



住吉・城東地区自主防災会連合会 会長 濱 泰臣 (泰心商事)

昨年3月の東日本大震災では、大勢の方が亡く  
なられました。

しかし、定期的に避難訓練をしていた幼稚園児  
や小学校の子供達は、高台に避難して無事だった  
そうです。

このことから、日頃の訓練がいかに大切かとい

うことがわかります。宅建協会の皆様方もご家庭  
で常に避難について話し合っておいて下さい。

そして何よりも大切なのは「自分の命は自分で  
守る」ということを心がけておいて下さい。瓦礫  
の町やビルに乗り上げた大型船の映像を忘れるこ  
となく。

## ＊ いざという時に役立つ ＊

<p><b>3秒</b> <b>地震だ!!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>＊落ち着け!</li> <li>＊身を守れ!</li> <li>＊意識しよう!</li> <li>＊火元と脱出口確保!</li> </ul> <p><b>1分</b> 揺れがおさまった</p> <p>津波や山・崖崩れの 情報を確認!!</p> <p><b>2分</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火元を確認!</li> <li>家族は大丈夫か!</li> <li>靴を履く!</li> <li>非常持出し品!</li> </ul> <p><b>3分</b> <b>みんな無事か?</b> <b>近くに火は?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>＊大声で知らせる!</li> <li>＊消火器を使い!</li> <li>＊バケツリレーだ!</li> <li>余震に注意!</li> </ul> <p style="font-size: small;">右列へ続く↓</p>	<p><b>5分</b> <b>ラジオをつけろ!</b> デマにまどわされるな!</p> <p>市町村、地元の防災組織 の情報を確認!</p> <p>電話はなるべく使わない! 緊急連絡を優先!</p> <p>安否確認は 伝言ダイヤル…<b>171</b>を</p> <p><b>避難のときは</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ガス栓を閉める!</li> <li>■ ブレーカーを切れ!</li> <li>■ 車で逃げるな!</li> <li>■ ブロック塀の倒壊、 自動販売機の転倒、 看板やガラスの落下、 がれきに注意!</li> <li>■ 行き先メモを玄関に!</li> <li>■ 子供を学校等へ迎えに!</li> </ul> <p style="font-size: small;">右列へ続く↓</p>	<p><b>10分</b> みんなで消火活動! みんな救出活動!</p> <p>数時間</p> <p>消火・救出が難しい時は 消防署等へ連絡! 簡単な手当ては自分で!</p> <p><b>~3日</b></p> <p>生活必需品は備蓄で まかなえ! <small>水・食料・ラジオ・ライト・常備薬など</small></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>＊市町村広報に注意!</li> <li>＊こわれた家に入るな!</li> <li>＊無理はやめよう!</li> <li>＊がまんと助け合い!</li> </ul> <p><b>避難生活になったら</b></p> <p><b>3か条</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地元の防災組織を中心に</li> <li>● ルールを守れ!</li> <li>● 助け合おう!</li> </ul> <p>災害時要援護者に心づかい!</p> <p><b>自らの命は自らで守る</b> <b>自らの地域は皆で守る</b></p>
---	---	--

### 頭の体操 (答え)

**漱石枕流** とりょうそうそう  
ものが溢れるほどたくさんあること

**斗量帚掃** そうせきちんりゅう  
負け惜しみの強いことのとえ  
屁理屈をつけて言い逃れることのとえ