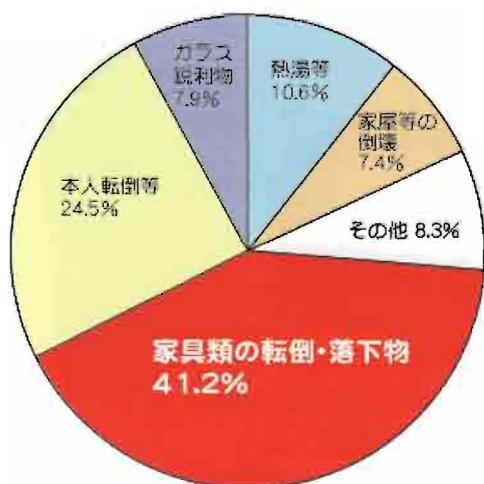


# 海風の街震災ガイド

いざという時これだけは知っておきたい ③地震発生時の安全対策

## 家具の固定で怪我防止！ 負傷原因の約4割が「家具類の転倒や落下物」

地震の際の負傷原因



平成16年(2004年)に発生した新潟県中越地震における負傷原因では、4割以上の方が、家具類の転倒・落下物という報告があります。近年発生している他地区の地震でもほぼ同様の結果があることから「家具の固定」は地震対策の大きなポイントとなりそうです。

この中越地震では、地震発生が18時頃であったため、夕食の準備等で台所にいた人が多く、家具類の転倒による二次被害として、転倒した食器棚から散乱したガラス類を踏みつけて受傷した例が多数あり、やけどの受傷事例も多く報告されています。

あなた自身とあなたの大切な家族を守るために、家具類の転倒や落下物を防止する対策が大切です。

※出展：平成16年(2004年)新潟県中越地震における人的被害に関する現地調査結果

**特集：家の中の安全チェック** → → → → → →  
次ページでは具体的な対策を紹介します

### 阪神大震災にあった方の体験談より

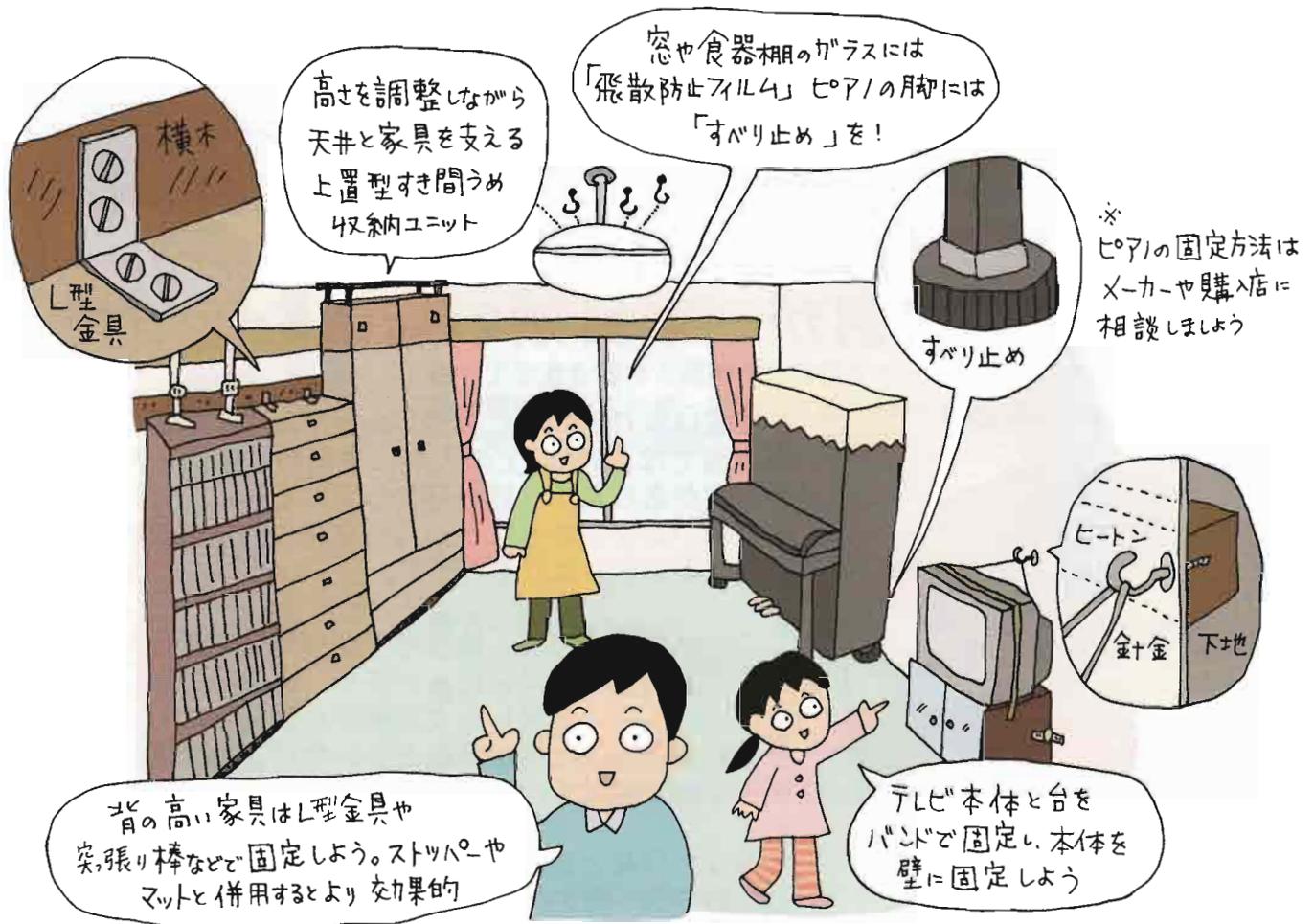
—震災体験手記第1巻「被災した私たちの記録」  
阪神大震災を記録し続ける会—

どれくらい眠っただろう。「ドーン！」という音とともに、今までに経験したことのない激しい縦揺れと横揺れが起こった。まるで遊園地の乗り物を高速で動かしたような激しい揺れに、とっさに頭から布団をかぶっていた。私は、恐怖のために声を出すこともできずに揺れがおさまるのをひたすら祈った。(中略) 布団の中で丸まっていた私の背中の上には、いろいろな物が降ってきており、布団が重くて自分でのけることができない。だんだん息苦しくなってきた母を呼んだところ「私も動けない…」との返事が返ってきて、ここで初めてただ事ではないことに気が付いた。

布団の周りを取り囲むように何か倒れている。枕元の物はテレビだろうか。右側にあるのは仏壇かな、などと考えながら手で押してみたが全く動かない。今度は「出られない」という恐怖がおそってきて、無我夢中で布団をひっぱった。「火事場のばか力」とはこのことを言うのか、と思ったぐらい、スッと布団のはしが抜けた。でも「出られた」と思ったのはつかの間で、布団の次には「木のようなもの」が頭の上に覆いかぶさっていた。真っ暗で何も見えないが、よく見るとわずかなすき間から明かりが見えている。「あっ、電気がついてる！」そう思った私は必死で頭の上のモノをのけ、少し開いた穴から抜け出てみると、そこは無残に変わり果てた我が家の屋根の上だった。私が「電気」だと思ったものは、どうやら月の明かりだったらしい…。

この手記集は全文がインターネットで公開されています <http://npo.co.jp/hanshin/>

# 家の中の安全チェック！



## 家具の転倒・落下防止

### <家具を倒れにくくする>

- 重いものは下に収納し、重心を低くする
- 二段重ねの家具は上下を金具で固定する
- 家具の下にストッパーやマットを差し込んで壁に寄りかかるように固定する
- 海風の街のように壁に器具で固定しにくい場合は、天井で家具を支える上置型すき間うめ収納ユニット等で天井との隙間を埋める
- キャスター付きの家具は揺れで移動して、かえって倒れにくい
- 突っ張り棒は家具の端奥に設置する
- 突っ張り棒は単独では効果が小さいので、下に敷くストッパー等との併用が良い

### <食器などが飛びだし落下しないように>

- 食器棚の棚板にゴムシートを敷く
- 滑り出さないように防止柵を設ける
- 開き戸は自動ロックされるものか、器具を取り付ける
- 停電時に自動的に点灯する懐中電灯を常備する

# 家の中の安全対策

## 1 家の中に安全なスペースを作る

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。また、就寝中に地震に襲われると家具の転倒や逃げ遅れる可能性があり危険。寝室、子どもや高齢者のいる部屋には家具を置かない。



改装時に、家具を造り付けやウォークインクローゼットにする方法もあります。

## 2 安全に避難できるように、 出入口や通路には物を置かない

玄関など出入口までの通路に家具など倒れやすい物を置かない。また、いろいろ物を置くと、いざというときに出入口をふさいでしまうことも。

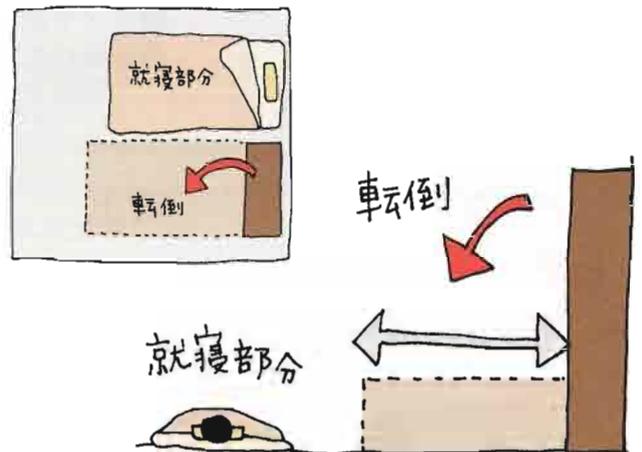
玄関に固定していない棚があったり、水槽や花瓶などを置いたりしていませんか。地震の際、それらが転倒・散乱すると外に逃げられない、靴がぬれてはけない、という状態になってしまいます。



## 3 家具の配置にも工夫が大切

安全面から、家具の置き場所を見直す。

就寝位置は家具の側方がよい



就寝位置が正面の場合は家具の高さ以上離れる

### COLUMN

## ガラスの 飛散防止対策も 忘れずに！

阪神・淡路大震災では、飛び散ったガラスの破片でケガをする人が続出しました。イザというときに備えて、窓ガラスには飛散防止フィルムをはっておきましょう。また、食器棚の中の食器類が飛び出さないように、収納棚には滑り出し防止柵を取り付け、観音開きの扉には止め家具をつけておきます。さらに、戸のガラスにも飛散防止フィルムをはっておきましょう。

# 我が家の防災対策

## 地震発生！そんなときどうする

### 屋内編



#### 家中

- 揺れを感じたら、テーブルなどの下に隠れ、身を守る(余裕がなければ、手近の座布団などで頭を保護する)
- 揺れがおさまったら火の始末はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)
- 乳幼児や病人、高齢者など災害時要援護者の安全確保を
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)
- 火災が発生していたら炎と煙に巻き込まれないように姿勢を低くして避難する

#### 集合住宅/エレベーター

- ドアや窓を開けて避難口を確保する
- 避難にエレベーターは絶対に使わないで階段を使って避難する



### 屋外編

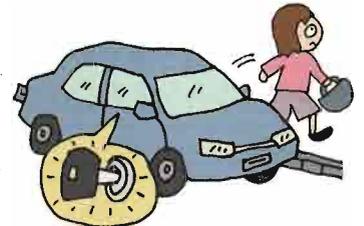


#### 路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をかばんなどで保護して、空き地や公園などに避難する
- 近くに空き地などのないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意

#### 車から避難する場合

- キーをつけたまま、ドアロックもしない
- 車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難を



NTT災害用ブロードバンド伝言板  
『web171』

<https://www.web171.jp>

地震等の発生により、被災地への安否確認のための通話等が増加し、被災地へ向けての通話がつながりにくい状況になった場合、NTTにより速やかに提供が開始されます。

提供の開始、登録できる電話番号など運用方法・提供条件については、状況に応じてNTT東西が設定し、報道機関への情報提供を通じて、テレビ・ラジオ・新聞・インターネット等でお知らせします。

#### 携帯各社にも災害用伝言板サービスがあります

大規模災害発生時、災害用伝言板が開設され、災害発生地域に住む携帯電話利用者が、自分の安否情報を登録することが可能になります。登録された安否情報などは、各社のWEBやインターネットを通じて、全国から閲覧できます。

au	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>
NTTドコモ	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>
ソフトバンク	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp">http://dengon.softbank.ne.jp</a>
ウィルコム	<a href="http://dengon.willcom-inc.com">http://dengon.willcom-inc.com</a>