

地震防災センターに聞きました

冬の寒さは、体力の消耗にも影響し、避難の際には、低体温症やエコノミークラス症候群、心不全、高血圧等の二次被害を引き起こすことが考えられます。そこで、静岡県地震防災センターで冬の寒さへの備えや対策を聞いてきました。



取材協力：
静岡県地震防災センター
場所：静岡市葵区駒形通
5丁目9番1号
Tel：054-251-7100

静岡県公式
HP



Q 冬の避難生活に備えて、どのような避難準備をしておく必要がありますか？



A 寒い冬、温熟食（温かい食べ物）を作ったり食べたりすることで体温を上げたり空気を温めたりすることができます。そのためにも、カセットコンロやカセットボンベを多めに備えましょう。
冬は冷えるので、トイレが近くなります。「食べること、飲むこと」と「排泄すること」はセットです。トイレを気持ちよく使うことができないと、災害関連死につながる可能性もあるため、携帯トイレの備蓄も忘れないようにしてください。

Q 避難所等に避難したときに、寒さから身を守るための工夫はどのようなことがありますか？



「1枚羽織るだけで、
温かくなりますよ。」
と、
とても



A 体に羽織ることができるものを使い、体の熱を逃がさないようにしてください。また、カイロや手袋等を使い、手先や足先を温めると体全体が温まります。
避難所で生活する場合、床での雑魚寝ではとても寒く眠ることができないことが多いです。段ボールベッドなど、床からの高さがあるものを使うと寒さが和らぎ眠ることができるようになります。また、毛布やブルーシート等を合わせて使うと効果的です。
寒い中での避難生活は命に関わることもあるので、しっかり事前に備えておき、防寒対策ができるようにしておきましょう。

中部防災だより NO.18

令和5年
冬号



編集・発行
静岡県中部地域局
藤枝市瀬戸新屋362-1
藤枝総合庁舎本館2階
TEL 054-644-9104
Mail chubu-kiki@pref.shizuoka.jp

トピックス

- ・だから重要 家具の固定
- ・火災を起こさないために
- ・地震防災センターに聞きました

2次災害を防ぐ

地震の被害は揺れているときだけではなく、地震による災害を起因として、さらに別の災害が起こる可能性があります。このことを「2次災害」といいます。揺れに対する備えだけでなく、揺れが収まったあとに続く被害を防ぐ、もしくは被害を減らすための事前の対策や大事なポイントについて紹介します。

だから重要 家具の固定

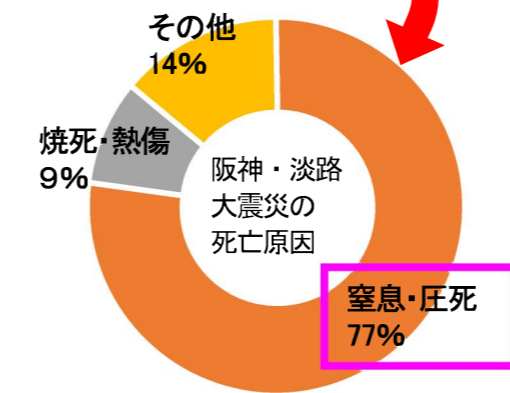
阪神・淡路大震災

発生日時
平成7年1月17日5時46分
規模等
M7.3 最大震度7
人的被害
死者：6,434名

地震発生後の家の中



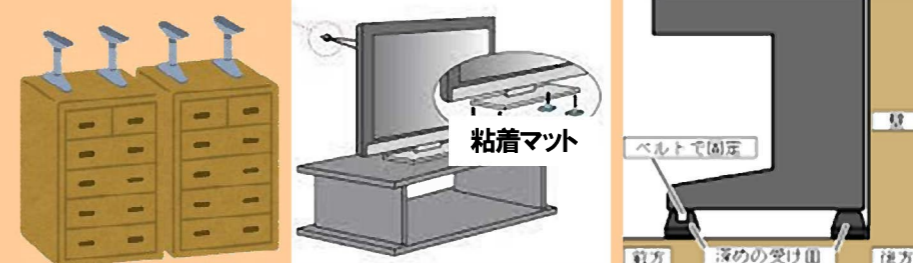
阪神・淡路大震災では、亡くなられた人の約77%は家具類が倒れたり、落ちたり、動いたりして押しつぶされたことが原因でした。



家具類が倒れたり、落ちたり、動いたりしないように対策をしていれば多くの人達が助かったかもしれません。

家具の固定

家具類が倒れたり落ちたり動いたりしないように、固定をすることが重要です。固定するための道具や方法については様々です。自分の使用している家具や住まいの構造に合わせて道具や方法を選び、固定するようにしてみてください。



参考ホームページ

内閣府HP
防災情報のページ
「みんなで減災」



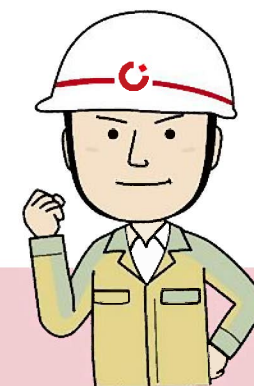
総務省消防庁HP
「地震による家具の転倒を防ぐには」



静岡県公式HP
「家具の地震対策」

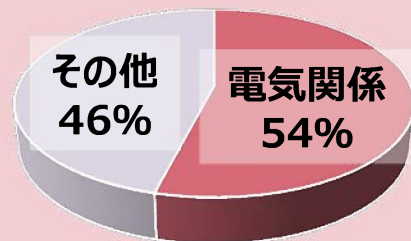


地震の際は **通電火災** に注意！



通電火災とは、

一度停電した電気が復旧したときに起きる火災をいいます。**地震による火災の過半数は、電気が原因**だと言われています。



東日本大震災における火災発生原因

※日本火災学会誌「2011年東日本大震災 火災等調査報告書」より

通電火災を防ぐために

地震で一旦（もしくは一度）停電しても、**電力会社の設備に問題が無ければ、再び電気は送られます。**

自宅を離れ避難する際は、通電火災を防ぐために、分電盤のブレーカーを「切」にして下さい。



自宅の分電盤は、どこにあるかわかる？



電流制限器



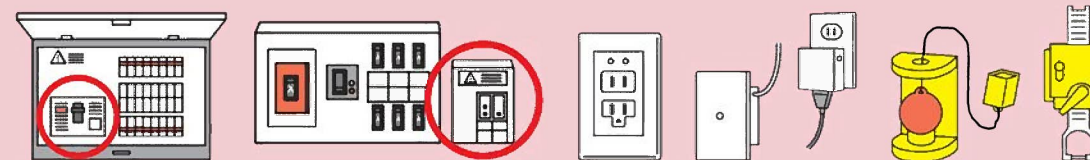
漏電遮断器



通電火災対策『感震ブレーカー』

『感震ブレーカー』とは、設定値以上の揺れを感知すると**自動的に作動**し、分電盤やコンセントの電気供給を止める器具です。留守の場合や、地震で家具などが倒れてブレーカーを切れない場合でも、通電による火災を防ぐことができます。

(注) 夜間に地震発生した場合、感震ブレーカー動作により照明も消灯するため、懐中電灯や停電時に点灯する照明器具等の備付をお勧めします。



分電盤タイプ (内蔵型) 分電盤タイプ (後付け型) コンセントタイプ 簡易タイプ

(注) 感震ブレーカー費用の一部を補助している市町があります。条件や金額等は市町によりますので、詳細は各市町のHP等でご確認ください。

通電火災の怖さ

通電火災は、その瞬間に起きるものではなく、**住民が避難した後の無人の建物**から発生するため非常に気付きにくいです。また、知らないうちに自宅が炎上し、周囲の建物に延焼する可能性があると思うと本当に恐ろしい火災です。

災害時はパニックになり冷静な対応が取れないこともあるので、**中部電力パワーグリッドとしても設置を推奨しています。**また、地震が収まったら電気機器の安全チェックをしましょう。ガス漏れのおそれがあるときには電気を使用しないようにしましょう。