

地域防災支援員の ＼ 今日からやろう / 防災力UP



むらやま りゅういち
村山 隆一

1964年3月生まれ、白糠町出身。
1982年5月、釧路西部消防組合消防署に消防士として奉職。2022年4月、釧路市西消防署白糠支署長に就任。心理相談員や産業カウンセラーなどの資格を所有。
好きな食べ物はカレーライス。

No.9 災害への備え

・高い所に物を置かない

棚の上にある重い置物や箱が落下すると避難路をふさぐほか、けがにもつながります。

▼命が助かって「けが」が逃げ遅れを招く？

地震により棚から飛び出した皿や窓ガラスなどが割れ、足にけがを負ってしまうと、津波が来る前に避難場所へ向かうことが困難になります。
落下・散乱を防ぐために、窓や食器棚のガラスに飛散防止のシートを貼ったり、飛び出し防止のロックをしましょう。

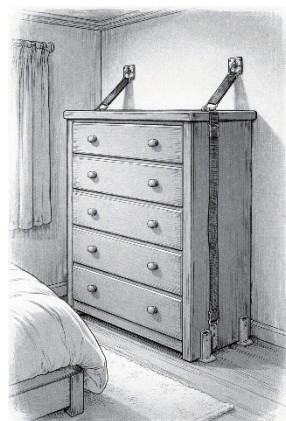
▼揺れが収まったら、「避難場所」と「避難所」どっちを目指す？

津波から命を守るためにまず目指すべきは「津波避難場所（高台や津波避難タワー）」です。

「避難所」は、安全が確保された後に生活を支える場所です。

まずは1分1秒でも早く命を救う場所へ行く必要があります。

▼「避難所」ではなく「避難場所」へ逃げることを徹底してください！



・避難路を確保
避難する出入り口をふさぐ位置に家具を置かない。
また、足元を照らす懐中電灯や停電と同時に点灯する非常灯を、コンセントに挿しておくとうれいでしょう。

▼「寝室」が家の中で一番危険？

寝ている間は無防備で、反応がどうしても遅れます。

強い揺れで背の高いたんすが倒れるほか、停電で照明が消えたり、割れたガラスが散乱することもあります。こうした暗闇の中での避難は、直接的な命の危険につながります。

次のポイントを確認して、避難の備えをしましょう。

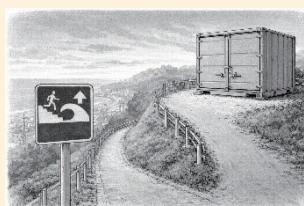
・寝ている位置を確認

寝ている場所に家具が「倒れてこない」「移動してこない」ように配置を変えてみましょう。

防災マップWeb（ウェブ）版で避難場所を確認

「どこが避難場所で、どこが避難所かわからない…」という方は、防災マップ（ウェブ版）で確認できます。「津波指定避難場所」を検索してください。

また、避難経路選別に迷ったら、地域防災支援員にお声がけください。皆さんと一緒に最適な避難路を考えます！



「避難所」ではなく、一番近い「避難場所」へ逃げることを家族のルールにし、スムーズに避難できるか避難経路の安全を点検しましょう。

問合先／危機対策課

☎ 2・2171（内線222・223）

防災マップWeb版

<https://www.town.shiranuka.lg.jp/kurashi/bousai>

