

目ごろからの心構え①

1 安全な避難路

避難所までの経路（避難路）は、あらかじめ自分たちで決めておき、安全に通行できるか複数の経路を確認しておきましょう。



2 非常時持ち出し品の事前準備を

避難する時の荷物は必要最低限とし、事前に準備しておきましょう。



3 正確な情報収集と自主的避難を

スマートフォン・防災アプリ・テレビ・ラジオ等で最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。雨の降り方や浸水の状況に注意し、危険を感じたら自主的に避難しましょう。



4 避難の呼びかけに注意を

危険が迫った時には、市役所や消防団から避難の呼びかけをすることがあります。呼びかけがあった場合には、速やかに避難しましょう。



5 お年寄りなどの避難に協力を

お年寄りや子ども、病気の人、早めの避難が必要です。近所のお年寄りや子ども、病気の人などの避難に協力しましょう。



6 動きやすい服装、2人以上での避難

避難するときは、動きやすい服装で、2人以上での行動を心がけましょう。また、水面下では道路や側溝などの境目がわかりにくいため、長い棒を杖代わりにして安全を確認しながら歩きましょう。



7 車での避難は控えて

大地震の際には、自動車での避難は緊急車両の妨げになりますので、特別の場合を除きやめましょう。



8 道路や堤防に車を放置しない

救出・復旧活動の妨げになりますので、自動車を堤防や道路に放置しないようにしましょう。



目ごろからの心構え②

家族で行う防災会議

■家族で話し合い意識統一

地震や洪水など、災害時に困らないように、家族の役割分担や避難場所の確認など、事前に話し合っておきましょう。

①役割分担を決める

災害時に、火を消す人、ドアを開ける人、高齢者や子どもを守る人、「非常時持ち出し品」を持ち出す人など。

②非常時持ち出し品等の準備、点検

消火器や非常時持ち出し品、非常用備蓄品の保管場所を決めて、定期的に保存状態や賞味期限切れなどを点検しましょう。

③家の危険箇所をチェック

家の中ではどこが一番安全か？どこがなぜ危険なのか…家族で話し合い、対策を考えましょう。

④家族との連絡方法の確認

家族が離れ離れになったときの連絡方法や集合場所を確認しておきましょう。「災害用伝言ダイヤル(171)(P_6)」なども使い方を覚えておくと安心です。

⑤わが家の防災マップ作り

地図を使って、避難所や避難場所の位置や自宅からの安全な避難ルートを確認しておきましょう。

⑥まずは、避難所に行かなくてよい備えを!

自宅が倒壊せず、備蓄品が揃っていれば、避難所に行かなくても生活が出来ます。

地域で行う防災活動

■地域防災訓練はなぜ必要?

地震など被害が広範囲にわたる災害時には、消防や警察などの公的機関の救出・救助部隊がすぐに来るとは限りません。そんな時は、地域の皆さんで力を合わせた救出、救助活動が大切になってきます。そのためには、「自主防災組織」などを通じた、日ごろの訓練が欠かせません。初期消火や救出救護など、地域で協力し被害を広げない対策も必要なのです。

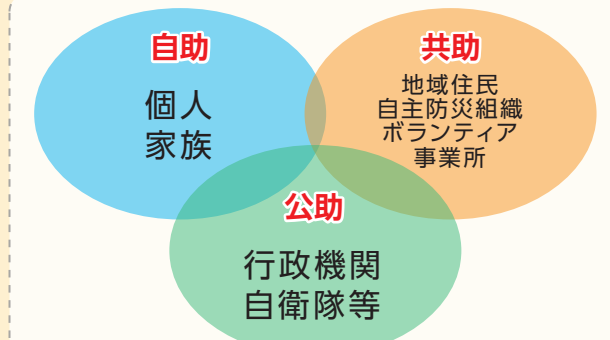
■「自主防災組織」の役割・活動

●災害前(平常時)

- ・防災訓練の実施
- ・講習会など防災知識の普及
- ・防災用資機材の準備・点検(防災マップづくり)
- ・災害時要配慮者の把握と支援体制の整備

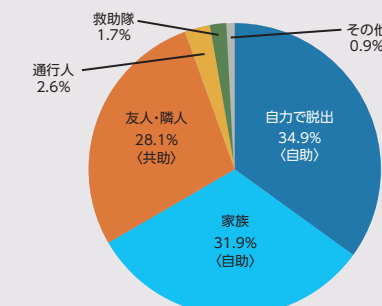
自助・共助の大切さ

災害が起きたときにまず重要になることは、「自分の命は自分で守る」という「自助」の力です。次に大切なのは、隣近所や地域での助け合いの「共助」の力。阪神・淡路大震災では、救助された人のほとんどが自力または家族・隣人による救助でした。国や自治体などの「公助」は、災害直後にはあまり期待できません。また、復興の際は、自助と共助の力が必要になってきます。日ごろから自助の力を高めることも大切な備えのひとつなのです。



※自助と共助が大切

阪神・淡路大震災における生き埋めや閉じ込められた際の救助主体等



出典: (社)日本火災学会(1996)「1995年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より

●災害発生後

- ・初期消火活動
- ・救出、救護活動
- ・住民の避難誘導

情報収集

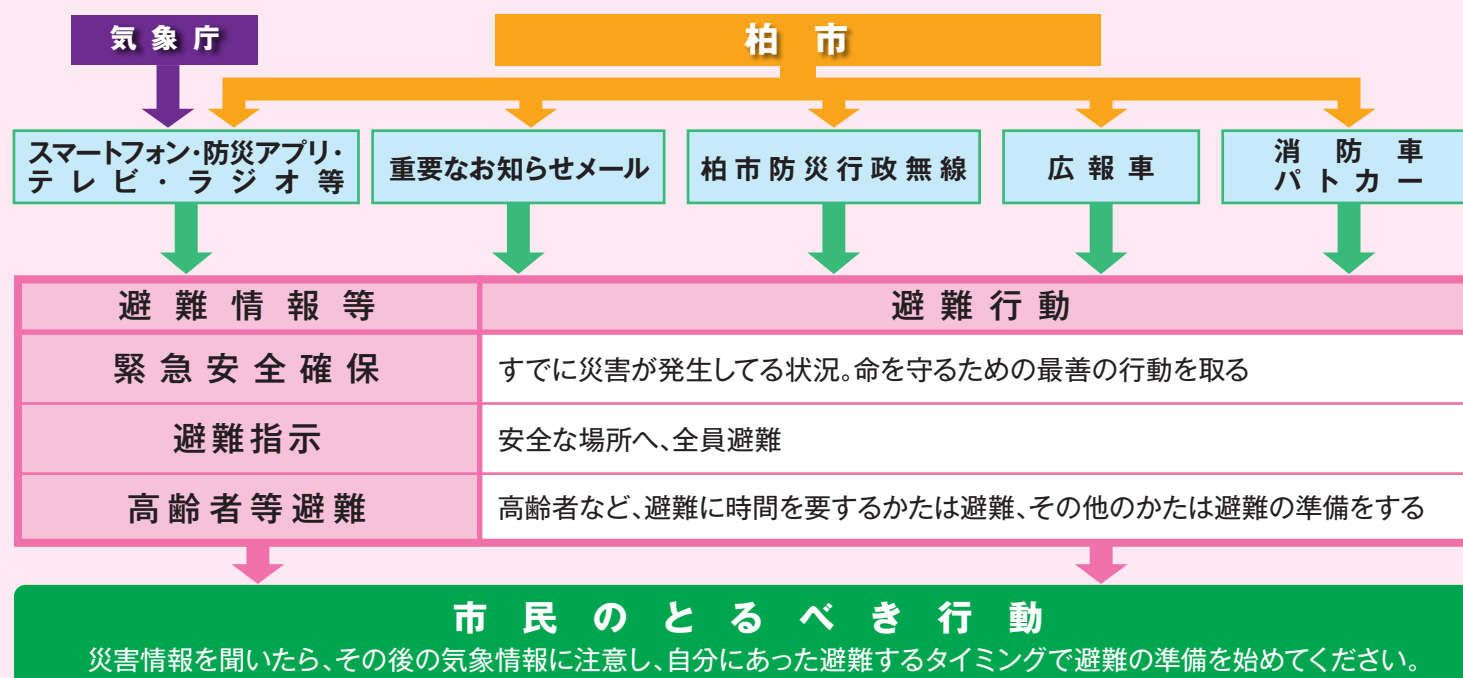
伝達方法	概要
柏市防災行政無線	震度5弱以上の緊急地震速報が自動放送されます。 その他、生命の危険に関わる情報を放送します。 放送内容は、フリーダイヤル0120-280-131で確認できます。
かしわメール配信サービス (市から発令する避難情報)	スマートフォンやパソコンなどのメール機能を利用して、情報を配信するサービスです。 災害情報や地域の火災情報など、柏市からのお知らせを配信しています。 また、防災行政無線の放送と同じ内容のメールが配信されます。 ●メール配信サービス登録方法 QRコードを読み込む、またはkashiwacity@emp.ikkr.jpに空メールを送ります。
柏市公式ツイッター (市から発令する避難情報)	災害時の避難所開設状況や災害関連情報を配信します。 https://twitter.com/kashiwa_bosai
Yahoo!防災速報アプリ(無料) (市から発令する避難情報) (気象庁から発表される気象情報)	プッシュ通知で災害マップなど さまざまな防災情報を配信します。 https://emg.yahoo.co.jp/

全国の気象情報	気象庁 HP	http://www.jma.go.jp/
全国の雨量・河川水位	国土交通省 川の防災情報	https://www.river.go.jp/
利根川の雨量・河川水位	利根川上流河川事務所 HP 利根川下流河川事務所 HP	http://www.ktr.mlit.go.jp/tonejo/ http://www.ktr.mlit.go.jp/tonege/
利根運河の雨量・河川水位	江戸川河川事務所 HP	http://www.ktr.mlit.go.jp/edogawa/
千葉県の雨量・河川水位	千葉県 HP	http://suibo.bousai.pref.chiba.lg.jp/

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

情報の伝達経路

避難指示や避難所などの情報は、下の図のような経路で市民のみなさんに伝達されます。情報がどこから来るのか確認しておきましょう。



災害時の安否確認方法

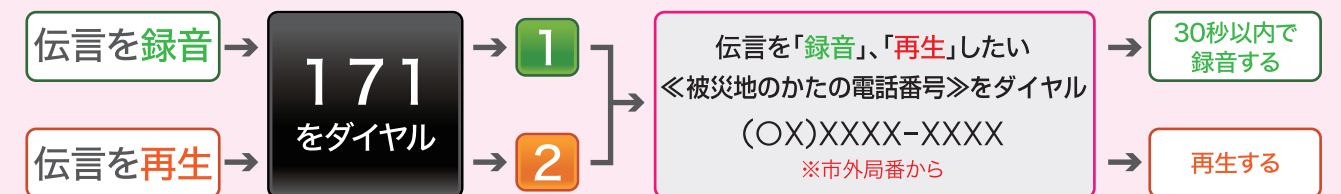
災害時の連絡方法を確認しておこう！①

●なぜ、災害時に電話が繋がらないの？

災害直後は電話が混み合うため、一部の政府機関や防災関係の各種機関、報道機関に設置されている「優先通信」を行う優先電話以外は、通信制限を受けることがあります。そのため、家族が離れ離れになった場合の連絡方法や安否の確認方法を決めておくことが重要になります。また、災害直後は、電話をかけない工夫が被災地の混乱を軽減することにも繋がるのです。

●災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

大災害で電話が繋がりにくくなった時に、提供が開始されます。伝言を録音できるのは、災害により電話がかかりにくくなっている地域です。(状況によりNTTが設定しテレビ・ラジオ・NTTのホームページ等を通じて公表します) 30秒以内の伝言を1～20件まで録音できます。固定電話、携帯電話・IP電話(050含)からでも利用可能です。但し、黒電話などダイヤル式電話は利用できませんので注意が必要です。

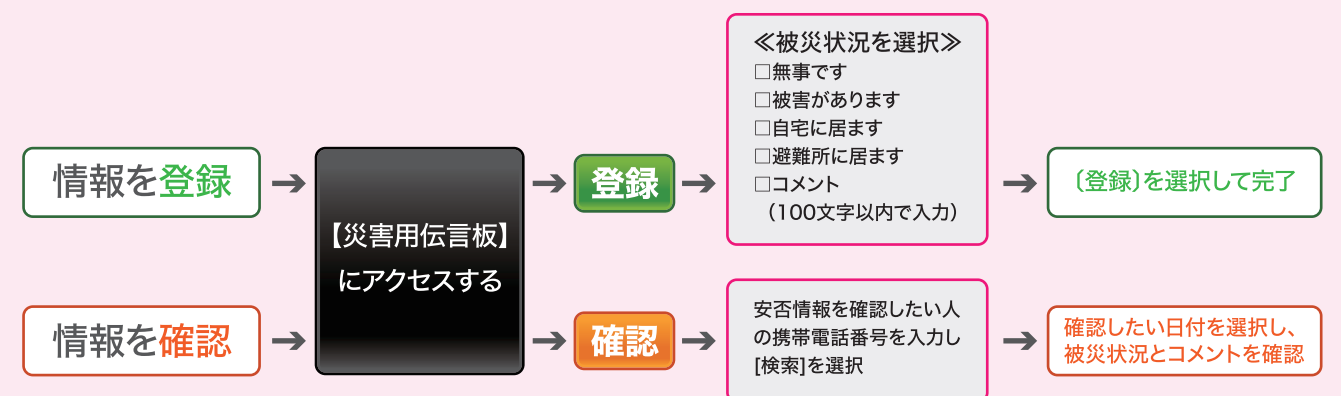


※毎月1日と15日、正月三が日、防災とボランティア週間(1/15～21)、防災週間(8/30～9/5)に体験できます。

災害時の連絡方法を確認しておこう！②

●災害用伝言板の使い方

震度6弱以上の大地震や大規模風水害発生時に各携帯電話会社は、災害用伝言板サービスをスタートします。スマートフォン等を利用して安否情報を登録・確認でき、各会社の利用方法はほぼ同じです。100文字までのコメントが入力でき、10件まで登録が可能です。登録の古いものから順次上書きされます。



●各社詳細は、以下からご参照ください。利用方法を確認し、いざという時に使えるようにしておきましょう。

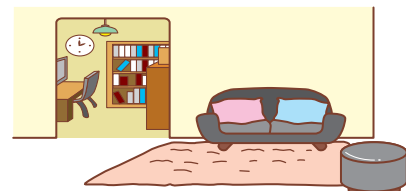
NTTドコモ	https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/
au	https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/
ソフトバンクモバイル	https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/
楽天モバイル	https://mobile.rakuten.co.jp/support/emergency/

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

部屋がいくつもある場合は、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する。



2 寝室、子供や高齢者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。子どもや高齢者、病人などは逃げ遅れる可能性がある。



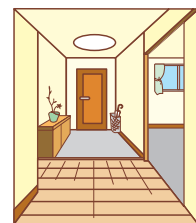
3 家具の転倒を防ぐ

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

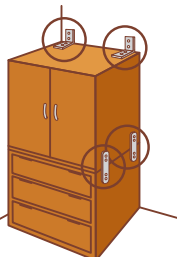
玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、災害時に、出入口をふさいでしまうことも。



家具の転倒、落下を防ぐポイント

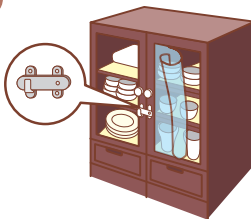
タンス・本棚

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。



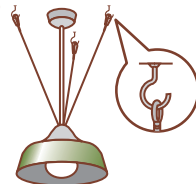
食器棚

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。



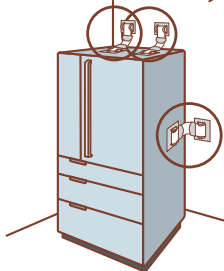
照明

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。



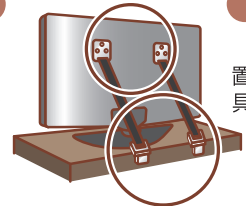
冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金を巻いて、金具で壁に固定する。



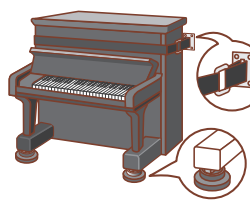
テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



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

屋根

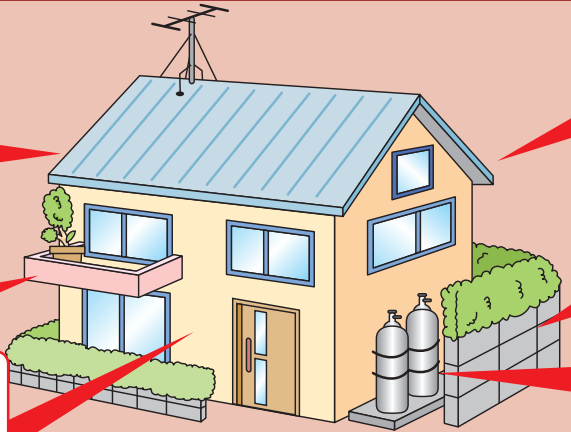
不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

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。

耐震診断

昭和56年6月以前の旧耐震基準で設計されている建物の耐震性を確認する。



窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

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。

プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。

地震対策

地震発生! そんなときどうする

地震発生

1~2分

ぐらっときたら身の安全

- まず、身を守る(テーブルの下や座布団などで頭を保護)
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、屋外の安全な場所に一時避難する



揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 窓やドアを開け、避難口を確保する
- 建物から出る時は、屋根瓦等の落下物に注意



隣近所で助け合う

- 隣近所に声をかけよう
- 高齢者、障害者など、災害時要配慮者への声かけ
- 行方不明者はいないか
- ケガ人はいないか

出火防止
初期消火

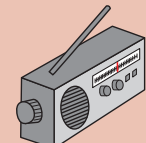
- 初期消火 消火器等
- 漏電・ガス漏れに注意
- ガスの元栓・電気のブレーカーを切る

余震に注意



スマートフォン・防災アプリ・テレビ・ラジオ等で正しい情報を

- スマートフォン・防災アプリ・テレビ・ラジオ等から正しい情報を把握する



協力して消火活動、救出・救護活動を

- 隣近所で協力して消火・救出活動を行う
- 大規模火災、家屋倒壊の恐れがあれば避難する
- 水、食料は蓄えているものでまかなう
- 避難生活では、助け合いの心が大切
- こわれた家に入らない

屋内にいた場合

家の中

- 火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- 乳幼児や病人、高齢者など災害時要配慮者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。
- ドアや窓を開けて、避難口を確保する。



デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

施設・集合住宅の共用部分

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動をとる。



屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などないときは、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。

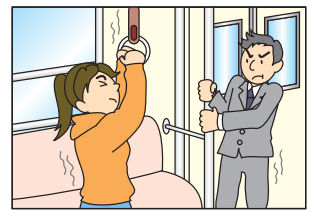


車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。



海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。