# 



復元北前型弁才船「みちのく丸」

# 地震 津波 洪水 土砂 火災

保护版

この防災ガイドマップは、地震、津波、洪水、土砂災害な どの被害想定区域と避難所などを示しています。

## もしもの災害に備えて

災害はいつやってくるかわかりません。

災害時、あわてずに避難ができるように、日頃からの心構えと備えが大切です。 災害への備えができたら□に▽を入れましょう。



# 🕲 日頃の備えは大丈夫?







#### 避難所の確認

避難所の位置や避難経路 を避難マップで確認して覚 法を家族全員で話し合い、 えておきましょう。

## 家族全員で確認

家族の集合場所や連絡方 確認しておきましょう。

## 非常時持出・備 蓄品の確認

50ページを見て確認し、 チェックリストを活用しな がら準備しておきましょう。



# 図 NTT災害用伝言ダイヤルの使い方

災害時には伝言ダイヤルを活用しましょう。

## 「伝言の登録」方法・

ダイヤル 171 の後に指示に従い 1を押す。

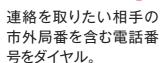
市外局番を含む自宅の電話番号をダイヤル。 伝言は30秒以内。保存期間は48時間。

例)「○○です。家族は全員無事です。

○○避難所にいます。」

## 「伝言の再生」方法・

ダイヤル171の後に指示に従い2を押す。





# ■知っておこう

## 防災ガイドマップや災害時によく使われる用語について

## 用語の説明

①避難所とは? 避難が長期になると見込まれる場合の避難施設。

②避難場所とは? 避難に時間的余裕がない場合に一時的に避難する

③避難経路とは? 避難所及び避難場所まで安全に通れる経路(道路)。

- ④津波浸水想定区域とは? 大規模な津波が発生した際に浸水する可能性のあ る区域。
- ⑤洪水浸水想定区域とは? 大雨や津波の遡上により河川がはん濫して浸水する 可能性のある区域。
- ⑥土砂災害警戒情報とは? テレビやラジオなどで土砂災害の危険が高まった 時に発表している防災情報。
- ⑦土砂災害の種類は? がけ崩れ、土石流、地すべりなどの種類があります。





# わが家の防災メモ

屋外避難場所	屋内避難場所	わが家が壊れた時の集合場所



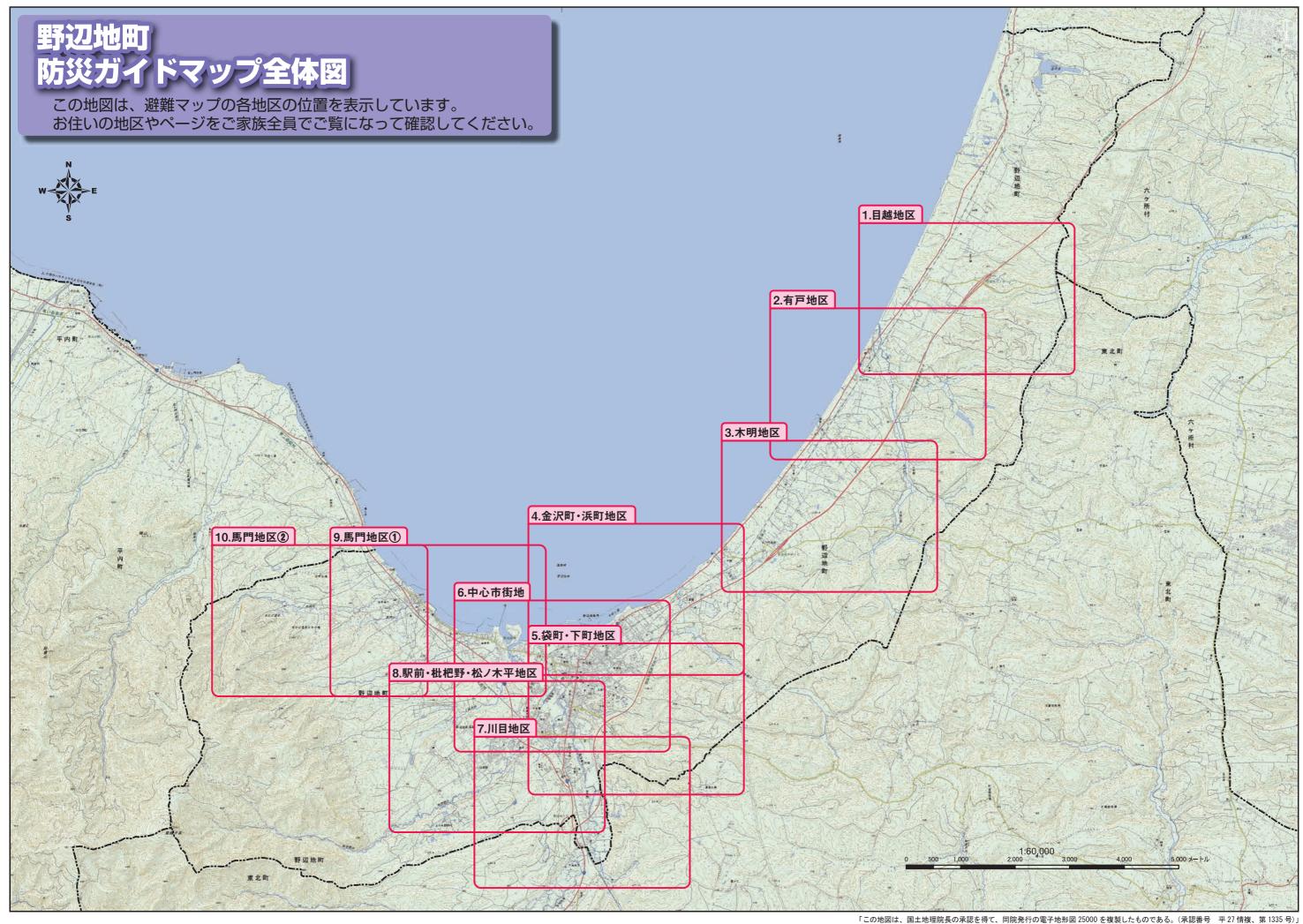
#### 家族・親戚・知人などの連絡先

23.07 42042		7 AL 1147 U				
氏	名	生年月日	血液型	連絡先(会社·学校)	電話番号	備考



#### 職以よう 防災機関などの連絡先

	野辺地町役場	野辺地町字野辺地123番地1	TEL:0175-64-2111
緊急連絡先	野辺地消防署	野辺地町字田狭沢40番地9	TEL:0175-64-3126
	野辺地警察署	野辺地町字新町裏1番地1	TEL:0175-64-2121
医療機関	公立野辺地病院	野辺地町字鳴沢9番地12	TEL:0175-64-3211



地震はいつ発生するのかわかりません。まずは地震が発生した際の想定被 害などを知っておき、いざというときに備えておきましょう。

この地図と表は、大規模な地震が発生した 際に、想定される地盤の揺れの強さを示し たものです。

地

震

波

洪

# 地震とは?

地震とは、地下の岩盤が周囲から押されることによってある面を境としてずれ る現象のことをいいます。この岩盤のずれが起きると地震波が周囲に伝わり、 やがて地表に達すると地表が「揺れ」ます。



大半の人が恐怖を覚 大半の人が行動に支 え、物につかまりたい 障を感じる。



震度6弱

立っていることが困難 になる。



震度6強

立っていることができ ず、はわないと動くこ とができない。



震度7

強い揺れで、動くこと もできず、飛ばされる こともある。

# 地震の備え

#### □家の点検・補強

家の耐震診断やブ ロック塀など周辺の点検を行い、補修 などをしておきまし ょう。

と感じる。



玄関や通路に物を 置かないようにし ましょう。



食器棚や窓などにガラス飛散防止フィルムを張りましょう。 ∐高所に物を 置かない

**」ガラスの** 

落ちると危険なもの は高い所に置かない ようにしましょう。



食料、飲料水を備蓄しておきましょ

3日分の備蓄

家具の固定

家具に合わせ た固定をしま しょう。



う。水は1人

1日3リット

ルが目安で

# 地震が起こったら!



#### 大きな揺れを感じたら

まずは身を守る。

倒れそうな家具やガラス窓などから離れる。 落ち着いて火を消す。(危険なので無理しない) 脱出口(ドア、窓)を確保する。



#### 大揺れがおさまったら

火元や、家族の安全の確認をしましょう。

5~10分

## わが家の安全確認

火災、家屋倒壊などの危険がないかどうかの確認をしましょう。 安全なら余震に注意し、テレビ・ラジオなどで情報収集しましょう。 危険なら非常持出品を持って避難しましょう。



#### 近隣の安否確認、助け合い

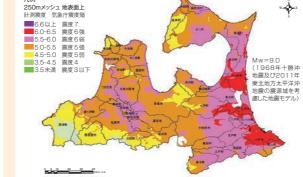
安否を確認し、協力し合って救出救護・消火 活動などを行う。協力し合って避難する。



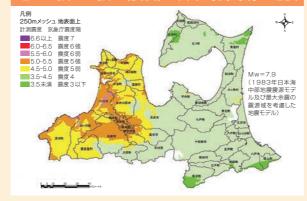
2~3日は自活できるように(食料・飲料水)

# 地盤の揺れの強さマップ

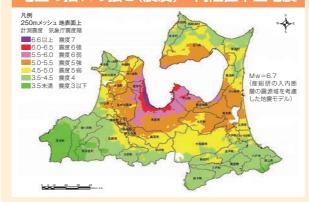




#### 地盤の揺れの強さ(震度):日本海側海溝型地震

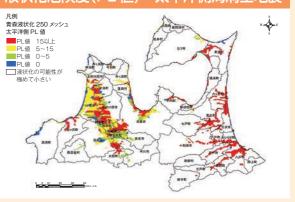


#### 地盤の揺れの強さ(震度):内陸直下型地震

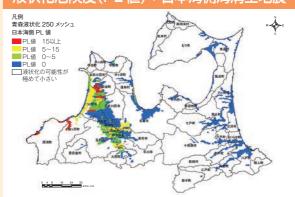


# 液状化危険度マップ

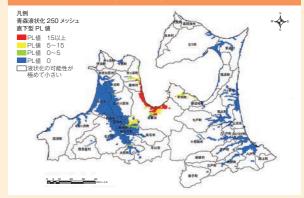
#### 液状化危険度(PL 値): 太平洋側海溝型地



#### 液状化危険度(PL 値):日本海側海溝型地震



#### 液状化危険度(PL 値):内陸直下型地震



		反 △ 最大		人的被害		被害	建物被害		ライフライン被害			避難者数	
想定地震	区分	震度	死者数	負傷者数	全壊棟数	半壊棟数	上水道 断水人口	下水道 機能支障人口	電 力 停電軒数	(直後)			
太平洋側	県 全 体	7	25,000	22,000	71,000	130,000	631,000	119,000	696,000	182,000			
海溝型地震	野辺地町	6強	20	250	300	1,700	7,300	_	9,500	1,500			
日本海側	県 全 体	6弱	3,300	620	4,700	13,000	29,000	15,000	19,000	28,000			
海溝型地震	野辺地町	5弱		被害想定は見込まれない									
内陸直下型	県全体	7	2,900	10,000	22,000	42,000	254,000	42,000	200,000	68,000			
地 震	野辺地町	6弱	5未満	50	30	360	2,600	_	4,900	760			

資料:青森県地震・津波被害想定調査より

地震

津

波

洪

# △ 津波とは?

予想される津波の高さ

津波とは、地震による海底面の隆起沈降が、海水の上下変動を起こします。 それが波となって伝わり、水深が浅くなるに従って波が高くなります。 高さを増した波は陸上に達し海岸を駆け上がります。

## 大津波、津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

	予想される 数値での発表 (発表基準)	津波の高さ 巨大地震の 場合の表現	とるべき行動	想定される被害		
大	10m超 (10m<高さ)	300 0000	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに 高台や避難ビルなど安全な場所へ避難 してください。津波は繰り返し襲ってく るので、津波警報が解除されるまで安	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれる。		
津波警	<b>10m</b> (5m<高さ≦10m)	巨大	全な場所から離れないでください。 ここなら安心と思わず、より高い場所 を目指して避難しましょう!			
報	<b>5m</b> (3m<高さ≦5m)		CHIHOCATARUS OS 9:	(10mを超える津波により堤防を乗り越える)		
津波警報	<b>3m</b> (1m<高さ≦3m)	高い	津波防災啓発ビデオ「津波からにげる」 (気象庁)の1シーン	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。		
津波注意報	<b>1m</b> (20cm<高さ≦1m)	(表記しない)	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。	海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流失し小型船舶が転覆する。		
	1 m 16:40 2 m 16:10 1 m 16:20	4 m 5.40 6 m 到達 と推	3 m plid と推測 外洋での派 大きくて数			

# 津波に対する

備えと避難行動

強い揺れやゆっくりとした長い揺れを感じ たとき、大津波警報や津波警報及び津波 注意報が発表されたとき



#### 海の様子を見に行かない!!!

#### すぐに高いところへ避難!!!

警報及び注意報が解除をれるまでは、 海岸的延尼灵多在以叫



6徒歩での避難!

車での避難は、渋滞や事故のお それがあり、車ごと津波にのみ込

まれる危険性があります。

7高い場所へ避難する!

避難は徒歩が基本です。

海岸から「より遠く」よりも、「より高

い」場所へ避難しましょう。津波避難

(場)所など安全な場所に逃げ遅れた場

合には、近くにある頑丈で高い建物や高 台に避難することを考えましょう。

#### **1** 津波のスピードは速い!

津波のスピードは速く、震源が陸地に 近いと津波警報が津波の襲来に間に合 わないことがあります。強い揺れやゆっ くりとした長い揺れを感じたら、すぐに 避難を開始しましょう。



#### ②大津波警報には、特に注意!

津波の高さを「巨大」と予想する大津 波警報が発表された場合は、東日本大 震災のような巨大な津波が襲うおそれ があります。直ちにできる限りの避難を



#### 3津波の高さは、地形により変化!

津波は沿岸の地形等の影響により 局所的に予想より高くなる場合があり ます。ここなら安心と思わず、より高い 場所を目指して避難しましょう。





#### 3 お年寄りなどへの避難の協力!

お年寄りや身体に障がいをもたれた 方など、手助けが必要な方がいます。 ご近所で協力し合って避難しましょう。



#### ▲津波はくり返し襲ってくる!

津波は長い時間くり返し襲ってきま す。警報等が解除されるまでは、避難を 続けましょう。津波による浸水の区域や 浸水深は、津波の第一波ではなく、第二 波以隆に最大となる場所もあります。

ラジオ、テレビなどから正しい情報を

入手するように努め、出来るだけ冷静に

行動しましょう。うわさや思い込みは、間

6正しい情報を聞く!

違った行動を誘発します。



#### 9家族会議を開こう!

家族を捜しに行って、津波にのみ込ま れた事例があります。普段から安全に避 難できる場所を家族で話し合っておき、 その場所に家族が集まりましょう。



#### ⑩避難訓練に参加しよう!

人間は、過去にやったことがない行動 をいざというときに取れないといわれて います。避難訓練に参加し、実際に歩いて 津波避難(場)所の位置や避難経路など を確認し、いざというときに備えましょう。

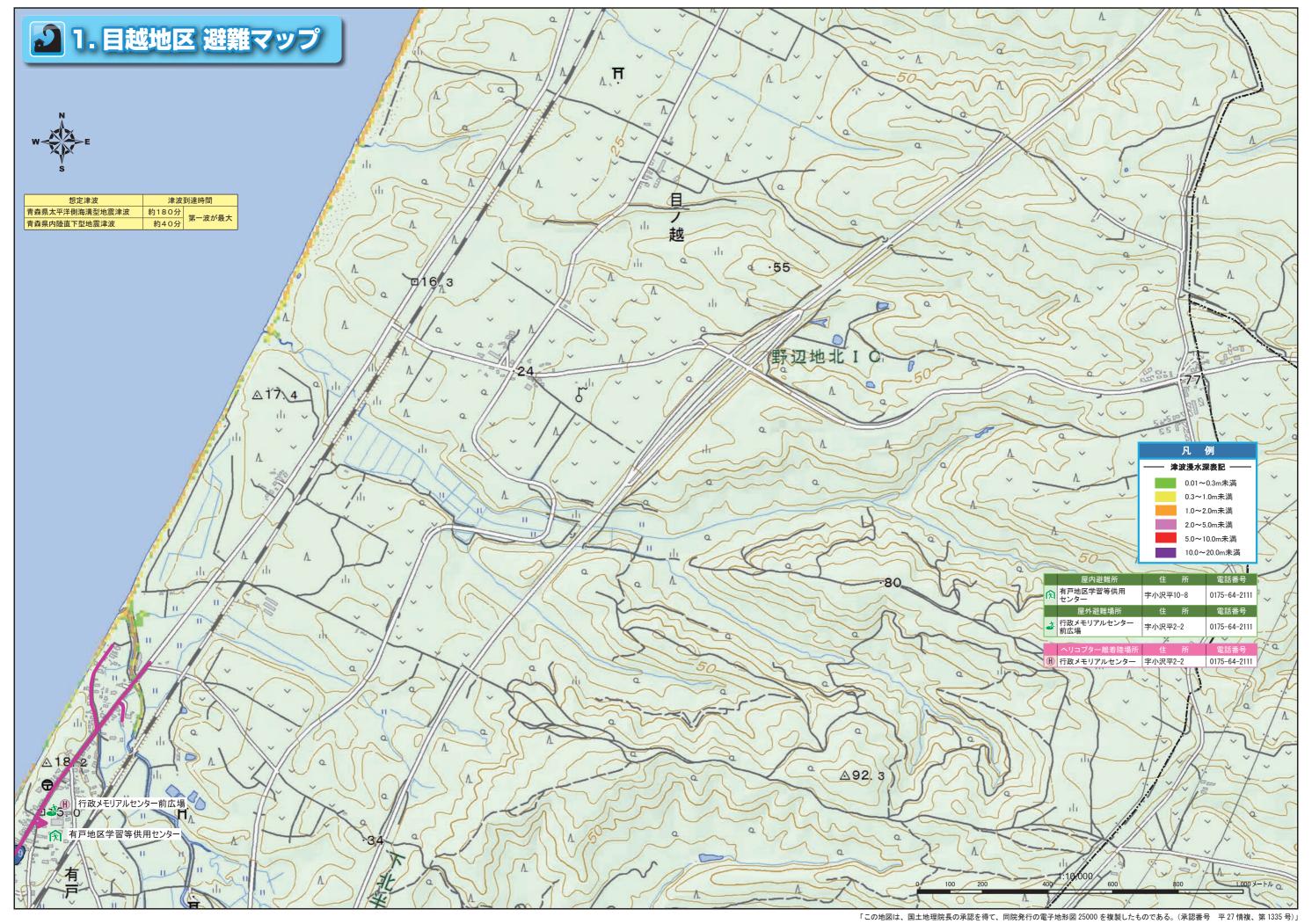
9

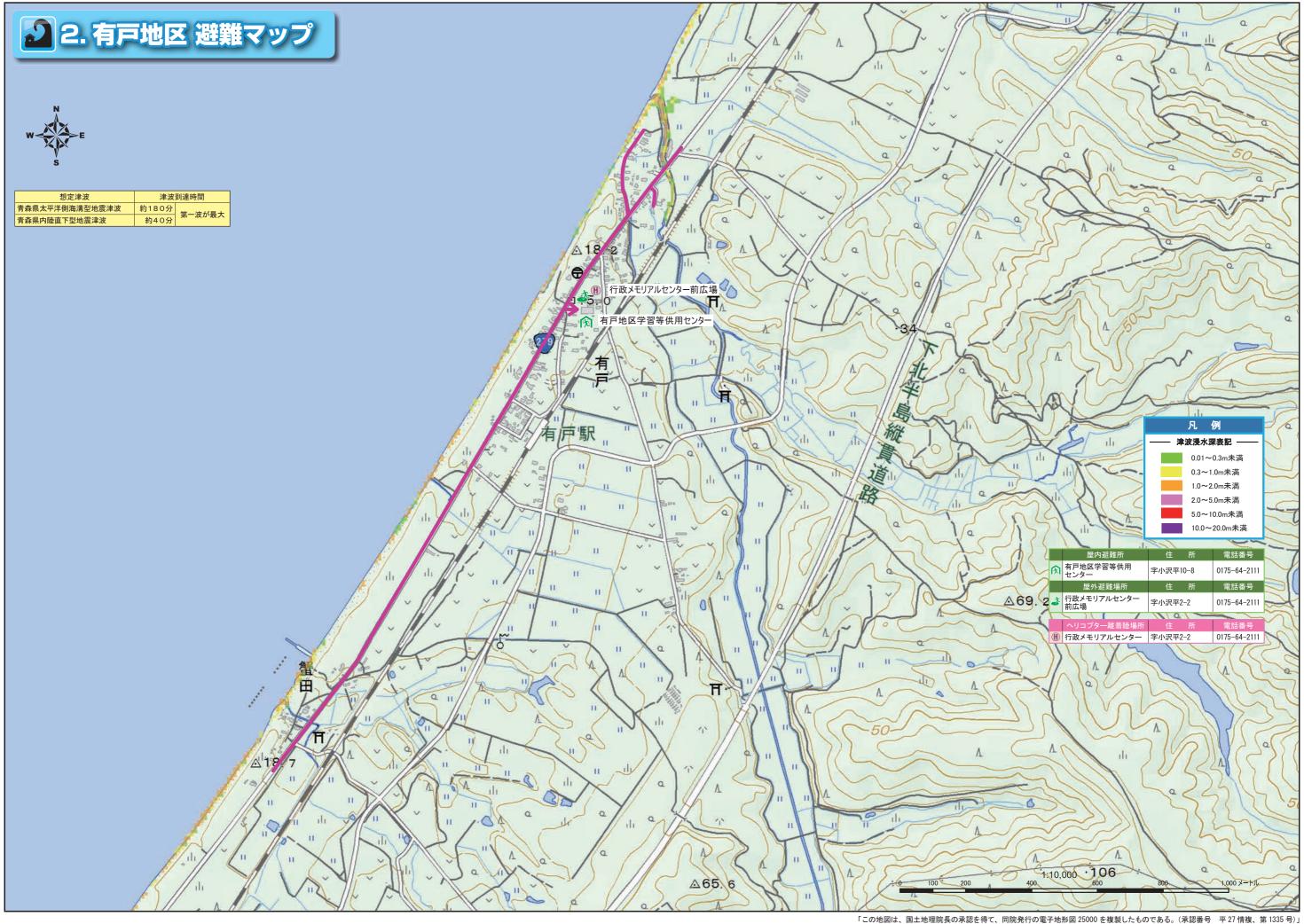
津波警報 大津波 高いところで3m程度以上 津波 高いところで2m程度 時速700km程度

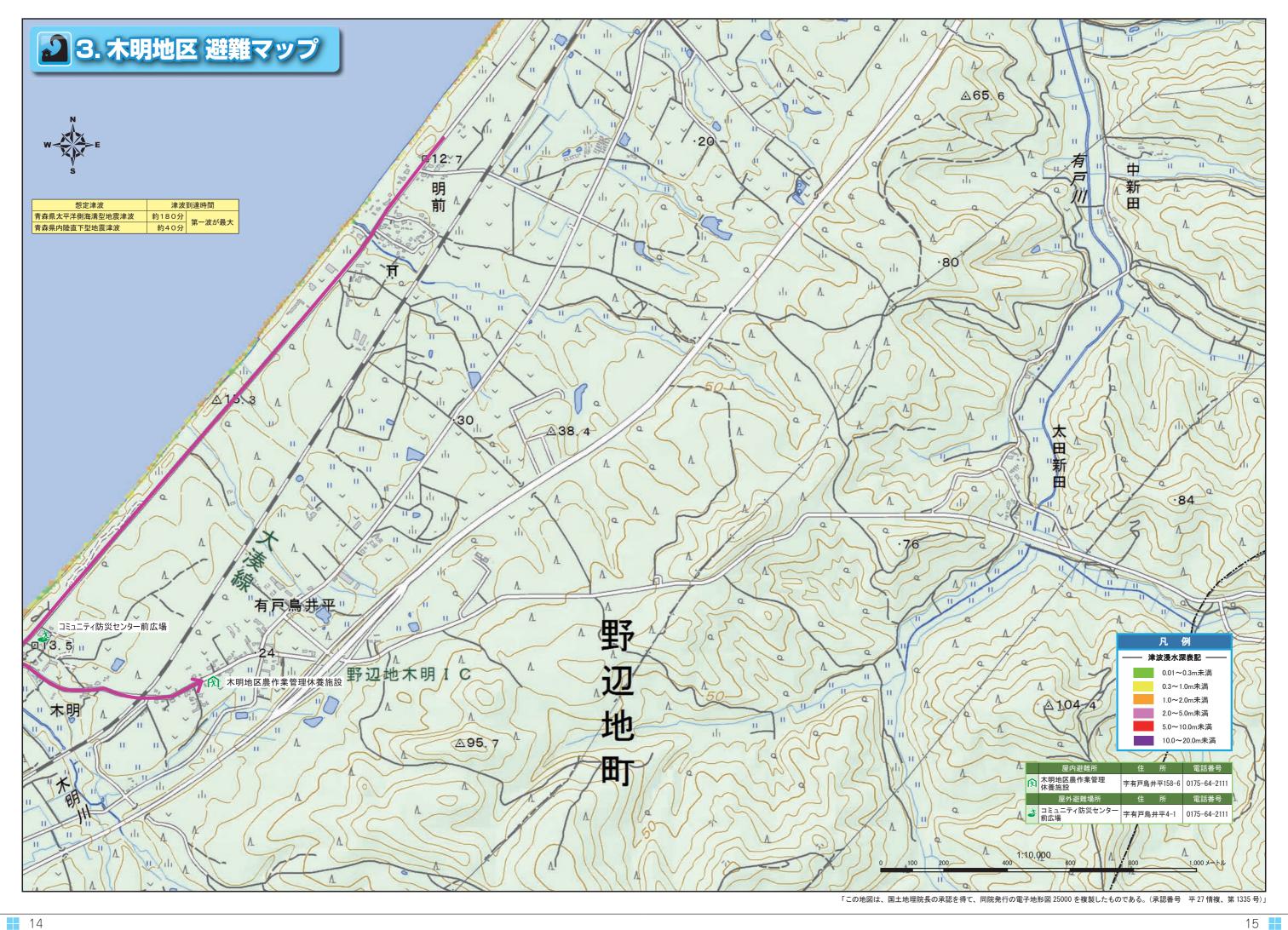
8

時速<mark>250</mark>km程度

(新幹線)













洪水は台風や集中豪雨などが原因で発生します。気 象情報に十分注意し、河川のはん濫などによる被害 に対する万全の対策をとるようにしましょう。

洪水災害の対策

洪水から身を守るために、日頃から河川のはん 濫区域の危険な箇所と避難場所や避難ルート を確認し、最新の防災情報を把握する事です。

火災

地震

波

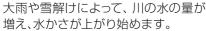
洪 水

# ⚠ 洪水とは?

洪水とは、大雨により河川の水位が高くなり、堤防を越えて水があふれたり、 堤防が壊れたり(決壊、破堤)する場合と、ゲリラ豪雨のような雨が平地に降り、 水路の排水能力が追いつかなくなりはん濫する場合とがあります。それらを 「外水はん濫」、「内水はん濫」といいます。

#### 河川のはん濫







えて街中に溢れ出します。



増水した河川の水が堤防の高さを超 河川から溢れた水が増すと、床下浸水 や床上浸水が生じるおそれがあります。







くつは底のしっかりした運動靴 などにする。(長ぐつは水が入 ると歩きにくくなる。)

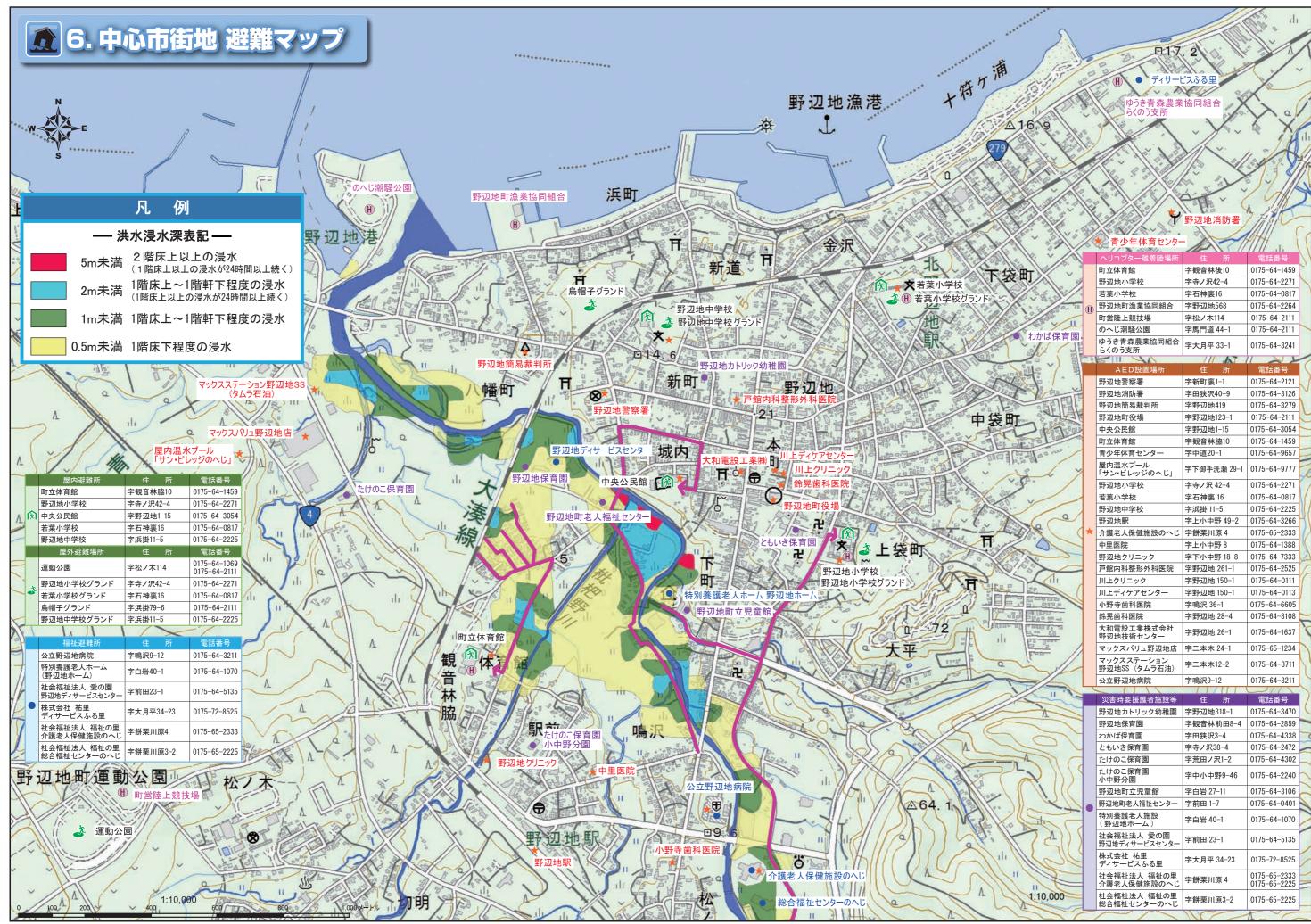


歩ける深さは、男性で約70c m、女性で約50cm。腰の高さ になったら無理せず高いとこる で助けを待つように。

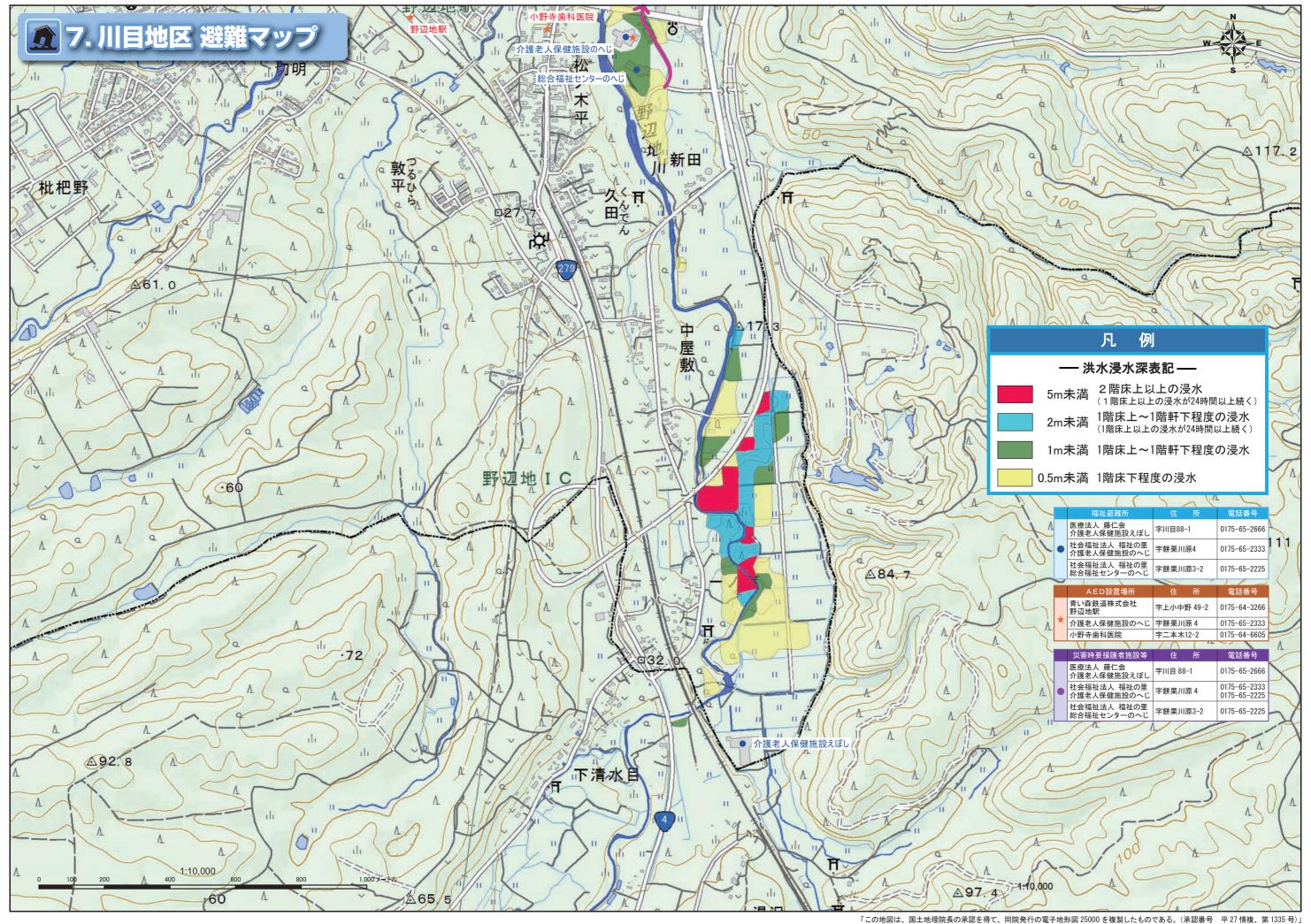
足元に注意



水面下にはどんな危険が潜ん でいるかわかりません。長い棒を杖にしてくぼみや溝などがないか確認して、ゆっくり歩く。



**■** 24 25



27 🚻

土砂災害は大雨などが原因で発生します。気象情報に十分注意し、 がけ崩れや土石流などによる被害に対する万全の対策とるように しましょう。

震

波

洪

# 土砂災害とは?

土砂災害とは、大雨が降ると山の急な斜面や緩くなった山肌が崩れて、土砂や 木々が大量の水といっしょに襲いかかってくるもので、人が亡くなる割合が多 い恐ろしい災害です。

# 土砂災害警戒区域等の

## 指定の種類と前兆現象

土砂災害警戒区域<イエローゾーン> (土砂災害の恐れがある区域)

土砂災害特別警戒区域<レッドゾーン> (建築物が破壊され、住民に大きな被害が生じる恐れのある区域)

#### ※土砂災害防止法とは

「土砂災害警戒区域等における土砂災害防止 対策の推進に関する法律 | …土砂災害から国 民の生命を守るため、土砂災害の恐れのある 区域について、危険の周知、警戒避難体制の 整備などのソフト対策を推進するもの。

#### 土砂災害警戒区域等の指定の種類 前 兆 現 象 土砂災害が発生する前には前兆現象が見られるこ 土砂災害警戒区域等は土砂災害防止法により、が とがあります。普段から土砂災害警戒区域等を確 け崩れ、土石流、地すべりの3つに区分されてい 認しておくとともに、前兆現象に気が付いたとき は早めに避難し、役場や消防・警察などに通報し てください。 雨や雪どけ水、地震な ◆崖からの水が濁る どの影響によって、急 ◆地下水や湧き水が止まる 激に斜面が崩れ落ちる け崩れ ◆斜面にひび割れや変形がある ◆小石が落ちてくる ◆崖から音がする ◆異様な臭いがする 山や川の石や士砂が、 ◆山鳴りがする 大雨などにより、水と ◆雨が降り続いているのに、 一緒になって激しく流 川の水位が下がる れ下る現象 ◆川の水が濁ったり、 流木が混ざったりする 流 雨や雪どけ水が地下に ◆地面にひび割れができる 染み込み、断続的に斜 ◆井戸や沢の水が濁る 地す 面が滑り出す現象 ◆崖や斜面から水が吹き出す べ ◆家や擁壁、樹木、電柱が傾く Ŋ

◎土砂災害警戒区域等はあくまでも、がけ崩れや土石流、地すべりが発生する危険度の目 安です。前兆現象や気象情報に注意し、早めの避難を心がけましょう。また、状況に応じ て、寝る場所を山の反対側の2階の部屋にしたり、警戒区域外の隣近所の家や地域の集会 所などに一時的に避難したりすることも考えてください。

# □土砂災害に対する

### 注意と避難行動

#### 雨に注意しましょう



土砂災害の多くは雨が原因で起 こります。1時間に20ミリ以上、 または降り始めから100ミリ以 上の降雨量になったら、十分な 注意が必要です。

#### 逃げ方を覚えましょう



土砂災害は速度が速いため、流 れを背にしたのでは追いつかれ てしまいます。土砂の流れる方 向に対して、直角方向に逃げる ようにしましょう。

#### 避難所を決めておきましょう



日頃から家族全員で避難所や避 難する道順を決めておきましょ う。そうすれば、家族が一緒にい ないときでも避難所で落ち合う ことができます。

#### 避難時における行動

「土砂災害警戒情報」が発表されたら、以下の避難情報が発表される場合がありますので、雨や台風の最新 情報を入手し、避難の呼びかけに注意してください。







普段から、避難時の持ち出し品の事前準備や 避難所・避難経路を確認しておき、ご近所と の「日常的な交流」を心がけ、地域の自主防 災組織が行う避難訓練に参加しましょう。

#### 「避難準備」が連絡されたら・・・

ガス、ストーブなどの火を消し、非常用持ち出 し品を準備するなど、避難の準備を整え、早め の支援が必要なお年寄りや子ども、体の不自由 な方などの避難を開始させてください。





#### 「避難勧告」が連絡されたら・・・

準備した持ち出し品をもち、計画された避難 所などへ速やかに避難を開始してください。 その際、動きやすい服装で、一人での避難は さけてください。また、がけ崩れや浸水箇所 にも注意してください。



#### 「避難指示」が連絡されたら・・・

災害の危険性が高くなっていますので、一刻も早い避難が必要です。関係機関の誘導に従って避難 を開始してください。避難所への移動が困難な場合は、丈夫な建物の二階以上(斜面と反対側)に 避難するなど、生命の危険性をさける行動をしてください。

気象庁では、平成25年8月30日(金曜日)午前0時から、警報 の発表基準をはるかに超える異常な現象が予想され、重大な災害 が起こる恐れが著しく大きい場合に「特別警報」を発表します。 特別警報が発表されたら、身を守るために最善を尽くしてください。

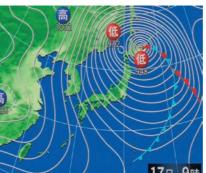
# 「特別警報」の種類と発表基準

警報の種類	発 表 基 準
大雨特別警報 (浸水害)	台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、若しくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合
暴風特別警報	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により暴風が吹くと予想される場合
高潮特別警報	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高潮になると予想される場合
波浪特別警報	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高波にな ると予想される場合
暴風雪特別警報	数十年に一度の強度の台風と同程度の温帯低気圧により雪を伴う 暴風が吹くと予想される場合
大雪特別警報	数十年に一度の降雪量となる大雪が予想される場合
津波に関する 特別警報	大津波警報(3m を超える津波)を位置づけ
地震動に関する 特別警報	震度 6 弱以上を予想した緊急地震速報(警報)を位置づけ

## 特別警報が発表されたら

- 町民の皆様には、防災行政無線、緊急速報メール、広報車等による巡回など によりお知らせします。
- 屋外の気象状況等を確認のうえ、移動が可能な場合は、避難勧告や避難指示 などの避難に関する情報に従い、非常用持ち出し袋を持って避難所へ避難して ください。
- 暴風や道路冠水などにより、外出が危険なときは家の中の少しでも安全な場 所へ移動してください。
- 自然災害による被害を軽減するためには、注意報、警報、テレビ・ラジオ等の報 道により、常に気象情報に注意を払い、早めの行動をとることが大切です。
- 普段から避難所や避難経路を確認しておきましょう。

#### 気象庁 天気図



#### 気象庁 警報・注意報

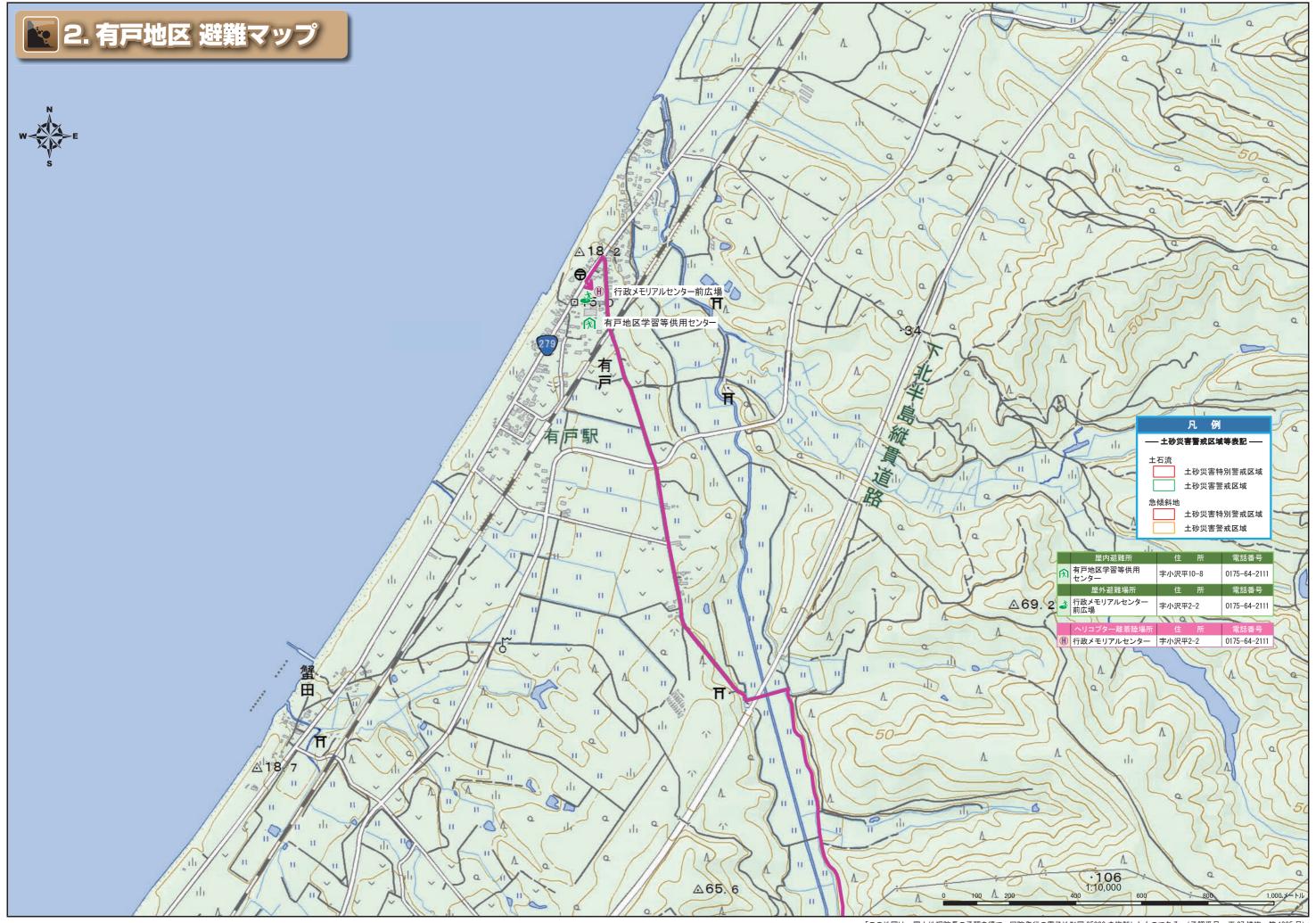


# 風の強さと吹き方

風速m/秒	予報用語	人への影響	屋外の様子	建造物の被害
10~15	やや強い風	風に向かって歩き にくい	樹木が揺れる	古くなった看板やトタン板 が飛び始める
15~20	強い風	風に向かって歩けない	小枝が折れる	ビニールハウスが壊れ始 める
20~25	非常に強い	転倒する人がでる	1,4X71,111(2)	風で飛ばされた物でガラ スが割れる
25~30	風(暴風)	立っていられない	樹木が根こそぎ	古くなった家屋の外壁が はがれる
30~	強烈な風	屋外での行動は 危険	倒れ始める	屋根が飛ばされたり、住宅 の破壊が始まる

# 雨の強さと降り方

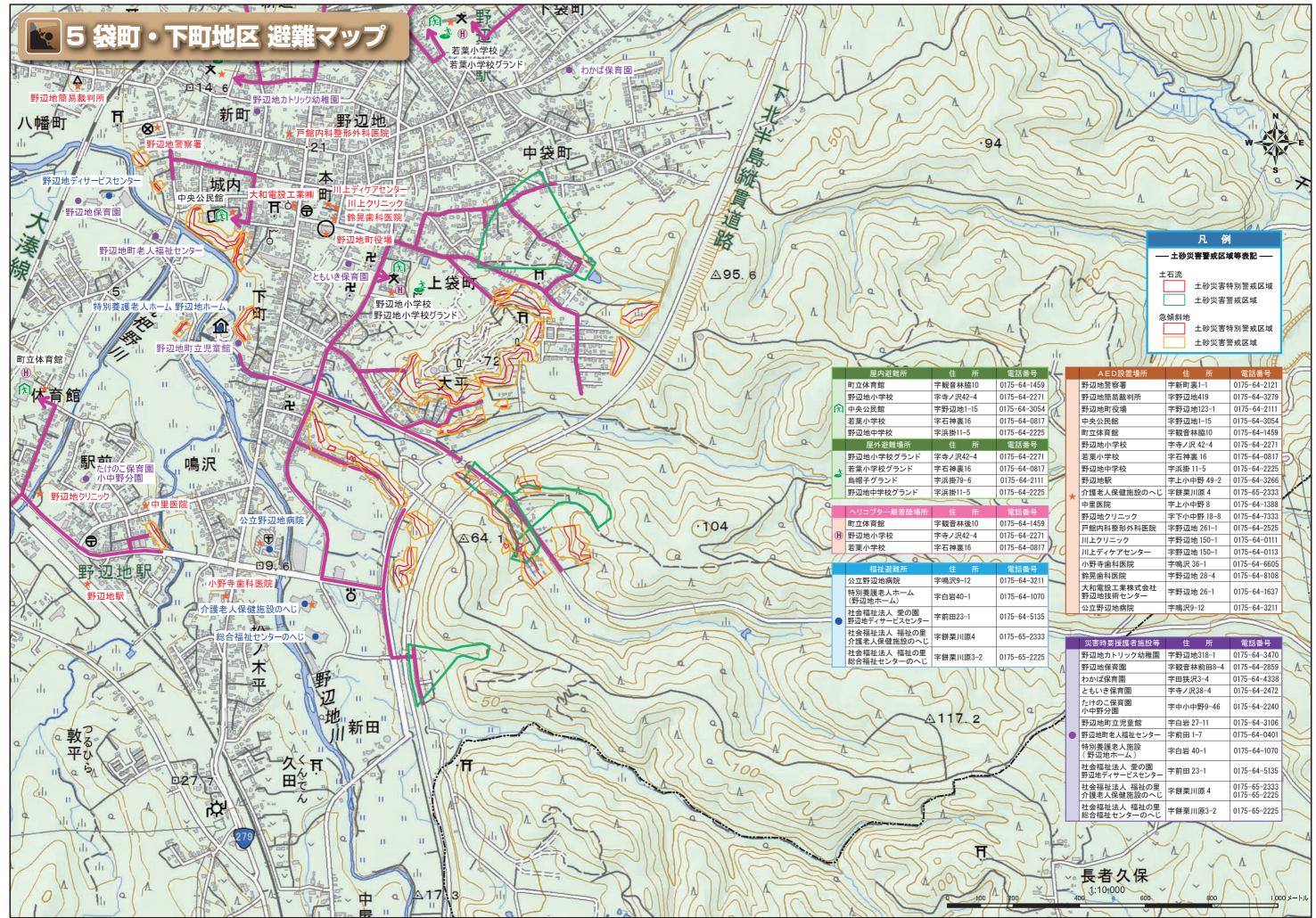
雨量1h/m	予報用語	人の受けるイメージ	災害発生状況
10~20	やや強い雨	ザーザーと降る	長く続くときは注意が必要
20~30	強い雨	どしゃ降り	側溝や小さな川があふれる
30~50	激しい雨	バケツをひっくり返し たように降る	山崩れ、がけ崩れが起きやすく、避難 が必要
50~80	非常に激し い雨	滝のように降る	土石流が発生し、多くの災害が発生する
80~	猛烈な雨	恐怖を感じる	大規模な災害に対し厳重な警戒が必要





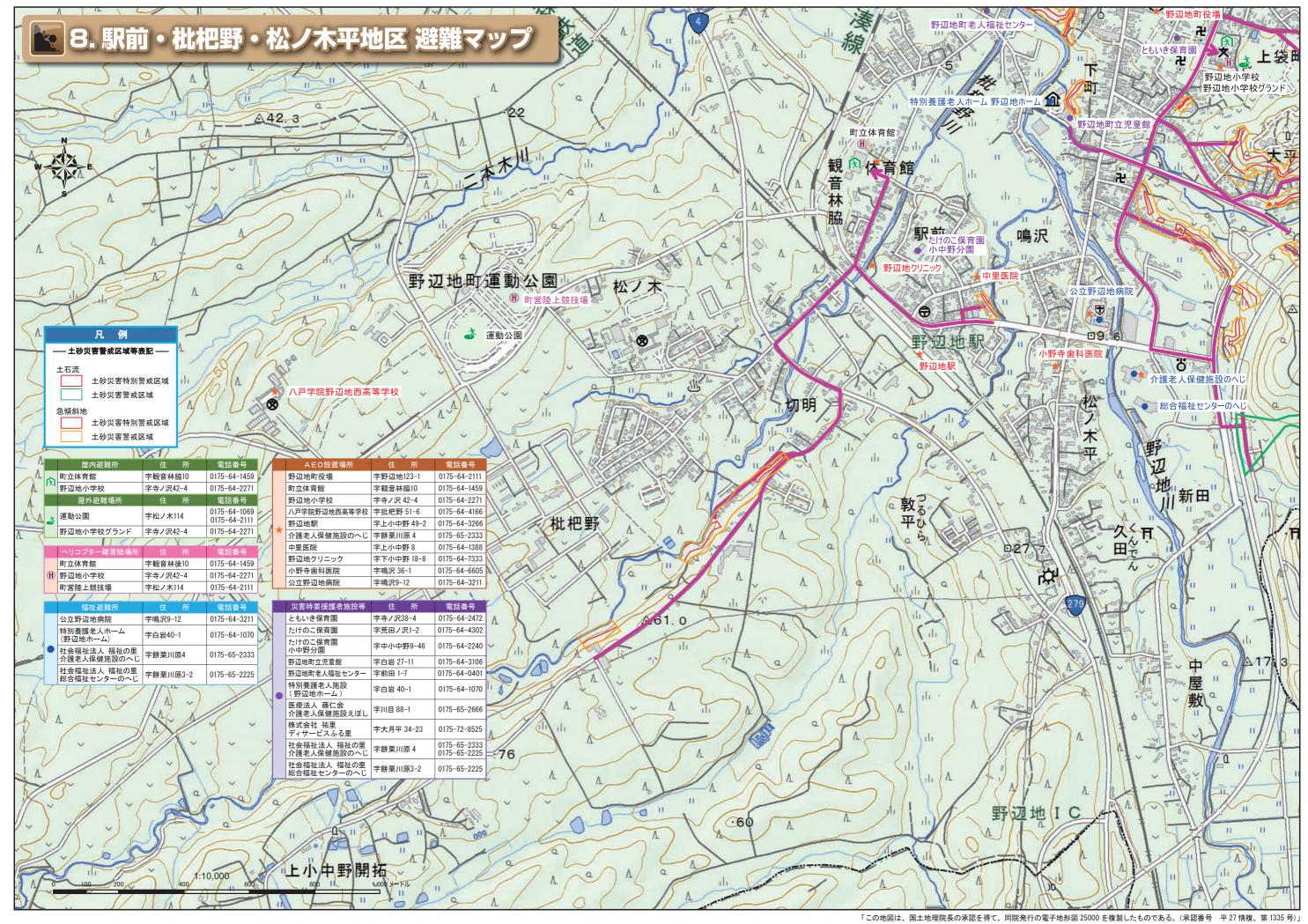
**■** 34





**■** 38







The state of the s



**■** 46 47 **■** 

火災による被害をなくすためには、日頃から火災を発生させないよう注意 することはもちろん、万一出火した際の行動を覚えておくことも大切です。

突然の災害の際は、公的救急機関がすぐに駆け つけられるとは限りません。万一の時に対処でき るよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

# 🦖 火災に備える

火災に気づいたら、すぐに「通報」、「初期消火」、そして「避難」することが大切 です。優先順位は状況によって異なるため、慌てず冷静に判断するようにしま しょう。

#### ①通 報

- ●大声で「火事だ」と叫び、周 囲に知らせる。
- ●119番通報する。(固定電 話·携帯電話)
- ●危険が迫れば近所に通報を 依頼する。

#### ②初期消火

- ●屋内では炎が天井に達する までとする。
- ●必ず避難口を背にする。
- ●危ない、怖い、無理と思った らすぐに避難する。
- ●屋外であれば風上から行う。

#### ③避 難

- ●日頃から2つ以上の避難で きる経路を考えておく。
- ●余裕があれば燃えている部 屋の窓やドアを閉めて空気 を遮断する。
- ●煙は吸わないようにする。



- ・「119番」通報時は、最初に必ず「野辺地町です。火災(救急)です。」とお答え ください。その後は、指令センター職員の指示に従ってお答えください。
- ※平成28年4月1日から、緊急通報「119番」は「上十三消防指令センター」で受け 付けています。

# 住宅用火災報知器

住宅火災で亡くなられた方の多くは「逃げ遅れ」が原因です。 火災から大切な命を守るため「寝室」、「階段(寝室のある階)」、 「台所」への設置が必要です。火災を早期に発見することで、通 報や初期消火が早まり、被害の軽減につながります。





⋒安全栓を抜く

レバーを握っていたら安全 栓は抜けないので気をつけ ましょう。

②ノズルを火元へ向ける

ホース部分を持つとノズルが暴れる ことがあります。ノズル部分をしっか り持ちましょう。

レバーが握れなけれぱ消火 器を置き体重をかけて押さ えると噴射します。

#### 人が倒れていたら



## 2 気道の確保



仰向けに寝かせ る。片方の手を 額に、もう片方の 手の人差し指と 中指を下あごの 先に当てて持ち 上げ、頭を上に そらす。

認する。

#### 13 呼吸確認

気道を確保したまま頬と 耳を傷病者の鼻や口に 近づけて呼吸の有 無を調べる。

#### 4 心臓マッサージ

傷病者の横に両膝立ちになる。乳頭と乳 の間に片方の手の付け根を置き、他方の手 をその上に重ねる。ひじを伸ばし、4~5cm 圧迫する。1分間に100回の速 さを目安にする。30回の心臓 マッサージと2回の人工呼吸の サイクルを、救急隊員が到着す るまで繰り返す。

**5** 人工呼吸<sup>(省略可)</sup>

呼吸がなければ人工呼吸を開始 する。気道を確保したまま鼻をつ うまみ、傷病者の口を覆い空気が 漏れないよ うにゆっく

回吹き込む。 傷病者の胸が持ち上がるのを確



#### A E D の使い方

AEDは、心臓マヒを起こして倒れた人の命を救うことができる器械です。 一般の人でも使えます。AEDが身近にある場合は、状況を見てAEDに よる応急手当てを優先的に行いましょう。AEDを使う際は電源を入れ、 音声ガイダンスに従ってください。



#### ケガの対応

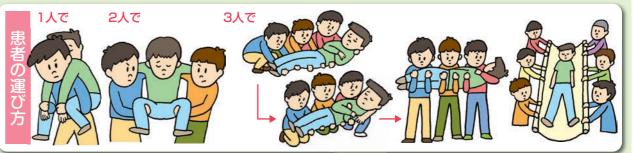
#### 骨折 折れた部分に 添え木、板、 傘などを当て て固定し、 医療機関

やけど 衣服を無理に脱がさ ずそのまま冷やす。 水ぶくれは破らない。 冷やした後は きれいな布な どで保護し医 療機関へ。

出血部分にガーゼ等 を当て、圧迫する。感 染予防のた めビニール 手袋などを

使用するの が望ましい。

#### けがの状態をよく見て、応急処置をした後で、運ぶようにしましょう。



※ 野辺地消防署では、応急手当講習会(各種救命講習)を実施しております。 お申込み、お問合せ、ご相談等については、野辺地消防署救急係で受け付けております。

電 話:64-3126

# 非常時の持出品及び備蓄品

野辺地町では非常時のために食料、飲料水、衛生・ 生活用品、発電機などを備蓄していますが、大規 模な災害に見舞われた場合、十分な量を確保して いるとはいえません。もしもの災害に備え、平常 時から各ご家庭での備蓄にご協力お願いします。

## 非常時特出品

非常時に持ち出す最小限の必需品。必要最低限のものを、いつでも持ち出せる場所に保管しておきましょう。



懐中電灯 できれば一人にひとつ。



予備電池 多めに用意しておく。



常備薬など。



預貯金通帳、健康保険証、 衣類、ティッシュペーパー 軍手、カッパなど。頭部の保 免許証、印鑑、現金など。公 衆電話用に10円玉も。 護用にヘルメットや座布団も。



その他 乳幼児がいる家庭は紙お むつや粉ミルク。介護が必 要な方がいる家庭は介護 に必要なもの。

ずまむつ

=117

#### 非常時用備蓄品

非常時に最低限必要な備蓄品。必要最低限の物を、いつで も持ち出せる場所に保管しておきましょう。(2~3日分)



そのままか簡単な 調理で食べられる もの。レトルト食品、 インスタント食品、

アルファ米、缶詰、菓子類、調味



## ヘルメット タオル 軍手 リュック 長袖の上着 長ズボン 動きやすい 運動靴

非常時の服装

非常持出品	<del>بر</del>	ロック	7日
懐中電灯			
携帯ラジオ			
予備電池			
応急医薬品			
貴重品			
生活用品(衣類、軍手、カッパなど)			
(ヘルメット、座布団)			
(ティシュペーパーなど)			

非常持出品	チュ	こック	旧
非常食·飲料水			
その他(紙おむつ、粉ミルク)			
(介護に必要なもの)			

非常時用備蓄品	チ:	こック	归
食料			
飲料水			
その他 (コンロ、ガスボンベ、固形燃料など)			
(トイレットペーパーなど)			
(毛布、寝袋など)			

※各家庭で話し合い、必要なものを空欄に書き込んでおきましょう。

# 災害時避難行動要支援者にいて

災害が発生した際に、自力で避難行動が困難な 要支援者に対して、日頃から地域の支援体制の 構築に向けた活動が重要となります。

#### ①『災害時避難行動要支援者』とは?

災害発生時に地域の支援を受けるために必要な個人情報を、自治会や民生委員、児童委員、ほの ぼの交流協力員、避難支援者などに提供することに同意した方で、下記の要件をお持ちの方々を 言います。

- ① 要介護認定結果が要介護3以上でかつ、ひとり暮らしの高齢者
- ② 身体障害者手帳を所持している者のうち「肢体不自由(1~2級)」の者
- ③ 身体障害者手帳を所持している者のうち「聴覚障害・平衡機能障害」の者
- ④ 身体障害者手帳を所持している者のうち「視覚障害」の者
- ⑤ 療育手帳Aを所持している者
- ⑥ 精神保健福祉手帳 1 級を所持している者
- ⑦ 奸産婦
- ⑧ 乳幼児(1人児は3歳になるまで。複数児は末子4歳になるまで。)
- ⑨ 日本語の理解が十分できない外国人
- ⑩ 災害の発生時に支援が必要と認めた者
- ① 75歳以上の単身高齢者及び75歳以上の高齢者のみの世帯
- ⑫ 上記以外の者で、自ら支援を希望し個人情報を提供することに同意する者

#### ②『町の関係機関・団体などによる支援』

町では、災害時避難行動要支援者避難支援プランに基づいて、避難行動要支援者に対し、関係機 関・団体等の協力を得て次の支援を行います。

- ・災害時における安否確認
- ·避難誘導
- · 救出活動
- ・断水時の給水など

#### 災害発生時の要支援者の対応について

#### 高齢者・寝たきりの方



#### 日頃の備え

室内はできるだけ広くし、 家具や棚の上に重い物、角 のある物は置かない。

#### 災害時に

本震がおさまっても余震に 備え、家の安全な場所に移 動する。

#### 耳が不自由な方



#### 日頃の備え

筆記用具を携帯しておく。

#### 災害時に

メモなどで正確な情報を周 図 囲の人に聞く。

#### 目が不自由な方



#### 日頃の備え

白杖は必ず手の届くところ に置いておく。家具などの 配置の変更は本人に必ず伝 える。

#### 災害時に

笛などを吹き、居場所を知 らせる。周囲の人に安全な 場所までの誘導を依頼す る。

#### 肢体の不自由な方



#### 日頃の備え

室内の安全スペースの確保 と家具などの転倒防止策を 十分にする。

#### 災害時に

頭部を座布団や手で守る。 車いすは安全な場所に止 め、介助者の協力を求め



