

地震への備えの再確認や取るべき行動のチェックリスト

（住民編）

迅速な避難体制・準備

- 地域のハザードマップで地震、津波、土砂災害等のような危険が想定されるかを確認する
- 安全な避難場所・避難経路等を確認する
- 家族との連絡手段を決めておく
- 非常持出品（食料、水、常備薬、懐中電灯、携帯ラジオ等）を、就寝時でもすぐに持ち出せるように準備する
- すぐに逃げれる服装で就寝する
- 出入口に避難の支障となる物を置かない
- 耐震性が低い建物や、土砂崩れや津波浸水のおそれがあるところには、できるだけ近づかない
- 倒壊危険性のあるブロック塀等には近づかない
- 屋内のできるだけ安全な場所、安全な部屋で生活する
- がけ崩れのおそれがある地域では、がけに近い居室で寝るのを控える
- 津波、土砂災害等のリスクが高いところでは、不安がある場合に避難できる安全な知人宅、親類宅等を検討する

家具類の転倒及びガラス飛散防止対策など室内の対策

- 窓ガラスの飛散防止対策をする
- タンス類・本棚の転倒防止対策をする
- キャスター付きの収納、ベッド等を固定する
- テーブル・椅子のすべり防止対策をする
- テレビをテレビ台に固定し、テレビ台のすべり防止対策をする
- 食器棚の転倒・ガラス扉の飛散・引き出しの飛びだし防止対策をする
- 冷蔵庫の転倒防止対策をする
- 電子レンジの落下・すべり防止対策をする
- ベッド頭上に物を置かない
- 高い場所に物を置かない

出火や延焼の防止対策

- 火災警報器の電池切れがないことを確認する
- 不要な電気機器等の使用を控え、コンセントのプラグを抜く
- コンロやストーブの周囲に燃えやすい物を置かない
- 消火器を取り出しやすい場所に置く
- プロパンガスのボンベを転倒しないよう固定する
- 漏電遮断機や感震ブレーカー等を設置する

地震発生後の避難生活の備え

- 水や食料の備蓄を多めに確保する
- 簡易トイレを用意する
- 携帯ラジオや携帯電話の予備バッテリー等を準備する

地震への備えの再確認や取るべき行動のチェックリスト

（企業編）

身の安全確保と迅速な避難体制・準備

- 地域のハザードマップを確認する
- 建物の耐震診断を行う
- 従業員等に耐震性の低い建物には近寄らないよう周知する
- 耐震性が低い建物を利用している場合は、代替拠点に機能を移す
- 安全な避難場所・避難経路等を確認するとともに従業員や顧客の避難誘導ルールを策定する
- 従業員の安否確認手段を決める
- 出入口に避難の支障となる物を置かない
- 防災訓練（避難訓練、火災消火等）を実施する
- 土砂崩れや津波浸水のおそれがある場所での作業を控える

施設・設備などの安全対策

- 重要設備の地震時作動装置の点検を実施する
- 機械・設備・PC等の転倒・すべり防止対策をする
- 机・椅子のすべり防止対策をする
- 窓ガラスの飛散防止対策をする
- 高い場所に危険な物を置かない
- 文書を含む重要な情報をバックアップし、発災時に同時に被災しない場所に保存しておく

発災後のための備え

- 非常用発電設備の準備及び燃料貯蔵状況を確認する
- 早期復旧に必要な資機材の場所を確認する
- 事業継続に必要な調達品の確保を実施する（製品や原材料の在庫量見直し等）
- 水や食料等の備蓄品の場所と在庫の有無を確認する
- 企業・組織の中核機能を維持するための、緊急参集や迅速な意思決定を行える体制や指揮命令系統を確保する
- 発災後の通信手段、電力等の必要な代替設備を確保する
- 取引先、顧客、従業員、株主、地域住民、政府・地方公共団体などへの情報発信や情報共有を行うための体制の整備、連絡先情報の保持、情報発信手段を確保する
- 災害時の初動対応や二次災害の防止など、各担当業務、部署や班ごとの責任者、要員配置、役割分担・責任、体制などを確認する
- 津波浸水が予想される海沿いの道路利用を避け、輸送に必要な代替ルートを検討する