비축
P.084

실내 대비
P.094

실외 대비
P.114

커뮤니케이션
P.122

2

지금 하자 방재 액션

만일의 경우 자신과 가족을 지키는 것은 단 하나의 지식, 단 하나의 도구, 단 한마디의 커뮤니케이션일 수도 있습니다. 작은 대비가 큰 도움이 됩니다. 이 장에서는 지금 바로 할 수 있는 '재해에 대한 대비'를 정리했습니다. 큰 재해가 일어나고 나서 후회하지 않도록. 지금 바로 방재 액션을 시작합시다.

지금 하자! 4가지 대비

물건의 대비

재해 발생시 무엇보다 중요한 것이 식료품이나 생활필수품의 비축. 재택피난을 하는, 그리고 살아남기 위한 대비를 합시다.

일상 비축이라는 생각 ⇔085 페이지
최소한 갖추고 싶은 아이템 ⇔086 페이지
비축 단위 목록 ⇔088 페이지
비상용 반출 가방 준비 ⇔090페이지
비축 5 가지 포인트 ⇔093 페이지

실내 대비

가구류에 깔리지 않기 위한 전도・낙하・이동방지 및 유리 비산 방지 대책을 세워야 합니다. 통로를 물건으로 막지 않는 것도 중요합니다.

가구 전도 방지 대책의 포인트 ⇔096 페이지
전도・낙하・이동방지 기구 ⇔098 페이지
전도 등 방지 대책 체크 ⇔ 100페이지
흔들림으로부터 몸 보호하기 ⇔ 106 페이지
출화・연소를 막는 방화대책 ⇔ 109 페이지

실외 대비

안전하게 피난하기 위해서는 집 주변의 상황이나 위험도를 알아둘 것. 피난 경로를 조사하고 사전에 걸어 보는 것도 중요합니다.

거주지역 알아두기 ⇔114 페이지
피난처 확인하기 ⇔115 페이지
지형 알아두기 ⇔116 페이지
지역의 위험도 알아두기 ⇔118 페이지
몸을 지킬 수 있는 장소 알아두기 ⇔120페이지

커뮤니케이션이라는 대비

재해 시에는 인근 주민끼리의 협력이 필요합니다. 평소부터 이웃 분들과 인사를 나누고 반상회 주최 등의 방화 방재 훈련에 참가합시다.

가족 회의 열기 ⇔122 페이지
방재 네트워크 ⇔124 페이지
아파트, 맨션의 재해 대책 ⇔125 페이지
안부확인과 정보수집 ⇔128 페이지
방화 방재 훈련 참가하기 ⇔130페이지

물품 비축

지금 하자

자택에서 대비하는 중요성

일단 대규모 지진이 일어나면 전기・가스・수도 등의 라이프 라인 피해나 물자 공급의 정체가 예상됩니다. 자택의 붕괴 등을 면한 대부분 도민들은 재해 발생 후에도 자택에 머물고 당분간 생활하는 것으로 예상되므로 평소에 자택에서 생활하는 데 있어서 필요한 물건을 비축해두는 것이 중요합니다.

일상 비축이라는 사고 방식

이제까지의 재해용 비축은 건빵이나 헤드라이트 등 평소 사용하지 않는 물건을 준비하는 특별한 준비라고 생각하고 있었습니다. 따라서 관리나 지속이 어렵다고 포기해 버리는 사람도 많았을 것입니다. 그러나 평소 이용하고 있는 식료품이나 생활필수품을 조금 넉넉하게 구입해두는 '일상 비축'이면 쉽게 비축할 수 있습니다.

최소한 갖추고 싶은 아이템

지금 하자

아래 목록은 최소한 구비해야 할 것의 예시입니다. 구비해야 할 품목에 대해서는 각 가정의 환경이 다양하기 때문에 한 사람 한 사람이 자신에게 맞는 것을 생각해서 준비합시다.

식품

통조림 등은 가열하지 않아도 먹을 수 있습니다. 또한 야채주스는 미네랄이나 비타민 부족을 보충할 수 있습니다.

- ☐ 물(식수, 요리용 등)
- ☐ 주식(레토르트 밥, 면 등)
- ☐ 주요 반찬(통조림, 레토르트 식품, 냉동식품)
- ☐ 통조림(과일, 팥 등)
- ☐ 야채 주스
- ☐ 가열하지 않고 먹을 수 있는 것(어묵, 치즈 등)
- ☐ 과자류(초콜릿 등)
- ☐ 영양보조식품
- ☐ 조미료(간장, 소금 등)

피해 지역 경험해서 중요했던 것

재해지의 피난생활을 경험한 분이 애용했다는 물건은 다음의 아이템입니다. 이 밖에 노인이나 영유아가 있는 가정에서는 기저귀나 상비약 등 생활하는 데 있어서 필수적인 것은 평소에 넉넉하게 준비해둡시다. 아픈 분, 요양 음식이 필요한 분, 알레르기 체질인 분에 대해서도 마찬가지입니다.

- ☐ 물
- ☐ 조리용 난로, 가스 실린더
- ☐ 상비약
- ☐ 간이 화장실
- ☐ 손전등
- ☐ 건전지
- ☐ 충전식 등의 라디오
- ☐ 비닐봉투
- ☐ 식품 포장용 랩

생활용품

대형 비닐봉지는 급수 봉투나 화장실 봉지로도 사용할 수 있습니다, 생활 스타일에 맞게 필요한 물건을 준비합니다.

- ☐ 생활 용수
- ☐ 지병약・상비약
- ☐ 구급함
- ☐ 티슈
- ☐ 화장지
- ☐ 물티슈
- ☐ 생리용품
- ☐ 일회용 난로
- ☐ 라이터
- ☐ 쓰레기봉투, 대형비닐봉투
- ☐ 간이 화장실
- ☐ 충전식 등의 라디오
- ☐ 휴대폰 예비 배터리
- ☐ 위생장갑
- ☐ 손전등
- ☐ 건전지

비축 단위 목록

지금 하자

비축 단위의 품목이나 양

평소에 자택에서 이용하고 있는 물건을 조금 넉넉하게 구비한다는 생각이 '일상 비축'이지만 각 가정이 안고 있는 환경은 다양합니다. 각각의 생활 스타일에 따라 자택에서 피난생활을 보내기 위해 준비해야 할 품목이나 양을 스스로 생각해서 '비축 유닛'으로 구비해두는 것이 중요합니다.

참고 모델 / 부부와 영유아 1명, 노인, 여성 1명의 4명의 가족구성

아 버 지　히가시 교타로 (40) 교사
　　: 카레를 사랑한다
어 머 니　교카 (36) 보험회사 근무
　　: 현재 육아 휴직중.
　　콘택트 렌즈 사용
아　　이　히가시 교노스케 (11 개월)
　　계란 알레르기가 있다
할 머 니　히가시 교코 (70)
　　고혈압, 틀니, 귀가 어둡다

	일상용도 (항상 구비해 두는 몫)	재해에 대한 대비
재해지의 경험에서	☐ 물 (음료용, 조리용 등) 2 ℓ ・12 개 (여러 번 사용) ☐ 휴대용 곤로 1 대 휴대용 가스레인지 6 대 ☐ 상비약・시판약 각 1 상자	☐ 간이 화장실 약 30 회분 (여러 번 사용) ☐ 손전등 2 개 ☐ 건전지 ☐ 수동식 충전식 등의 라디오

	일상용도 (항상 구비해 두는 몫)	재해에 대한 대비
식품	☐ 주식 씻어 나온 쌀 5 kg, 레토르트 밥 6 개, 건면 1 팩, 즉석면 3 개 ☐ 주요 반찬, 통조림 (고등어 된장조림, 야채 등) 각 6 캔 ☐ 레토르트 9 팩 ☐ 통조림 (과일 등) 1 캔 ☐ 야채 주스 9 개 ☐ 음료 500 ㎖・6 개 ☐ 치즈, 어묵 등 각 1 팩 ☐ 과자류 3 개 ☐ 영양보조식품 3 상자, 건강음료분말 1 봉지 ☐ 조미료 각 1 세트	
생활용품	☐ 대형 비닐봉투 쓰레기 봉투 각 30 장 ☐ 비닐 봉투 ☐ 구급함 ☐ 랩 1 개 ☐ 티슈 5 팩 세트・5 개, 1 세트 (5 팩)×5 개 ☐ 화장지 12 롤 ☐ 제균 물티슈 1 박스 (약 100 매) ☐ 일회용 콘택트 렌즈 1 개월 분 ☐ 일회용 난로 10 개 ☐ 토치 1 개	☐ 휴대폰 예비 배터리 3 개 (휴대전화 대수 분) ☐ 라텍스, 위생장갑 1 상자・약 100 매
여성	☐ 생리 용품 약 60 개	
영유아	☐ 스틱타입 분유 약 20 개 (알레르기 대응) ☐ 이유식 1 주 분 이상 (알레르기 대응) ☐ 아기 물티슈 1 팩 ☐ 기저귀 약 70 장	
노인	☐ 죽 같은 부드러운 음식, 노인용 식품 1 주 분 이상 ☐ 상비약 (처방약) 1 개월 분 ☐ 보청기용 배터리 6 개 ☐ 틀니 세정제 약 30 정	

※위의 목록을 참고하면서 각 가정에 필요한 것을 준비합시다.

비상용 반출 가방

지금 하자

피난했을 때 당장 필요하게 되는 최소한의 물품을 담은 가방이 비상용 반출 가방입니다. 비상용 반출 가방의 내용은 각각 자신에게 필요한 물건을 생각하고 준비해두는 것이 중요합니다. 그것들을 배낭에 넣어 현관 근처나 침실, 차 안에, 창고 등에 배치 해두면 자택이 무너져도 가지고 나올 수 있습니다.

- ☐ 손전등
- ☐ 휴대용 라디오
- ☐ 헬멧
- ☐ 방재두건
- ☐ 면장갑
- ☐ 담요
- ☐ 건전지
- ☐ 라이터
- ☐ 양초
- ☐ 물
- ☐ 식품
- ☐ 인스턴트 라면
- ☐ 통조림따개
- ☐ 나이프
- ☐ 의류
- ☐ 젖병
- ☐ 현금
- ☐ 구급함
- ☐ 적금통장
- ☐ 인감

휴대용 비상 반출 가방

외출 시에 피해를 입은 경우를 위해 항상 가지고 다니는 가방에 최소한 필요한 아이템을 넣어 둡시다. 휴대용 라디오의 건전지는 분리해 놓아야 합니다.

- ☐ 휴대용 라디오
- ☐ 휴대전화용 충전기
- ☐ 휘슬
- ☐ 지도
- ☐ 손전등
- ☐ 칫솔
- ☐ 동전
- ☐ 물통
- ☐ 건전지
- ☐ 간이화장실
- ☐ 구급세트・담요

직장용 비상 반출가방

회사에서 제공되는 이외 물건을 각자 구비합니다. 회사에서 묵을 경우나 자택까지 걸어서 가는 경우를 상정하고 아이템을 준비하십시오.

- ☐ 걷기 편한 신발
- ☐ 손전등
- ☐ 침낭
- ☐ 물통
- ☐ 헬멧
- ☐ 구급세트
- ☐ 간이화장실
- ☐ 비상식
- ☐ 면장갑
- ☐ 우비

정리해두면 좋은 소중한 물건

종이 증서 및 증명서, 인감 등은 지퍼가 달린 비닐 케이스에 넣어두면 방수도 됩니다. 만일을 위해 가족 사진을 가지고 다니는 것도 좋을 것입니다.

- ☐ 가족 사진
- ☐ 적금 통장
- ☐ 주권
- ☐ 면허증
- ☐ 건강보험증
- ☐ 약수첩
- ☐ 연금수첩
- ☐ 인감

column

1주일은 누구에게도 의지하지 않고 산다

누구나 할 수 있는 '일상 비축'

조금 넉넉하게 사두는 것이 '일상 비축'

큰 재해가 발생하고 인프라가 차단된 경우 행정도 기민하게 움직이는 것이 어려운 상황이 됩니다. 그래서 지원이 도착할 때까지 적어도 1주일은 누구에게도 의지하지 않고 살 수 있도록 대비하는 것이 '비축' 입니다. 없어지면 곤란한 물건을 사두고 오래된 것부터 사용하도록 하는 것뿐입니다, 특별한 것들을 갖출 필요가 없습니다. 그것이 일상 비축이라는 생각이고 어렵지 않습니다, 어려운 것이 아닙니다. 평소보다 조금 넉넉하게 식품이나 일용품을 사둡시다라는 것에 불과합니다, 사두면 된다는 이야기입니다.

그 때 냉장고에 있는 식료품도 생각해서 사두면 부담이 가벼워집니다(5가지 포인트 참조). 단, 영유아나 노인, 병자가 있는 가정에서는 지진 시에는 바로 구할 수 없는 우유나 상비약 등을 넉넉하게 준비해두는 것이 중요합니다. 비축은 자신의 머리를 써서 자신이 살아가는 데 필요한 물건을 구입해 둔다는 것입니다.

가정내 피난과 가정외 피난의 차이

피난에는 '가정내 피난' 과 '가정외 피난' 이라는 차이가 있습니다. 가정내 피난은 재택 피난을 말하며, 일상비축 해 둔 것을 이용하여 자택에서 피난 생활을 합니다. 가정내 피난은 자택에는 살지 못하고 대피소 생활을 하게 되는 경우를 말합니다. 그러므로 가정내 피난과 가정외 피난은 비축에 대한 개념이 전혀 달라집니다.

자택이 손상되거나 소실된 경우의 가정외 피난은 생명을 지키는 것이 최우선이 되며 필요 최소한의 물건을 가지고 겨우 피난하게 됩니다. 아무리 비축해 놓아도 그것들을 이용하는 것은 어렵습니다. 그래서 가정외 피난에 필요한 것은 대피소까지 가져갈 수 있는 최소한 필요한 물건을 담은 '비상용 반출 가방' 이라는 것입니다. 필요 최소한의 물건은 개인에 따라 다르기 때문에 틀에 박힌 물건이 아니라 자신의 머리를 써서 살아 남기 위해 필요한 물건을 준비하는 것이 중요합니다.

비축 5가지 포인트

1 냉장고는 식료품 비축창고

일반가정이면 냉장고 안이나 기타 비축분 식료품이 1~2주 분이 있다고 합니다. 예를 들어 냉동실의 식품부터 먹기 시작하고 그 후 냉장고 식품, 기타 식품, 그렇게 순서를 생각하면 평소 있는 것으로 며칠은 먹고 생명을 이어나갈 수 있습니다.

2 생활용수의 중요성

단수가 되면 가장 곤란한 것은 생활 용수를 사용할 수 없게 된다는 것입니다. 만일의 경우에 대비하여 항상 욕조에 물을 넣어 둡시다. 또한 집합주택에서는 저수조, 저수탱크의 물도 사용할 수 있지만 어떻게 배분할지 규칙을 정해 두는 것이 중요합니다.

3 전기전용 주택의 필수품

전기전용 주택의 경우 정전이 되면 물을 끓일 수도 없게 됩니다. 따뜻한 물을 사용할 수 있으면 컵라면 등 많은 식료품을 사용할 수 있습니다. 그래서 휴대용 가스난로와 가스 실린더를 준비해둡시다. 전기전용 주택이 아니더라도 가스가 공급되지 않게 됐을 경우에는 휴대용 가스난로가 매우 도움이 됩니다.

4 독신생활의 비축

편의점 이용이 많은 독신생활 사람은 냉장고에 1주일 분의 식료품이 없을 것입니다. 그런 경우에는 편의점에서 컵라면이나 레토르트 식품, 스낵과자, 맥주 등 자신이 원하는 물건을 평소보다 조금 많이 사두면 좋습니다.

5 사용기한을 확인한다

식품의 유통기한과 마찬가지로, 건전지, 약, 일회용 난로 등에도 사용기한이 있습니다. 만일의 경우에 당황하지 않도록 정기적으로 점검합시다.

(담화) 시게카와 기시에 / 도코하대학 대학원 환경방재 연구과 교수

실내 대비

지금 하자

지진 부상자의 30 ~ 50 %는 가구류의 전도・낙하・이동

근년의 지진으로 인한 부상자의 30 ~ 50 % 는 가구의 전도・낙하・이동이 원인입니다. 방에 물건을 놓지 않는 것이 최대의 방어입니다. 그 다음은 깔리지 않도록 가구류를 배치한다. 그리고 기구로 의한 가구류의 전도・낙하・이동 방지 대책을 하면 부상의 위험을 낮출 수 있습니다.

될수록 방에 물건을 두지 않는다

창고나 벽장, 설치형, 고정식 수납가구에 수납하는 등 가능한 한 생활공간에 가구류를 많이 두지 않도록 합니다. 긴급 지진 속보를 들었을 때 바로 물건을 두지 않은, 물건이 없는 공간에 대피하면 안전합니다.

피난 경로 확보의 배치

문이나 피난 경로를 막지 않도록 가구 배치를 연구합시다. 방 출입문이나 복도에는 가구류를 두지 않도록, 고정식, 설치형 옷장에 수납합니다. 또한 서랍의 돌출에 주의하고 설치하는 방향을 생각합니다.

화재 등의 2차 재해 방지

가구류가 난로로 전도・낙하・이동하면 화재 등의 2 차 재해를 초래할, 일으킬 위험이 있습니다. 또한 화재의 위험이 있는 가구・가전도 전도・낙하・이동 방지 대책이 필요합니다.

방지 대책의 포인트

지금 하자

전도 · 낙하 · 이동 방지 대책은 나사 고정이 기본

가구류의 배치를 궁리, 고안하면 기구에 의한 가구의 전도 · 낙하 · 이동 방지 대책을 합니다. 가장 확실한 방법은 벽에 L 형 쇠장식과 나사로 고정시키는 것입니다. 나사 고정이 어려운 경우에는 작대기와 스토퍼식 작대기, 접착매트를 결합하면 효과가 높아집니다.

바퀴 달린 가구는 잠근다

일상적으로 이동하여 사용할 경우, 이동식 이외는 캐스터를 잠그고 정해진 위치가 있는 경우는 벽이나 바닥에 착탈식 벨트 등으로 고정시킵니다. 평소 움직이지 않는 것은 바퀴용 미끄럼 방지 고무나 폴식 기구 등을 설치하여 고정시킵니다

식탁·의자의 미끄럼 방지

벽면에 밀착하지 않은 키가 작은 가구류 중에서도 특히 테이블이나 의자는 이동 방지 대책이 필요합니다. 접착매트, 카펫의 경우 미끄럼 방지 매트를 설치합니다.

장주기 지진동에 대한 대책

장주기 지진동(P240)은 크게 천천히 흔들림이 계속되는 것이 특징입니다. 그래서 주의가 필요한 것이 펀던트 조명, 관상용 수조나 워터 서버 등 물을 저장해두는 것입니다. 적절한 기구로 대책을 세웁시다.

전도 · 낙하 · 이동 방지기구

□ L형 쇠장식(하향 설치)

가구 및 벽을 나무 나사, 볼트로 고정시킵니다. 슬라이딩식, 상향, 하향 설치용이 있으며 아래쪽 설치가 가장 강도가 높습니다.

□ 폴식 기구 (막대기)

나사로 고정하지 않고 가구와 천장의 틈새에 설치합니다. 점착 매트나 스토퍼와 함께 사용하면 강도가 높아집니다.

□ 점착 시트 (매트식)

점착성이 있는 겔 상태로 가구의 밑면과 바닥면을 접착시킵니다.

□ 착탈식 이동방지 벨트

벽과 바퀴가 달린 가구를 연결시켜 이동을 방지합니다.

□ 체인

펀던트식 조명기구 등을 체인이나 와이어 등으로 묶습니다.

□ 스토퍼식

가구의 앞부분 밑에 쐐기를 끼워 넣어, 가구가 앞쪽으로 넘어지지 않게 합니다.

□ 바퀴용 고무받이

바퀴 밑에 놓고 가구의 이동을 방지합니다.

□ 유리 비산 방지 필름

유리 문, 창문 등에 붙이는 필름. 깨졌을 때 파편 비산을 방지합니다.

전도 등 방지 대책 점검

지금 하자

거실 · 부엌

- ☐ 펀 던트 조명기구 — 체인으로 흔들림 방지 대책을 실시합니다.
- ☐ 텔레비전 — TV 대에 착탈식 이동 방지 벨트 등으로 고정시킵니다. 대형 L 형쇠장식으로 벽에 고정시키고 다리에 접착 매트 등을 붙여 미끄럼 등을 방지합니다.
- ☐ 전자 레인지 — 점착 매트나 스트랩식 기구로 대에 고정시키고 대형 L 형쇠장식으로 벽에 고정시킵니다.
- ☐ 식탁 · 의자 — 다리에 점착 매트 등의 미끄럼 방지를 붙입니다.
- ☐ 찬장 — 전도해도 피난경로를 막지 않도록 설치하고 벽에 고정시킵니다. 유리에 비산 방지 필름을 붙입니다.
- ☐ 서랍장 — 서랍이 튀어나오지 않도록 래치 자물쇠를 사용합니다.
- ☐ 붙박이 찬장 — 수납물이 뛰어나오지 않도록 문에 개방 방지기구를 붙입니다.
- ☐ 냉장고 — 피난에 방해가 되지 않는 장소에 설치하고 벨트식 기구 등으로 벽과 연결시킵니다. 위에 떨어지기 쉬운 물건을 올려 놓지 않습니다.

침실

☐ 침대

다리에 점착 매트 등의 미끄럼 방지를 붙입니다. 액자나 벽시계 등은 침대 근처의 벽이나 천장에 설치하지 마십시오.

☐ 유리창

비산 방지 필름을 붙입니다.

☐ 바퀴가 달린 가구

움직이지 않은 때는 바퀴를 잠그고 다리 밑에 고무접시를 설치하고 착탈식 벨트로 벽에 연결시킵니다.

☐ 쌓아놓는 식 수납 박스 류

상하를 연결 공구로 연결시키고 L 형쇠장식으로 벽에 고정합니다. 위에 떨어지기 쉬운 물건을 올려 놓지 않습니다.

☐ 장농・벽장

넘어져도 피난경로(문)를 막지 않는 방법으로 설치합니다. L 형 쇠장식이나 받침목 막대기로 벽이나 천장에 고정시키고 스탑식을 깝니다.

사무실

- ☐ 출입구 — 피난경로를 막지 않도록 출입구 가까이에 물건을 두지 않도록 합니다.
- ☐ 책상 주변 — 컴퓨터는 점착 매트나 스트랩식으로 책상에 고정시키고 책상끼리도 연결부품으로 고정합니다.
- ☐ 벽면 수납 — L 형 쇠장식으로 벽에 고정시킵니다. 서랍 · 문을 걸쇠 식으로 합니다. 상하로 나뉘어져 있는 것은 연결부품으로 연결시킵니다. 위에 떨어지기 쉬운 물건을 올려 놓지 않습니다.
- ☐ 복사기 — 움직이지 않을 때는 조정자로 고정하고 벨트식 기구로 벽과 연결합니다.
- ☐ 파티션 — 넘어지기 어려운 'H 형' 또는 'U 자형' 으로 배치하고 바닥에 고정시킵니다.
- ☐ 게시판 — 낙하하지 않도록 L 형 쇠장식으로 고정합니다.
- ☐ 유리창 — 비산 방지 필름을 붙입니다. 유리 앞에 넘어지기 쉬운 물건을 두지 않습니다.

내진화

지금 하자

압사를 막는 내진화의 중요성

한신・아와지 대진재의 사망자의 약 80 %가 건물 붕괴에 의한 압사입니다. 지금부터 30 년 이상 전인 1981 년 5 월 31 일의 건축기준법 시행령 개정 이전에 건축된 건물은 대진재에 대한 안전성이 낮은 것으로 알려져 있습니다. 내진화 체크를 위해 내진진단을 받읍시다.

내진화 체크 시트

체크 포인트에 따라 우선 스스로 내진성 체크를 하고 마음에 걸리는 사항이 많으면 전문가에 의한 내진진단을 받읍시다.

- ☐ 1981 년 5 월 31 일 이전에 지은 집이다.
- ☐ 증축을 두 번 이상 했다. 증축시에 벽이나 기둥의 일부를 철거했다.
- ☐ 과거에 마루 위・마루 밑 침수, 화재, 지진 등의 큰 재해를 당한 적이 있다.
- ☐ 매립지, 저습지, 조성지역에 세워져 있다.
- ☐ 건물의 기초가 철근 콘크리트가 아니다.
- ☐ 한쪽면이 창문으로 된 벽이 있다.
- ☐ 일본식 기와, 서양식 기와 등의 비교적 무거운 지붕 자재로 1 층에 벽이 적다.
- ☐ 건물의 평면이 L 자형이나 T 형으로 요철이 많은 구조이다.
- ☐ 큰 통층 구조가 있다.
- ☐ 창호의 맞음새가 나쁘고 기둥과 바닥의 기울기 등을 느낀다.
- ☐ 벽에 금이 가 있다.
- ☐ 베란다나 발코니가 파손되어 있다.

내진화의 상담창구

도쿄도에서는 내진화에 관한 상담 창구를 마련하고 있으며, 무료로 상담 할 수 있습니다(P269). 또한 각 구시정촌에서 내진진단 및 내진개수 등에 소요되는 비용의 일부를 지원하는 제도를 마련한 경우도 있습니다.

아파트의 내진화

내진 관련 정보를 수집하고 내진진단을 실시하고, 관리조합에서 그것을 바탕으로 검토합시다. 세부정보⇔125 페이지

도쿄도 내진 마크

도민이 안심하고 건축물을 이용할 수 있도록 지진에 대한 안전성을 표시한 것이 '도쿄도 내진 마크' 입니다. 이 마크가 있는 건물은 내진기준에 대한 적합이 확인된 건축물입니다.

방화대책

지금 하자

출화・연소를 방지하는 방화 대책의 중요성

출화를 조지하고 연소를 막는 것이 중요합니다. 이를 위해 주택용 소화기나 주택용 화재 경보기, 누전 차단기, 감진 차단기 등을 함께 설치하는 것이 효과적이라고 합니다. 또한 피난할 때에는 가스 밸브를 잠그고 전기 차단기를 내립시다.

주택용 소화기

소형이고 경량이기 때문에 여성이나 고령자도 쉽게 사용할 수 있습니다. 소화 약제가 강화액인 것과 분말인 것의 두 종류가 있으며, 더욱 간편한 에어졸식 간이 소화기도 있습니다. 종류에 따라 사용기간이 다르기 때문에 그에 따라 교체합시다. 사용할 때를 생각하여 주방 주변, 복도나 현관의 구석 등 꺼내기 쉬운 곳에 보관합시다.

주택용 화재 경보기

침실이나 부엌 등의 천장에 설치하여 화재로 발생하는 연기나 열을 감지하여 소리로 경보를 발하여 화재 발생을 알려서 도망치지 못하는 일을 방지합니다. 만일의 경우에 경보기가 제대로 작동되도록 배터리가 없어지는 일에 주의하고 정기적으로 점검 버튼을 눌러 작동 확인을 합시다.

누전 차단기

누전 등으로 이상 전류가 흐르면 약 0.1 초 후에 자동으로 전기가 끊어지는 장치입니다. 분전반에 설치되어 있고 집안의 어딘가에서 누전되면 온 집안의 전기를 멈추게 합니다. 이미 누전 차단기가 설치되어 있는지 확인하고 아직 미설치의 경우 설치하면 안심입니다.

감진 차단기 등

지진의 의한 강한 흔들림, 진동을 감지하여 전기를 차단하는 기기입니다. 누전차단기나 소화기등과 함께 설치하는 것이 전기 화재의 발생 억제 효과를 높인다고 합니다. '콘센트 타입', '분전반 타입', '간이 타입' 등의 종류가 있으며, 정전시의 조명 확보나 유지관리 등 사용상의 유의점도 다양합니다.

방화 체크 시트

지진시의 출화 원인은 주로 전기 누전이나 전기가 복구했을 때의 통전 화재, 가스 누출 화재, 석유 스토브에 의한 출화의 세 가지입니다. 방화 체크를 실시하여 화재를 조지하는 대책을 취합시다.

전기	☐ 전기 코드는 카펫이나 가구에 깔려있지 않도록 한다. ☐ 불필요한 전기기기의 플러그는 뽑아 놓았다. ☐ 전자제품 옆에 수조나 꽃병 등을 두지 않고 있다. ☐ 분전반의 위치를 파악하고 있다.
가스	☐ 프로판 가스통은 넘어지지 않도록 체인 등으로 고정하고 있다. ☐ 도쿄 가스・프로판 가스의 경우 마이콘 미터가 유효기간 이내이다. ☐ 조리용 난로의 주변은 정리 정돈되어 있고 타기 쉬운 물건을 놓지 않았다. ☐ 가스호스가 열화되어 있지 않다.
석유 난로	☐ 석유 난로 주변에 타기 쉬운 물건은 두고 있지 않다. ☐ 석유 난로의 전도 방지 조치를 하고 있다.
기타	☐ 복도나 계단 등 피난경로가 되는 곳에 타기 쉬운 물건을 두고 있지 않다. ☐ 이웃집과 접하고 있는 부분에 금속 덧문이나 망이 들어간 유리창이 설치되어 있다.

전기 · 가스 · 수도 점검

지금 하자

잠그는 방법과 복구 방법의 확인

지진시에는 전기 · 가스 · 수도가 멈출 수 있습니다. 도쿄도에서는 전력은 7 일, 상하수도는 30 일, 도시가스는 60 일 정도의 복구를 목표로 하고 있습니다. 피난할 때는 전기차단기를 내리고 가스는 가스 밸브, 수도도 수도 미터 밸브를 잠금니다. 미리 설치위치를 확인하고, 잠그는 방법, 그리고 복구 방법을 알아 둡시다.

column

기존 주택에 설치하여 생명을 지킨다

저렴한 비용으로 설치할 수 있는 '내진 셸터'

침실을 지키는 내진 셸터

내진 셸터라는 말을 들어본 적이 있습니까? 이것은 기존의 주택에 설치하여 만일 지진으로 가옥이 붕괴해도 일정한 공간을 확보하여 생명을 지켜주는 장치입니다. 대지진에 의해 목숨을 잃은 대부분의 원인이 건물의 붕괴. 한신 · 아와지 대지진의 사망자 무려 약 80 % 의 사람이 건축물의 붕괴 등에 의한 압박사였다고 합니다.

내진 성능이 부족한 가옥은 내진 개수가 필요하지만 내진 보강 공사에는 내력벽이나 브레이스에 의한 보강, 제진 댐퍼의 설치, 접합 금구에 의한 보강, 기초의 보강 등이 있습니다. 사실적으로 모두 공사 기간이나 비용이 걸립니다. '지진에 대비하여 내진 보강을 해야……' 라고 생각하면서도 경제적인 이유로 주저하고 있는 사람이야 말로 이 내진 쉘터 설치를 검토해 보십시오. 침대 형(사진 위)는 수면 공간만을 지키고 방형(사진 오른쪽)은 한 방을 통째로 지켜주는 셸터입니다. 가격은 20 만 엔 ~.

내진 쉘터가 설치된 목조주택이 지진으로 붕괴된 경우

둘 다 살면서 공사할 수 있으며, 내진 개수 공사에 비해 단기간으로 설치가 가능합니다. 자세한 내용은 아래 URL 을 참조하십시오.

도쿄도 내진 포털사이트 http://www.taishin.metro.tokyo.jp/

실외 대비

지금 하자

거주지역을 알아둔다

자택 주변의 지형이나 지질, 애지 등의 위험한 장소, 과거의 재해나 그 대책을 파악하는 것은 재해 대책에 필수적입니다. 또한 피난장소나 피난경로, 넓은 공원 등의 오픈 스페이스, 공민관, 편의점 등의 시설을 확인해 둡시다. 만일의 경우에 빠른 대응을 할 수 있어 안전한 장소로 피난할 수 있습니다.

피난처를 확인한다

피난 지시가 나오거나 화재의 위험이 임박했을 때는 인근 초등학교나 공원 등의 일시 집합 장소로 피난합니다. 거기가 위험해지면 큰 공원이나 광장 등의 피난 장소로 이동합니다. 자택이 피해를 입어 생활이 곤란한 경우는 피난소에서 잠시 생활합니다. 각각의 차이를 이해해주는 것이 중요합니다.

상세정보⇔ 274 페이지

피난소	피난장소	일시 집합장소
'JIS Z810' 에서 인용	'JIS Z810' 에서 인용	피난장소에 피난하기 전에 일시적으로 집합하여 상황을 보는 장소입니다.(학교 운동장, 인근 공원 등)

저지대

다마강가의 저지대부와 대지를 흐르는 하천가의 골짜기 밑바닥, 그리고 변두리 지역에서 도쿄만변의 고토구, 스미다구, 에도가와구, 가쓰시카구 아라카와구, 오타구가 저지대입니다. 저지대는 연약한 충적층이라는 지층이라 흔들리기 쉽고 해안이나 하천 근처는 해일의 위험도 있습니다.

대지

오메시의 동쪽, 히노시와 하치오지시에 걸쳐진 지역, 시부야구를 중심으로 신주쿠구, 세타가야구, 메구로구, 시나가와구, 미나토구, 치요다구로 퍼지는 요도바시대, 그 남쪽의 세타가야구, 메구로구, 시나가와구, 오타구에 걸치는 에바라대입니다. 지반은 안정되어 있지만 급경사지 붕괴 위험 장소도 있습니다.

산지

산지는 간토 산지의 남동부이며 도쿄도의 최고봉인 구모토리야마(雲取山)가 있는 오쿠치치부 지역, 다마의 히노하라무라(檜原村) 전역과 오메시, 히노데쵸, 아키루노시, 하치오지시의 서부입니다. 산사태나 토석류, 땅의 일부가 차차 미끄러져가는 현상 등의 피해를 입을 위험이 있습니다.

도서 지역

이즈 제도와 오가사와라 제도로 이루어지며 난카이 트로프 피해 상정에서는 높은 해일이 발생 몇 분 안에 도달될 우려가 있습니다. 도로나 항만시설이 피해를 입은 경우 며칠에서 1 주일 정도는 물류가 멈출 것으로 예상됩니다.

지역의 위험도를 파악한다

지금 하자

종합 위험도 순위를 확인한다

도쿄도에서는 지역의 '화재 위험도'나 '건물 붕괴 위험도' 이외에 마치(町), 쵸메(丁目)마다 그것들을 합산한 '종합 위험도', 재해시의 활동을 지탱하는 도로의 정비 상황을 평가한 '재해시 활동 곤란도를 고려한 종합 위험도'를 공표하고 있습니다. 거주 지역의 위험도를 확인하고 대책을 세울 때 활용합시다.

상세정보⇔278 페이지

건물 붕괴 위험도란

내진성이 낮고 건축 연대가 오래 될수록 건물의 붕괴 위험이 높고, 지반이 충적저지나 곡저저지에도 주의가 필요합니다. 오래된 목조나 경량 철골조 건물이 밀집되어 있는 아라카와 강, 스미다가와 강가의 상공업 지역 일대의 '건물 붕괴 위험도'가 높은 경향이 있습니다.

화재 위험도란

지진의 흔들림으로 발생한 화재가 연소되고 보다 넓은 지역에 피해가 확산될 위험이 있습니다. 이 위험성을 나타낸 것이 '화재 위험도'이며 출화와 연소의 위험성을 기본으로 측정하고 있습니다. 목조 건물이 밀집되어 있는 지역에 많고 환상 7호선가나 JR 중앙선 연선(구부) 등에 분포되어 있습니다.

해저드 맵을 확인한다

해저드 맵은 재해 피해를 경감하거나 피난장소, 피난경로 등의 정보를 표시한 지도를 말합니다. 본인이 살고 있는 곳의 침수나 토사재해, 액상화의 위험성 등을 확인합시다.

거주지의 재해 역사를 배운다

방재 대책은 과거의 재해 교훈을 바탕으로 만들어져 있습니다. 과거의 홍수나 지진 등의 재해의 역사를 배움으로써 현실감을 가진 대비가 가능해집니다. 인근에서 옛날부터 살고 있는 사람에게 이야기를 듣거나 도서관에서 지역의 재해의 역사를 조사합시다.

화재로부터 몸을 보호하는 장소

지금 하자

지구 내 잔류지구

도쿄도에서는 만일 화재가 발생해도 지구 내에 대규모 연소 화재의 우려가 없고, 광역적인 피난을 필요로 하지 않는 '지구 내 잔류지구'를 지정하고 있습니다. 2013년 5월 현재, 지역의 불연화가 진행되고 있는 34개소, 약 100㎢가 지정되어 있습니다. 구체적으로는 치요다구 전역, 중앙구 긴자, 니혼바시 주변 지구 등이 해당됩니다.

피난 장소

피난 장소는 주로 지진 시에 대규모 연소화재가 발생한 경우 불길로부터 몸을 지키기 위해 피난하는 장소를 말합니다. 대규모 공원, 녹지, 내화 건축물 지역 등의 오픈 스페이스를 도쿄도가 지정했습니다. 자세한 내용은 각 구시정촌의 홈 페이지 등에서 확인합시다.

column

재해 대응 화장실이나 화덕 벤치 부설

피난 장소 · 활동 거점이 되는 '방재 공원'

(위) 화덕, 벤치, 재해 대응 화장실

재해시 피난해서 가장 곤란한, 난처한 중 하나가 화장실입니다. 거기서 기억해두고 싶은 것이 '방재 공원'의 존재입니다. 방재 공원에는 급수나 전기 등의 인프라가 두절된 경우이도 쓸 수 있는 재해 대응 화장실이 준비되어 있습니다. 이 '맨홀 화장실'은 하수도관까지의 설치 관에 따라 맨홀이 설치되어 있습니다. 재해시에는 맨홀 뚜껑을 빼고 변기를 설치해 다른 사람에게서 보이지 않도록 텐트를 치고 이용할 수 있는 것입니다.

또한 평소에는 벤치로 사용하면서 앉을 부분을 빼면 '부뚜막'이 되는 '부뚜막 벤치'는 재해시 필요한 배식에 대비한 아이템입니다. 이것으로 불을 일으켜 조리 등을 할 수 있습니다(형상은 설치되어 있는 공원마다 차이가 있음). 이 밖에 정전시에도 조정할 수 있는, 켜지는 태양광 발전의 공원 조명, 단수시 수동으로 퍼 올리는 수도 펌프(식수가 아님), 방화 수조, 응급 급수조 등이 설치되어 있습니다. 도시의 오픈 스페이스는 지진 시에 다양한 역할을 하는데 도립공원 53곳은 재해시의 피난장소나 활동 거점으로 누구나 이용할 수 있는 '방재공원'으로 정비되어 있습니다. 만일 지진으로 어쩔 수 없이 도보로 귀가해야 하게 되거나 피난 생활을 할 때 도움을 받을 수 있으므로 방재공원의 위치를 아래 URL에서 확인해 둡시다.

도쿄도공원협회 https://www.tokyo-park.or.jp/special/bousai/basyo.html

커뮤니케이션이라는 대비

지금 하자

가족 회의를 열자

재해 발생시의 출화 방지나 출구의 확보 등 가족의 역할 분담을 정해 둡니다. 또한 외출중에 귀가가 곤란해 지거나 등하교 중 떨어지게 됐을 때의 안부확인의 방법과 집합장소도 결정합시다. 또한 피난장소나 피난경로, 전기 차단기와 가스 밸브의 위치, 조작 방법의 확인도 잊지 맙시다.

방재 책자를 활용한다

가족 회의는 물론, 학교나 인근 주민들과 방재 대책을 논의하기 위해 이 방재 책자 '도쿄 방재'를 활용합시다. 논의하는 것으로 방재 의식이 높아지고 재해로부터 몸을 지키는 것에 도움이 됩니다. 또한 이 책자의 메모 페이지에 자신과 가족의 정보 및 확인 사항을 기입합시다.

메모 292 – 307 페이지

방재 네트워크

지금 하자

평소에서 인사를 나눈다

재해시에는 인근 주민끼리의 협력이 필요합니다. 피난생활을 원활하게 하기 위해서라도 평소에서 인사를 나누거나 반상회 주최의 방화 방재 훈련 등에 참가함으로써 이웃과의 교류의 고리를 넓혀 둡시다.

상세정보⇔130 페이지

사회적 약자에 대하여

노인이나 장애인, 난치병 환자, 영유아, 임산부, 외국인 등은 정보파악, 피난 등이 신속하게 할 수 없는 입장에 있습니다. 평소부터 인근 사회적 약자를 파악해 두는 것과 동시에, 재해시에는 민생 위원 등과 협력하여 사회적 약자를 지원합시다.

상세정보⇔066 페이지

아파트의 재해 대책

지금 하자

방재 매뉴얼을 작성한다

아파트에서는 관리조합에서 방재 매뉴얼을 작성합니다. 전체 거주자에게 배포하고, 방재 훈련 등을 실시합시다.

실내에 피난장소를 확보한다

집회실, 엘리베이터 홀 등의 공간 또는 집집마다 안전한 장소를 확보합니다. 그 외 입구홀, 키즈 룸, 게스트 룸 등의 공용 공간이 상정되지만 유리의 비산 등이나 낙하물의 위험이 있는 곳은 피합니다.

구조용 자재의 보관

고층주택의 구조용 자재는 엘리베이터가 정지되면 고층에 들고 올라가는 것이 어렵습니다. 따라서 고층의 공유 공간에도 구조용 자재를 분산시켜서 배치해두면 안심입니다.

회사의 재해 대책

지금 하자

매뉴얼 룰을 만든다

회사에서는 방재 담당을 정하고 방재 회의를 열고 피난방법이나 피난장소, 연락망의 흐름 등의 규칙을 만듭시다. 재해 발생 후 귀가 타이밍은 원칙적으로 72 시간 이후이기 때문에 귀가 곤란자가 나온 경우의 자재 정비도 필요합니다. 인사 이동 등으로 직장 환경이 바뀐 경우에는 메뉴얼을 다시 확인하도록 합니다.

방화 방재 훈련을 실시한다

연락망의 흐름이나 매뉴얼을 만들어도 만일의 경우에 도움이 되지 않으면 의미가 없습니다. 그러기 위해서는 평소에서 메뉴얼에 따라 훈련을 실시하고 불편한 점이 있으면 재검토하고 유용한 것으로 해 나갈 필요가 있습니다. 지역의 소방기관에 상담합시다

상세정보⇔130 페이지

귀가 곤란에 대비한다

이재해서 전 직원이 귀가가 곤란해진 경우, 3 일간 회사 안에 머물 수 있도록 필요한 물건을 비축합니다.

- ☐ 식수・식량
- ☐ 담요・보온 시트
- ☐ 비닐 시트
- ☐ 위생 용품
- ☐ 휴대 라디오
- ☐ 손전등
- ☐ 건전지
- ☐ 구급 의료 약품 류
- ☐ 간이 화장실

안부 확인과 정보수집

지금 하자

NTT가 제공하는 재해용 전언다이얼

이재민이 안부 메시지를 등록하고 다른 사람이 그것을 듣는 '목소리의 전언판' 입니다. 상세정보⇔226 페이지

재해용 전언판

휴대전화 회사가 제공하고 휴대전화나 스마트 폰에서 안부정보의 등록이나 확인을 할 수 있습니다. 상세정보⇔227 페이지

도쿄도 방재 홈페이지

평상시에는 재해 대비, 재해시에는 피해 상황 등을 제공하기 때문에 평소에서 액세스하고 확인해 두면이 도움이 됩니다.

상세정보⇔270 페이지

도쿄도 방재 맵

도쿄도 방재 홈페이지내의 방재맵에서는 방재시설의 정보, 재해시 귀가지원스테이션 등의 검색이나 표시가 됩니다.

Twitter 공식 계정 @tokyo_bousai

재해시에는 긴급 정보 등을 경보 송신합니다. 또한 비상시 이외에도 방재에 도움이 되는 정보・지식을 수시로 전송 중.

도쿄도 방재 Twitter

트위터 알람 설정을 활성화해 두면 공공기관이나 긴급 대책 기관이 발신하는 중요한 트윗이 홈 화면에 표시됩니다.

상세정보⇔271 페이지

J-anpi

전화번호 또는 이름으로 재해용 전언판, 보도기관, 기업단체가 제공하는 안부정보를 일괄 검색할 수 있습니다.

상세정보⇔272 페이지

스마트 폰 애플리케이션

인터넷 라디오 앱, 방재 속보나 지진 정보 앱 등 스마트 폰에는 재해시에 도움이 되는 앱이 수많이 있습니다.

공중전화

재해시 일반 전화는 연결이 되기 어려워지지만 공중전화는 비교적 연결되기 쉽다는 것으로 알려져 있습니다.

방화 방재 훈련

지금 하자

훈련에 참가하면 재해시에도 당황하지 않는다

재해시의 피해를 최소화하기 위해서는 각 지역에서 실시하고 있는 방화 방재 훈련에 평소에서 참가하는 것이 중요합니다. 방소 방재 훈련은 주로 방재 시민 조직 등이 중심이 되어 도시 구획마다 실시하는 길목이 방재 훈련이나 학교에서는 방재 교육을 실시하는 외에 지역 주민과 연계하여 방재 훈련을 실시하는 경우도 있습니다.

도쿄도의 방재 훈련

도쿄도에서는 구시정촌과 합동으로 1년에 4회, 주민참가형의 종합 방재 훈련을 실시하고 있습니다.

구시정촌의 방재 훈련

구시정촌 주체로, 학구나 대피소마다 실시하는 수천 명 규모의 훈련입니다. 주로 학교 등에서 실시됩니다.

반상회의 방재 훈련

초기 소화 훈련이나 응급 구호 훈련 등을 중심으로 구출・구조 훈련, 통보 연락 훈련, 피난 훈련, 기진차를 활용한 신체 방호 훈련 등을 실시합니다.

학교 숙박 방재 훈련

모든 도립 고등학교, 186 개교(2015년 4월 1일 시점)에서 교내 재해 발생시를 상정한 피난 생활의 유사체험(취침훈련이나 비축 음식 준비 훈련) 등을 실시하고 있습니다.

※ 방화 방재 훈련을 실시하고 싶은 경우는 가장 가까운 소방서에 상담합시다.

초기 소화 훈련

화재는 초기 단계에서 소화하면 피해를 최소화시킬 수 있습니다. 이를 위해 가장 친근하고, 쉬운 가정용 소화기에서 스탠드 파이프나 이동식 소방 펌프 등의 소화기구・기자재 사용법을 배웁니다.

이동식 소방 펌프

소형의 펌프로 급수・가압하여 보다 멀리 대량 살수 할 수 있는 펌프입니다. 취급법을 익히면 소수 인원으로 조작이 가능합니다. 효과적으로 소화할 수 있습니다. 상세정보⇔191 페이지

스탠드 파이프

가볍고 조작도 간단한 스탠드 파이프는 소화전 등이 있으면 소방차가 들어갈 수 없는 좁은 골목에서도 방수 활동을 할 수 있습니다. 상세정보⇔190 페이지

신체 보호 훈련

지진이 발생하면 몸의 안전이 최우선입니다. 기진차 등으로 흔들림을 체험하거나 낙하물 등으로부터 자신을 지키기 위한 훈련을 받을 수 있습니다. 흔들림을 느꼈을 때뿐만 아니라, 긴급 지진 속보를 수신했을 때의 몸을 지키는 방법도 배울 수 있습니다.

출화 방지 훈련

출화시켜지 않으면 피해를 막을 수 있습니다. 출화 방지 훈련에서느 출화를 막기 위한 행동에 대해 배웁니다. 흔들림이 가라앉아서부터 침착해서 불을 끄거나 피난할 때에는 전기나 가스를 밸브에서 잠근다 등, 출화 방지 방법을 배웁니다.

통보 연락 훈련

화재, 구급・구조, 지진 발생의 재해에 대해 소방기관에 제대로, 신고하기 위한 훈련입니다. 119 번의 신고 방식이나 전화 종별에 의한 신고시의 포인트를 배웁니다.

구출 · 구조 훈련

건물 붕괴 등으로 인해 도망치지 못한 사람을 가까이에 있는 기구를 활용하여 구출하기 위한 방법을 익힙니다. 그리고 구조한 사람에 대한 응급 처치 방법에 대해서도 배웁니다.

피난훈련

화재, 지진 등의 재해시에 안전하게 피난하기 위한 훈련입니다. 피난하기 위해 필요한 대비나 피난방법 외, 연기 체험 하우스 등을 활용하여 연기의 성질 등을 배웁니다.

응급 구호 훈련

응급 사태에 적절한 응급 처치를 하기 위해서는 평소부터 응급 처치에 관한 지식과 기술을 배우고 익혀 둘 필요가 있습니다. 응급 구호 훈련에서는 유사시를 위한 응급 처치 방법을 배웁니다.

방재 교육

지진이나 화재 등의 재해시에, 우선 자신의 몸을 지키고 그 다음에 가까운 사람을 돕고 또한 지역에 기여할 수 있게 되기를 성장 단계에 따라 가르치는 것이 방재 교육입니다. 학교에서의 피난 훈련은 물론 가족도 방화 방재 훈련에 참가합시다.

방재 체험 학습

도쿄도에서는 즐기면서 재해에 대해 배우면서 방재 체험 학습을 할 수 있는 '방재관'을 마련하고 있습니다. 이케부쿠로, 혼조, 타치카와의 세 곳에서 수시로 다양한 훈련을 편하게 체험 할 수 있으므로 방재 체험의 첫 걸음으로 이용합시다.

상세정보⇔ 273 페이지

방재시민조직

자신들의 동네를 스스로 지킨다

이웃이 서로 협력하여 자신들의 동네는 자신들의 힘으로 지킨다는 지역의 방재 대책을 효과적으로 수행하기 위한 조직입니다. 반상회나 자치회를 단위로 한 협동 기관이며 반상회의 방재 담당 등이 중심이 되어 호소하고 각 지역의 실정에 맞게 만들며 활동합니다. 참가함으로써 지역 커뮤니티화, 공동체화와 방재력을 향상시킬 수 있습니다.

방재 기자재의 예

방재 조직의 활동을 위해서는 기자재를 갖추고 있어야 합니다. 지역의 실정을 근거로 어떤 것이 필요한지를 검토합니다. 보관・관리에 있어서는 재해시에 신속하게 이용할 수 있도록 해 둡시다.

- ☐ 헬멧
- ☐ 담요
- ☐ 면장갑
- ☐ 수건
- ☐ 소화기
- ☐ 비상용 식품
- ☐ 로프
- ☐ 들것
- ☐ 망치
- ☐ 쇠지렛대
- ☐ 삽
- ☐ 사다리
- ☐ 방수 시트
- ☐ 메가폰
- ☐ 잭

방재 이웃

도쿄도에서는 지진에 대한 대비로서 각자가 스스로를 지키고 근처에 있는 사람끼리가 서로 돕기 위해 의욕적인 방재활동을 실시하는 단체를 '도쿄 방재 이웃'로 인정하고 있습니다. 방재 전문가를 섞은 학습 교류회나 방재 시민 조직의 리더 등을 대상으로 한 연수회 등을 통해 지역의 방재 능력 향상을 도모하고 있습니다.

지역 방재 학습 교류회

'지역 방재 학습 교류회'는 당신의 동네에 방재 전문가가 방문하여 방재에 도움이 되는 강의나 의견을 교환합니다. 평소 반시회의 회의나 정기 훈련 등 때에 맞추어 개최하면 간편하게 방재에 대해 공부할 수 있습니다.

소방단

소방단이란

소방서처럼 지역의 소방 활동을 하는 조직이지만 상근인 소방서와 달리 비상근의 소방 기관입니다. 단원은 자영업, 회사원, 주부, 학생 등 본래의 직업을 가지면서 화재나 풍수해, 지진 등이 발생했을 때 소방 활동을 실시합니다. 입단 자격은 각 소방단에 확인합시다.

column

즐기면서 할 수 있는 방재 교육

해보자 ! '재해 도상 훈련'

방재교육은 즐기면서 할 수 있습니다. 그 하나가 '재해 도상 훈련' Disaster (재해), Imagination (상상), Game (게임) 의 머리 글자를 따서 'DIG' 라고 불리는 누구나 참가할 수 있는 방재 훈련입니다.

구체적으로는 참가자들이 생활하고 있는 지역에서 큰 재해가 발생했을 경우를 상정하여 모두가 함께 되어 대응책을 생각한다는 것입니다. 어린이부터 어른까지 함께 되고 진지하고 즐기면서 실시할 수 있는 방재 트레이닝 프로그램이라고 할 수 있을 것입니다. 이 훈련의 특징은 큰 지도를 사용하는 것, 모든 사람이 주인공이 되어 적극적으로 참가할 수 있는 것입니다.

지도를 사용하여 토론하거나 기록할 것으로 자신의 동네을에 일어 날 가능성이 있는 재해나 그 재해에 대한 약점을 파악하고 자신의 동네의 방재 수준을 확인할 수 있습니다. 또한 지역 전체, 동네 전체로 재해에 대해 조직적으로 활동하는 것의 중요성을 알 수 있습니다. 꼭 가족이나 지역 주민 분들과 함께 'DIG' 에 도전하여 방재 의식을 높이고, 만일의 경우에 대비합시다.

초급편 DIG에 도전

1. 시가지, 산, 평지, 하천 등의 자연 조건을 지도에 기입합니다.
2. 지역의 구조를 확인하고 철도나 도로, 공원, 연소를 막는다고 생각되는 건물 등을 분류해서 지도에 기입합니다.
3. 방재 상, 플러스라도 마이너스라도 되는 시설이나 설비를 찾아서 표시를 합니다.
4. 완성된 지도를 바탕으로 지역 방재에 대해 토론합시다

? 방재 복습 퀴즈

Q 1 일상 비축이란 어떤 것을 말하나요 ?
답⇔ 085 페이지

Q 2 반출 가방은 어디에 놓아 두는 것이 좋습니까 ?
답⇔ 090 페이지

Q 3 지진에 의한 가구 류의 전도에 의해 발생할 가능성이 있는 2 차 재해는 ?
답⇔ 095 페이지

Q 4 자택 안에서 부상을 방지하기 위해 어떤 대책을 취하면 좋을까요 ?
답⇔ 096 페이지

Q 5 지진의 흔들림으로 붕괴될 가능성이 있는 것은 어떤 건물인가요 ?
답⇔ 106 페이지

Q 6 지진 후의 발화나 연소를 방지하기 위해 준비해야 할 것에는 어떤 것들이 있나요 ?
답⇔ 109 페이지

Q 7 피난소와 피난장소의 차이는 ?
답⇔ 115 페이지

Q 8 가족이 떨어져있게 되었을 때를 위해 준비해 두어야 할 것은 무엇인가요 ?
답⇔ 122 페이지

Q 9 다음 번호는 각각 어디에 연결될까요 ?
① 171 번 ② 110 번 ③ 119 번
답⇔ 128 페이지

Q 10 방화 방재 훈련의 종류를 3 가지 이상 말해보세요.
답⇔ 132－134 페이지