

# もしもを考えて 地震に備えましょう

1月1日に石川県能登半島にて最大震度7を観測する地震が発生しました。宇佐市でも南海トラフ地震だけでなく、断層による地震にも注意が必要です。突然やって来る地震に「あわてない」ために、地震への備えに取り組みましょう。

問合せ／危機管理課 防災係（📞 27-8111）

## 地震が起きる前にできること

### 家の中でできる対策

#### ■ 家具や家電の転倒を防ぐ

【タンス】L型金具や突っ張り棒で固定する

【照明器具】鎖と金具を使い、数力所留めて補強する

【食器棚】扉や引き出しが開かないようにする。飛び出し防止枠をつける

【ドア付近の家具】タンスなどの重たいものは置かない

【本棚】重いものは下に、軽いものは上に収納する

【テレビ】倒れても窓ガラスに当たらない方向に置き、器具を使い固定する

【寝室の家具】できるだけ家具は置かないか、倒れやすい方向に寝るのは避ける



家の中でできる地震対策  
災害列島（命を守る情報サイト）▶

#### ■ 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る

#### ■ 家族同士の安否確認方法を確認する

NTT災害時伝言板を活用する（事前に使用することも重要）

#### ■ 非常用持ち出しバックを準備する

## 地震発生

地震が起きたら  
まず、命を守る行動をしよう！

### 地震発生直後の行動

自分や家族の身を守る



提供／日本シェイクアウト提唱会議

### 屋内にいるとき

- 体を低くし、テーブルの下にもぐる
- タンスや食器棚、冷蔵庫など大型家具と家電から離れる
- 慌てて外に飛び出さない（落下物だけがをする）



### 屋外にいるとき

- カバンなどで頭を守る
- ブロック塀や電柱など転倒の恐れがある物から離れる
- 建物から離れる（瓦や外壁などが落下することもある）



### 車を運転しているとき

- 急ハンドル、急ブレーキを避け、速度を落とし停車する
- 車を道路外の場所に移動する。やむを得ず、道路上に停車するときは、道路の左側に停車する
- 避難するときは、ドアをロックせず、キーは付けたままにする
- 避難するときは、車を使用せず、徒歩または自転車で避難する（渋滞を引き起こし、緊急車両の通行に支障がでます）



## 災害情報を手に入れよう！

### 電話対応サービス

📞 0800-200-2722

防災行政無線の放送内容を確認できます。

### 戸別受信機

屋内で防災行政無線の放送を聞く戸別受信機を無料で貸与していますので、ご希望の方は危機管理課防災係（📞 27-8111）へお問い合わせください。

### 電話通知 FAX送信

視覚や聴覚に障がいのある方を対象に、防災無線の放送内容を電話やFAXにより、音声や文字で伝えます。ご希望の方は危機管理課防災係（📞 27-8111）、FAX（27-8234）へお問い合わせください。



- ・市公式LINE
- ・市登録メール
- ・おおいた防災アプリ
- ・県民安全・安心メール



詳しくはこち

## 非常用持ち出しバックを備えよう！

いつでも持ち出せるように生活に必要な物をリュックサックに入れ、日頃から準備しておきましょう。

- 水（1人1日3ℓ必要）
- 食料（乾パンや缶詰など火を通さないで食べられる物）
- 紙皿・コップ・割り箸・スプーン
- 貴重品（現金、通帳、運転免許証、健康保険証、印鑑など）
- 携帯ラジオ（小型で軽く、FMとAMが聞けるもの。予備電池）
- 懐中電灯（予備電池・電球も用意）
- 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、お薬手帳、常備薬など）
- 衛生用品（ティッシュ類、口腔ケア用品、携帯トイレ、生理用品）

- 衣服・下着・靴下
- タオル・ハンカチ
- はさみ・カッター
- めがね
- 入れ歯・洗浄剤

- 【乳幼児がいる場合】 ミルク・使い捨て哺乳瓶
- 離乳食
- 紙オムツ・お尻ふき
- 抱っこひも

\*バックは、すぐに持ち出せる場所に置いておきます。中身は各家庭で変わりますので、話し合って準備しましょう。