

集合(避難)場所

市町村防災マップ等で、近場の避難場所を確認。
家族がバラバラの場所で被災した時の集合場所を決めておく。

緊急時の集合(避難)場所(自宅からのルート)

緊急連絡先

携帯電話等が使えない場合などに備え、家族の連絡先を確認。

名 前	TEL
メール	
名 前	TEL
メール	
名 前	TEL
メール	
名 前	TEL
メール	

備品リスト

- 懐中電灯 携帯ラジオ 発電機 乾電池
- モバイルバッテリー ランタン リュック
- ヘルメット バール ロープ 救急用品
- レインコート ブルーシート 簡易トイレ
- 毛布 生理用品 トイレットペーパー
- マスク 紙おむつ カセットコンロ
- コンロ用ボンベ 水 食料品(賞味期限確認)
-

三陸地方の言い伝え 「津波てんでんこ」

「てんでんこ」は、「めいめい」を意味する「てんでん」に、東北方言の「こ」が付いた言葉。
つまり、「津波が来たら、各々、一人で逃げろ」
「自分の命は自分で守れ」という意味です。
東京でも、海拔の低い場所や、大きな河川の近くでは、高台か頑丈な建物の4階以上へ上がりましょう。

何かあったら、丸二に連絡！

株式会社 丸二

まる二のクオリティはナイス！

フリーダイヤル
☎0120-020-987

〒180-0004 東京都武蔵野市吉祥寺本町1-35-1

TEL:0422-21-3211 (代表)

FAX:0422-22-6611

担当者() 連絡先(- -)

メール arigatou@maruni-wave.co.jp

丸二 検索 <https://www.maruni-wave.co.jp/>



ご近所で見かけませんか？



ウチの防災🔥大丈夫？

わが家 チェックシート

ゴールデンウィーク・お盆・お正月は、
家族みんなで「わが家」をチェック！



MARUNI
株式会社 丸二

地震に備える



火事に備える



ライフライン



確認項目	チェック内容	チェック・備考
わが家はいつ建てた？	1981(昭和56)年5月までに完成した建物は旧耐震基準です。耐震補強工事を検討しましょう。	
照明や掲示物が落ちてこないように！	天井から吊っている照明器具、壁の掲示物(絵画等)が落下しないように、2箇所以上で固定しましょう。	
家具の転倒防止を！	転倒防止金具などを付けて固定しましょう。背の高い家具は特に！食器棚などの扉には、耐震ラッチを付けましょう。	
寝室の安全は大丈夫ですか？	寝ている周辺に、落ちそうな物や倒れそうな物はありませんか？動きそうな家具は転倒防止対策をするか、他の部屋へ移動しましょう。	
ブロック塀は倒れないかな？	塀に割れやヒビがある、高さが2.2m以上、控え壁(塀と直角の支え)が無い場合は危険です。	
消火器を置きましょう	消火器の有効期限を確認しましょう。家族全員が、消火器の場所や使い方を把握していることも大切です。	
非常口周辺はスッキリと	非常口の周辺に障害物がないか確認しましょう。閉じ込められることも想定し、内部から開けられるバール等を準備すると安心です。	
スムーズに避難できますか？	通路には物を置かずに、すれ違える幅を十分に確保しましょう。避難時には火元を確認し、ブレーカーを落としてから避難することを家族全員に周知しましょう。	
ガスの復旧方法を知ってますか？	都市ガスの場合はガスの復旧方法を事前に確認しましょう。プロパンガスはボンベが倒壊しないようしっかり固定しましょう。	
外部水道も忘れずに	外部に露出配管の場合は凍結防止の保護をしましょう。止水メーターの場所も確認しましょう。	
停電対策は十分ですか？	懐中電灯、ローソク、家庭用ソーラー充電器などの準備をしましょう。発電機は、きちんと動くか確認し、フル充電にしておきましょう。取り出し易い場所への設置も大切です。	

台風・豪雨に備える



確認項目	チェック内容	チェック・備考
物干し台は倒れないかな？	基礎部分の劣化状況を確認。ぐらつくようであれば、交換を検討しましょう。強風時は物干し竿を室内へ移動するか、地面へおろしましょう。	
雨漏り箇所はありませんか？	防水テープ又はシーリングによる簡易補修をしましょう。自分で処置が難しい場合は、丸二にご相談下さい。	
地下ピットや排水ポンプの点検を！	地下ピットの蓋はちゃんと開きますか。排水ポンプは作動していますか。排水管、ドレン等に汚物詰まりがあったら、取り除きましょう。	
屋根が飛ばされないように！	屋根材の剥がれ、まくれ、欠損は無いですか。確認が難しければ、丸二にご相談下さい。	
ソーラーパネルが飛ばされないように！	パネル部に不要物の張り付きが無いかを確認しましょう。パネルの緊結部や基礎にヒビや欠けが無いか確認しましょう。	
雨水が入ってこないように！	1階や地下への浸水が心配な場合は、玄関などに土嚢を準備しましょう。止水板の設置も検討しましょう。	
雨どいや排水の詰まりはないですか？	雨どいに落葉や汚物が無いかを確認しましょう。定期的に清掃することも大切です。	
ベランダの安全は大丈夫ですか？	パネルや手すりは、ビスの外れ、緩みが無いか確認しましょう。飛ばされそうな物は事前に室内に取り込むか固定をしましょう。	
雨戸や網戸が飛ばされないように！	雨戸や網戸は開け閉めしやすいですか？外れやすくなっている場合は、強風時に飛散の恐れがあるので、交換を検討しましょう。	
窓ガラスが割れた時のために	シートを貼る等、飛散防止の対策をしましょう。不安な場合は、強化ガラスや合わせガラスに交換することも検討しましょう。	
車は安全な場所へ	台風や豪雨の時は、地下駐車場や立体駐車場への駐車は避け地上へ移動しましょう。	