜂谷戸支隊の活動>

4月18日 定例支隊長会議開催(防災アンケートの集計・分析他)

5月16日 定例支隊長会議開催(隊員拡充、組織再編、当面の活動計画、非常時の行動手順書他)

ご存知ですか？…防災豆知識

<グラリ！その時どうする？>

突然グラリと来た時の避難行動をおさらいします。

まずは自分の身を守る！ 火事を出さない！ が鉄則

グラリ！と揺れたら・・・

- ① 机の下等にもぐってまず自分の身を守る。
机等が無い場合は、倒れそうな家具や窓際を避け、クッション、座布団、雑誌等をかぶり頭を守る。
 - ② 揺れが収まったら、扉を開け逃げ道を確保する。
 - ③ ガラスで足を切らないよう、スリッパか靴を履き、夜中であれば衣服を着替える。
 - ④ 家族の安否を確認する。
 - ⑤ コンロの火を消す。アイロンや電気ストーブ等を使用していた場合はコンセントを抜く。
 - ⑥ もし 出火した場合は、消火器で初期消火をする。
(天井迄火が広がったら避難し、助けを求める)
 - ⑦ 配電盤のブレーカーを切る。
 - ⑧ 最低必要な緊急持出品を入れた緊急持出袋や防災ベストを身に着ける。
 - ⑨ 家族全員無事の場合は、自治会配布の“無事です”の旗を玄関に掲示する。
 - ⑩ 瓦やブロック塀に注意しながら蜂谷戸公園に避難する。(家が燃えたり倒壊した時は小川小学校に避難)
- 頭で理解しただけではとっさの時に行動できません。
体で覚えるよう、家族で上記の行動を練習しましょう。

耳より！…役に立つ防災ノウハウ

<グラリ！その時への備え>

深夜就寝中に地震が襲い停電した時が一番大変なので、このケースを想定した備えを述べます。

1. 就寝する際枕元に備える物

- ・小型懐中電灯(首からぶら下げられると便利)
 - ・ホイッスル(建物に閉じ込められた時の用意)
 - ・携帯電話、貴重品
 - ・着替え
 - ・ヘルメットか防災頭巾
 - ・スリッパか底の厚い靴(ガラスで怪我しない為)
- *鉄板入りスリッパ(934 円)、鉄板入り靴中敷き(780 円)。ビバホーム長津田店調べ。税別価格。

2. 日頃から備えておくこと

- ・玄関等すぐ持ち出せる所に、最低必要な緊急持出品を入れた緊急持出袋か防災ベストを用意
- ・ドアや避難通路を塞ぎそうな所に倒れそうな物を置かない。
- ・寝室では、寝る位置や向き、家具類の位置等を絶対に頭を怪我しないよう工夫する。
- ・家具、テレビ、レンジ等は転倒しないよう固定
- ・窓ガラスや食器棚のガラス扉等は、「飛散防止フィルム」等でガラスの飛散防止措置をする。
- ・落ちると怪我をしそうな物は落下防止、飛出し防止措置を行なう。
- ・家庭用消火器を備える。