

東日本大震災から3年 大地震に備えて

《安心・安全の知恵袋》

～地震から身を守る方法を
確認しておきましょう～

●●●●● 城里町防災講演会を開催 ●●●●●

2月1日(土)、桂公民館において、防災講演会を開催しました。第1部では、NPO法人茨城県防災士ネットワーク理事長の西村正夫さんを講師に招き、地震や雷、洪水など、身近に起こりうる自然災害から身を守るための方法を学びました。

また、第2部では、福島第1原子力発電所事故により南相馬市から品川区に避難した渡来由麻さん（東京都品川区立小中一貫校品川学園8年生）の体験を綴った作文が発表されました。

渡来由麻さんによる作文発表▶

演題「あの日から」

(品川区 中学生の主張大会 最優秀賞受賞)

震災時、渡来さんの身の回りで起こったことを臨場感豊かに語っていただきました。「いつ自分の身に、家族の身に何が起こるかかわからない。一緒にいられることが幸せ。」と語る渡来さん。家族の大切さと、支えてくれた周りの人々への感謝の気持ちがあふれた素晴らしい作品でした。



「天災は、忘れられたる頃、くる」といいます。

特に、地震は、周期性があるので日頃の備えが大切です！



▲NPO法人茨城県防災士ネットワーク
理事長 西村正夫さんによる講演

地震から身を守る

1 自分の身の安全を図る

- テーブル・机の下などに入る。
- ぶとんなど手近のもので頭を守る。

2 火の始末（揺れの大きな時はおさまるまで待とう。）

- ストープ、炊事・ふろの火など使っている火をすべて消す。

3 非常脱出口を確保する

- 玄関のドアや避難通路への戸を開け放つ。

4 火が出たらまず消火

- 地震にともなう火災は最も恐ろしい二次災害です。

5 正しい情報をつかむ

- デマにまどわされないよう市町村などからの正しい情報に基づき行動する。

6 あわてて戸外に飛び出さない

- 外は瓦の落下や塀などが倒れる危険があります。

7 みんなが協力しあって応急救護

- 災害の初期の段階では、消防力などが間に合わないことがあり、地域での協力が重要です。

8 避難は徒歩で、持ち物は最小限に

- 車の使用は渋滞を生じさせ、緊急車両の通行の妨げとなります。
- 迅速な避難のため持ち物は最小限にすること。

9 狭い路地、塀ぎわ、崖や川べりに近寄らない

- 崩壊・崩落の危険があるので近寄らない。

10 山崩れ、崖崩れに注意

- 山や崖では崩壊・崩落を警戒して安全な場所へ。



「自分の身は自分で守る 災害に備えて」
茨城県自主防災組織結成推進事業パンフレットより