

30年度 保存版 自宅で避難生活 災害への備え

特集

災害時は、自分や家族の命と安全の確保が最優先。「自助」があってこそ、次の「共助」につながるのです。そして、自宅での避難生活には、小さな備えが大きな助けになります。9月1日の防災の日を機に、もう一度確認しておきましょう。
問合せ 区役所危機管理担当 (☎847-8315 ☎841-7030)

防災5箇条

1 話し合おう!

…家族の連絡どうするの?

震災時にどのような手段で連絡を取り合うのか確認しておきましょう。連絡手段として、災害用伝言ダイヤル、通信各社の災害用伝言板、ソーシャル・ネットワーキング・サービス(SNS)などの使用方法を確かめておきましょう。

2 備えよう!

…最低でも、食料・飲み水3日分

- 飲料水 (目安: 3日分で1人当たり9ℓ)
 - 食料品
 - トイレパック (目安: 3日分で1人当たり15パック)
- 水洗トイレが使えないときのための凝固剤と袋のセットです。ホームセンターなどで売っています。

知っておきたいポイント!

- **冷蔵庫は食料品備蓄庫**
冷蔵庫の中やそのほかの買い置き食料品を、どれから消費していくかを順序だてていけば、数日間は食べつなぐことができます。
- **オール電化住宅の必需品**
カセットコンロ・ガスボンベを用意すれば、いざというときにお湯を沸かせます。
- **一人暮らし世帯は**
カップ麺やレトルト食品、スナック菓子や清涼飲料水など、好きなものを多めに買い置きしておきましょう。
- **使用期限を忘れずに**
食料だけでなく、電池や薬などの使用期限も定期的に確認しましょう。

5 地震だ!

…となり近所に声かけて、まずは「いつき避難場所」

地震発生後にお互いの安否や災害状況を確認するため、まずは情報をいつき避難場所に集めましょう! いつき避難場所は、区内の全ての自治会町内会で決まっています。

このような看板でいつき避難場所を案内している自治会町内会もあります▶



3 圧死から身を守ろう!

…家具の転倒防止と耐震対策

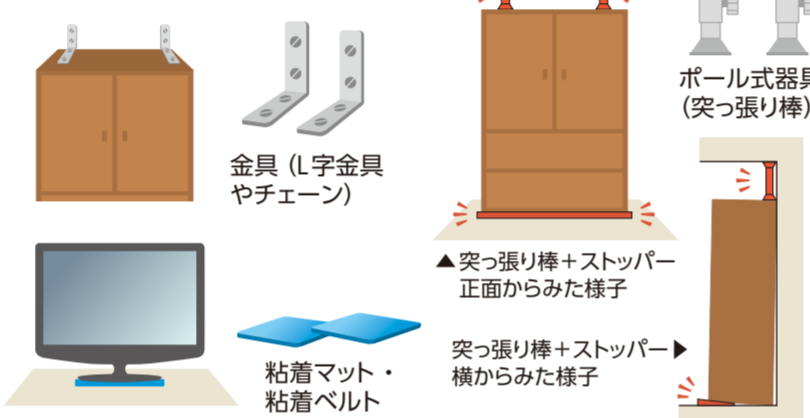
家具の転倒防止器具は、ホームセンターなどで各種販売されていますので、背の高い家具やテレビなどの動きやすいものを中心に取り付けるようにしましょう。

区では家具の転倒防止を普及啓発するため、耐震パッドを作成しました!

知っておきたいポイント!

- 家具の転倒・落下・移動防止は「ネジ止め」が基本
- 難しい場合は、「突っ張り棒+ストッパー式」、「突っ張り棒+粘着マット」で効果を高めましょう!

転倒防止器具の一例



4 避難時は!

…電気・ガスの元栓切って

電気が復旧したときに断線したコードなどから出火するのを防ぐためです。地震の揺れを受けて自動的にブレーカーが落ちる「感震ブレーカー」もあります。

風水害から身を守ろう

西日本で起きた、大雨による洪水、土砂災害は皆さんも記憶に新しいと思います。災害は他人事ではなくどこでも起こる可能性があります。記憶に新しい今だからこそ、「備え」や知識を確認しておきましょう!

避難勧告などが発令されたり、こんな前兆現象があったら注意!

- 小石がバラバラ落下
- 斜面に湧水が発生
- 斜面に亀裂が発生



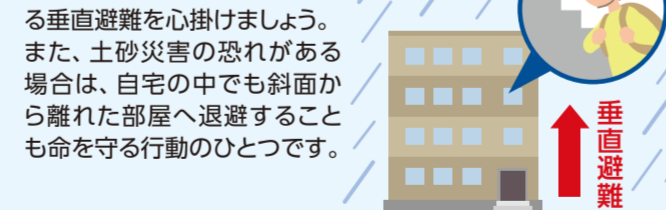
水平避難

自宅から離れて、安全な場所に避難できる状況であれば水平避難を心掛けましょう。



垂直避難

浸水等で水平避難が困難な場合、建物の2階以上に避難する垂直避難を心掛けましょう。また、土砂災害の恐れがある場合は、自宅の中でも斜面から離れた部屋へ退避することも命を守る行動のひとつです。

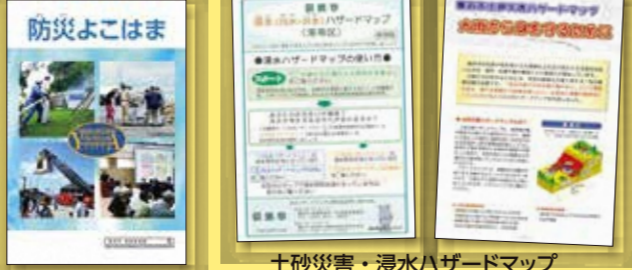


※「土砂災害ハザードマップ」と「浸水(内水・洪水)ハザードマップ」を配布しています

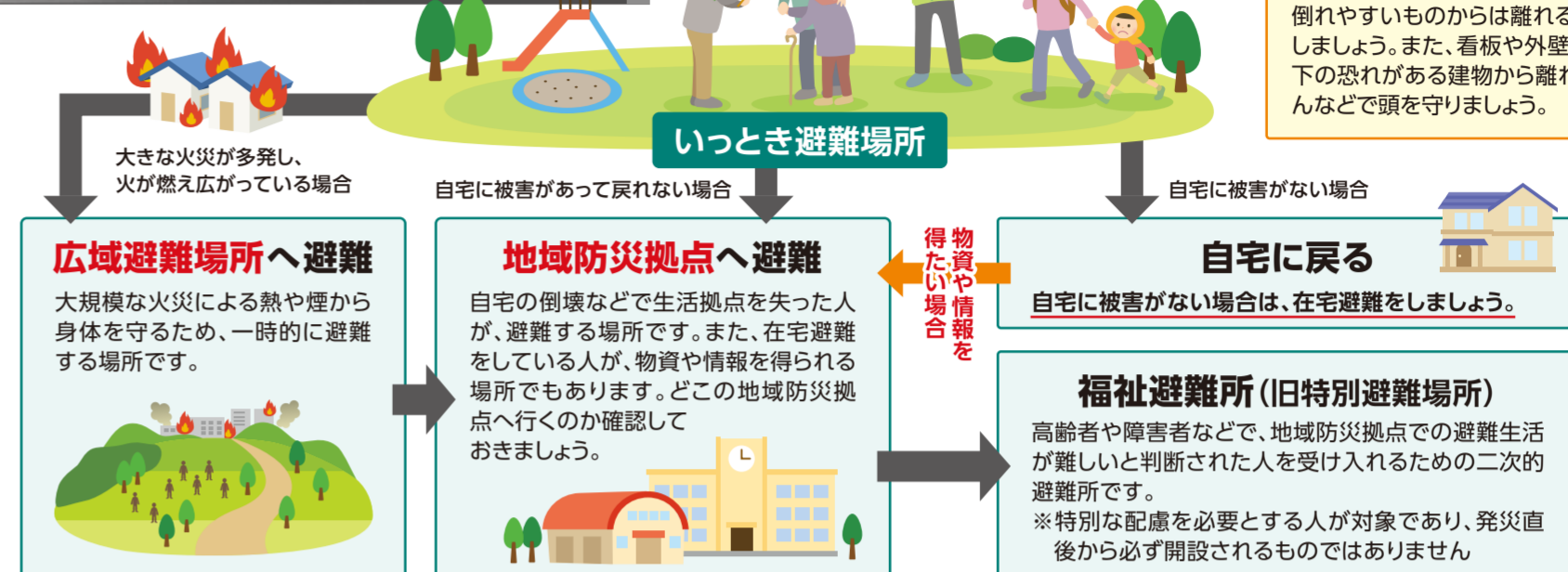
登録して活用しましょう

- **横浜市防災情報Eメール** 横浜市防災メール 検索
- **港南区安全・安心情報メール** 港南区安全・安心情報メール 検索

防災啓発ガイド集



どうする? 避難生活は状況に応じて…



外にいる場合は…
自動販売機やブロック塀、電柱など倒れやすいものからは離れるようにしましょう。また、看板や外壁など落下の恐れがある建物から離れ、かばなどで頭を守りましょう。

「もしも」のために進めよう 地域の見守り・支え合い

地域の中には、障害者、高齢者、妊産婦、乳幼児、外国人など、避難誘導や避難生活などで支援を必要とする人がいます。自治会町内会が中心となり、支援を必要とする人の名簿を作って日頃から見守り活動を行ったり、障害のある人が防災訓練に参加する機会を増やすなど、「災害時要援護者支援」の取組が広がっています。みんなの命を守るために、できることから始めていきましょう。

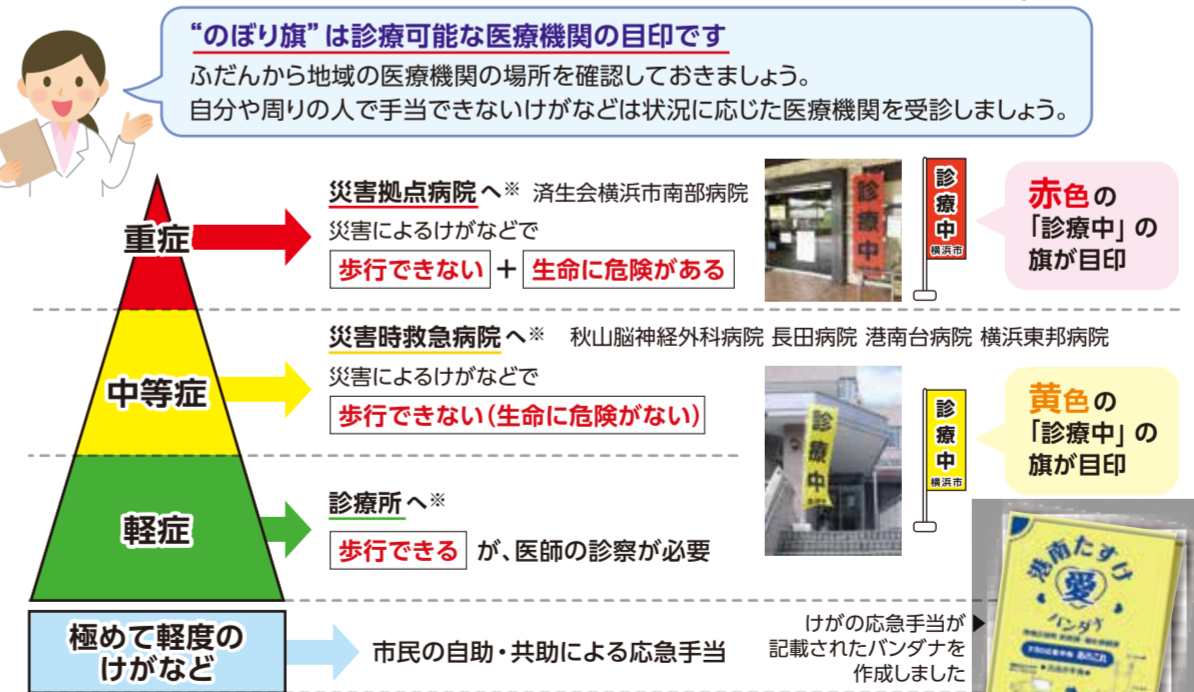


地域防災拠点の訓練に参加してみよう!

地域防災拠点	日程
上大岡小学校	10月28日(日)
港南台第一小学校	9月30日(日)
港南台第二小学校	10月14日(日)
港南台第三小学校	11月25日(日)
小坪小学校	9月29日(土)
桜岡小学校	10月27日(土)
下野谷小学校	10月20日(土)
下野庭小学校	10月28日(日)
芹が谷小学校	10月20日(土)
芹が谷南小学校	10月28日(日)
相武山小学校	10月27日(土)
永野小学校	9月30日(日)
永谷小学校	9月2日(日)
野庭すずかけ小学校	9月2日(日)
日限山小学校	10月13日(土)
日下小学校	11月17日(土)
日野小学校	10月14日(日)
日野南小学校	10月13日(土)
丸山台小学校	31年1月26日(土)
丸山台中学校	31年1月26日(土)
南台小学校	10月14日(日)
吉原小学校	9月8日(土)
上永谷中学校	9月30日(日)
港南中学校	9月30日(日)
港南第一中学校	9月30日(日)
笹下中学校	9月30日(日)
芹が谷中学校	11月10日(土)
野庭中学校	10月14日(日)
東永谷中学校	10月20日(土)
日限山中学校	11月10日(土)
日野南中学校	9月2日(日)
洋光台第三小学校	31年1月19日(土)

災害時の医療について知っておこう

軽いけがや発熱は自分や周りの人で手当をしましょう
けがや発熱などに備えて、薬や応急手当用品を用意しておきましょう。
例えば 水、包帯・滅菌ガーゼ・バンドナなどの布、湿布、常備薬・持病の薬 など



災害時に薬が必要なとき 黄色の「開局中」の旗が調剤可能な薬局の目印
港南区では、「診療中」「開局中」ののぼり旗の掲出訓練を行っています。(30年度は4月11日、9月1日、31年3月11日)

※気象情報等により訓練日が変更になる可能性があります
※時間等の詳細は自治会町内会の回覧板や掲示板、区役所ホームページなどで確認してください
地域防災拠点などの場所と一覽表は防災マップや区ホームページでチェック!
(平成31年3月に改訂予定)