

第一章 避難所の確認 逃げるといっても、どこに？



災害が起きてからアコレ判断するのは難しいので、事前に防災マップなどでご自宅から避難所までの経路を確認しておきましょう。ご自身の避難所を確認しておくのはもちろんですが、災害時は携帯電話がつかないこともあるので、ご家族がどこに避難するのかも話しあっておく必要があります。災害の種類によっては避難できる場所も変わるので、ハザードマップを確認して自分の住んでいる場所の状況を知りましょう。

第二章 寝室の備え 寝ているときに地震が来たら…

地震の揺れが収まってからは、家屋の倒壊などから逃れるためにも早急な避難が必要です。ガラスなどが割れた場合、避難するときに足を怪我してしまう危険も…。夜中の被災も想定して、ベッドの近くにはスリッパと懐中電灯を置いておきましょう。ベッドルームにはなるべくモノを置かず、転倒しやすい家具なども設置しない方が安心です。



第五章 家具の転倒防止 家具は、アツという間に倒れます！



下敷きにならないように、背の高いタンスなどは必ず転倒対策をしましょう。家具と天井をつかえ棒のようなポールで固定したり、L型金具で背面の壁に直接ねじ止めするやり方もおすすめです。ねじ止めは、壁の中の柱や梁がある固い場所に止めるのですが、ご自身で作業するのが難しいときは、西村ジョイの防災士がご自宅にお伺いして対応しますので、お気軽にご相談ください！

第六章 火災対策 地震でも火災は起こりうる！

地震の二次災害で危険なのが火災です。避難時には電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めて避難することを心がけましょう。ご自宅で火災が発生したときのことを想定して、家庭用の消火器を準備しておくのもおすすめです。ご自宅に火災警報器がついている場合は、正常に作動するか、年1回はテスト機能を使ったり、実際に警報音を鳴らして点検するようにしてください。



備えはジョジョに。

徐々に防災！



西村ジョイの防災士が教える、
家族を守るための9ステップ

災害に備えましょう！といっても、忙しい現代人にとっては結構ハードルが高い…。そこで西村ジョイが提案するのが、ジョジョに備える「徐々に防災！」

防災はやりやすいことから1つずつ、徐々に準備していけばいいんです！

第七章 保存食の準備 空腹に耐えられますか？

災害時は精神的ダメージに加えて、ストレスとなるのが空腹です。避難所には保存食、水がないことを前提に備えましょう。つい忘れてしまいがちですが、保存食にも賞味期限があります。食べやすさや味を知っておくのも大切なので、定期的にチェックし、期限が近づいたら食べて、なくなった分だけ備蓄食品を追加する「ローリングストック」を心がけてください。



防災士がご相談承ります

西村ジョイでは50名の防災士が在籍しています。

店舗では避難時に必要な用具を数多く取り揃え、防災士による防災イベントの開催など、地域と共に防災力を高める活動を行っています。

Instagram



防災に備える商品は裏面をチェック！みんなジョジョに備えよう！

第三章 避難リュックの準備

いざというとき、何をもち出す？

それ1つあれば当面の生活は保証できる避難リュックを準備しましょう。素早く持ち出せるように玄関まわりや車の中に置いておくのがおすすめです。逆にすぐに使わないからといってクローゼットや押し入れに入れてしまうのはNG。避難リュックは家族の人数分を用意して、背負って避難行動ができる重さにすることも重要です。



第四章 ペット避難の備え

愛する子(ペット)を守れるのは、あなただけ！

災害時は、ケージ・キャリー・リードを持参してペットと同行避難をしてください。非常用のペットシートやフードを準備しておくのはもちろんのこと、持病がある場合はお薬を避難リュックに入れておくのも忘れずに！近くの避難所がペットの受け入れ可能なかも事前に確認しておきましょう。

第八章 水・電気の確保 水・電気・ガスなしで、サバイバル！

災害が発生するとライフライン(電気・水道・ガス)が止まります。この非常時のライフラインはご自身で準備しておかなくてははいけません。ポリタンクや飲料水を貯蓄して(必要な目安は大人で1日3ℓ)、キャンプでも使えるポータブル電源なども準備しておく安心です。普段からバッテリーを充電しておく習慣も心がけましょう。



第九章 避難用品のチェック 防災グッズは使えなければ意味がない！

便利な防災グッズも、いざ避難したときに使い方が分からなければ、荷物になってしまうだけ。避難時に慌てることなく使えるように、ソーラーモバイルバッテリーや簡易トイレ、防災ラジオなど、使い慣れてないアイテムは一度試しておきましょう。ライトなどの電池切れの確認も定期的に行ってください。

