清流の国ぎふ 防災・減災センター

地震対策

屋内危険性チェック

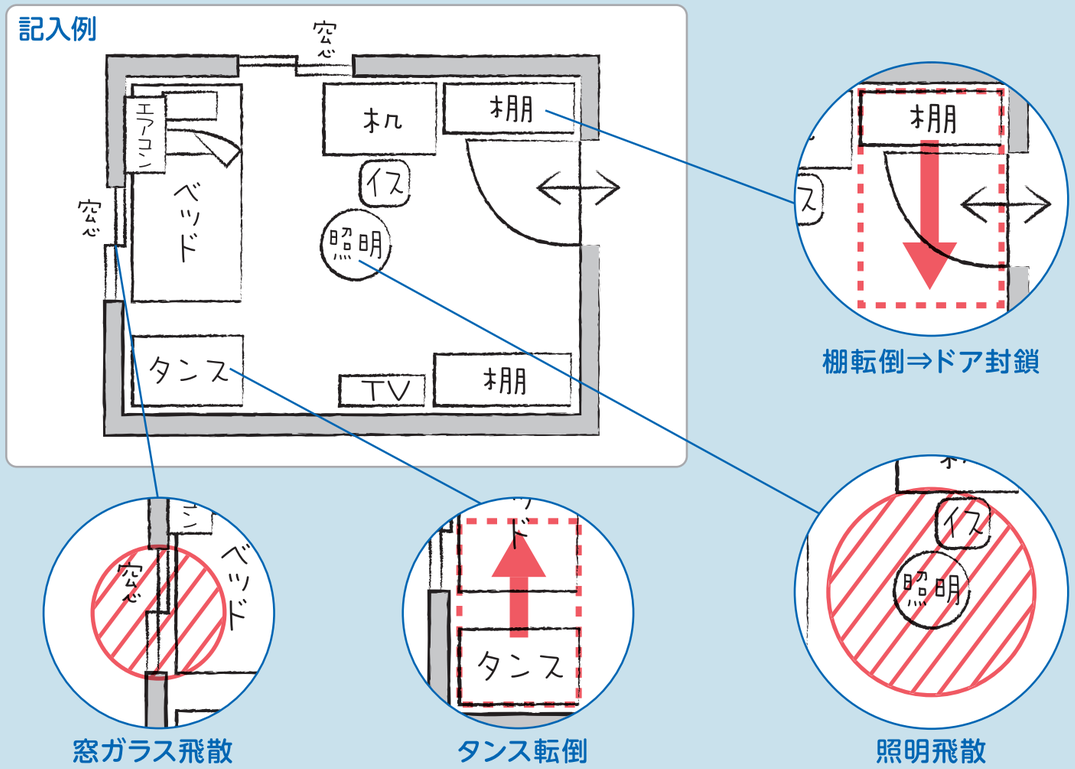
ステップ1　チェックする部屋を選ぶ

重い家具や背の高い2段積み・ガラス板がはめ込まれた家具などがある部屋を選ぶ

ステップ2　下図の描き方

①窓やドアの位置を描く
②家具(棚、机、ベッドなど)の置き場所を描く
③棚の上に置くガラス製品などの物品位置に印をつける
④照明やエアコン、車輪の付いたワゴンやコピー機の置き場所を描く

記入例



棚転倒⇒ドア封鎖

窓ガラス飛散

タンス転倒

照明飛散

ステップ3　下図を描く

①居間・台所

②寝室

③子ども部屋

④その他(　　)

ステップ4　危険な範囲に斜線を描く

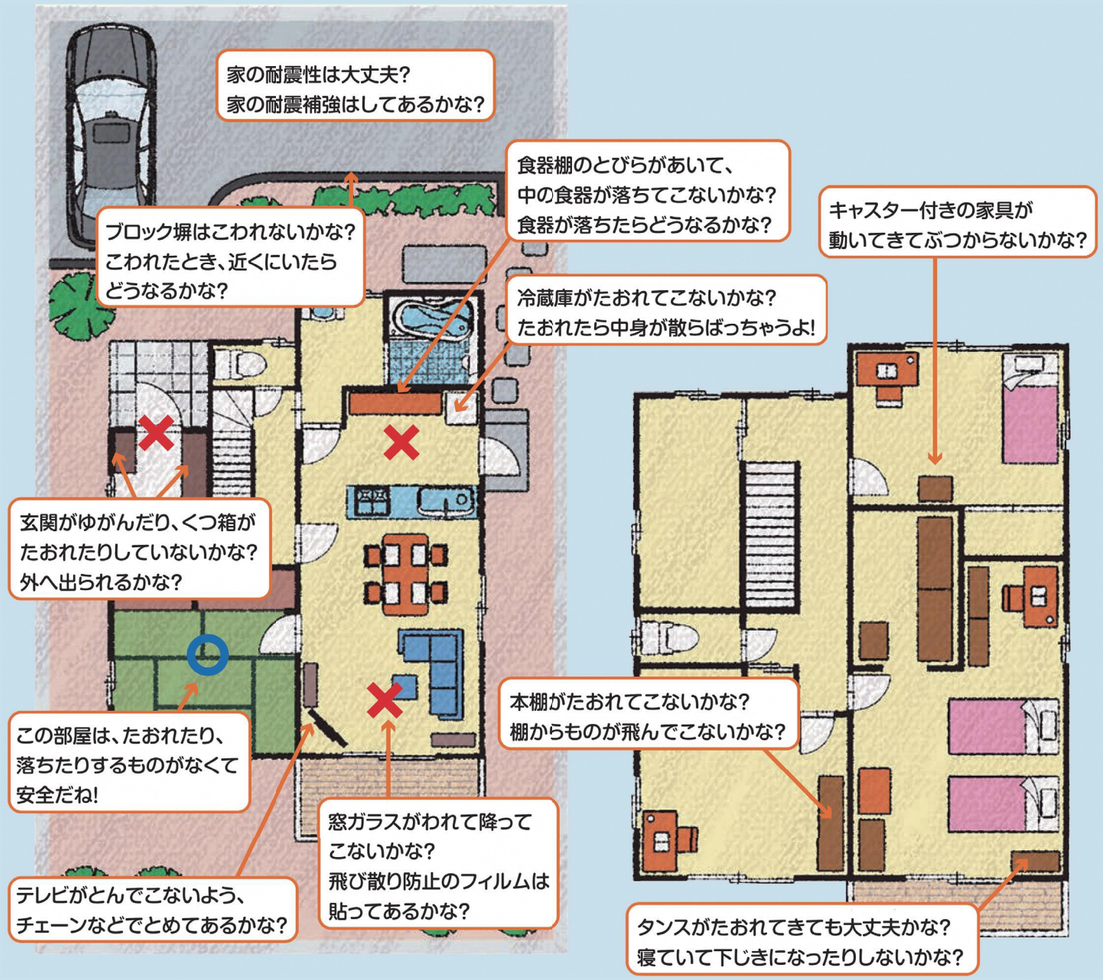
棚などの転倒、照明落下、窓ガラスの飛散箇所など

（注1）棚などの転倒の場合、家具の高さと同程度に矢印を付けると、下敷きになる範囲が分かる

（注2）車輪付のワゴン、冷蔵庫、コピー機などの移動範囲にも印を付ける

ステップ5　家全体のチェックポイント

転倒･移動･飛散した物品により、避難ルートがつぶされることもチェックする



ステップ6　対策を考える

①転倒･移動する家具の対策は『固定する、下ろす、向きを変える、人の出入りの少ない部屋に移動する(集める)、捨てる』があります。

②転倒した家具や割れたガラスで屋外に出ることが大変困難になりますので、普段過ごす部屋から屋外への避難経路を考えておきましょう。

対策を正しく行うためには…

家具固定やガラス飛散防止を行う際、対策商品の注意書きに従って正しく使用しましょう。なお、下記の検索キーワードで「東京消防庁」･「総務省消防庁」のビデオやマニュアルも必ず確認しましょう。

家具固定　ビデオライブラリー　消防庁　検索

さらにステップアップ

自宅で生活を続けるための『備蓄』

家具転倒やガラス飛散などを防ぐ対策をしっかりと行えば、慌てて家の外に逃げる必要はありませんね。地震の後でも、津波や火災、土砂災害が迫っていなければ、慌てて避難場所などへ避難する必要もありません。

安全を確保できるなら、自宅にとどまることができます！

ところで、大地震の後では、停電･断水･ガス供給停止、コンビニ･スーパーの商品売り切れなど、様々な生活必需品が入手困難になります。

大地震の後でも自宅で生活を継続できるように、備蓄にもとりくみましょう。

①食料、飲料水は1週間分以上を備蓄しましょう。なお、普段使いのものや食べ慣れたものを少し多めに常時買いだめする方法もあります。

ローリングストック　検索　岐阜県リーフレット「災害時の食に備えましょう」　検索

②トイレ対策も重要です。一人一日のトイレ使用回数を目安に、数日～数週間分のトイレの備蓄もしましょう。

携帯トイレの使い方【チーム･トイレの自由】　検索

③電池･バッテリー･燃料、軍手、ガムテープ、懐中電灯などの商品は、災害が発生すると直ぐに品切れ･入手困難になるので、備蓄が必要です。

④備蓄品は夏用･冬用の入れ替え、有効期限などの期限切れ、成長期の子ども用品のサイズ変更などに注意して、定期的な点検を行いましょう。

これだけ準備しても、家が倒壊してしまったら…

昭和56年5月31日以前に建てられた木造住宅の場合は、まずは耐震診断を受けてみましょう！耐震診断は無料で受けることができます。また、耐震補強工事には、県や市町村から補助金が出ます。詳しくは下記の検索キーワードで検索しましょう。

ぎふ耐震リフォームネット　検索

作成：清流の国ぎふ 防災･減災センター　第3版　(静岡県考案の「家庭内DIG」を基に作成)