

もしもの  
地震の  
ために

見直しませんか？ 住まいの防災

# 家具の固定が 自分と家族を守る！



揺れを感じた時や  
緊急地震速報を  
見聞きした時

## シェイクアウト

しせいをひくく



あたまをまもり



じっとする



もしもの  
地震の  
ために

見直しませんか？ 住まいの防災

## 家具の固定が自分と家族を守る！

### 自分でできる家具固定とは

南海トラフ巨大地震や直下地震はいつ発生してもおかしくない状況にあり、地震から人命を守るためには、建物の耐震化と家具固定が必要となります。

しかし、家具固定の実施率は、愛知県の調査では52.8%（2023年）しかありません。また、建物の耐震化も十分とは言い難い状況です。このような状況で地震が発生すると、多くの方が負傷したり亡くなったりする大惨事となってしまいます。

本書では、みなさんが自分でできるように家具固定の仕方を3段階のレベルに分けて、レベル1から順番に取り組んでいけるようにしています。

#### 南海トラフ地震臨時情報

### 南海トラフの巨大地震に備えて

南海トラフ沿いで異常な現象を観測された場合や地震発生の可能性が相対的に高まっていると評価された場合等に、気象庁から発表される情報です。

| キーワード  | 行動指針  |
|--------|---|
| 調査中    | 個々の状況に応じて避難等の防災対応を準備・開始し、今後の情報に注意してください。  |
| 巨大地震警戒 | 日頃からの地震への備えの再確認に加え、地震が発生したらすぐに避難できる準備をする必要があります。地震発生後、津波からの避難に間に合わない可能性のある住民は1週間の事前避難を行う必要があります。ただし、豊田市には、沿岸部がなく津波による影響がないため、事前避難対象地域はありません。なお、建物倒壊による火災延焼リスクや土砂災害リスクの高い地域では、自主避難者を受け入れる体制を構築しています。 |
| 巨大地震注意 | 日頃からの地震への備えの再確認に加え、地震が発生したらすぐに避難できる準備をしましょう。  |
| 調査終了   | 地震の発生に注意しながら通常の生活を行いましょう。ただし、大規模地震発生の可能性がなくなったわけではないことに留意しておきましょう。  |

自分で  
できる

## お家の中の防災対策

まずは

お家チェック

お家の整理・整頓をする

レベル  
1

収納方法や家具配置の工夫で身を守る

避難路の確保

避難路をふさがないように  
玄関・階段・廊下の安全を確保

就寝中や休息中に地震が発生しても命を守る

生活空間の安全

寝る場所・くつろぐ場所の  
安全を確保

レベル  
2

家具を固定し、避難できる時間をかせぐ

効果的な家具固定

2つ以上の組合せによる  
家具固定の仕方

家具固定の注意事項

家具固定器具の  
取付け方の注意事項

キッチンの安全確保

キッチンでの家具固定の仕方

レベル  
3

備え付け家具など、  
強固な固定で、安全に避難できるように

ケガのリスク低減

迅速な避難ができるよう  
ガラスなどの飛散防止対策

## お家チェック

## お家の整理・整頓をする

### 整理

### 使っていない物を整理しましょう

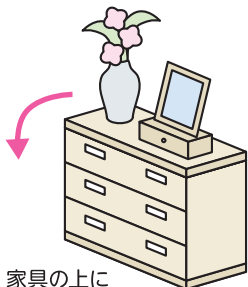
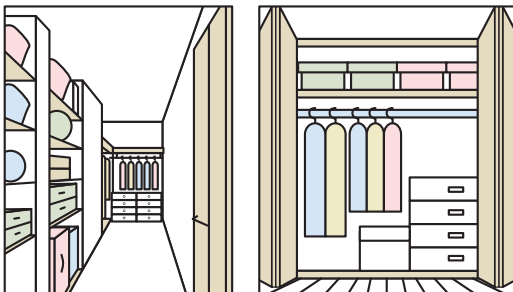
- ものが少なくなると必要なタンスや家具も少なくなり、部屋の中が広く、快適になります
- 5年以上使っていないものはリサイクルしたり、捨てたりしましょう
- 納戸やクローゼット、備え付け家具などに荷物を集中的に1か所に集めましょう

### 整頓

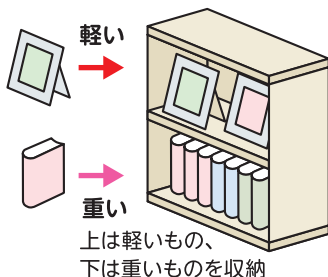
### 利用しやすい定位置に置きましょう

- 取りやすい場所を定位置に決めましょう

ものが  
少なくなって  
部屋が広く  
キレイ!



家具の上に  
ものを置かない



軽い

重い

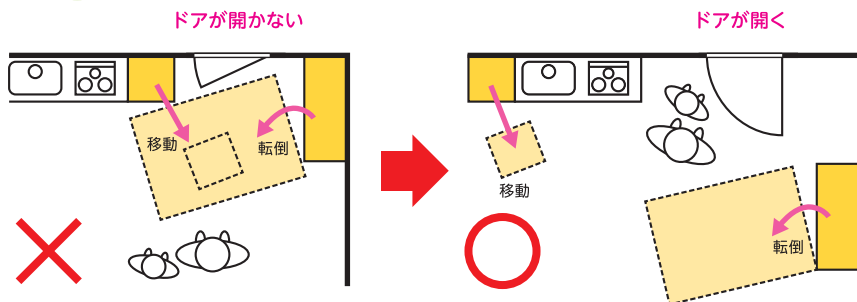
上は軽いもの、  
下は重いものを収納

避難路の確保

避難路をふさがないように  
玄関・階段・廊下の安全を確保

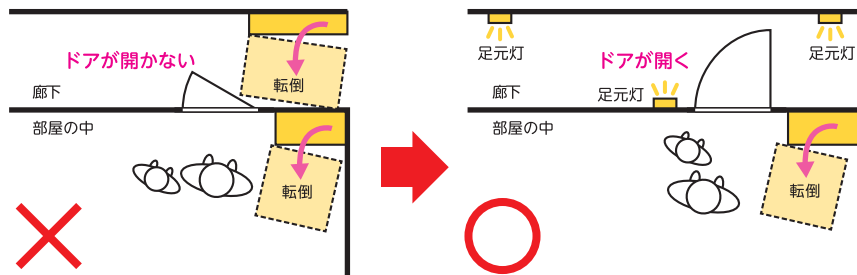
POINT

玄関や部屋の出入口には、倒れてドアを  
ふさぐようなものを置かないようにしましょう



POINT

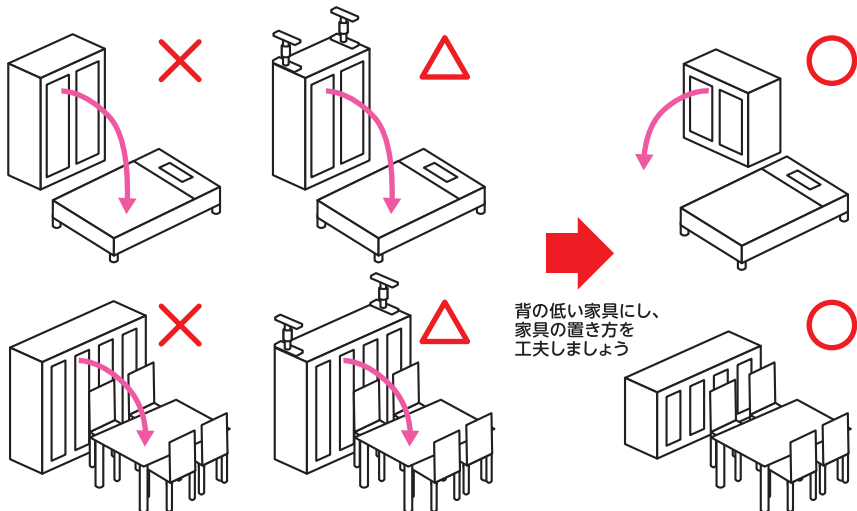
階段や廊下には、ものを置かないようにしましょう  
停電時にも自動で点灯する足元灯を付けましょう



生活空間の安全

寝る場所・くつろぐ場所の安全を確保

- ★寝る場所(寝室)やくつろぐ場所(居間)にはなるべく家具を置かないようにしましょう
- ★家具を置く場合には、背の低い家具にし、置き方を工夫しましょう
- ★居間ではテレビの前でくつろぐことが多いので、テレビの対策も行いましょう

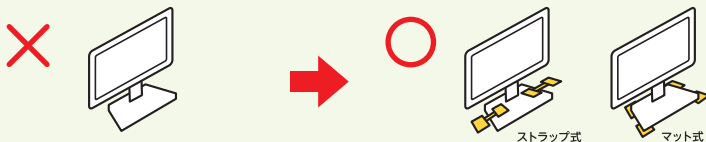


背の低い家具にし、  
家具の置き方を  
工夫しましょう

- × → 家具の正面が寝る場所・くつろいでいる場所を向いている
- △ → 家具の固定をしているが家具の正面が寝る場所・くつろいでいる場所を向いている
- → 家具の正面が寝る場所・くつろいでいる場所を向いていない
- → 背の低い家具\*を使用している
- ◎ → 家具がない。または備え付け

※背の低い家具とは 家具の高さ→50~60(cm)、家具の奥行→高さの半分以上、家具の横幅→100~120(cm)

- ★テレビの前でくつろぐことが多いので、テレビの対策を行いましょう



× → テレビ台などに固定していない

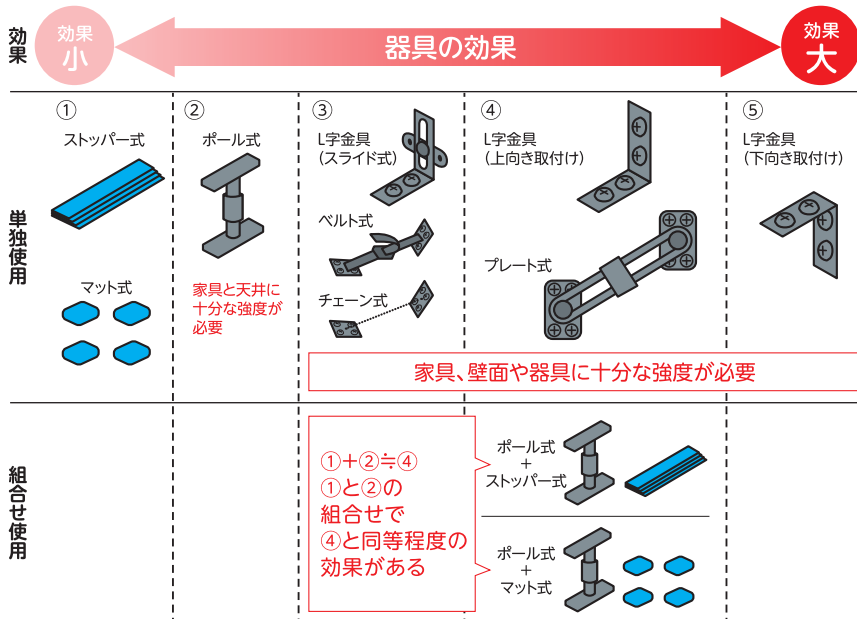
○ → ストラップ式やマット式で固定している

効果的な家具固定

2つ以上の組合せによる  
家具固定の仕方

地震動に対する対策器具の効果

転倒防止器具は、震度6強の揺れを再現した実験でその効果を測定しました



転倒するまでの時間をかせぐ

工具不要

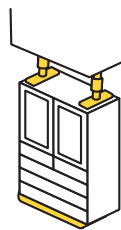
まずは家具固定を  
始めましょう



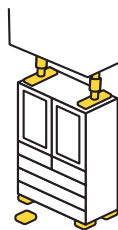
ストッパー式



マット式



ポール式  
+ストッパー式



ポール式  
+マット式

## 家具固定の注意事項

家具固定器具の  
取付け方の注意事項

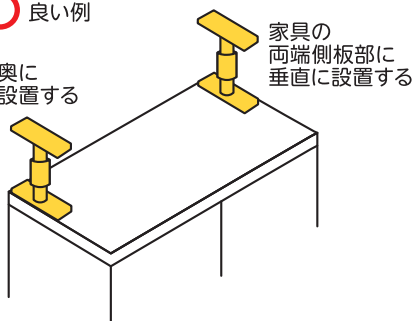
## ポール式器具の取付け

壁や柱にネジ止めできない場合、天井との間にポールを突っ張って、固定する方法などがあります

## 取付け位置（奥行き）

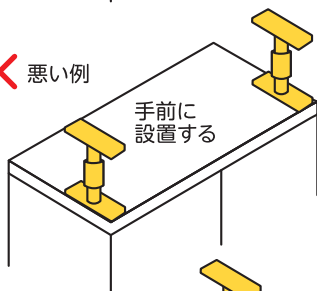
○ 良い例

奥に  
設置する



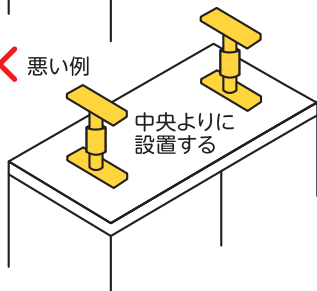
✕ 悪い例

手前に  
設置する



✕ 悪い例

中央よりに  
設置する



## 取付け位置（高さ）

○ 良い例

30~50cm以内

天井との空気が少ない

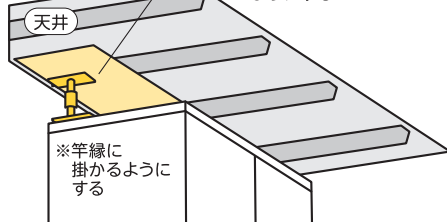
○ メーカー実証済のもの

50cm超え

天井との空気が大きい

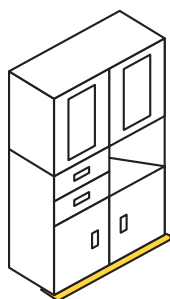
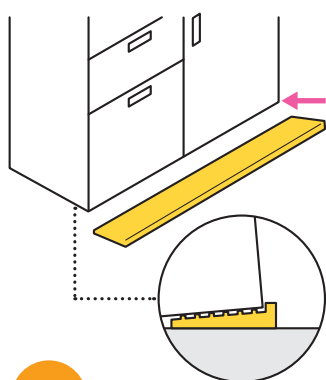
さお ぶち  
竿縁天井の  
ポール式器具の取付け

厚めの板を掛け渡す  
※天井に面で力が加わる  
ようにする

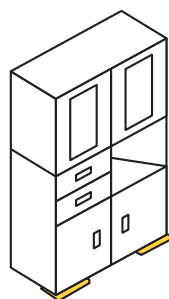




## ストッパー式の取付け



○ 家具の左右  
いっばいに  
設置する



✗ 短く切って  
部分的に  
設置する



POINT

ポール式を使用する場合は、ストッパー式と併用し、家具の上下に対策しましょう



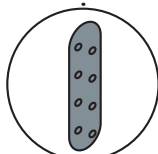
ストッパー式は、L字金具を付ける時にも併用すると良いでしょう



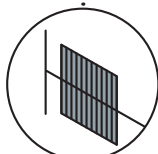
## 2段重ねの家具の連結固定

背の高い2段重ねの家具は必ず2か所で連結部分を固定しましょう

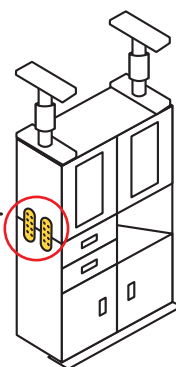
平型金具（シート型）による連結



平型金具



シート型

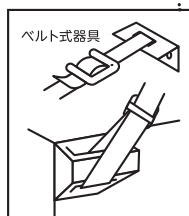


# レベル 2

## 家具を固定し、避難できる時間をかせぐ

### キッチンの安全確保 キッチンでの家具固定の仕方

#### キッチン

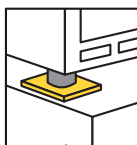


ベルト式を用いて  
冷蔵庫を固定した例

#### POINT

冷蔵庫裏側の取手にベルトを通してなるべく壁に寄せて固定しましょう

マット式を用いて  
電子レンジを固定した例



ストラップ式を用いて  
電子レンジを固定した例



#### POINT

電子レンジをレンジ台または壁に固定するとともに、レンジ台を床または壁に固定しましょう

### キッチン小物の収納ポイント

水切りかご



▲包丁はすぐに  
収納しましょう

滑り止めシート



▲食器用滑り止めシートを  
設置しましょう



▲水切りかご底部には、  
粘着マットをつけましょう

### 感震ブレーカー

感震ブレーカーには、分電盤タイプや簡易タイプ（コンセント差し込み型）などがあり、地震の揺れを感知したときに、ブレーカーやコンセントなどの電気を自動的に止めることで、地震発生時や復電時の電気火災対策に効果的です



分電盤タイプ



簡易タイプ

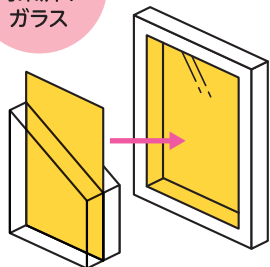
ケガのリスク低減

迅速な避難ができるよう  
ガラスなどの飛散防止対策

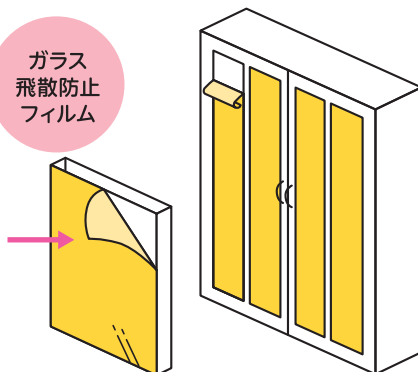
ガラスの飛散防止対策

★ガラスは、飛散防止対策済みのガラスに交換するか、飛散防止フィルムを貼りましょう

飛散防止  
対策済み  
ガラス



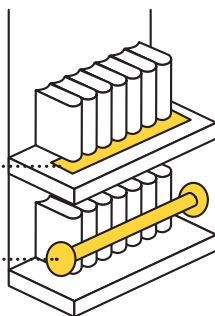
ガラス  
飛散防止  
フィルム



収納物の落下防止・扉の開放防止対策

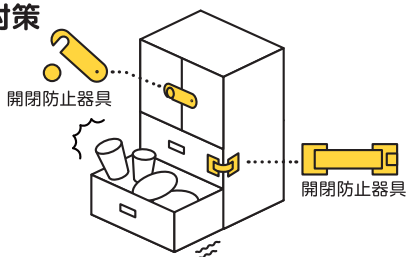
落下防止・  
抑制テープ  
※シートタイプも  
あります

落下防止バー



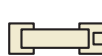
本棚等の収納物が地震により落下することで、落下物が当たりケガをすることや、避難障害となる危険性があるので、収納物落下防止器具を設置しましょう

開閉防止器具



開閉防止器具

開閉防止器具には、粘着タイプ、感震式耐震ラッチなどがあります  
また、本棚など重量の大きい収納物が入っている場合は、ネジ固定できるものを取り付けましょう



開閉防止器具



感震式耐震ラッチ

## 参考1 | 豊田市のとりくみ

### ●まずは家の強さを知りましょう

耐震診断によって、地震に対する家の強さがわかります

昭和56年5月以前に着工された住宅の耐震診断には、以下の補助制度が活用できます

|       |                     |
|-------|---------------------|
| 木造住宅  | 無料耐震診断              |
| 非木造住宅 | 耐震診断費補助（建物に応じて上限あり） |

### ●部分耐震をしましょう

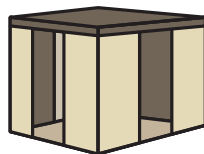
家の耐震化ができない方は、寝室、リビング、避難路の部分耐震をしましょう

【部分耐震の方法】

- ・部屋や通路の天井、壁を耐震化する
- ・部屋にシェルターを設置する
- ・ベッドを丈夫な枠で囲う など



防災ベッド



部屋に設置する  
シェルター

昭和56年5月以前に着工された木造住宅の対策には、以下の補助制度があります

|                     |        |
|---------------------|--------|
| 段階的耐震改修工事（1階のみを耐震化） | 最大60万円 |
| 耐震シェルター・防災ベッド等整備工事  | 最大30万円 |

補助制度の活用には条件があります

詳しくは豊田市建築相談課のホームページをご覧ください



### ●防災啓発ミニ動画を見ましょう

防災の心得 第1話「家の中を安全にしよう」

制作：とよた防災啓発推進協議会



## 参考2 | 家具固定についてもっと詳しく知りたい方はこちら

### ●家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック (東京消防庁)

東京消防庁 家具固定

🔍 検索



参考資料

※東京消防庁「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」

※愛知県防災安全局「家具や書庫等の固定をしましょう」他