



写真出典：災害写真データベース (http://www.saigaichousa-db-isad.jp/drsdb_photo/photoSearch.do)

地震



Proud!
東日本大震災の復興を支援しよう
Japan

写真出典：災害写真データベース (http://www.saigaichousa-db-isad.jp/drsdb_photo/photoSearch.do)

突然やってくる
「いざというとき」の
ために

地震に対する普段の備え

□家具類の転倒・落下防止策を！

- 家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒や落下防止措置をしておく。
- けが防止のため、また避難に支障のないよう、家具を配置しておく。

【転倒・落下防止のポイント】

- 転倒防止金具などで固定し、倒れにくくしておく。
- 本棚や茶たんすなどは、重い物を下の方に収納し、重心を低くする。
- 棚やたんすなどの高い所に危険な物を載せておかない。
- つり戸棚などの開き扉は、掛け金などにより扉が開かないようにする。
- 食器棚のガラス製品やビン類などが転倒したり滑り出したりしないよう、防止枠を設ける。



□けがの防止対策を！

- 避難に備えて、スリッパやスニーカーなどを準備しておく。
- 停電に備えて、懐中電灯をすくべに使える場所に置いておく。

● サイドボードや食器戸棚、窓などのガラスにガラス飛散防止フィルムを張るなど、ガラスが飛散しないようにしておく。



□家屋や塀の強度を確認しておく！

- 家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。
- ※町で、無料の耐震診断や耐震改修への補助を行っています。詳しくは10ページをご覧ください。



□消火の備えを！

- 火災の発生に備えて、消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。



備える

3月11日に東日本を襲った巨大地震。最大震度7、マグニチュード9.0という巨大地震は、発生から3カ月が経とうという今も、その爪あとが大きく、甚大な被害に被災者の皆さんはもろろん、全国の方が心を痛めています。

わが国日本の面積は、全世界の国土面積の約0.25%に過ぎません。しかし、世界中で発生しているマグニチュード6以上の大地震は、20%が日本で発生しています。世界で起きるマグニチュード6以上の地震のうち、5回に1回は日本で起きているということです。日本が地震大

日本周辺のプレート



国であること、今回の地震も人ごとではないことが、あらためて分かると思います。

なぜ、日本で地震が頻発するのでしょうか。大きく関係しているのが「プレート」です。プレートとは、地球の表面を覆う厚さ10〜100キロメートルの硬い板のようなもの。地球上にジグソーパズルのように10数枚敷き詰められていて、年間数センチ〜10数センチ程度の速度で平行に移動しながら、ぶつかり合ったり沈み込んだりしています。プレート同士の境界(海溝や海嶺)では、お互いに影響し合い、山脈や海溝、海底山脈を形成。地震や火山活動もその時に発生します。つまり、プレートの境界が多い地域ほど、地震の発生する確率が高くなります。日本の近くにはプレートが集まっています。日本周辺には北から時計回りに北アメリカ、太平洋、フィリピン海、ユーラシアと計4枚のプレートが存在し(上図参照)、これらが押し合う結果、地震が発生するケースが多くなっています。

今後もしつ、大きな地震が起きるか分かりません。自然の中でその恩恵にあずかりながら生かされている私たちは、時に脅威と化す自然の力にあらがうことはできませんが、日頃の備えや心構えで被害を最少に食い止めることはできるかもしれません。今あらためて、地震への備えを見直してみませんか。

□火災発生の早期発見と防止への対策を！

- 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を設置しておく。



(火災警報器の設置期限は5月31日でした。まだの方はお早めにお願います。詳しくは13ページをご覧ください。)

- 普段使わない電気器具は、差し込みプラグをコンセントから抜いておく。
- 電気やガスによる火災発生防止のため、感震ブレーカーや感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。

□非常用品の備えを！

- 非常用品は、置く場所を決めて準備しておく。
- 車載ジャッキやカーラジオなど、身の周りにあるものの活用を考えておく。

【非常用品】

- 非常持ち出し品(両手が使えないリュックサックなどに避難のとき必要なものをまとめて、目のつきやすい所に置いておく)／飲料水・携帯ラジオ・衣類・履物・食料品・マッチやライター・貴重品・懐中電灯・救急セット・筆記用具・雨具(防寒)・ティッシュペーパーなど。
- 非常備蓄品(地震後の生活を支えるもの、食料品などは1人3日分程度)／懐

□窓や戸を開けて出口を確保！

- 揺れが収まったとき避難できるよう、出口を確保する。



□危険！落下物！慌てて外に飛び出さない！

- 窓ガラスや看板などが落ちてくるので、注意する。



□門や塀には近寄らない！
●屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



中電灯ろうそく(倒れにくいもの)・簡易ガスこんろ・固形燃料・食料品・飲料水(ポリ容器などに。目安は1人1日3リットル)



●防災準備品(地震直後の火災や家屋倒壊に備えるもの)／消火器・三角消火バケツ・風呂の水のくみ置き・おの・ハンマー・スコップ・ボールペンは・防水シートのごきりなど。

□家族で話し合っておこう！

- 地震が発生したときの出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。
- 家族が離れ離れになつた場合の安否確認の方法や、集合場所などを決めておく。



●普段の付き合いを大切にすることで、隣近所との協力体制を話し合っておく。

□地域の危険性を把握しておこう！

- 地域の防災マップに加えて、わが家の

□正しい情報！確かな行動！

- ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



□確かめ合おう わが家の安全！隣の安否！

- 自分の家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



□協力し合って救出・救護！

- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになつた人を、近隣で協力し、救出・救護する。



□避難の前に安全確認 電気・ガス！

- 避難が必要なときには、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。



の防災マップを作っておく。
●自分の住む地域の地域危険度を確認しておく。



□防災知識を身につけておこう！

- 新聞やテレビ、ラジオ、インターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。
- 講演会や座談会



地震が来たその時は

□グラツときたら身の安全を確保！

- 地震のときは、まず身の安全を図り、揺れが収まるまで様子を見る。



□落ち着いて火の元確認 初



などに参加し、過去の地震の教訓を学んでおく。
□防災行動力を高めておこう！
●日頃から防災訓練に参加して、身体防護や出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身につけておく。



期消火！

- 火を使っているときは、揺れが収まったから慌てずに火の始末をする。
- 出火した時は、落ち着いて消火する。

□慌てた行動 けがのもと！

- 屋内で転倒・落下した家具類や、ガラスの破片などに注意する。



助ける

東日本大震災から間もなく3カ月。日本全国はもちろん、世界各地から物的、人的支援が寄せられ、被災者の皆さんは懸命に復興への道を歩んでいます。しかし、地震と津波、そして原発の事故によって、家も家族も職も…全てを失った皆さんが、以前と同じ生活を取り戻すまでは、まだまだ時間がかかります。

復興への道は、被災地の方たちだけが進むのではなく、日本の国民みんなで進むべきものだと思います。既に義援金や支援物資などといった形で被災地の支援を行ってきた方も多くありますが、今一度、自分にできる支援の形を見つめてみましょうか。一度行つたら終わりではなく、継続した支援が必要です。地震大国日本で暮らす私たちにあって、震災はまさに人ごとではありません。今は支援する、支援できる立場ですが、いつか支援される立場になるのかもしれないのです。無理のない範囲で、長く続けられる支援を考えてみませんか。

□義援金(被災者への見舞金)

●大災害時の義援金は基本的には被災者に配分され、行政の行う復興事業などには使われません。日本赤十字社や中央共同募金会、自治体などが受け皿となつて集めます。義援金配分委員会が設置され、寄付金の全てが被災者への見舞金などになります。「ふるさと義援金(納税)」を利用して、支援したい自治体の被災者に直接送ることもできます。

□寄付金(被災地である自治体への寄付)

●被災した自治体の復興活動を支援するもの。「ふるさと寄付金(納税)」を利用して、支援したい自治体に直接送ることが出来ます。

□支援金(被災地で復興支援活動を行うボランティア団体やNPO、NGOなどの活動資金)

●ボランティアやNPO、NGOなどが復興支援で大きな役割を担っています。救済活動は広域化、長期化し、活動費用もかなりの額に上ります。活動を資金面で支援するため、中央共同募金会ではこうした団体への支援金の募金を受け付けています。

▼災害復興支援わたしたちができること
y...(http://eco.goo.ne.jp/topics/donation_earthquake/)
▼ふるさと義援金(<http://www.peace2001.org/furusatogiken/>)