

# Q 防災クイズにチャレンジ!

まずは右側の解説を見ずに答えてみましょう。何問正解できるでしょうか!?

## レベル1 O×クイズで肩慣らし!

Q1 日頃からご近所さんとあいさつを交わすことは防災の観点からも有効である。○か×か。

Q2 皿などの食器は、下から「中・大・小」の順に重ねると、安定する。○か×か。

Q3 職場等で帰宅困難になった際、自宅に子供や高齢者がいる場合は急いで徒歩帰宅の方が良い。○か×か。

Q4 出火した家から避難をする際には、出入口の扉を閉める。○か×か。

## レベル2 選択クイズに挑戦!!

Q5 この地図記号は何を表している?  
①避難所 ②避難場所 ③ヘルプマーク

Q6 災害用伝言ダイヤルの電話番号は?  
①117番 ②171番 ③177番

Q7 キッチンで料理している時に地震が起きた際の行動として、間違っているものはどれ?  
①まずはコンロの火を消す  
②物が落ちてこないところに身を移す  
③冷蔵庫やレンジなどの家電から離れる

Q8 地震発生で停電した直後、明かりを確保するための正しい行動は次のうちどれ?  
①ブレーカーを上げる  
②ルームライトのスイッチを押す  
③ライターで照らす  
④スマホのライトで照らす

### 解説

Q1→災害時には近隣の住民同士の協力が重要です。避難生活をスムーズにするためにも、日頃から挨拶を交わしたり、町会等の防災訓練に参加し、ご近所との付き合いの幅を広げましょう。

Q2→下から順番に「中・大・小」の順に重ねることでより安定します。さらに、器と器の間にキッチンペーパーを挟むと滑り防止に。

Q3→発災後、移動しようとする多くの人で道路が埋まると、救急車や消防車が通れず、救助活動の妨げになります。また、移動中に余震にあう可能性もあり、発災後すぐに自宅に帰ろうとするのは危険です。しばらく帰宅できない場合を想定し、家族内で安否確認方法を共有したり、近所でどう助け合えるか、学校や保育園、介護施設などと発災時にどのように連携するか、日頃から確認しておくことが大切です。

Q4→出入口の扉を閉めることで、遮炎や遮煙効果により延焼速度を遅らせることができます。

Q5→避難場所とは危険から逃れるために避難する場所のことで、大きな公園や広場、学校のグラウンドなどになります。発災時に備え、自宅や職場などの身近な場所に近い避難場所と経路を確認しておきましょう。

Q6→災害用伝言ダイヤルはNTT東日本が無料で提供しているサービスです。毎月1日と15日は体験利用ができます。災害用伝言板(web171)もあります。

Q7→調理中、とっさに火を消すのは困難です。すぐに離れて身を守ることを優先し、火の始末は揺れが収まってから慌てずに行いましょう。地震を感知するとガスの供給を遮断するガスメーターや、自動消火するコンロもあります。

Q8→安全を確認する前にブレーカーを上げたり、ルームライトのスイッチを入れると、通電火災が起こる恐れがあります。また、損傷した配管からのガス漏れの可能性があるため、ライターなどは使用しないようにしましょう。

点 / 8点満点

2ページ下部の答えを見て、左に点数を書き込みましょう。何点でしたか? このクイズは、防災を楽しく学べる「東京都防災アプリ」から抜粋しました。また、「大田区防災アプリ」も便利なので、ぜひダウンロードをお願いします。

東京都  
防災アプリ

大田区  
防災アプリ

# 略して YBT やぐち ぼうさい とーく Yaguchi Bousai Talk

~YBT第8号~ ホームページにてバックナンバー公開中!  
前回発行のYBT第7号(令和6年7月19日発行)では、矢口地区の防災協定について紹介しました。過去のYBTは矢口特別出張所でお配りしております。

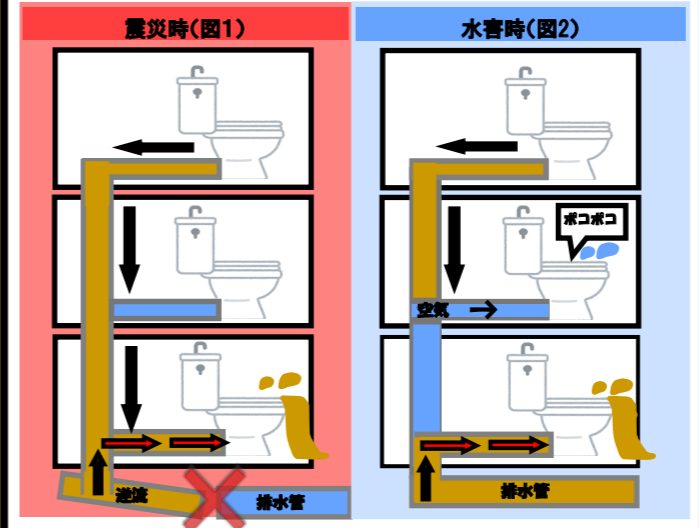
## 災害時のトイレ問題を考えませんか?

災害時の最優先事項は「トイレの確保」といわれています。停電、断水、給排水管の損傷など、様々な理由でトイレは使用できなくなるおそれがあります。トイレの外観が変わっていても、見えない部分が損傷している可能性があります。もしそれに気が付かず、トイレを使ってしまったら、そのあとのトイレはどうなるのでしょうか。

### 災害で汚水が逆流する?

災害発生時、トイレの水が逆流することが想定されます。まずは震災が原因で起こるトイレの逆流です(図1)。大規模な地震が発生すると、下水管の破損や地震による土砂が排水管に流入することにより詰まる場合があります。これらにより、排水管が詰まって排水が逆流することがあります。

次に、大雨や洪水などの水害による逆流です(図2)。短期的に大量の水が下水に溢れる事態になってしまうと、下水道や排水設備が浸水してトイレの水が逆流してしまうことがあります。



### 水害時はポコポコ音に要注意!

便器には通常水が溜まっています。これは便器の汚れを防ぐだけでなく、主な目的は排水管から臭気や虫の侵入を防ぐためです。通常、排水管の中には空気があります。そのため逆流が起こる前に便器から空気が吹き出します。つまり、便器に溜まっている水から「ポコポコ」と音がしている時は逆流に注意してください。

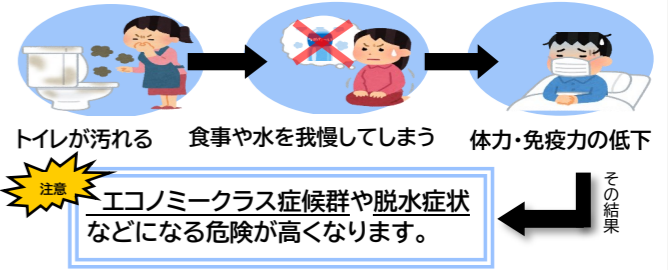
そんな時は...

### 水害時は水のうを作ろう!

水のうを便器の中に詰めることで、逆流による室内への浸水を防ぐ役割が期待できます。逆流の兆候があった場合、大きめのポリ袋を2~3重に重ね、袋の中に半分くらい水を入れ、空気が入らないようにして口をしっかりと縛り、便器の中へ詰めましょう。

### トイレが汚れると体力低下する?

東日本大震災においては、発災から数日間でトイレが排泄物の山になり、劣悪な衛生状態となった避難所もありました。避難所において、トイレが不衛生であるために使用をためらうことによって、排泄を我慢することが、食事や水分を控えることにつながります。その我慢によって、被災者は栄養状態の悪化や脱水症状、エコノミークラス症候群等の健康障害を引き起こすおそれがあります。



### 簡易トイレは何回分必要?

<備蓄数(目安)>  
1日のトイレの回数 × 家族の人数 × 7日分

回/日 × 人 × 7日分 = 回分 備えましょう!

# 地震に強い矢口を目指す4つの対策

## 4つの対策案

**矢口地区の特性**  
 ①比較的焼失建物棟数は少ない地域  
 ②揺れにより全壊する建物数が多い地域あり  
 ③高齢化率は大田区の平均値

- ①出火防止対策
- ②家具転倒防止対策
- ③家庭内備蓄
- ④初期消火

## 感震ブレーカーを知っていますか？

感震ブレーカーとは、地震発生時など設定値以上の揺れを感知するとブレーカーやコンセントなどの電気を自動的に遮断し、電気が原因となる通電火災を防止する装置です。感震ブレーカーは通電火災の防止に有効とされており、木造住宅密集地域には特に有効です。

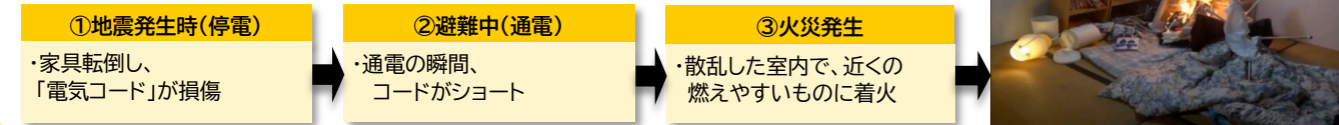


### 感震ブレーカーの役割と通電火災の怖さ

通電火災とは、電気機器を原因とする「電気火災」のうち、地震の揺れなどの影響で停電した後に電気が復旧することで発生する火災です。

こうした火災を防ぐには、家電製品のプラグを抜き、ブレーカーを落として避難することが望ましいですが、そのような予防行動をとる余裕がない場合は、感震ブレーカーが役立ちます。

### 通電火災のイメージ図



### 復電時に注意

ブレーカーが落ちた時や停電時に周囲を確認せずにブレーカーを戻してしまうと、復電時に家電等から出火する可能性があります。ブレーカーを戻す場合は、安全ブレーカー(各部屋のブレーカー)を全て落としてからアンペアブレーカー(主となるブレーカー)を戻してください。



また破損している家電や配線等、発火する恐れがあるものを取り除いてから戻すようにしましょう。

### 停電への対策

電気を遮断する感震ブレーカーの設置に際しては、停電対策と合わせて取り組む必要があります。生命の維持に直結するような医療用機器を設置している場合、停電に対処できるバッテリー等を備えてください。夜間の照明確保のために、停電時に作動する足元灯や懐中電灯等の照明器具を常備しましょう。



### 感震ブレーカーの支給



## たまちゃんのマメ知識

大田区では、対象となる世帯に対し、感震ブレーカー(簡易タイプ)を無料で支給します。対象は高齢者(65歳以上)のみの世帯や木造住宅密集地域にお住まいの世帯(矢口地区:下丸子1丁目)などです。

「通電火災」から大切な家族や財産を守るためから始めましょう。

詳しくは大田区のホームページをご参照ください。



大田区HPIはこちら

### 防災クイズ(4ページ)の答え

- Q1...○ Q5...②
- Q2...○ Q6...②
- Q3...× Q7...①
- Q4...○ Q8...④

## なぜ家具転倒防止が必要なの？



大震災が起こると、「3つの危険」①ケガ ②火災 ③避難障害が生じる可能性があります。3つの危険から自分たちの身を守るためには、家具類の転倒・落下・移動防止対策が非常に大切です。もしもの時の備えが生死の分かれ目になる可能性があります。室内を安全にする家具の転倒防止対策はできていますか？

## 3つの危険とその対策

### ①ケガ

タンスが倒れ、下敷きになって亡くなる方やケガをする方がいます。近年の地震による負傷者の30%から50%は家具類の転倒・落下が原因です。



### ②火災

転倒・落下した家具などが電気ストーブなどの電源スイッチを押し、付近の燃えやすいものに着火するなどして火災が発生することがあります。



### ③避難障害

避難通路、出入り口周辺に移動しやすい家具類を置くと、避難経路を塞いだり、引き出しが飛び出すことでつまづいてケガをしたり、避難の妨げになることがあります。



### 転倒対策チェックリストを作成しよう

- テレビを壁やテレビ台に固定していますか
- 電子レンジやオーブン等を台に固定していますか
- 冷蔵庫をベルトなどで壁に連結していますか
- 上下に分かれている家具は、上下連結していますか
- 戸棚は収納物が飛び出さないように、扉開き防止をしていますか
- 使っている固定金具等は、家具の重さや形状に適していますか
- 冷蔵庫やタンスの上に、落下しやすい物を置いてませんか
- 重いものをできるだけ下に収納していますか

### 家具転倒防止器具の支給

大田区では、該当の世帯に対し、タンス2棟まで家具転倒防止器具を無料で支給(取り付けを含む)を行います。対象は高齢者(65歳以上)のみの世帯や障がい者や介護保険の要介護3~5の方がいる世帯などです。

詳しくは大田区のホームページをご参照ください。



大田区HPIはこちら

## 家庭内備蓄の目安量を知ろう

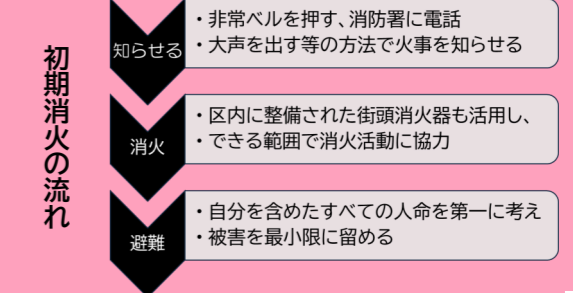
災害時は、避難所で生活するよりも、住み慣れた自宅で生活することが一番です。最低でも3日分、できれば1週間分の水や食料などを家庭に備蓄しておきましょう。

- 水** 飲料水や調理用として 1人1日3Lが目安
- 米** 2kgの米は、1食=0.5合(75g)として27食分
- 食品** 栄養バランスを考えて、数日食べても飽きがこないよう、数種類備える
- その他** アルファ化米、カップ麺、チョコレートなどカロリーが高い菓子、

水害時緊急避難場所へ避難する場合は、食料や水など自身に必要な物品をご持参ください。一時的に暴風・浸水等から身を守る場所を提供しており、必要物品はご持参いただくことが前提です。

## 初期消火が重要です！

火災を防ぐには、出火から2~3分の間に鎮火させる初期消火が重要です。これ以上の時間が経つと、自分での消火活動は不可能とされています。



大田区では家庭用消火器をあっせんしています！大切な家族や財産を守るため、家庭用消火器を設置して、もしもの火災に備えましょう。



詳細はこちら

### 街頭設置消火器を知っていますか？

街中に概ね100mの間隔で、約6,900本の街頭設置消火器を設置しています。災害時にご活用ください。

