

「いま」できる備えから 始めよう！

いまの暮らしに どれだけ防災入っている？

<その2>

危険な場所はないですか？

自宅の安全確認が最優先事項

危険な場所はないですか？

自宅の安全確認が最優先事項

<寝室>

いつも寝ている場所に 危険はないですか？

しっかり固定できていない家具や小物は、地震の揺れで倒れたり、落ちてきたりします。いつも寝ている場所に寝転んでみて、倒れてくる家具がないか、頭に落ちてくる物がないかを確認しましょう。



メガネや杖、スマートフォン、抱っこひもなどは枕元に

行動を助ける必需品は、いつも枕元に備えておくように。ただ置いてあるだけでは揺れでどこかへ飛んでいってしまうので、すべり止めシートの上においたり、固定した壁掛け収納に入れるなど、置き方を工夫しましょう。

寝室は特に ガラスの飛散に注意！

寝ている間に大地震が起きると、窓から離れる間もなく窓ガラスが割れ、照明器具が落ちてくることも。飛散したガラスで足を切れば歩けなくなってしまいます。窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る、カーテンを閉めて寝る、小物は割れない素材を選ぶなど、寝室は特にガラス対策を万全に。



近くに厚底のスリッパを準備しておくで安心！

停電で真っ暗な中を安全に避難できますか？

夜間の地震に備えて、明かりを確保しておきましょう。停電を感知して自動で点灯する足元灯や、日中に太陽光で蓄電できるソーラーライトが重宝します。ヘッドライトを枕元の壁掛け収納に入れておくのもおすすめです。

