

# 風水害・地震について

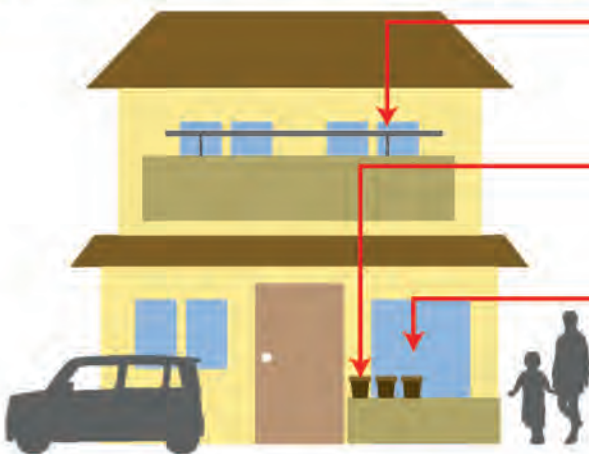
## 強風前に自宅の中へ

庭に置いてある植木鉢・置物やベランダにある物干し竿は、強風によって飛ばされ、歩行者にけがをさせてしまうおそれがあります。強風・暴風が予想される場合は、飛ばされてしまいそうなモノは自宅の中に入れるか、柱などにロープやチェーンなどで繋いで固定しましょう。雨戸がない窓には、万が一、ガラスが割れた場合に備え、飛散防止フィルムを貼り、カーテンを閉めておきましょう。

また、暴風時は飛ばされたモノにより、けがをするおそれがあるので、なるべく外出は控えましょう。外出しているときに暴風が吹いた場合は、近くの建物の中に避難し、窓から離れた場所にいるようにしましょう。

### 強風・暴風前の備え

### 気象情報の確認を忘れずに!!



#### ❗物干し竿

飛ばされないようおろしておく

#### ❗植木鉢

飛ばされないよう家の中に入れる

#### ❗雨戸のない窓

カーテンを閉めたり、飛散防止フィルムを貼る

### 地震の備え



#### ■ 家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておきましょう。

けがの防止や避難に支障のないように家具を配置しておきましょう。家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒・落下・移動防止措置をしておきましょう。



#### ■ けがの防止対策をしておきましょう。

食器棚や窓ガラスなどには、ガラスの飛散防止措置をしておきましょう。停電に備えて懐中電灯をすぐに使える場所に置いておきましょう。散乱物でケガをしないようにスリッパやスニーカーなどを身近に準備しておきましょう。



#### ■ 家屋や塀の強度を確認しておきましょう。

家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておきましょう。ブロックやコンクリートなどの塀は、倒れないよう補強しておきましょう。

# 持出し品について

## 備蓄 最低限揃えておきたいもの



### 懐中電灯

できれば一人にひとつ用意。  
予備の電池と電球も忘れずに。



### 非常食・水

缶詰など、火を通さずに食べられるものを。乳幼児がいる場合には粉ミルクなど。



### 携帯ラジオ

小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるものを用意。予備の電池は多めに。



### 救急薬品 常備薬

キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬など。常備薬があれば忘れずに。



### 貴重品

現金、預金通帳、印鑑、免許証、健康保険証など。現金は硬貨も便利。



### その他

ヘルメット（防災ずきん）、衣類、ライター（マッチ）、ナイフ、ビニール袋、紙おむつやほ乳びんなど。

## 非常食 二次持ち出し品

災害復旧までの数日間自活するために用意するもの

### 非常食

缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品、チョコレート・アメなどの菓子類、調味料など。

### 飲料水

一人当たり、1日3リットルが目安。缶入りやペットボトルのミネラルウォーターのほか、ポリ容器にも水をためておく。

## ポイント その他の持ち出し品

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベのほか、毛布、寝袋、洗面用具、ラップ、使い捨てカイロ、ロープ、バール・スコップなどの工具、マスク、トイレトーパー、新聞紙、簡易トイレ、予備のめがね、バイク・自転車、ドライシャンプーなど。

必要な防災グッズは必ず揃えてバッグの中にしまっただけで持ち出せる状態にしておくことが大切です。避難する時は一分一秒を争っている状態なので、押し入れの中や棚を探している暇はありません。揃えた防災グッズは、玄関などのすぐに取り出せる場所に置いておくことが一番重要です。



**最低でも3日分、できれば1週間分を目安に備蓄を行きましょう。**



非常に広い地域に甚大な被害が及ぶ大災害の場合、食糧などの支援物資がすぐに届かないおそれがあります。そのため、ご家庭で非常食などを備えておく事も大切です。

# 避難について

## 避難情報

水害・土砂災害について、市町村が出す避難情報と、国や都道府県が出す防災情報を5段階に整理しました。



詳しく知りたい方は  
内閣府 防災情報のページ

内閣府 避難勧告 検索

[http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30\\_hinankankoku\\_guideline/index.html](http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30_hinankankoku_guideline/index.html)

### <避難情報等>

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。 <b>命を守るための最善の行動</b> をとりましょう。	災害発生情報 <sup>※2</sup> <small>※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令（市町村が発令）</small>
警戒レベル4 <b>全員避難</b>	<b>速やかに避難先へ避難</b> しましょう。 公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内より安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示(緊急) <sup>※3</sup> <small>※3 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合に発令（市町村が発令）</small>
警戒レベル3 <b>高齢者等は避難</b>	避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・ 高齢者等避難開始 （市町村が発令）
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの <b>避難行動を確認</b> しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等 （気象庁が発表）
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 （気象庁が発表）

### <防災気象情報>

#### 【警戒レベル相当情報(例)】

#### 警戒レベル5相当情報

氾濫発生情報  
大雨特別警報 等

#### 警戒レベル4相当情報

氾濫危険情報  
土砂災害警戒情報 等

#### 警戒レベル3相当情報

氾濫警戒情報  
洪水警報 等

（国土交通省、気象庁、都道府県が発表）

これらは、住民が自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。

※1 各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

## Q&A

質問1) 防災気象情報は出てるけど、避難情報が出ていないときはどうすればいいの？

⇒市町村は、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行うことから、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が、同時に発令されるわけではありません。

**自らの命は自ら守る意識を持って、防災気象情報も参考にしながら、適切な避難行動をとってください。**

質問2) 避難指示(緊急)は、避難勧告と同じ警戒レベル4に位置付けられたけど、考え方が変わったの？

⇒**避難指示(緊急)**は、地域の状況に応じて緊急的に又は重ねて避難を促す場合などに発令されるもので、**必ず発令されるものではありません**。避難勧告が発令され次第、**避難指示(緊急)**を待たずに速やかに避難をしてください。

質問3) 洪水で「警戒レベル4相当情報」が既に出ているなかで、土砂災害で「警戒レベル3相当情報」が出たけど洪水のレベルも4から3に下がったということなの？

⇒洪水の危険性が4から3に下がったわけではありません。洪水は4のままで、土砂災害の3が追加されたのであり、**その地域は洪水と土砂災害、両方の災害を警戒する必要があります**。

【警戒レベル5】では既に災害が発生しています。また、必ず発令されるものではありません。

**【警戒レベル3】や【警戒レベル4】で、地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。**

# AEDの使用方法・心肺蘇生法

## ①反応の確認

声をかけ反応をみる

- 「反応がない」
- 「うめき声」
- 「名前・年齢が言えない」
- 基本は平常時との違いに気づくこと!



## ②呼吸の確認

胸や腹部の動きを確認

- 呼吸がなければ胸骨圧迫
- 目で胸や腹部が動くかを見る。



## ③胸骨圧迫 (心臓マッサージ)

胸の真ん中を押す(30回)

1分間に100~120回のリズム

手掌基部で  
圧迫部位を押す



## ④人工呼吸

(人工呼吸をすることが困難な場合は省略してもかまいません。)

鼻をつまんで、口にかかるく息を 1回1秒かけて2回吹き込みます。

- ※人工呼吸は、たくさん吹き込む必要はありません。
- ※直接口に触れないための感染防護具がある場合は使用しましょう。



①

②

③

AEDはこのよう  
な人に使用しまし  
ょう  
**! 反応が無い**  
**! 呼吸が無い**

AEDの電源を入れる  
フタを開けると  
自動的に電源が入  
る機種もあります。  
(メッセージが流れ  
実施すべきことを  
指示してくれます)

電極/パッドを直接胸部に  
貼り付ける  
汗・水などで濡れ  
ている場合は、パ  
ッドを貼る部分を  
拭いてください。

④

⑤

AEDが自動的に心電図を  
解析  
AEDが自動的に  
患者の心電図を  
解析します。  
解析中患者に触れない



ショックの必要あり  
ショックの必要なし

誰も触れていないことを確認  
ショックボタンを押す  
ショックボタンを押した後、  
メッセージに従いすぐに  
心肺蘇生法をスタート  
します。



胸骨圧迫を行い心肺蘇生をスタートします

(以後、2分ごとにAEDは自動的に心電図を解析しますのでメッセージに従ってください。)

## 出血 (止血法)

①傷口を圧迫する(圧迫止血)

出血している部分にガーゼやタオルを当て、その上から手のひらで圧迫する。また、感染を防ぐため、できる限り、ビニール袋を使用するのが望ましい。



②傷口を心臓より高くする

## 骨折 (固定法)

①動かないようにして、傷や出血の手当てをする

②患部を固定する

副木を当て、骨折した部分の上と下の関節を固定して、骨折したところが動かないようにする。手近で代用できるものを使う。



③安静にして、早めに医療機関へ

## 応急手当講習会

グループや団体を対象に、心肺蘇生法、AEDの使用法等の講習会を行っています。

講習は無料です。詳しくは消防本部警防課にお問い合わせ下さい。

消防本部 警防課  
(0993-72-0049)

# 自主防災について 活動内容

## ～自分たちの地域は自分たちで守る!～

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

### 平常時の活動

#### □ 地域内の防災点検

災害発生時に、地域内に被害の拡大につながる要素はないか、また、避難行動要支援者がいないかなど確認を行う。

#### □ 防災訓練の実施

負傷者の応急手当て、救護所への搬送など災害を想定した防災訓練(避難訓練、図上訓練、消火器の使用方法や応急手当訓練など)を実施する。

#### □ 防災知識の普及

防災ガイドブックの作成など、住民一人ひとりの防災意識の高揚を図る。

#### □ 防災資機材の整備

災害発生時に必要とされる資機材を、地域の実情に応じて準備し、定期的に点検や使用方法の確認を行う。



### 災害時の活動

#### □ 情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。

#### □ 初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツルーなどによる初期消火活動など

#### □ 救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など

#### □ 医療救護活動

負傷者の応急手当て、救護所への搬送など



### 要配慮者を災害から守る

平成 25 年 6 月に災害対策基本法が改正され、これまでの「災害時要援護者」を「要配慮者」とし、要配慮者のうち、自ら避難することが困難で特に支援を要する方を「避難行動要支援者」と言います。

#### □ 要配慮者との交流を密にする

日頃から近隣に住む要配慮者とあいさつを交わすなど交流を深めておく。また、プライバシーや本人の意思などに配慮しながら、支援のニーズを聞いておく。

#### □ 要配慮者を把握する

「避難行動要支援者名簿」等を参考に、要配慮者の把握、共有等を進めておく。

#### □ 要配慮者の視点でまちなかを点検する

避難路は車いすで通れるか、障害物がないかなど、要配慮者を安全に避難誘導できるよう、確認する。

#### □ 防災訓練への参加を促す

要配慮者の方に防災訓練に参加してもらう。その際に、安否確認や避難誘導など、具体的な支援体制を決めておく。

※要配慮者とは、高齢者・障がい者・乳幼児等の防災施策において特に配慮を要する方を指しています。



# 家族の防災会議について

## ～家の人と話し合いましょう～

災害が起きた時のために、家族で話し合っておきましょう。いざという時「自分の役目」「避難場所」「連絡方法」を普段からしっかり確認しておくことが大切です。

### ※家族等の役割分担

-----  
-----  
-----  
-----

### ※家の近所の避難場所

-----  
-----  
-----  
-----

### ※家族がはなればなれになった時の連絡方法

-----  
-----  
-----  
-----

### ※非常持ち出し品の置き場所

-----  
-----  
-----  
-----

## ～避難場所を調べよう～

危険な場所と、避難場所を調べよう

- ※学校から家までの帰り道を書いたり、地図をはったりして、安全な場所には○、危険な場所には×をつけましょう。家族といっしょに、話し合いながら書いてみましょう。また、避難場所への安全な道にも印をつけましょう。

- 避難する場所
- × 危険な場所
- 通る道

★見本

