



自分自身と大切な家族を守るため 地震の備え、しっかりと。

地震その時10のポイント

東京消防庁では、過去の地震災害の教訓を踏まえ、地震時の行動について「地震その時10のポイント」にまとめました。ご家庭で本号を掲示するなどをして家族みんなで、地震時の行動をしっかりと理解し備えましょう。

地震時の行動 (しんじのこうどう)

グラッときたら 身の安全

地震の時は、まずテーブルなどの下で頭や体を守り、揺れがおさまるまで様子を見る。



地震直後の行動 (しんちよくこのこうどう)

落ちついて 火の元確認 初期消火

火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。出火した時は、落ちついて消火する。

あわてた行動 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。

窓や戸を開け 出口を確保

揺れがおさまった時に、避難できるように出口を確保する。

落下物 あわてて 外に飛び出さない

瓦、窓ガラス、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。

地震後の行動 (しんごのこうどう)

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

わが家の安全を確認後、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っ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

避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。

家具類の転倒・落下防止 をしておきましょう!!

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きましょう。けがの防止や避難に支障のないような家具の配置をしましょう。また、就寝中の地震発生に備えて寝室の家具は、優先的に転倒防止対策を実施しましょう。重いものは、下に収納することで家具の重心が低くなり転倒しにくくなります。



【家具類の転倒・落下防止対策の例】

- 型金具 壁に強度が足りない場合は、あて板をつけネジが抜けにくいようにする。
- つっぱり棒(ポール) 扉開放防止器具
- ガラス飛散防止フィルム
- 連結金具 上下に分かれている家具は連結する。
- ストッパー式 つっぱり棒を使用するときに併用する。
- ベルト式 冷蔵庫は壁にベルトで固定する。
- ストラップ式
- 粘着マットやベルトなどで電子レンジを固定するとともに、台も壁に固定する。

※家具転倒防止器具は、ホームセンターや量販店などで販売しています。壁にキズをつけずに、取り付けられる器具もあります。

非常用品を備えて おきましょう。

避難の時必要なものを、両手使えるリュックサックなどにまとめて、目のつきやすい所に置いておきましょう。



非常持出品チェックリスト

- 飲料水
- 貴重品
- 懐中電灯
- 救急セット
- 筆記用具
- 雨具(防寒)
- 食料品
- マッチやライター
- チリ紙

地域防災力を高め、災害時の被害を最小限に。

災害時には、お互いに助け合うことが大切です。特に子供やお年寄りなど、災害時に支援が必要な方を守るためには、地域一体となって災害に備える必要があります。東京消防庁では、災害に強い町づくりのため、地域の防火防災訓練などを通して、町会・自治会、学校、事業所などがお互いに協力し合う地域協働体制づくりに努めています。

また、災害時には地域のリーダーとして消防団や災害時支援ボランティアが重要な役割を担います。今回の東日本大震災では、都内で発生した災害に消防団が消火活動や救助活動を、災害時支援ボランティアが情報収集などを行いました。

災害には一人の力では対応できません。一人ひとりの力を結集することで、大きな力になります。

自分たちの大切な街のために、あなたの力を発揮してみませんか。
消防団員募集 詳細は最寄りの消防署まで
 地域の防災に、あなたの力を発揮してみませんか。
災害時支援ボランティア募集 詳細は最寄りの消防署まで

本所防災館 都市型水害や暴風雨などの防災体験学習を!

本所防災館には、今春にゲリラ豪雨や津波に関する映像、地下街や自動車水圧がかかっているドアの開放体験ができる「都市型水害体験コーナー」が新設されました。他にも暴風雨体験コーナー、地震体験コーナーや煙体験コーナーなど、インストラクターの案内による防災体験学習が充実しています。迫真の災害体験によって防災に対する備えの大切さを再確認する場として、防災館をご活用ください。

■開館時間: 午前9時～午後5時
 ■休館日: 水曜日・第3木曜日(祭日除く)
 12/28~1/4
 ■入館料: 無料
 ■問い合わせ先: 03-3621-0119
 ■住所: 東京都墨田区横川4-6-6
 ※防災体験ツアーは、ご予約が必要ですので、体験についての詳細は、お電話でお問い合わせください。

消防法令違反の建物の情報がホームページで確認できます。建物の安全に関する情報が地図でも検索できるようになりました。

東京消防庁では、本年4月1日から建物や店舗を立入検査した結果、公表対象に該当した場合に、東京消防庁のホームページや消防署等の窓口で公表することとなりました。これは、平成21年11月に発生した高円寺南雑居ビル火災の状況やその後に行った緊急一斉立入検査の結果、多くの雑居ビルで消防法令違反が繰り返され、防火意識が希薄であることが明らかになったことを踏まえ、都民のみならず、建物を安心してご利用いただくため、また、地域コミュニティと連携して地域全体の安全意識を高めるために創設されたものです。

公表内容は、パソコンや携帯電話で消防法令違反の建物名称及び違反の内容などの情報を確認することができるほか、地図上で建物の安全に関する情報を確認でき、建物を安心して利用する時の目安となります。

公表の対象となる防火対象物

- ◆重大な消防用設備等の未設置違反があることを通知後、14日経過しても当該違反がある場合(すべての防火対象物)
- ◆過去3年以内の防火管理等の繰り返し違反を通知後、2ヶ月経過しても当該違反がある場合(防火管理者の選任義務がある建物で遊技場、カラオケ店、飲食店、雑居ビル等の用途)

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp>

外出時に地震が発生したら...

グラッときたら身の安全 頭をかばん等で保護しよう。

建物の壁際・塀際には近づかないようにしましょう。

空き地や公園に避難しよう。

この画面から情報を確認できます。

◆東京消防庁ホームページ <http://www.tfd.metro.tokyo.jp>
 ◆東京消防庁モバイルホームページ <http://www.tfd.metro.tokyo.jp/mob/>

「病院へ行った方がいいのかな?」迷ったら 東京消防庁救急相談センター

[24時間受付 年中無休] -プッシュ回線 携帯電話 PHSから-

#7119

その他の電話、またはつながらない地域の場合は... 23区▶03-3212-2323 多摩地区▶042-521-2323
 東京消防庁 東京都医師会 東京都福祉保健局

民間救急車やサポートCabのご案内は... ナビダイヤル オートキック オートキック

東京民間救急コールセンター

0570-039-099
 ■つながらない場合は... 03-3262-0039
 <受付時間: 9時~17時まで 年中無休>
 (受付時間外は音声案内)

緊急性がない場合で、転院搬送、入院、通院等で交通手段がないときは、東京民間救急コールセンターにお問い合わせください。東京消防庁が認定した患者等搬送事業者(民間救急車)やサポートCab(救命講習を修了している運転手が乗務するタクシー)を案内しています。