

地震への備えの再確認やとるべき行動のチェックリスト

住民編
迅速な避難体制・準備 <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 地域のハザードマップで地震、津波、土砂災害等のような危険が想定されるかを確認する<input type="checkbox"/> 安全な避難場所・避難経路等を確認する<input type="checkbox"/> 家族との連絡手段を決めておく<input type="checkbox"/> 非常持出品（食料、水、マスク、体温計、常備薬、懐中電灯、携帯ラジオ等）を、就寝時でもすぐに持ち出せるように準備する<input type="checkbox"/> すぐに逃げられる服装で就寝する<input type="checkbox"/> 出入口に避難の支障となる物を置かない<input type="checkbox"/> 耐震性が低い建物や、土砂崩れや津波浸水のおそれのあるところには、できるだけ近づかない<input type="checkbox"/> 倒壊危険性のあるブロック塀等には近づかない<input type="checkbox"/> 屋内のできるだけ安全な場所、安全な部屋で生活する<input type="checkbox"/> がけ崩れのおそれがある地域では、がけに近い居室で寝るのを控える<input type="checkbox"/> 津波、土砂災害等のリスクが高いところでは、不安がある場合に避難できる安全な知人宅、親類宅等を検討する
家具類の転倒及びガラス飛散防止対策など室内の対策 <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 窓ガラスの飛散防止対策をする<input type="checkbox"/> タンス類・本棚の転倒防止対策をする<input type="checkbox"/> キャスター付きの収納、ベッド等を固定する<input type="checkbox"/> テーブル・椅子のすべり防止対策をする<input type="checkbox"/> テレビをテレビ台に固定し、テレビ台のすべり防止対策をする<input type="checkbox"/> 食器棚の転倒・ガラス扉の飛散・引き出しの飛びだし防止対策をする<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の転倒防止対策をする<input type="checkbox"/> 電子レンジの落下・すべり防止対策をする<input type="checkbox"/> ベッド頭上に物を置かない<input type="checkbox"/> 高い場所に物を置かない
出火や延焼の防止対策 <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 火災警報器の電池切れがないことを確認する<input type="checkbox"/> 不要な電気機器等の使用を控え、コンセントのプラグを抜く<input type="checkbox"/> コンロやストーブの周囲に燃えやすい物を置かない<input type="checkbox"/> 消火器を取り出しやすい場所に置く<input type="checkbox"/> プロパンガスのボンベを転倒しないように固定する<input type="checkbox"/> 漏電遮断機や感電ブレーカー等を設置する
地震発生後の避難生活の備え <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 水や食料の備蓄を多めに確保する<input type="checkbox"/> 簡易トイレを用意する<input type="checkbox"/> 携帯ラジオや携帯電話の予備バッテリー等を準備する