



## 東日本大震災から10年・・・防災への意識を

### 日頃から家庭でできる地震への対策と備えを

未曾有の被害をもたらした東日本大震災。今年3月で発生から10年が経ちます。震災による死者と行方不明者は1万8000名超、震災関連死を含む死者および行方不明者の数は2万2000人を超えます。そして、東北の一部地域では今もなお、プレハブの仮設住宅での暮らしを余儀なくされる人たちがいます。私たちは、この大震災を教訓に、防災への意識を高めていかなければいけません。

大地震への減災や防災にあたっては、各自が損害を最小限に抑える準備と身の安全を確保する方法を知っておくことが大切です。家庭でできる地震の備えのうち、家族と事前にし

ておくべき確認事項として「連絡方法と避場所の確認」「自治体の防災マップなどによる地域の危険度の把握」「自宅の脱出ルートと避難場所までの避難路の確認」「火器類の消火方法の確認」などが考えられます。

また、事前の準備、対策としては「スニーカーを近くに置いておく」「ガラスに飛散防止措置をするなどケガの防止準備」「備蓄品・非常持ち出し品（例：飲料水・食料品を1人当たり3日分、ヘルメット、軍手、懐中電灯、携帯ラジオ、救急用品、下着・衣類、毛布・タオル、洗面用具、トイレトペーパー・ティッシュなど）を用意する」「住宅を耐震補強する」「ブロック塀・石垣を補強・撤去する」「家具や家電製品、



パソコンなどの転倒防止・落下防止のための補強（突っ張り棒など）、配置の工夫をする」といったことが挙げられます。

私たちにとって地震はいつでもどこで発生してもおかしくありません。災害が起きる前の備えとして何ができるか、いざ災害が発生したときはどのような行動をとるべきか、一人ひとりが考えなければいけません。家庭でできる地震への備えを日頃から進めておきましょう。

保険についてのお問合せやご不明な点がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。