

防災力は想像力

大地震に備える ①

いま大地震が起きたら? シーン別トレーニングで防災力アップ

1 状況を設定する

例えば「大げんに揺れが強い揺れ」

2 何が起ころうか想像する

3 どう行動するか想像する

例えば「壁とんと動けない可能性」

気づきが安全への第一歩

居室をチェック

窓ガラス
! 割れるかも

飛散防止フィルムをはる

ガラスの額や
壁かけ時計
! 飛んでくるかも

ガラスがはめてある額や写真立てなど割れるものはできるだけ置かない

カラーボックス
周辺の小物

(棚の上段に置いた辞書などの重い本)

! 飛んでくるかも

重いモノは下に移す

すぐできる対策
買い替え・買い足し
計画を練ってから

照明器具
! 落ちるかも

つり下げ型照明をじか付け型に替える

背の高いたんす
! 倒れてくるかも

足の位置を変える

背の高い家具を他の部屋に移すなど模様替え

動かせない家具などは転倒防止策を施す

危険を取り除くやり方はいろいろ
自分のペースで断片に

← 寝転がって、部屋を見渡してみる