



関東大震災から100年……

あなたの地震対策は大丈夫ですか？

毎年9月1日は「防災の日」です。今からちょうど100年前の大正12年（1923年）9月1日に発生した、関東大震災がきっかけで、「災害についての認識を深めて、災害へ対処する心構えを準備しよう」というねらいで制定されました。

関東大震災は、昼食準備時と重なったことにより広範囲で火災が発生したり、山間部などで発生した土砂災害などが重なり、東京都、神奈川県を中心に死者・行方不明者数が約10万5000人になりました。この人的被害は、東日本大震災の約5倍にも及びます。

防災の日を機に、関東大震災のような大きな被害を受けないよう、普段の災害対策を見直してみましよう。

家具の置き方、工夫していますか？

家具は壁に固定し、倒れないようにしましょう。固定用器具を使って、ネジで壁に固定するのが一番です。

賃貸などで、壁に穴を開けることが難しい場合でも、穴を開けずに対策できるグッズが販売されています。冷蔵庫などの背の高い家具は、家具固定用のつっぱり棒を天井と家具の間に設置、テレビ台などの背の低い家具は、下にゴム製などの滑り止めグッズを敷いておくといいです。



食料などの備蓄、十分ですか？

家族の人数×3日分を目安に食料や飲料水を備えておきましょう。「ローリングストック法」を活用すると、災害時の食の幅が広がります。

ローリングストック法とは、1カ月に1～2回、備蓄食料を食べて、食べた分を買い足して備蓄していく方法で、レトルト食品や缶詰、乾麺なども備蓄にすることが出来ます。



非常用持ち出しバッグの準備、できていますか？

乳幼児がいる家庭ではミルクや紙おむつなどを、持病のある方は常備薬などを持ち出し品に入れておくといいです。それぞれの家庭で必要なものが異なりますので、家族構成に合わせて非常時の持ち出し品を決めておきましょう。迷った時には、自分の生活にとって無いと不安になるものかどうかで判断してみましよう。

今月号の特集「台風への備え」4ページでは、災害時の持ち物を書き出せるようになっています。ぜひ活用してみてください。

安否確認方法、決まっていますか？

電話回線が混雑している災害時でも使えるのが、災害用伝言ダイヤルです。「171」に電話すると、30秒以内の伝言の録音・再生ができます。登録した伝言は、自分の電話番号を知っている家族などが再生可能です。

8月30日から9月5日には、災害用伝言ダイヤルの体験利用が可能です。ぜひお試しください。

災害時は「災害用伝言ダイヤル」で連絡を！

