



備えあれば憂いなし。
最低でも3日間（できれば1週間分）の備蓄を心がけましょう。

大規模な災害が発生した場合、支援物資が避難所にスムーズに行き届かないケースも想定されます。

そのような場合に備えて、飲料水（一人1日あたり3リットルを目安）、乾パン、アルファ米、レトルト食品、医薬品セット、簡易トイレ等の備蓄を行いましょ。



取り組みやすい備蓄の方法としては、ローリングストックがあります。ローリングストックは、缶詰やレトルト食品、トイレットペーパーなど日常生活で消費するものを少し多めに買い置きして賞味期限が近づいたものは食べて、食べた分をまた補充するやり方です。

ローリングストックのイメージ

食べ物や日用品を少し多めに購入、日常生活で消費



災害時に特に必要なもの



■上図は、九都県市首脳会議防災・危機管理対策委員会のホームページから引用



災害はいつ起こるかわかりません。
避難時にすぐ持ち出せるものを準備しておきましょう。

災害がいつ起きてもすぐに逃げ出せるよう、以下のチェックリストを参考に、必要な物資をリュックサックなどに詰めておきましょう。（チェックリストの項目はあくまで一例であり、ご自身や家族の状況に合わせたものを準備してください。）

非常時持出品チェックリスト

食料品	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> アルファ米	<input type="checkbox"/> 乾パン、保存パン	<input type="checkbox"/> レトルト食品	<input type="checkbox"/> シチュー	<input type="checkbox"/> 缶詰	<input type="checkbox"/> 粉ミルク	<input type="checkbox"/> チョコレートなど
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金 公衆電話用に10円玉	<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> 預金通帳、印鑑	<input type="checkbox"/> 免許証などの証書	<input type="checkbox"/> 家の予備鍵	<input type="checkbox"/> 眼鏡	<input type="checkbox"/> コンタクトレンズ	
情報収集	<input type="checkbox"/> 携帯（充電機）	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 家族の写真（確認用）	<input type="checkbox"/> 連絡先（家族、知人等）	<input type="checkbox"/> 地図			
避難用具	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 防災ヘルメット・ずきん	<input type="checkbox"/> 笛、ブザー	<input type="checkbox"/> ナイフ	<input type="checkbox"/> 軍手、手袋	<input type="checkbox"/> 予備電池		
生活・衛生	<input type="checkbox"/> 救急セット	<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> 生理用品	<input type="checkbox"/> おむつ	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	
（便利品）その他	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	<input type="checkbox"/> ライター、マッチ	<input type="checkbox"/> 毛布	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー	<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> 衣料	

発行：香川県危機管理総局危機管理課（TEL：087-832-3241）

かがやくけん、かがわけん。
香川県

保存版

実践しよう！命を守るために 家庭でできる防災対策



矢守克也氏（京都大学防災研究所・教授）提供

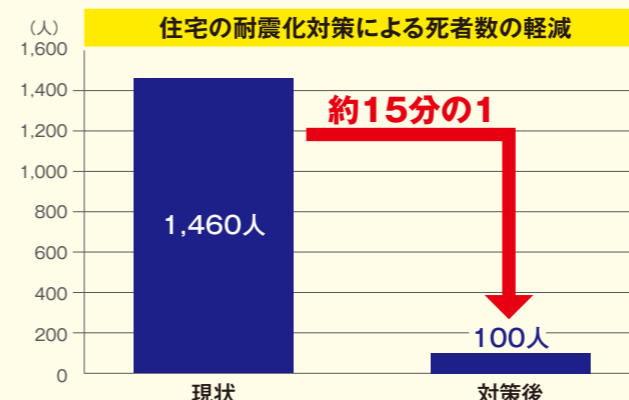
（平成28年熊本地震による被害状況）

平成23年の東日本大震災、平成28年の熊本地震など、近年、全国各地で大規模な地震が発生しており、大きな被害をもたらしました。平成30年6月に発生した大阪府北部を震源とする地震では、ブロック塀の倒壊や家具の転倒により、犠牲になられた方もいます。

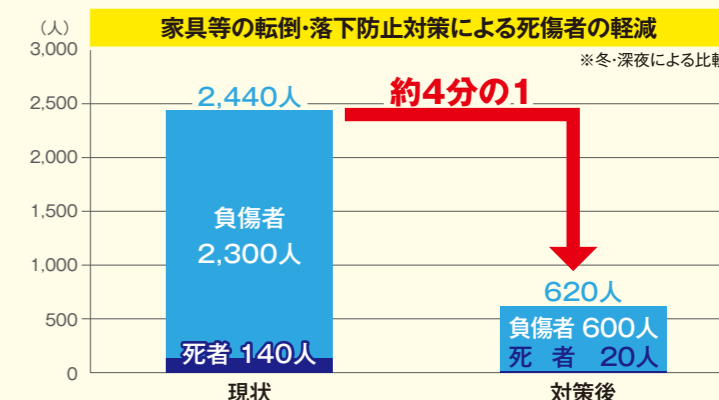
また、本県においては、今後30年以内に南海トラフ地震が発生する確率が70%~80%（基準日：平成30年1月1日）と高まっています。

災害による被害をゼロにすることはできなくても、住宅の耐震化や家具の転倒防止など、県民一人一人が事前に十分な準備をすることによって地震による死傷者数は大幅に減らすことができると言われています。

自分や家族の命を守るため、私たちが家庭でできる防災対策について、この機会に考えてみませんか。



■住宅の耐震化率 75%（平成25年10月現在）⇒100%の場合



■家具類の転倒防止対策率 13%（平成24年度県政世論調査）⇒100%の場合



工夫を凝らすことで、お家を安全・安心に!

まずは、お家の耐震診断を受けましょう。

昭和56年5月以前に建てられた住宅、いわゆる旧耐震基準で建てられた住宅を対象に耐震化の補助事業を行っております。

まずは下記の問い合わせ先まで。

低コスト工法で安価・短期間の工事が可能に!
詳しくは、香川県住宅課まで!

耐震診断
(費用の90%を補助)
上限9万円



耐震改修(全額補助)
工事費の上限90万円

簡易な耐震改修(全額補助)
工事費の上限50万円

耐震シェルター・ベッド(全額補助)
工事費の上限20万円



耐震診断・改修の問い合わせ先 香川県住宅課(087-832-3584) 詳しくは、[香川県住宅耐震ポータルサイト](#) 検索

家具の転倒防止・ガラスの飛散防止対策を進めよう!

家具の転倒防止対策とともに、家具のレイアウトの見直しも効果的な対策となりますので、取り組んでみましょう。また、災害時には家のガラスにも注意が必要です。ガラスの飛散防止フィルムを貼ることや、昼間でもレースのカーテンを閉めておくことをおすすめします。

家具を固定する



●固定型

L字金具で、家具を壁や柱に直接固定するタイプ。天井や壁などの強度を調べておくことが大切です。※組み合わせて固定することも一つの方法です。



●突っ張り型

家具と天井の間を止めるタイプ。天井がしっかりしていないと危険です。また、天井と隙間が広かったり、奥行きのない家具だと効果が期待できない場合がありますので、注意しましょう。



●吊り下げ型

細いロープやチェーンで家具を固定するタイプ。天井や壁などと数カ所で固定します。

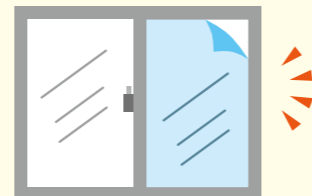


●踏ん張り型

家具の下に挟むタイプ。板などを差し込んでバランスを取り、壁側に寄りかからせると転倒防止になります。

ガラスが危ない!

部屋の中にはガラスがいっぱいあります。窓、食器棚、鏡など、割れればすべて凶器になります。大きなガラス窓は、市販のガラス飛散防止フィルムなどでカバー。夜間はカーテンを引いて寝ると飛散防止になります。



家の中は常に整理整頓!

●**寝室**
背の高い家具は置かないようにします。お年寄りや子ども部屋は特に注意しておきましょう。

●**玄関**
緊急時の非常用出口となる玄関には、できるだけ物は置かないように。自転車やベビーカーなどは特に妨げになります。



タンスなど2段に分かれているタイプの家具は、必ず上下を金具などで固定しよう。



災害の多い今だからこそ、家族で防災を考えるとき!



1カ月に1回など定期的に、ご家庭で防災会議を開き、お近くの避難所や、避難所までのルートの確認、災害時の連絡手段、非常時の持出品などについてみんなで話し合みましょう!

防災会議で役立つ3つのツールをご紹介します!

- ①県では、南海トラフ地震が発生した際の被害想定と対策を視覚的にまとめた映像を作成しておりますので、ご覧いただき、南海トラフ地震発生時の被害イメージを皆さんで共有いただきたいと思います。
- ②かがわ防災GISでは、洪水が発生した際の浸水区域など、お住まいの地域の災害のリスクや、避難所の確認ができますので、ぜひご利用ください。
- ③また、防災情報メールに登録いただきますと、高松地方気象台が発表する気象情報や市町が発令する避難勧告などの情報がメール配信されますので、右記 QR コードから登録をお願いいたします。

詳しくは、こちらをチェック!

①南海トラフ地震(最大クラス)に関する映像映像は、かがわ防災 web ポータルからご覧いただけます。また、DVDの貸し出しも行ってあります。問い合わせ先: 香川県危機管理課(087-832-3241)

詳しくは、[かがわ防災 web ポータル](#) 検索

②かがわ防災 GIS の活用方法について

- (i) 表示切替でハザードマップや防災施設などのタブをクリックし、見たい情報についてチェックを入れましょう。
- (ii) 自宅から避難場所までの経路を確認しましょう。

詳しくは、[かがわ防災 GIS](#) 検索



③防災情報メールを登録しよう! 登録はこちらから▶

グラツときた時、まずは...



地震発生!

発生から2分

まずは自分の身を守る!

落下物から身を守るため、机の下に入ったり、家具から離れる。

2分から5分

火の始末と出火防止

台所で火を使っていたら、揺れが収まってから火を消す。万が一火事になったら、「火事だ!」とまわりに知らせよう。

10分以上

ご近所の安全を確認

近所にけが人はいないか、取り残されている人はいないか、みんなで確認。



5分から10分

家族の安全を確保

自分の身が守れたら、家族の状況を確認。慌てずに落ち着いて、みんなで避難の準備。



安否確認の手段を確認しておこう!

災害時には、被災地において通信量が増加しつながりにくくなります。そのような場合に役立つのが、音声を伝言として記録できる「災害用伝言ダイヤル(171)」や、伝言情報(テキスト)の登録・閲覧を可能とする「災害用伝言板(web171)」のサービスです。詳しくは、[災害用伝言 NTT西日本](#) 検索