

# 色麻町防災マップ

## わが家の防災メモ

年 月 日 現在

住所

氏名

電話

避難場所

わが家の避難所

家族の集合場所

家族の  
連絡先

名前

携帯電話番号

連絡先(会社・学校など)

連絡先電話番号

親戚  
知人の  
連絡先

名前

携帯電話番号

自宅電話番号

会社などの電話番号

家族の  
救急用  
データ

名前

生年月日

血液型

アレルギー

かかりつけの病院

### 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

災害発生時（震度6弱以上の地震など）にはNTTの災害用伝言ダイヤルが稼働します。家族や友人などの安否確認や連絡に活用できます。※大規模災害発生時には携帯電話各社が提供する災害用伝言板サービスも利用できます。

①⑦① < 伝言を録音するときは ① ⇒000-000-0000⇒伝言を吹き込む  
被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の人の電話番号を市外局番から入力  
伝言を再生するときは ② ⇒000-000-0000⇒伝言を聞く

火事・救急 **119番** 警察 **110番** 災害用伝言ダイヤル **171番**  
テレドーム(火災等災害情報案内) **0180-992-500**

# わが家の防災対策

## 家の中の安全対策

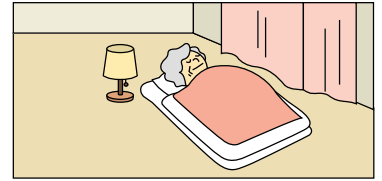
### 1 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋が幾つもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



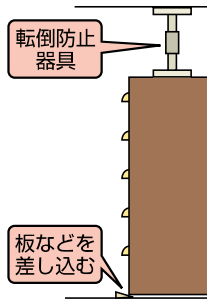
### 2 寝室、子供やお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子供やお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。



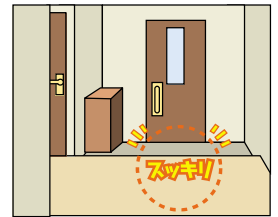
### 3 家具の転落や落下を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



### 4 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

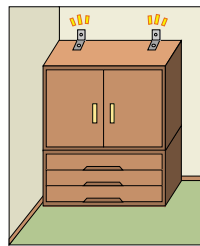
玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

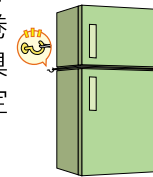
#### ●タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



#### ●冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



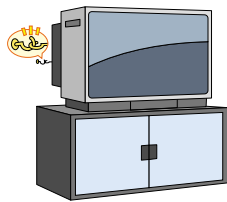
#### ●食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



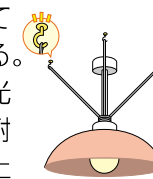
#### ●テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く（家具の上はさける）。またテレビの上には水槽や金魚鉢を置かない。



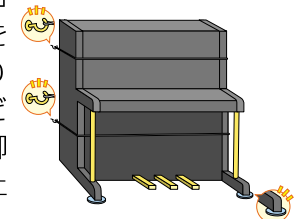
#### ●照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



#### ●ピアノ

本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。



## 家の周囲の安全対策

#### ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。

#### ブロック塀・門柱

土中にしっかりと基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。



#### 屋根

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

#### 窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

#### プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。

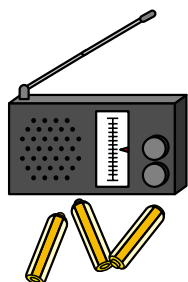
# 非常用持出品の準備

いざというときにすぐに取り出せるように、日頃から準備・点検しておきましょう。

## 非常用持出品(例)

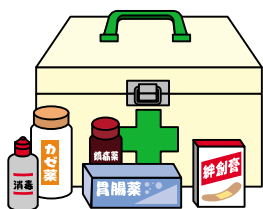
### ●携帯ラジオ

予備の電池は多めに用意。



### ●救急医薬品

絆創膏、傷薬、包帯、風邪薬、胃腸薬、鎮痛剤など。



### ●貴重品

現金、預貯金通帳、印鑑、免許証、健康保険証、権利証書など。



### ●懐中電灯

できれば1人に1つ。予備の電池も忘れずに。



### ●非常食品

カンパン・缶詰など火を通さなくても食べられるもの、ミネラルウォーター、缶切り、栓抜き、紙皿、紙コップ、水筒など。



### ●その他

下着・上着などの衣類、タオル、生理用品、粉ミルク、離乳食、紙おむつ、ウェットティッシュ、合羽、ヘルメット、ライター、ラップフィルム(止血や汚れた食器にかぶせて使う)など。



## 非常用備蓄品(例)

非常用備蓄品は、災害復旧までの数日間(最低3日分)を生活できるように準備しておくものです。

### ●飲料水

飲料水は1人1日3リットルを目安に。ペットボトルや缶入りのミネラルウォーター。また、防災タンクにためておく。



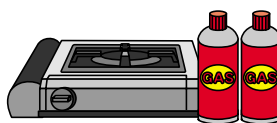
### ●非常食品

米(缶詰やレトルト、アルファ米も便利)、缶詰やレトルトのおかず、ドライフーズ、チョコレート・アメなどの菓子類、梅干し、調味料など。



### ●燃料

卓上コンロ、ガスボンベ、固形燃料。



### ●その他

生活用水(風呂や洗濯機に備蓄。幼児に注意して)、毛布・寝袋、洗面用具、ドライシャンプー、なべ、やかん、防災タンク(ポリタンク)、バケツ、各種アウトドア用品など。



## 非常用持出品は定期的に点検を!

いざというときに支障のないように、食品類の賞味期限や持出品の不備を定期的に点検しましょう。

### 避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さし、筆記用具(マジックなど)、スコップなど。

### 阪神・淡路大震災で役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、ビニールシート、新聞紙などや、補助用具としてロープ、スコップ、ボールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常用持出品は、使用するとき支障のないように、定期的に点検しておきます。とくに食品や飲料水の賞味期限はまめにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入替えておきましょう。



# 地震対策

## 地震から身を守るために

大地震が発生したその瞬間に冷静に対応するのは難しいものです。しかし、その一瞬の判断が生死を分けることもあります。あわてず、落ち着いて行動するために、行動パターンを覚えておきましょう。

### 地震発生時の行動パターン

#### 地震発生

- 落ち着いて、自分の身を守る  
机の下などへもぐる。倒れてくる家具や落下物に注意。
- すばやく火の始末  
コンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する



#### 1~2分

津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域はすぐ避難

- 火元を確認、初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはく ガラスの破片などから足を守る。
- 非常持出品を用意する 荷物は最小限に。

#### 3分

- 隣近所の安全を確認  
一人暮らしの高齢者世帯などに積極的に声をかけ安否を確認。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消火活動を行う。
- 余震に注意

#### 5分



- ラジオなどで情報を確認  
間違った情報にまどわされないように。
- 電話はなるべく使わない
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する  
ブロック塀やガラスに注意。車は使用しないこと（山間部などの一部の地域は除く）。

#### 5~10分

- 自宅を離れるとき  
行き先を書いたメモを目立つ場所に残す。
- 電気のブレーカーを切る



#### 10分~数時間

- 消火・救出活動  
隣近所で協力して消火や救出活動を。自分たちで手におえない場合は、消防隊に連絡するか依頼する。



#### ~3日ぐらい

- 生活必需品は備蓄でまかなう  
災害発生から3日間は、外部からの応援は期待できない。
- 災害情報、被害情報の収集  
市区町村の広報に注意する。
- 壊れた家には入らない
- 引き続き余震に注意

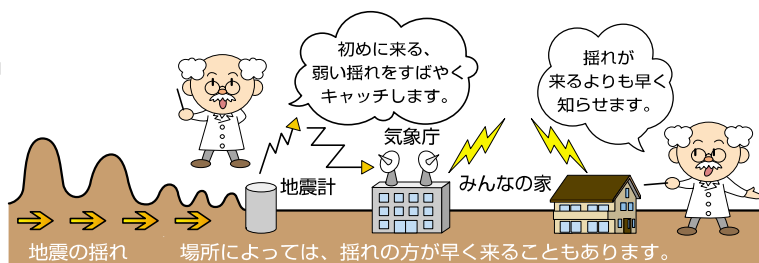


- 集団生活のルールを守る
- 助け合いの心で

#### 避難生活では

## 緊急地震速報のしくみ

緊急地震速報は、最大震度5弱以上と推定した地震の際に、強い揺れ（震度4以上）の地域の名前を強い揺れが来る前にお知らせするものです。



# 風水害・土砂災害対策

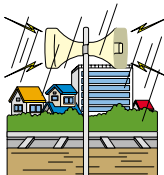
## 風水害・土砂災害から身を守る

### ① 気象状況に注意し、早めの対応を

気象状況は刻々と変化していきます。正しい情報に基づき早めの対応を心がけましょう。家族や地域で協力し合い、対応することが災害の抑制につながります。

#### ■ 大雨が降り出したら

地域の防災広報に注意し、近くの川の水位上昇にも注意しましょう。



地域の水防活動に協力しましょう。



はぐれないようにロープでつながって。お年寄りや子供は浮き袋等を利用する。



#### ■ 洪水のときの避難方法

はきものは、ひもでしめられる運動靴。腰まで水があったら水の中を歩かない。長い棒をつえがわりに水面下の足元に注意。



### ② 土砂災害に気をつけよう

土砂災害が起きやすい箇所は多数存在しています。台風や集中豪雨によって大きな被害を受けることが考えられますので、地域ぐるみで十分な注意が必要です。

#### ■ 地すべり

粘土などのすべりやすい層を境に、その上の土がそっくり動き出す現象。

- 〔前ぶれ〕
- 地面にひび割れができる。
  - 地面の一部が陥没したりする。
  - 沢や井戸の水が濁る。
  - がけや斜面から水が噴き出す。



#### ■ 斜面崩壊

がけ崩れ、山崩れなど。突発的かつ急速におこることが多いのが特徴。

- 〔前ぶれ〕
- 小石がバラバラと落ちてくる。
  - がけから水が湧いてくる。
  - がけにひび割れができる。



#### ■ 土石流

土石と水が一体となって流れ落ちる現象。「山津波」や「鉄砲水」と呼ばれて恐れられています。

- 〔前ぶれ〕
- 山鳴りや木立の裂けるような音、ドンといった音がする。
  - 雨が降り続けているのに、川の水が急に減り始める。
  - 川の水が濁ったり、流木が流れてくる。

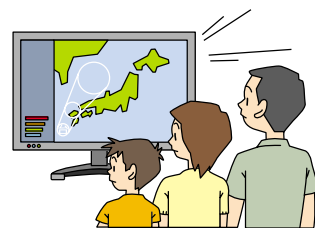


### ③ 梅雨や台風の時期には十分警戒を

土砂災害は雨量が多くなるほど発生しやすくなるため、梅雨や台風の時期は十分な警戒が必要です。日ごろからこのような災害を予測し、事前に備えておくことが被害の軽減につながります。

#### ■ ここがポイント事前の備え

- 気象情報を聞きます。
- 状況によっては、遠出や外出は中止します。
- 避難場所について再確認します。
- 勤務先にいる家族などと連絡をとり非常に備えます。
- 防災関係機関等の広報をよく聴いておきます。
- 家財道具・食料品・ふとん・衣服などの生活に欠かせないものを安全な場所へ移動します。



### ④ 災害情報の伝達経路

避難勧告・避難指示等は、下図のように住民のみなさんに伝達されます。



# 自主防災組織

## 共助

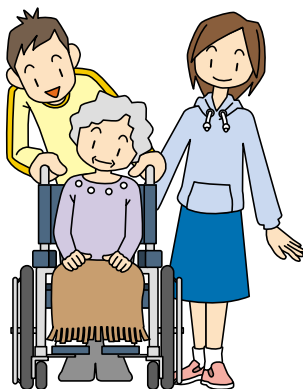
「共助」とは、自分の安全が確保された後に、周りの方と助け合うことです。これまでの災害においても、最も多くの人命を救ったのは地域の住民でした。

## 災害時要援護者に配慮を

災害時の防災活動は、自治体や消防機関などで全力を挙げて行います。しかし、通信手段の混乱や消防力の分散などで、防災活動が十分に行えないことも考えられます。そんなとき、頼りになるのは“ご近所の方たち”です。日ごろから地域でコミュニケーションを図り、災害に備えましょう。

### 災害時要援護者が安心して暮らせる地域づくり

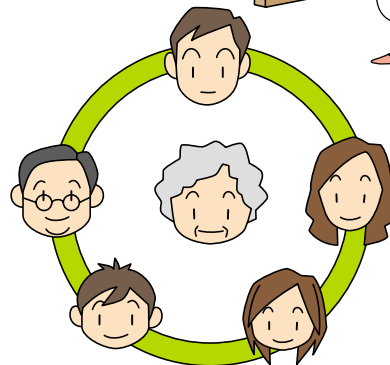
- 日常のケア体制こそが災害時要援護者対策です。日ごろから災害時要援護者とのコミュニケーションをもち、健康状態や、緊急時にしてほしいことなどを聞いておくようにしましょう。



- 地域での支援・協力体制を具体的に決めて、複数の住民がサポートしましょう。

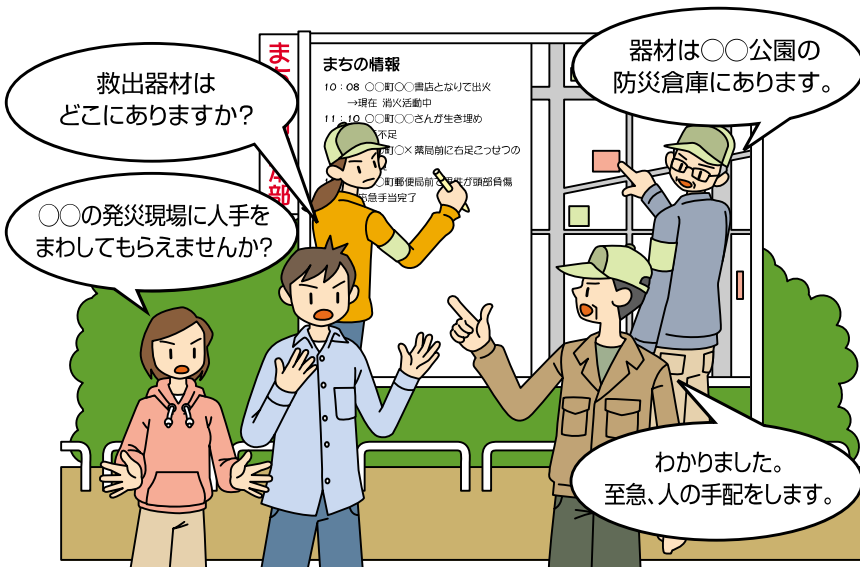


- 避難方法や情報伝達などは災害時要援護者の立場になって点検し、整備しましょう。



## みんなで防災訓練を

いざというときに一人ひとりがバラバラの行動をとっていたのでは、せっかくの活動も十分な力を発揮することはできません。自分たちの住む地域は自分たちで守るという自主防災の気持ちが大切です。被害を最小限に食い止めるため、地域で防災訓練を計画し、実施しましょう。



- 災害時要援護者自身の防災能力を高めるために、防災訓練に積極的に参加してもらいましょう。

# 火災対策

火災発生!そんなときどうする

## 初期消火の3原則

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を知らせ、すみやかに119番通報を。初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

- 1 早く知らせる**
- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければ、やかんなどを叩き、異変を知らせる。
  - 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



- 2 早く消火する**
- 出火から3分以内が消火できる限度。
  - 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布でおおうなどの手近のものを活用する。



## 火元別初期消火のコツ

### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

### 石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけてと石油が飛び散って危険)。石油が流れて広がっていくようなら毛布などでおおい、その上から水をかけて消火を。

### 衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。髪の毛の場合なら衣類(化繊は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

### 風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある灯油やガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカーも切る)消火を。

### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃えひろがったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

- 3 早く逃げる**
- 天井に火が燃え移ったら、いさぎよく避難する。
  - 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。

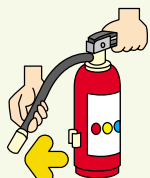


## 消火器の使い方

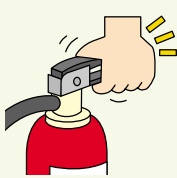
粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指を  
かけ上に引き抜く。



ホースをはずして  
火元に向ける。



レバーを強く  
握って噴射する。

## かまえ方

- 風上に回り風上から消す。火災にはまともに正対しないように。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルに向け、火の根元を掃くように左右に振る。



## 火災予防が一番! 身近に住宅用火災警報器を備えよう!!

戸建住宅や共同住宅(自動火災報知設備等が設置されているものを除く。)について、住宅用火災警報器等の設置が必要となります。

住宅用火災警報器は、火災により発生する煙や熱を感知し、警報するものです。特に、住宅火災により死に至った原因の7割が「逃げ遅れ」ということから、早期に火災を気付かせる重要な機能を備えています。

住宅用火災警報器は、住宅火災からあなたを守ります。

