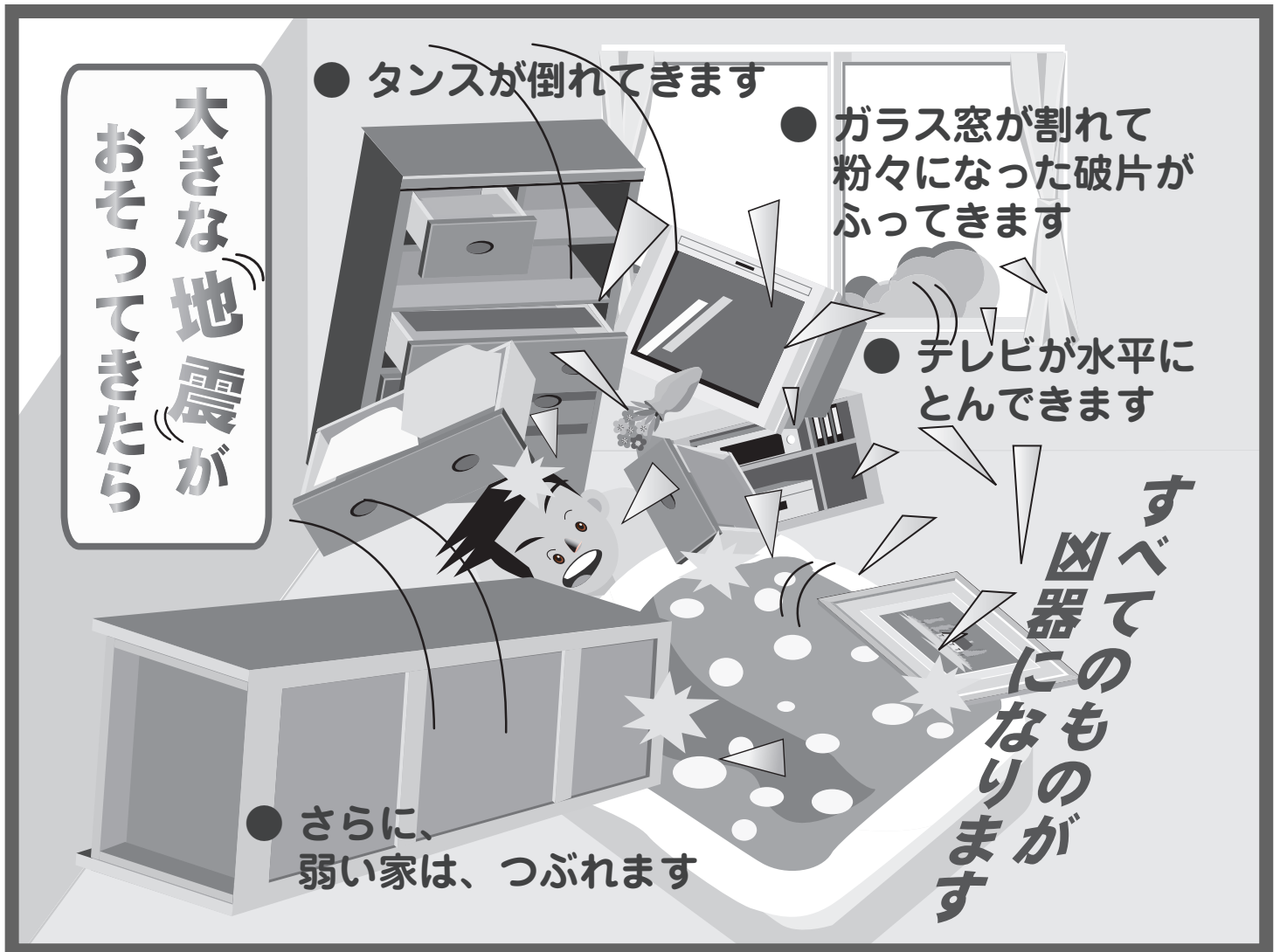


あなたは、どんな場所で寝ていますか？



地震は、ときと場所を選びません。寝ているときに突然、おそってくこともあります。

安心して眠るためにも、家具が倒れてきても大丈夫なように配置を変えたり、固定をしたりしてください。阪神・淡路大震災では、家具や家に押しつぶされ即死した方が、死因の約8割にもおよびました。

また、木造建築の場合、一般に1階より2階のほうが、より安全とされています。



さらに、あなたの命を守るために、家の耐震化（大地震がきても、家がつぶれない強さに補強をすること）を検討してください。家が大丈夫なら、避難所で不自由な暮らしをすることも、家財道具すべてを失うこともありませんし、出火の心配もより少なくなります。あなたの家が地震に耐えられるかどうかは、耐震診断（区でも相談にのっています）でわかります。