

# 地震に備えての家庭での対策

## 1. 食糧・飲料水等の備蓄

大規模な災害が起きると、輸送活動に大きな支障が生ずるため、食料品などを入手・確保できない状況も考えられます。また、病院自体の被災やけが人が大量に発生することから、けがをしても病院ですぐに治療を受けることもできなくなります。

このため、救援活動が受けられるまでの間、生活できるように、各家庭では、家族構成を考えて食料や水を蓄えるとともに、救急医薬品を準備しておくことが必要です。

**(非常備蓄品) …食糧・飲料水など災害復旧までの数日間(最低3日分)を自足できるように準備しておくものです。**

※ 高齢者や乳幼児など家族構成に合わせた保存の利く食料

※ 一人一日3ℓの水が必要と言われています。最低3日分の食料と水を確保しよう!!

例：4人家族の場合 3ℓ×3日×4人 = 36ℓ  
最低36ℓ確保しよう!!

**(非常持出品) …貴重品(通帳・印鑑など)・衣類・日用品・ラジオ・医薬品(傷薬・常備薬など)など避難するとき、まず最初に持ち出すべきものです。**

非常持出品を欲張りすぎると避難が大変です。目安が男性15kg、女性10kg程度です。

非常備蓄品と非常持出品を分けて備え、非常持出品は持ち出しやすいところへ置いておきましょう。

## 2. 家具などの転倒・落下防止と避難経路の確保

家具の転倒による被害を防ぐため、タンス・食器棚などの家具は、動かないようあらかじめL型金具などで固定しておきましょう。冷蔵庫などキャスターがついているものは意外と動きやすいので、しっかり固定します。倒れた家具は外へ逃げる時の障害にもなりますので、避難経路沿いにはなるべく物を置かないようにしておきましょう。

## 3. 家庭内での役割分担を

家族みんなの防災意識を高め、各人の役割分担や連絡方法を確認するため、月に一度は家庭で防災会議を開きましょう。定期的な話し合いを積み重ねることで、いざというとき、落ち着いて適切な行動がとれるようになります。下記の4項目などを例として話し合ってみてはどうでしょうか。

- ① 自宅や勤務先や学校からの避難場所
- ② 地震が起こったときの身の守り方
- ③ 家族の連絡方法
- ④ 火の始末など災害時における家庭での役割分担



家族みんなで“わが家の防災会議”を!

## 救急車の適正利用について

救急出動件数は、年々増加の一途にあり出動要請の増加に交通混雑の深刻化も加わって、出動要請を受けてから現場到着までの時間は年々長くなっています。松前町における平成16年中の救急出動件数は、1,053件で1,028人を搬送しました。これは住民の約30人に一人が利用した計算になります。また、年間出動件数は5年前に比べると約200件以上増加しています。

このような中、緊急性がないのに出動を要請されるケースも増えており、1分1秒を争う生命の危険がある傷病者への対応に支障が出かねない状況です。

事故や病気で救急車以外に搬送の手段がない時

や、症状からみて緊急性があると思われる場合は、迷わずすぐに119番してください。そうでない場合は、119番する前に自家用車やタクシーが利用できないか、今一度考えてみてください。

尊い命を救うために、住民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

