



もしもに備えて、防災知識をつけておくことは大切な人を守る上でもとても大事なことです。  
ここでは、いざというときに役立つ防災知識をご紹介しています。

## 家篇

### キッチンでの地震

#### 危険なキッチンから逃げることが大事！

キッチンは、火や刃物を使い、さらに、冷蔵庫など重くて大きな電化製品もあるため、とても危険な場所！無理に火を止めようとして逃げるのが遅れるよりも、とりあえず、危険なキッチンから逃げることが大事！

### リビングでの地震

#### 物が少なく落下物の心配もない廊下に逃げるのが望ましいです。

地震の際、まずは落下物などなにもなく危険が少ない場所に逃げるのが絶対条件！そのため、基本的に物が少なく上からの落下物の心配もない廊下に逃げるのが望ましいのです。

### 就寝中の地震

#### ベッドから降りて、頭を守り身をかがめましょう。

ベッドで寝ている場合、床に降りてベッドより身を低くし、頭を守るために、枕や布団で覆い、身をかがめましょう。タンスなどがある場合は、それとは逆側のベッド脇に避難することで、転倒する物の下敷きになるのを防ぐ事ができます。

## 地下鉄での地震

車両は頑丈で倒壊の恐れが少なく、落下物もないため安全。

車両はとても頑丈で倒壊の恐れが少なく頭上からの落下物もないため安全。動かずホームに留まってしまうと、頭上の案内板が落下して、怪我の可能性もあります。また、急いで地上に向かうと、多くの人がパニック状態になり転んで怪我をする危険もあります。

## 車を運転中の地震

車を止め、とりあえず車内で待機し、カーラジオで情報収集をしましょう。

ドライバー全員が地震に気づいているとは限らないので、急停止や急発進は危険ハザードランプをつけ、ゆっくり左側に停止。視界を遮らないカーラジオで情報収集してください。慌てて車外に出てしまうと、車との接触事故や落下物にあたる危険があります。また走り続けるのは、陥没や倒木の危険もあります。

## 街中での地震

助かる可能性が高い場所は、一番近くのガソリンスタンドに逃げること。

ガソリンスタンドは消防法や建築基準により頑丈です！実際に、地震の後ガソリンスタンドだけが残っていた実績もあります。ショッピングセンターが危険なのは、全面ガラス張りの部分！路上にガラスが割れ、雨のように降り注ぐ可能性が！実際、東日本大震災のときは多くの通行人が負傷しました。歩道橋も古いと倒壊の危険があります。

## スーパーやデパートでの地震

エレベーターホールや従業員出入口の前など  
そのお店の比較的商品の少ない場所や柱が安全です。

慌てて出入口に殺到するとガラスが割れたり、看板が落下したりと危ないので、係員の指示に従いましょう。ガラス製品や瀬戸物、その他、陳列棚の商品などの落下・転倒に注意しましょう。出典：消防庁ホームページ

# エレベーターでの地震

エレベーターは自動着床装置が設置されていれば、最寄りの階に停止するようになっています。

まずは全ての階のボタンを押して、停止した階で降りられないか試してみましょう。階の途中で停止してしまったら、非常用連絡ボタンを押します。むやみに天井の脱出口から出ないで、落ち着いて救出を待ちましょう。出典：消防庁ホームページ

## 学校篇

### 子どもが学校にいるときの地震

学校に電話をしての安否確認は控えましょう。

東日本大震災のとき、学校に保護者からの連絡が殺到し逃げ遅れた教師たちがいました。万が一、親子が離れ離れになつたら「公衆電話」から無料で利用できる「災害用伝言ダイヤル（171）」を利用してください。

## 避難所篇

### 避難所へのペット同行

ペットを連れて行ってもよいとされています。

迷子になったペットが復旧作業を妨げたり、興奮して人を噛んだりする可能性があるため連れて行ってもよいとされています。環境省も、原則、ペットとの「同行避難」を定めています。ただし、避難所に連れてはいけるもの、人命が優先となるため一緒にいられない可能性も高いです。また、工サなど口に合わない場合もあるので、好みの工サを準備し預け先を考えておくのもよいでしょう。

避けることのできない台風や地震などの万一の災害。住まいの保障から事業を開始したこくみん共済 coop では、万一から命と暮らしを守る防災・減災活動に取り組んでいます。ホームページでもさまざまなコンテンツをご紹介しています。ぜひご確認いただき、大切な人にもシェアして防災・減災活動にご活用ください。

#### 出典

<https://www.zenrosai.coop/bousai-gensai/311tokuban/bousai-jiten.html>

