寝室を安全な場所にするために！

① 収納を考えましょう。
- できるだけクローゼットなどを活用しましょう。
（転倒しそうな家具は少なめに！）

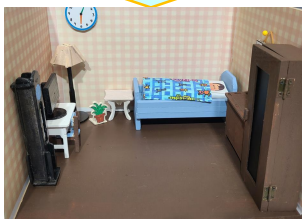
② 家具のレイアウトを考えましょう
- 少し配置を変えるだけで安全にできるかも



地震が
起きたら！



ベッドと家具の
位置を変えたら





- 出入り口の確保も忘れずに！

③ 家具は固定しましょう
優先A　L型金具
優先B　突っ張り棒など



④ 寝室（寝ている場所の近く）に備えておきましょう。
◆懐中電灯、スマートフォンなど灯りがとれるもの
◆手袋、厚手のスリッパ（靴）







大きな地震の後は、
家の中を裸足で歩いては
いけません！

令和4年10月
古河市消防防災課

古河市

大地震に備えよう！

自宅の危険度チェック

☆ 古河市で想定されている最大の地震は？

震度6強

茨城県地震被害想定調査（平成30年12月）
「茨城・埼玉県境地震」の場合



☆ 震度６強の地震ってどんな揺れ？

- 立っていることができず、はわないと動くことができない。
揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する建物が多くなる。
補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。

気象庁震度階級関連解説表より

☆ 地震に関する防災で大事なことは？

地震の瞬間及び直後に
「死なない」「怪我をしない」

地震の後の「避難」や「サバイバル」も重要ですが、
これがなければ次には進めません。

☆ では、何から始めればいい？

寝室を安全な場所に
しましょう！



古河市

「地震の瞬間及び直後に『死なない』『怪我をしない』」ための チェックリスト

古河市



① あなたの自宅はどうですか？

チェック１

- □ 昭和56年5月以前に建てられている。
- □ （必要な手続きをせずに）増築したことがある。
- □ 老朽化している。シロアリ被害のおそれがある。
- □ （上の3項目について）どうなっているかわからない。

ひとつでもチェックがある場合には、耐震診断、耐震改修などの検討をお勧めします。
また、地震の際に大きな被害が出る可能性がありますので、家の中の対策には特に注意しましょう。

② あなたの寝室を思い出してみましょう



チェック２ あなたが寝ている周辺には？

- □ 倒れてきそうな家具がある。
- □ 体の上に落ちてきそうな物がある。
- □ 移動してきそうな家具がある。
- □ 割れるかもしれないガラスの物がある。

激しい揺れの中では、普段何気なく置いてある物が「凶器」に変わります。
また、寝ているときは特に無防備になっているので危険を避けることが難しくなります。
ひとつでもチェックがある場合には、次のページを参考にして、寝室を安全な場所にしましょう。

あわせて家族それぞれの部屋についても考えてみましょう。

チェック３ 寝室の出入り口は？（部屋の外側を含む）

- □ 地震の時に倒れるなどしてドアを塞ぎそうなものがある。

いざというときに部屋から出られなくなっては大変です。
また、夜に地震が起きた時には停電で真っ暗になり何も見えなくなり、ますます逃げられなくなります。
出入り口近くにはなるべく物を置かないようにしましょう。

また、トイレ、風呂場などのドアも地震時には塞がれやすくなります。同様にチェックしておきましょう。





③ 寝室以外の部屋についても考えてみましょう

チェック４ リビング、ダイニングなど普段いる場所では？

- □ 背の高い家具、食器棚などが近くにある。
- □ 重たい物（電子レンジ、置物など）が高いところに置いてある。
- □ コンセントに繋ぎっぱなしの電化製品（電気ストーブ、ドライヤーなど）がある。



大きな地震の際には「家具は必ず倒れる」「物は必ず落ちてくる」と考え、できるだけの対策をやっておきましょう。

また、使っていない電化製品のコンセントはできるだけ抜いておきましょう。コンセントについているホコリにも注意が必要です。