

寝るときにできる防災

寝ているときは無防備な状態です。
まずは寝室の危険をなくします。
また、とっさの避難のことを考えて準備しておきましょう。



家具の配置

家具は「寝ている場所に倒れてこない」「動いたり倒れて逃げ道をふさがない」ことに気を付けて配置します。また、棚の上のモノなどがベッドに落ちてこないように対策を。



窓の対策

窓ガラスが割れたりすると危険なのでベッドはできるだけ窓から離します。無理な場合は、ガラスに「飛散防止フィルム」を貼るといった対策を。カーテンは必ず閉めておきましょう。

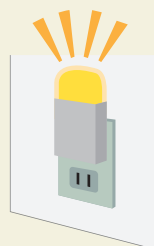
枕元に必需品

すぐ必要なものは、枕元に備えておきましょう。滑り止めシートを敷いてまとめて置いておけば、素早く持って安全な場所に移動できます。又、厚底のスリッパや使っていない靴を準備しておくで安心。



明かりを確保

停電を感知して自動で点灯し、コンセントからはずしても使える足元灯が便利。足元灯がない場合は懐中電灯をすぐ手の届く場所に置いておきましょう。



弊社は「地域防災ステーション」として災害発生時に備え、地域の皆様と一緒に防災力を高めるために「まもりとそなえ」をお配りしています。ぜひお手元に保管して、ご家族や近隣の皆様とご覧ください。



住まいに関するお悩みや
リフォーム全般、耐震診断まで
お気軽にご相談ください。



株式会社 小野建築

〒411-0934 静岡県駿東郡長泉町下長窪 657-3

☎ 0120-968-175

家族と暮らしを守る

まもりとそなえ



防犯・防災の基礎知識&対策
津波・高潮による災害と対策
安心・安全な住まいづくりのヒント
防災アイデアー賢い食料消費法

防災アクション

在宅避難の場合の防犯対策

① 在宅をアピール
空き巣に狙われないように不在時にベランダに洗濯物を干したり、照明をタイマーで点灯させるなどの工夫を。



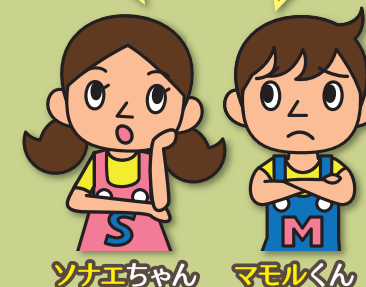
② 外出時の戸締まり
もし窓が割れたりした場合は、目隠しをし、閉まらなくなった玄関ドアはドアチェーンと南京錠で施錠するなど対策します。

③ 訪問者に注意
ガスや電気の点検、修繕、宅配などの業者を装った強盗や詐欺に注意。身分証明の提示を求める、ひとりでは対応しないといったことが大切です。



いつも以上に
気をつけることが
大切だね。

混乱に
つけこんだ犯罪が
悲しいけど発生
するんだよ。



01 知っておきたい！ 防犯・防災の基礎知識&対策

津波・高潮

海岸の主な被災の原因には「津波」と「高潮」があります。地震、台風など起こる要因は異なりますが、どちらも高い波が押し寄せ被害をもたらします。地震や台風のときには沿岸には近づかないようにしましょう。

津波による災害と対策

「津波」は、地震による海底地盤の隆起・沈下により海面が上昇し、それにより生じた波が沿岸に打ち寄せる現象です。到達するスピードや破壊力が大きく、東日本大震災時には甚大な被害が発生しました。地震が起こったら「津波」にも警戒が必要です。

津波に関する警報・注意報

大津波警報（特別警報）、津波警報または津波注意報は、その海域における最大級の津波を想定して発表します。マグニチュード8を超える巨大地震などの場合には、最初の津波警報で予想される津波の高さを数値で示さず、「巨大」「高い」という言葉で発表して避難を促すことに重点を置きます。津波警報を見聞きしたら、いち早く高台や津波避難場所に避難しましょう。



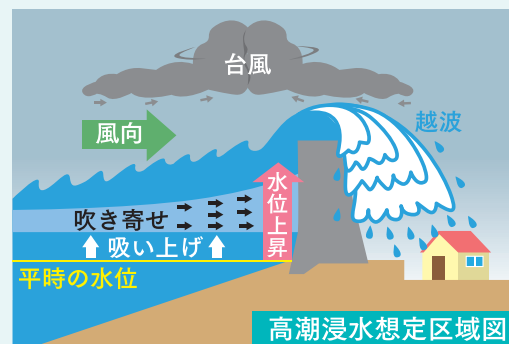
気象庁資料より

高潮による災害と対策

「高潮」は、台風や発達した低気圧により、海面が異常に高くなる現象をいいます。「高潮」が発生し、一度浸水が生じると低地における浸水被害が急速に広がります。海岸付近の低地や湾奥部など注意が必要です。ハザードマップでしっかり確認しましょう。

高潮に関する警報・注意報

風情報	高潮情報	自治体からの情報
強風注意報	高潮注意報	避難準備・高齢者等避難開始
暴風警報 または 暴風特別警報	高潮警報 または 高潮特別警報	避難勧告 暴風で避難できなくなる前に 避難指示（緊急） 危険潮位を超えた場合



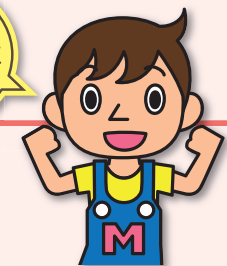
台風接近時は、屋外は暴風雨の状況になっている可能性があります。台風が接近する前日や半日前からの行動が必要です。

どちらも
早目の避難を
心がけよう！



02 安心・安全な住まいづくりのヒント

光熱費が
ダンゼンお得に
なるよ。



省エネリフォーム

手軽で効果も高いおすすめリフォーム。

●内窓の取付

熱の出入りが多い窓のリフォームで断熱性が格段にアップ。



インプラス LIXIL

●高効率給湯器へ交換

ガスなら「エコジョーズ」、電気は「エコキュート」への交換で節約。



エコジョーズ ノーリツ

●トイレ交換

従来品は13ℓだった洗浄水が今では半分以下に。節水効果大です。



ネオレスト TOTO

●水栓交換

キッチンや浴室の水栓を節湯・節水タイプに交換で省エネ。



タッチレス水栓 LIXIL

『グリーン住宅ポイント制度』がはじまりました！

要件に該当するリフォームの内容に応じてポイントが発行されます。

住宅のリフォーム

対象工事	発行ポイント
1 省エネ改修（窓・ドアの断熱改修、外壁・屋根・天井又は床の断熱改修、エコ住宅設備の設置）（いずれか必須）	上限30万Pt/戸 ※若者・子育て世帯によるリフォームや一定の既存住宅の購入に伴うリフォームの場合は上限を引き上げ（最大60万Pt/戸）
2 耐震改修、バリアフリー改修等（任意）	

ポイントの利用方法

新たな日常 防災 に対応した追加工事
●「新たな日常」対応工事（テレワーク対応、感染症予防対応など）
●「防災」対応工事（災害対策、停電対策など）

新たな日常 環境 安全・安心
健康長寿・高齢者対応
子育て支援・働き方改革 地域振興

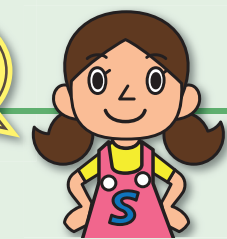
に資する賞品交換

詳しくは「グリーン住宅ポイント制度」事務局
<https://www.greenpt.jp>



03 防災アイデア

水や食料は
1週間分を目安に
備蓄してね。



賢い食料消費法

災害時、備蓄食料を大切に上手に消費しましょう。

Step 1 冷蔵庫の中身・台所まわりの食材を消費

- 調理不要で賞味期限が近いもの、傷みやすい食材を先に使います。
- 冷凍庫のものを冷蔵庫に移して保冷剤として活用。
- 解凍して食べられるもの（お弁当用冷凍食品など）を備蓄。



Step 2 レトルト食品を消費

- ライフラインが復旧していない場合でも食べ慣れた食事をするができます。



Step 3 保存食や非常食を消費

- 賞味期限が長いものは最後に。

