

自分で出来る家庭の防災対策・・・I

2017 年 12 月吉日
辻堂東海岸一丁目防災部

はじめに

防災訓練、講習会に出席し色々な事を学びますが私も含め殆どの方々は御自分の家、特に寝室居間等の防災、又は減災の処置を講じていないのが現実でしょう。

この回覧は 2015 年 3 月 10 日（火）～11 日（水）、辻堂公民館主催の「防災講座」に出席し今までの講座とは異なり、実践的であり非常に為になりましたので何回かに分けて町内会の皆様にお伝えしたいと思います。

講師は NPO 法人・湘南ふじさわシニアネット防災研究会の上石さんと、東日本大震災で大きな被害を受けた福島県のご出身だそうです。

現在、東日本大震災以降、地震＝津波と言った考えが強いです。

家庭に防災対策を全てしようと考えると時間・手間・費用もかかりまして結局、あきらめてしまうのが現状らしいです。

(1) 迅速な行動 → 屋内の避難

- ① 避難経路の確認・・・最低でも 2 つの経路を確保し夜間、停電したことを考え 2 階の寝室から階段までの経路、降口、階段に蛍光テープを利用するのも良いでしょう。

- ② 家屋は一撃の地震では倒れません、あなた方の命は脱出口の確保で決まります。

- ③ 大地震で家具は倒れ、ピアノ、テレビ、冷蔵庫は室内をあつちに行ったりこつちに来たり大変な勢いで移動しますから頭を守るためテーブル、机の下に身を置くのは危険、避難路を絶たれます。

一般常識では通用しない場合もあります。

(2) 屋外へ安全避難路を通り早めに避難し避難施設へ、この時に家具等のガラス飛散防止の

フィルム貼るのも良いでしょう。全てのガラスに貼るのは大変、一部で結構です。

特に、寝室には人数分、安価な靴と 10m 位のロープが有りますと便利です。

充電出来る乾電池と LED 式の懐中電灯もお忘れなく。

避難時、石を使った石組の塀、築地の付近は危険です、坂道など石が転がり落ち下敷きにならぬ様に注意して下さい。

自分で出来る家庭の防災対策・・・Ⅱ

第1章 家族の安全を確保する空間を作りましょう。

家、全体を耐震性を持たせるには多大な費用が掛かります。

- I-1 家屋の耐震補強、部屋のシェルター化と屋内避難通路の家具の固定。
藤沢市の防災担当の方や信頼できる企業に相談するのも良いでしょう。

- I-2 日曜大工で出来る耐震化、部屋のシェルター化。

- (1) 家具の固定・飛散防止（本、食器、ガラス）→屋内の避難通路の確保。
- (2) 組合せ家具は上下を金具で固定、もしスペースがあれば分割して置く。
- (3) 避難通路を塞ぎそうな家具は想定する通路内には設置しない。
- (4) 壁等に釘、ネジが使えない賃貸し住居での家具の固定。
最低でも家具転倒防止ボール+倒れ防止用ゴムを使用し、もし畳の上に家具を置く場合はゴムの下にゲル状マットを敷くのが良いでしょう。
- (5) 食器棚、タンス、本箱等背の高い家具は上下を金具で連結固定しましょう。
- (6) 連結しにくい家具はL型金具、金属製チェーンで転倒防止。
ホームセンターに行けば色々な金具、転倒防止チェーンが販売されています。

- I-3 家具転倒防止ボール(突っ張り棒)

タンス、本箱等の転倒防止用に販売されている商品ですが使用の際、注意が必要です。

- (1) 設置位置ですが天井には横桟が通っています。この位置で使用しないと
しなって外れたり、天井板を突き破りいざという時に効果を発揮しません。
取り扱い説明書に従って取りつけて下さい。寝室の箆簀には突っ張り棒+転倒防止
ゴム+ゲル状マット+チェーンで対策して下さい。

- I-4 倒れ防止ゴム（家具マット）

このゴムは少し角度が付いているので壁との接触が強まります、家具は壁から離さない
床の上に直接敷き、畳の上に敷く場合はゲル状マットをゴムの下につけると良いでしょう。

- I-5 L型金具

厚さは3mm、幅 20mm、L字長さ 60mmでドライバーは2号、長めのネジで固定して
下さい、3ヶ所固定出来れば良いでしょう。この場合、間柱を確認し下穴を明けて
しっかり固定して下さい。

自分で出来る家庭の防災対策・・Ⅲ

第2章 ガラス飛散対策

家、全てのガラスは無理です。

Ⅱ-1 応急的対策

屋内避難経路等に写真や絵画の額が吊るしてありませんか？

大型の額縁には、かなりの厚さと大きなガラスが使われています。

落下したら広範囲にガラス片が飛び散り危険です。

対策として上部はステンレス線、下部はL型金具で固定すべきでしょう。

Ⅱ-2 恒久対策

食器棚、書斎にある本棚に使用されているガラスは、かなり厚いです。

倒れぬ様に対策をするには第1章でお知らせしましたが、もし倒れてガラスの飛散を最小限度にするには飛散防止フィルムを貼って下さい。

ガラス全面に貼る必要はありません、継ぎ足して貼っても大丈夫です。

しかし、凹凸があるガラスはだめです。また、ガラスを全てアクリルガラスに交換すれば恒久的対策になりますが高価です。窓ガラス等屋外に面しているガラスは内側から本棚、食器棚等屋内にある物は外側から貼って下さい。

Ⅱ-3 フィルムの貼り方

用意する道具：スプレー、ハサミ、カッターナイフ、中性洗剤、ゴムべら、定規、ゴム製窓ふきワイパー。

- ① 中性洗剤を水 200 cc に対し 3～5 滴溶かしスプレーで噴霧し汚れを落とす。
- ② フィルムを貼るガラスより約 1 cm 位大きめにカットしガラス面に中性洗剤を溶かした水を吹き付けて保護フィルムを剥しながら貼りますが、仮止めするか 2 人で貼った方が無難です。
- ③ ゴムべら又は窓ふきワイパーでフィルム中央から側面に向け空気、水を追い出す。
- ④ 乾燥したらフィルムの余分な部分をカッターナイフで定規を使って切り取る、気泡は針で穴を開け空気を追い出す。
詳しくはパッケージに書いてあります。

感想：素人には、かなり難しいですがプロの方に依頼すると、それ相応の出費が掛かります。何回か貼りますと少しずつ腕が上がります、多少の気泡が有っても自分でやった～と言う達成感が有り気泡も素人の味が滲み出ています。自己満足ですか？

自分で出来る家庭の防災対策・・Ⅳ

第3章 屋内避難通路と台所の再確認

Ⅲ-1 避難通路と台所

- ① 屋内避難通路の危険物（背の高い家具等）のチェック。
階段の近くに危険物があると倒れて逃げ道が塞がれます。
ガラスが入った額縁は掛かっていませんか？紐等で吊るさないで細いステンレスワイヤーに交換しましょう。
綿の紐なんて経年変化で地震でなくても簡単に切れますよ！
- ② 階段に手摺りは付いていますか？ 緊急時には高齢者、若者にも必要です。
出来れば階段に蛍光テープを貼り階段の位置が判別できる様にすれば安全です。
- ③ 玄関は？ マンション等の玄関は地震で外枠が歪み開けるには大変らしいです。
避難通路が玄関に限定される方は気を付けて下さい。

Ⅲ-2 台所

家の中で此处が一番危険な所。

吊り棚、冷蔵庫等の大型家電、調理器具等が落下、予想出来ない移動で避難通路が閉ざされる恐れがあります。また、食器棚のガラスが割れ床に飛散し避難が制約されパニック状態になるでしょう。我が家では台所を避難通路としない事にしました。

冷蔵庫は倒れ防止用のベルトが各メーカーから市販されています。

我が家が緊急時避難通路としない理由は何時来るとも知れない地震に対し無駄な労力を費いやさない為と費用の為です。

毎晩々、棚から食器が飛び出さない様、対応するなんて出来ませんから。

近い将来、スイッチ一つで食器棚の扉を開閉出来る様になるでしょう？

自分で出来る家庭の防災対策・・V

第4章 電気とガス。

IV-1 配電盤ブレーカー

大地震の場合には東京電力より送電はカットされます。真っ暗の中、私達は我先に外に飛び出します。

停電していますからブレーカーを落とすなんて、考えも付きません。

ブレーカーはそのまま、そして家の中のコード類は地震の揺れで断線しているのが何本か有ると思います。

そして、一定期間経過し送電OKと成り送電、断線したコードがショートし火災発生。道路は寸断され消防車は来るのが大変です、可燃物は其処ら辺に一杯あり
初期消火は近隣の方々が協力せねば不可能です。

対策：直径、約2cm、重さ約100g程の金属製の球に1mmφ位の穴を明けてテグス等の引っ張り強さが高い糸を通し結びつけブレーカーアームに結び付けます。

長さは18cm～20cm位でしょうか？

この、ブレーカーアームの下に金属の球が乗る様なL型金具を強力な両面テープ又は接着剤で固定し球を載せるだけです。

要するに振動で金属球が落下しその力でブレーカーが落ちて電気を遮断する仕掛けです。個人で作るのは大変です、市販されていて高価な物は6～7000円安価な物は700円位です。ホームセンター等で販売して居ます。

注意せねばならないのはL型金具をしっかり固定しないと球が落下し突然、停電となります。取り説に書いて有りますから直ぐに取り付け出来ます。

IV-2 ガス

都市ガス、プロパンガスのメーターには地震動により強制的にガスを遮断する装置が付いていますから安心ですが、しかし道路に埋没してあるガス管に亀裂が入りガスが漏れだしたら大変、この様に我々の周りには可燃物だらけです。

静電気だけでも火がつき火災となり得ます。

気を付けて下さい。

自分で出来る家庭の防災対策・・VI（最終章）

第5章 照明器具対策（吊り下げペンダント式、シャンデリアタイプ等）。

V-1 居間、寝室の照明器具

つい最近まで白熱電球が使われていましたが現在は製造中止で省エネ対策の為、蛍光灯LEDに替えられていますが和室では天井からの吊り下げタイプが多く地震の時、ソケットから抜けて夜間でありますと寝ている方を直撃し思わぬ大怪我となりますしまた、ガラスが飛散し素足での歩行は困難でしょう。

3～4本のチェーンで補強するか、天井に直接、取り付ける軽いシーリングタイプにした方が賢明です。現在、LEDも昔よりかなり安くなりました。

そして照明器具の真下を避けてお休みする様に心掛けて下さい。

地震等の大災害時の停電は通常時の停電とは異なり長時間（週単位）となりますからパニックにならぬ様、明り（照明）の確保を、特に階段は危険で蓄光テープを利用するなどして段差が確認出来る様にするのも一考です。

そして階段に手摺りがありましたら手摺りにも蓄光テープを貼るのも良いでしょう。

寝室には必ず懐中電灯を用意しておいて下さい。

LEDタイプの物が電池の消耗が少ないです、私は充電式の電池を利用し最低週1回は充電した電池と交換しています。

V-2 調度品（壺・陶磁器・金魚鉢・花びん等）

寝室、居間等に上記の調度品を置いていませんか？

これ等は地震の時考えられない様な移動をして被害を被る事があります。

固定するのも大変ですし、出来れば別の部屋に移し耐震対策をした方が賢明です。

特に高価な骨董品には気を使いそれ相応の出費が掛かります。

おわりに

2015年5月25日から、自分で出来る家庭の防災対策というタイトルで6回にわたって回覧を防災部より発行しました。

原稿となる基は2015年3月10日～11日の辻堂公民館主催の防災講座に出席しメモし記憶に沿って、まとめた物ですから講座の内容からズレている箇所があるかも知れません。

しかし、今の日本列島は東日本大震災以降、御嶽山の噴火・広島土砂災害・箱根の火山活動阿蘇山の噴火・噴火による鳥島の問題・首都直下型地震・東日本大水害・日本列島を襲う

大型台風等、大きな災害が頻発しています。

そして、多くの命が失われています。

先人達が経験された事が最近、どうも上手く機能してない感があり、皆さん考えて下さいな。藤沢市防災担当の方々も種々な試みで市民に防災に対する啓蒙を図っています、徐々にではありますが裾野が広まって来た感じがします。

特に毎年、開催される辻堂地区防災訓練後、会場の小学校体育館で午後より大家族防災訓練が開かれますが避難施設とはどのような場所なのか、短時間体験学習するのですがこの様な環境で長時間（週単位、月単位、年単位）生活出来るかなと不安になりました。

雑音、夜間の明かり(照明)、プライバシーの問題、フローリングの硬さ、冷たさ等々、今まで人間的な生活から一気に生活環境が変わり現代人が耐えられるのかなと思いました。

ある防災講演会で講師の方が言っておられました、労働無き捕虜収容所だと？

むろん、冷暖房なんて有りません。

老いも若きも時間が有りましたら、是非、一度体験した方が良いと思います。

大災害は必ず来ます、その為、如何に生き延びるかを日頃から考えて下さい。

そして、家族の一員であるペットの事も考えて下さい。

以上