

災害への備え

「平常時の心がけ」

天気予報や気象状況に気をつける

梅雨時や台風シーズンなど、洪水が起こりやすい時期には、テレビ・ラジオ・新聞の天気予報に注意し、天気の移り変わりに気をつけましょう。大雨や洪水等の各注意報・警報はテレビ・ラジオでも流れるため、見落とさないよう注意しましょう。



非常食や持ち出す物などを準備しておく

非常食には、調理の手間がかからず、水もあまり使用しないもの（レトルト食品や缶詰等）を選びます。飲料水も忘れずに確保しましょう。また、懐中電灯や携帯ラジオ、乾電池も忘れずに用意しておくこと。



避難場所や避難路を確認しておく

地区ごとに、緊急・災害時に避難する場所（学校や集会所等）が定められています。自分の地区の避難場所がどこなのかということと、そこへ安全に行くためにはどう行けばいいのかということを確認しておきましょう。



大雨や台風に備えて家のまわりを、点検整備しておく

家のまわりに吹き飛ばされそうもないものはないか、雨戸や瓦、雨どいなどは傷んでないかを確認しておきましょう。また、家の前の排水溝が詰まったりしていないかなどの確認も必要です。ふだんからの確認と整備が、被害を最小限に食い止める結果につながります。



災害への備え

「緊急時の心がけ」

市町村、消防署、水防団などからの警戒警報・避難命令などには速やかに従う

川の増水などは短時間のうちに一気に危険な状態になったりします。避難命令が出るということは、もう相当危険な状態になっています。命に関わる状況ですので、命令等には速やかに従いましょう。



避難する時は、みんな一緒に行動する

単独で避難することは非常に危険です。川に流されてしまったり、ケガをしてしまった時、助けがやってくるまでに長い時間がかかり、命に関わる惨事を招きかねません。緊急時に動く時には複数で行動するよう心がけましょう。



持ち出す荷物はなるべく少なく、身軽に動けることを優先する

地区ごとに、緊急・災害時に避難する場所(学校や集会所等)が定められています。自分の地区の避難場所がどこなのかということと、そこへ安全に行くためにはどう行けばいいのかということを確認しておきましょう。



大雨や台風に合わせて家のまわりを、点検整備しておく

家のまわりに吹き飛ばされそうもないものはないか、雨戸や瓦、雨どいなどは傷んでないかを確認しておきましょう。また、家の前の排水溝が詰まったりしていないかなどの確認も必要です。ふだんからの確認と整備が、被害を最小限に食い止める結果につながります。



災害への備え

「家族防災会議を開こう」

もしも…に備えて、家族防災会議を!

災害は、いつどこで起こるかわかりません。

万一災害が起こった場合は、「状況にあった正しい行動」が自分の命を守ります。そのためにも災害時には何に注意をして、どこに避難するかなどを事前に家族内で確認しあい、普段から防災意識を高めておくことが重要です。また、普段からHPや本などで災害に備えた知識を得ることも大切です。家族全員で避難経路や非常持ち出し品などについて話し合い、安全な行動をとりましょう。

そして、実際に避難場所まで歩いてまわるなど、家族防災訓練をしておくことが大切です。より安全に自分の命を守るためにも、家族防災会議を開きましょう。



家族防災会議で話し合う内容

避難場所と避難経路について

非常持ち出し品の保管場所について

避難経路の危険箇所について

雨の降り方による危険度について
(過去の水害や地域の特徴について家族で勉強会を!)

非常持ち出し品の内容と備蓄について

※上記以外にも、家族で確認する事項があれば、話し合います。

「わたしの防災手帳」を活用しよう!

「わたしの防災手帳」づくりは、自主防災の第一歩

「わたしの防災手帳」は、通常の災害マニュアル本やハンドブックとは異なり、あなたやあなたのご家族みんなで作る「防災手帳」です。

あなたの住む地域やご家族の特徴に合わせて、家族全員で話し合い作り上げましょう。

また、「わたしの防災手帳」は、常に携帯できるカードサイズになっていますので、いざという時にすぐに活用できるように、お財布などに入れておきましょう。



※携帯電話のメモ機能でも「わたしの防災手帳」と同様の記録ができるかもしれませんが、水害などで携帯電話が水没し使用できなくなった時のことを想定すると、手書きの防災手帳なら万一の時でも活用できます。

「わたしの防災手帳」記入例

「防災手帳」は、災害時に自分が迅速に行動するための情報のほか、避難後に役立つ情報を記入します。

自分の情報を記入
※自分がケガをした時のために血液型や、持病がある場合は、必ず記入。

家族の情報を記入
または、会社・学校名とその連絡先を記入。

氏名 (ローマ字)	電話番号	職種
城址文二 (シガラシヨウジ)	055-555-5555	上司
防災 守 (フサヨシ)	090-3333-3333	親戚
丹波成子 (タニハナリ)	090-6666-6666	友人

氏名	住所	電話番号
防災一朗 (フサイチロウ)	090-1111-1111	A 弟
花子 (ハナコ)	012-345-6789	B 弟
次郎 (ジロウ)	090-2222-2222	A 弟
(株)第一高校	012-345-6666	弟
花巻 (ハナマキ)	012-345-6789	AD 弟

緊急時に伝言を頼みたいという親戚・知人の連絡先。または、安否を確かめたい人の連絡先などを記入。

避難時に持出す物のリストアップを記入。

避難経路を作る

避難場所 (中学校) 三丁目中学校 000-000-0000

主要な場所は記号などを使ってわかりやすく! かわかりやすい独自の記号があればそれでもかまいません。

●記号の例
○ 自宅からの避難経路
○ 一時避難場所 (指定避難場所まで行けない場合)
× 避難経路にある危険箇所

※「わたしの防災手帳」には、個人情報記録されますので、被災時に必要な最小限の情報のみ記入しましょう。(電話番号などはメモしなさい)

IAVIGAI

災害への備え

「防災グッズ」

「いざ避難!」という時に、防災グッズを準備するのでは、遅過ぎます。常日頃から、次のような持ち出し品を準備しておきましょう。

懐中電灯

停電に備えて、各家庭でぜひ用意しておきましょう。予備の電池もお忘れなく。万一、逃げ遅れた場合に自分たちのいる場所を知らせるための発煙筒やホイッスルなどの準備もしておきましょう。

携帯ラジオ

災害の時は、しばしば停電するので、気象情報や災害情報などを聞くために、ぜひ準備しておきましょう。予備の電池も用意しておいてください。(ラジオのチャンネルもチェックしておきましょう)

緊急医療品

バンソウコウや消毒薬など、ひとまとめにしてすぐ持ち出せるように非常袋に入れて用意しておきましょう。また、病気の方がいる場合はその方の薬、赤ちゃんがいる場合はミルクなどもお忘れなく。

飲料水

市販のミネラルウォーターなどを用意しておきましょう。(賞味期限のチェックはお忘れなく。)

食料品

缶詰類、缶入りのクッキーなど保存食を用意しておきましょう。(賞味期限のチェックはお忘れなく。)



ろうそく

避難先でも停電することがありますので、必ず用意しておきましょう。その際、マッチやライターなどもお忘れなく。そして、必ず着火するか、時々試してみてください。

現金・貴重品

保険証、通帳、お金、貴金属類などは、いざという時すぐ持ち出せるよう、保管場所を決めておきましょう。

つえ

道路が水に浸かり、地面の様子がわからなくなったときに、側溝、マンホールなどの段差の把握に役に立ちます。まさに転ばぬ先の杖となります。

ロープ

万が一の緊急脱出、救助、その他いろいろ使えますので、ぜひ用意しておいてください。

危険箇所の表示や、避難時にはぐれないためにロープを使い移動するなど、10m以上のしっかりしたものを選ぶことが望ましいです。

