



# コロナ禍の今 在宅避難の備えを



地震や台風などの大きな災害が発生した時、避難所に行けば大丈夫と考えていませんか。避難所はふだんの生活と違う環境で、ストレスがたまるだけではなく、新型コロナウイルス感染症が流行している今、多くの人が集まることで感染のリスクも高くなります。また、避難所は密を避けるために収容人数が想定の数割程度となり、多くの人が避難してもすべての方を受け入れることはできません。

台風などによる浸水の恐れがない場合や、地震が起こった後でも自宅で安全に過ごせる場合は、避難所に避難する必要はありません。災害時も自宅で過ごすための備えで大切なポイントや、地震の観点から紹介します。

問合せ 防災危機管理課 ☎042(346)9519

## 災害後も、家で過ごすために

### 家の中を安全な場所にする

近年発生した震度6弱以上の地震で、けがをした原因の約30%～50%が家具類の転倒・落下・移動によるものでした（東京消防庁調べ）。震度5強以上の強い地震では、テレビや電子レンジなど重い家電製品が落下し、本棚やたんすなどの大きな家具が倒れることがあります。身近な被害を防ぐため、家具類を金具などで固定する、家具の配置や向きを工夫するなどの対策をしましょう。

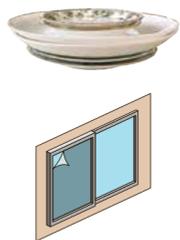
#### 家具の転倒防止対策

家具転倒防止に1番効果的な方法は、L型金具を家具の上壁面に設置することです。L型金具は壁に穴を開けるものが多く、穴を開けられない場合にはポール式の突っ張り棒、マット式の滑り止めを利用しましょう。突っ張り棒と滑り止めを組み合わせることで、L型金具と同等の強度になるとされています。



#### 割れたガラスや食器だけがをしないために

食器や窓ガラスが割れるなどの被害も想定されます。食器は高く積み上げず、下から中・大・小の順番で積み重ねると揺れに強い安定した置き方になります。窓ガラスは、フィルムを貼ると割れた時のガラスの飛散を防げるほか、レースやカーテンを付けても飛散を防げます。また、割れたガラスや窓によるけがを防ぐために、掃除用具（ほうきやちりとりなど）を用意しましょう。



## 市からの情報発信

### メールマガジンこたいらニュース

メールマガジンのこたいらニュースでは、市からの防災・防犯情報、気象情報のほか、さまざまな情報を利用者に合わせて発信しています。詳しい登録方法などは、小平市ホームページをご覧ください。



### 小平市公式ツイッター

市民の皆さんに関する情報を発信しているほか、メールマガジンに掲載された防災・防犯情報、気象情報なども発信しています。災害時には、緊急情報を発信します。▷アカウント…プチ田舎 東京都小平市 @kodaira\_tokyo



### 小平市ホームページ

大規模な災害時には、災害時緊急ホームページに切り替わり、市が収集した災害に関する情報を発信します。また、防災に関連した情報を集めたページを掲載しています。日頃の備えにご活用ください。

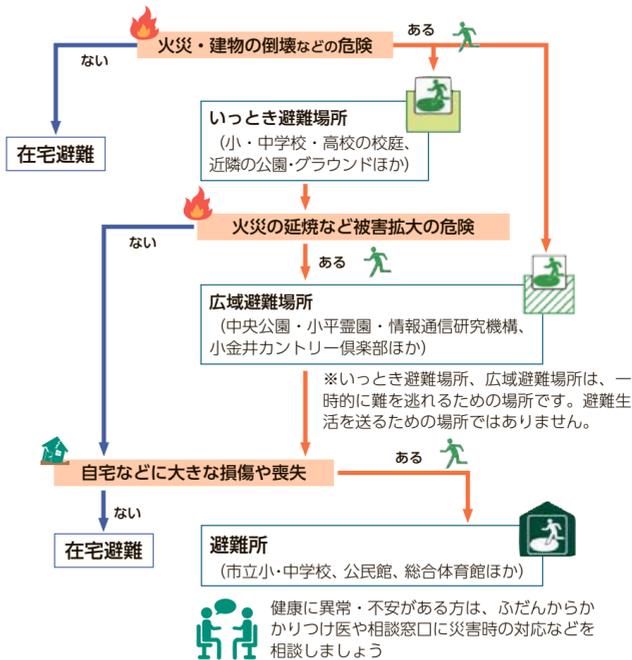


### 防災行政無線

地震・集中豪雨、ミサイルなどの緊急性が高い情報を発信します。放送した内容は、放送後一定時間、電話で確認できます。電話番号 042(341)0793



## 大地震発生から避難まで



健康に異常・不安がある方は、ふだんからかかりつけ医や相談窓口にて災害時の対応などを相談しましょう

地震や台風などの大きな災害が発生した時、避難所に行けば大丈夫と考えていませんか。避難所はふだんの生活と違う環境で、ストレスがたまるだけではなく、新型コロナウイルス感染症が流行している今、多くの人が集まることで感染のリスクも高くなります。また、避難所は密を避けるために収容人数が想定の数割程度となり、多くの人が避難してもすべての方を受け入れることはできません。

台風などによる浸水の恐れがない場合や、地震が起こった後でも自宅で安全に過ごせる場合は、避難所に避難する必要はありません。災害時も自宅で過ごすための備えで大切なポイントや、地震の観点から紹介します。

問合せ 防災危機管理課 ☎042(346)9519

## 災害後も、家で過ごすために

### 家の中を安全な場所にする

近年発生した震度6弱以上の地震で、けがをした原因の約30%～50%が家具類の転倒・落下・移動によるものでした（東京消防庁調べ）。震度5強以上の強い地震では、テレビや電子レンジなど重い家電製品が落下し、本棚やたんすなどの大きな家具が倒れることがあります。身近な被害を防ぐため、家具類を金具などで固定する、家具の配置や向きを工夫するなどの対策をしましょう。

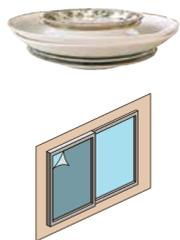
#### 家具の転倒防止対策

家具転倒防止に1番効果的な方法は、L型金具を家具の上壁面に設置することです。L型金具は壁に穴を開けるものが多く、穴を開けられない場合にはポール式の突っ張り棒、マット式の滑り止めを利用しましょう。突っ張り棒と滑り止めを組み合わせることで、L型金具と同等の強度になるとされています。



#### 割れたガラスや食器だけがをしないために

食器や窓ガラスが割れるなどの被害も想定されます。食器は高く積み上げず、下から中・大・小の順番で積み重ねると揺れに強い安定した置き方になります。窓ガラスは、フィルムを貼ると割れた時のガラスの飛散を防げるほか、レースやカーテンを付けても飛散を防げます。また、割れたガラスや窓によるけがを防ぐために、掃除用具（ほうきやちりとりなど）を用意しましょう。



## 市からの情報発信

### メールマガジンこたいらニュース

メールマガジンのこたいらニュースでは、市からの防災・防犯情報、気象情報のほか、さまざまな情報を利用者に合わせて発信しています。詳しい登録方法などは、小平市ホームページをご覧ください。



### 小平市公式ツイッター

市民の皆さんに関する情報を発信しているほか、メールマガジンに掲載された防災・防犯情報、気象情報なども発信しています。災害時には、緊急情報を発信します。▷アカウント…プチ田舎 東京都小平市 @kodaira\_tokyo



### 小平市ホームページ

大規模な災害時には、災害時緊急ホームページに切り替わり、市が収集した災害に関する情報を発信します。また、防災に関連した情報を集めたページを掲載しています。日頃の備えにご活用ください。



### 防災行政無線

地震・集中豪雨、ミサイルなどの緊急性が高い情報を発信します。放送した内容は、放送後一定時間、電話で確認できます。電話番号 042(341)0793



### 雨水を循環させよう

雨水を循環させよう  
雨水を循環させよう  
雨水を循環させよう

### 浸水への備えを

浸水への備えを  
浸水への備えを  
浸水への備えを

### 小平市外国語対応 店舗マップ 掲載店舗を募集

小平市外国語対応  
店舗マップ  
掲載店舗を募集

### 小平産 農産物を 販売

小平産  
農産物を  
販売

### 6月は環境月間 5月30日は市内一斉清掃の日

6月は環境月間  
5月30日は市内一斉清掃の日

### ◆ごみの処分方法

◆ごみの処分方法  
◆ごみの処分方法

### 住まいのリフォーム 市内業者のあつせん制度

住まいのリフォーム  
市内業者のあつせん制度

### あすびあ オンライン講座 楽♪ライブ

あすびあ  
オンライン講座 楽♪ライブ

### 中央公民館 サイクルフェア2021 実行委員を募集

中央公民館  
サイクルフェア2021  
実行委員を募集

### 中学生の勉強を 手伝いませんか

中学生の勉強を  
手伝いませんか

### 地球環境を学ぶ こたいら環境シンポジウム 10年後の豊かな環境に向けて

地球環境を学ぶ  
こたいら環境シンポジウム  
10年後の豊かな環境に向けて



くぼてんきさん