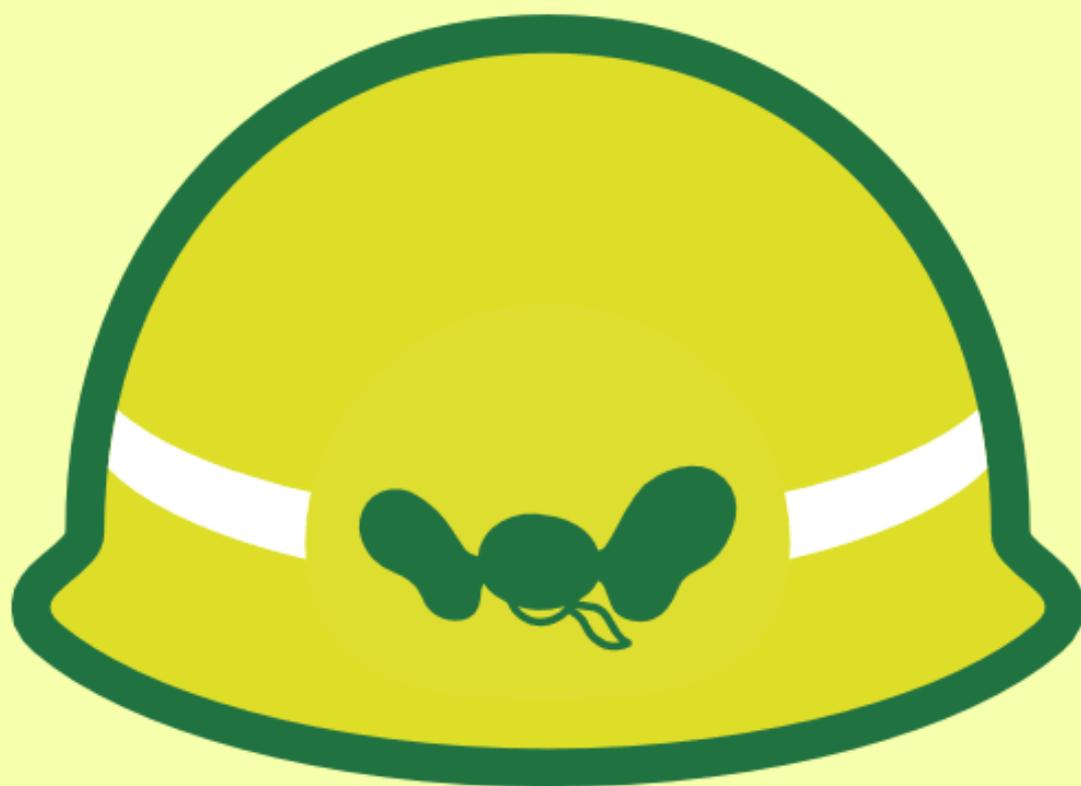


(株)東京糸井重里事務所の災害対策

ポイント集





ポイント集

- マグニチュード7クラスの首都直下型地震が今後30年以内に70%の確率で起きることを落着いて知っておく。
- 大きな地震への備えは、必要。ただし、怖がりすぎず、できる範囲で。
- 東京で直下型地震が起きた場合、もっとも怖いのは建物の倒壊と、火事。
- 地震がおさまったあとの火と電気の扱いには十分な注意を。
- 災害に備え、断水対策のためにお風呂の水を溜めておくことは重要。ただしこの水を大きな火事の消火に使うのは危険。(乳児や幼児のいるご家庭の場合、溜めた風呂水で子どもが溺れる危険があるので、あまりおすすめできません)
- 飲み水は、たいせつ。最低限の量を避難袋に入れておきたい。
- とはいえ都心で大災害が起きた場合、自動販売機やコンビニエンスストアなどで飲みものは手に入るので、多量の飲用水をたくわえる心配をしすぎない。
- 食糧も、多くのたくわえは不必要。会社であれば、社員が1泊できるだけの非常食を常備しておくのが目安。
- ただし、飲み水も、食べものも、子どもがいる場合は備えを十分に。(数日過ごせる量を各自の判断で用意する)
- 災害時の行動をシミュレートしておくことは、誰にでもできる効果的な備えになる。
- 会社も、災害時の動きを組織でシミュレートしておくことが重要。
- 災害で交通網が麻痺しているときには、会社が安全であれば、しばらくそこに社員を留め置くのが基本。あわてて帰ろうとすれば、帰宅困難者が増えてしまう。
- 大きな災害時に電話はほとんどつながらない、ということを理解しておく。
- 最もつながるのはインターネット。携帯メールも、電話に比べればつながりやすい。
- 企業にとって、災害発生時の安否確認は最優先事項。その方法を全員で話し合う機会を、定期的につづべき。
- 安否確認のルールは、家庭、友人、地域、学校など、様々なフェーズごとにつづておくべき。それぞれのルールを忘れないよう、チェックリストでメモしておくとうい。
- SOSの音を出せる携帯電話は、災害時にはかなり便利なアイテム。
- すぐにアラーム音が出せるように、自分の携帯電話で練習をしておく。
- できれば携帯電話の予備バッテリーを常に持ち歩く習慣を。
- 懐中電灯は、ぜひ準備しておきたいアイテム。(定期的に充電池の入れかえを)
- 非常時のアイテムとして、火事のリスクがあるロウソクはおすすめしない。
- 震災に備えて持っている便利なものとして、以下のようなアイテムが挙げられる。
 - ・マスク
 - ・軍手
 - ・コンビニ袋
 - ・30リットルのゴミ袋
 - ・新聞紙
 - ・糸とヒモ
 - ・コンタクトの予備
 - ・枕元にスニーカーを(脱出・避難用)
- 震災のために備えたいモノはきりが無い。でも、そのことについて考えをめぐらせ、話し合うことは重要。
- 人間は「自分は大丈夫」と思い込む心理的な傾向があるので、普段から複数で話し合い「このレベルの災害では、ここまでやろう」ということを決めておくべき。
- 震災が起きたらどうするか、その話し合いをしておくことが最も大事。**

各自、会社に置いておくもの		
✓	アイテム	用途など
	スニーカー	帰宅用にデスクの下に
	靴下	スニーカーといっしょに
	タオル+帽子(orヘルメット)/パーカなど	タオルを重ねてヘルメットがわりになります
	食糧(一泊程度)	消防訓練ごと(半年に1回)賞味期限をチェック
	水(ペットボトル500ml1本程度)	消防訓練ごと(半年に1回)賞味期限をチェック
	新聞紙	はおれば保温にもなる
	生理用品	
	電池パック(充電式がおすすめ)	単3、単4を常に充電しておく
	懐中電灯	小さめのものを
	携帯充電バッテリー	乾電池から充電できるような簡易型のものもある
	コンビニ、スーパーの袋	給水用、トイレにもなる
	ゴミ袋、フリーザーバッグ	ビニールものは何かと使える
	ストロー	フリーザーバッグに水をいれて、飲めるように
	マスク	粉じんを吸わないように、重ねれば十分
	軍手	数枚。素手でさわらないように
	ハンカチ、布類	
	糸、ヒモ、釣り糸	
	コンタクトの予備/メガネ	使い捨てのコンタクト2週間分ほどであると安心
	持病のくすり	
	健康手帳	
	歯ブラシ	
ご参考：自宅に置いておくもの		
✓	アイテム	用途など
	スニーカー	寝床の近くに
	靴下	スニーカーといっしょに
	タオル+帽子(orヘルメット)/パーカなど	タオルを重ねてヘルメットがわりになります
	食糧	乾パンやレトルトなど
	水	1人あたり2リットルのペットボトルを2~3本が目安
	お風呂に水をためておく(使ったものを残しておく)	お子さんのいるご家庭は注意
	懐中電灯	ロウソクは火事になりうるのでおすすめできない
	電池パック(充電式がおすすめ)	単3、単4を常に充電しておく
	現金	
	預金通帳	
	印鑑	
	健康保険証	
	運転免許証	