

地震への対応

地震災害は、いつ、どのような状況で発生するか予測できません。日ごろから「減災（被害をできるだけ少なくしようという取り組み）」を意識して、対策を取りましょう。

施設（ハード面）の地震防災対策

以下のポイントについて確認しましょう。各項目を確認したら、チェック欄に「✓」を付けましょう。

	確認事項	チェック
家具・備品	書類の棚・食器棚・ロッカーなど、倒れると危険なものを固定しているか	
	冷蔵庫・電子レンジなどの家電製品を固定しているか	
	食器棚のガラスに飛散防止フィルムを貼っているか	
	書類の棚・食器棚・ロッカーなどの上に置かれた備品は落下した場合、危険ではないか（ガラスや割れ物は落下により飛散する恐れがある）	
	照明器具や壁に備え付けられた備品などは、揺れても天井や壁から落下しないか	
窓	網入ガラス、強化ガラスなど、破損しにくいガラスを使用しているか または飛散防止フィルムなどによる補強をしているか	
	窓ガラスのそばに、花瓶などの倒れて窓ガラスを割る危険があるものを置いていないか	
屋外	玄関などの出入り口付近に、植木鉢など倒れる危険があるものを置いていないか	
防火	食用油などがガス器具などの上に落下する恐れはないか	
	万が一、発火した際に初期消火できるよう、消火器を設置・点検しているか	

利用者への地震防災対策

	確認事項	チェック
家具・備品	日ごろから上靴を履いて過ごしているか	
	靴下で過ごしている場合は、すぐに靴・上靴を履ける状態になっているか（飛散したガラスでケガをする恐れがある）	
	頭を守るための防災頭巾や座布団・クッションはすぐに手が届く場所にあるか	

地震が発生したら、まずは「頭」を守る！

緊急地震速報のアラームを聞いたり揺れを感じたら、まずは「頭」を守りましょう。クッションや座布団、カバンなどで頭を覆ってください。