

# 29年度 一人ひとりの備えから始まる地域防災

## まずは自分の身を守ろう! 防災5箇条

### 1 話し合おう!

…家族の連絡どうするの?

連絡手段として、NTTの災害用伝言ダイヤル(171)、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。

### 3 圧死から身を守ろう!

…家具の転倒防止と耐震対策

背の高い家具やテレビなどの動きやすいものに取り付けましょう。ホームセンターなどで売っています。



金具(L字金具やチェーン)

ボール式器具(突張り棒)

粘着マット・粘着ベルト

### 4 避難時は!

…電気・ガスの元栓切って

電気が復旧した時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。

### 5 地震だ!

…となり近所に声かけて、まずは「いっつき避難場所」

地震発生後にお互いの安否や被害状況を確認するため、まずは情報をいっつき避難場所に集めましょう!

いっつき避難場所は、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っつき避難場所を案内している自治会町内会もあります。

### 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
- トイレバック**(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。



#### ローリングストックのすすめ

非常食にもなる食品(缶詰や乾物など)を買い置きして、ふだんの食事の中で定期的に消費し、足りなくなった分を買い足すという備蓄方法です。



地域防災拠点などの場所と一覧表は、防災マップや区ホームページでチェック!

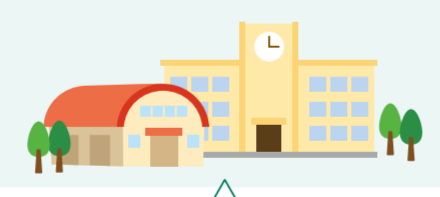
#### 広域避難場所

大規模な火災による熱や煙から身体を守るため、一時的に避難する場所です。



#### 地域防災拠点

自宅の倒壊などで生活拠点を失った人が、避難生活を送る場所です。自分がこの地域防災拠点へ避難するのか、確認しておきましょう。



#### 自宅

自宅に被害がなければ、帰宅します。

このほか、高齢者や障害者などで特別な配慮が必要な人がいる場合、地域ケアプラザなどに「特別避難場所(福祉避難所)」が開設されます。

## 災害時みんなで助け合うために地域防災拠点の訓練に参加しよう!

地域防災拠点は、避難者みんなで運営するものです。いざというときのために訓練しておきましょう!

地域防災拠点	日程	地域防災拠点	日程	地域防災拠点	日程	地域防災拠点	日程
上大岡小学校	10月29日(日)	芹が谷小学校	10月21日(土)	日野小学校	9月30日(土)	港南台第一中学校	10月1日(日)
港南台第一小学校	10月28日(土)	芹が谷南小学校	未定	日野南小学校	10月14日(土)	笹下中学校	10月1日(日)
港南台第二小学校	10月1日(日)	相武山小学校	10月28日(土)	丸山台小学校	10月22日(日)	芹が谷中学校	11月18日(土)
港南台第三小学校	11月下旬予定	永野小学校	9月24日(日)	丸山台中学校	(合同で実施)	野庭中学校	9月3日(日)
小坪小学校	9月30日(土)	永谷小学校	9月3日(日)	南台小学校	10月14日(土)	東永谷中学校	10月21日(土)
桜岡小学校	10月29日(日)	野庭すずかけ小学校	9月9日(土)	吉原小学校	9月3日(日)	日限山中学校	11月11日(土)
下永谷小学校	10月21日(土)	日限山小学校	10月21日(土)	上永谷中学校	10月1日(日)	日野南中学校	9月3日(日)
下野庭小学校	10月29日(日)	日下小学校	11月18日(土)	港南中学校	9月30日(土)	洋光台第三小学校	30年1月30日(火)

\*時間等の詳細は、自治会町内会の回覧板などで確認してください

災害は、「いつでも」「どこでも」起こり得るものです。いざというときのために、日頃から備えをしておくことが、自分の命を守ることに繋がります。家庭や地域で何を備えておけばいいのか、9月1日の防災の日を機に、あらためて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

## 「もしも」のために進めよう 地域の見守り・支えあい

私たちのまちには、障害者や高齢者、乳幼児など、避難するときや避難後の生活に助けが必要な人がいます。いざというとき、地域でのふだんの関係づくりが、大きな「防災力」となって、被害を減らすことができます。みんなの命を守るために、今日からできることをやってみましょう。

- 挨拶をしたり、地域の行事に参加して、近所の人と顔見知りになりましょう
- 近所に支援を必要としていそうな人がいたら、声を掛けましょう



### 災害時要援護者支援のてびき

地域で行う活動の参考にしてください。平常時と災害時の取組例を紹介しています。



### 港南区災害時要援護者支援パンフレット

障害のある人への支援についてまとめています。高齢者などにも役立つ内容です。

・障がい者編  
「地震に備えて私たちができること」  
障害者やその家族が、日頃から準備しておくこと、発災時にとるべき具体的行動

・支援者編  
「地震に備え見守り支えあうまちに」  
障害別特性と災害時の支援の仕方、日頃の準備と心構え

## 災害時にけがをしたら?

極めて軽いけがや発熱は、自分や周りの人で手当てをしましょう

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・三角巾などの布、湿布、常備薬など

自分や周りの人で手当てができないときは「のぼり旗」を掲出している医療機関へ

災害時に診療可能な病院や薬局の目印を知っておきましょう。※けがなどの状況に応じた診療科を受診しましょう

**重症** → 災害拠点病院へ  
災害によるけがなどで  
**歩行できない + 生命に危険がある**

**中等症** → 災害時救急病院へ  
災害によるけがなどで  
**歩行できない(生命に危険がない)**

**軽症** → 診療所へ  
**歩行できる** が、医師の診察が必要

**極めて軽度のけがなど** → 市民の自助・共助による応急手当

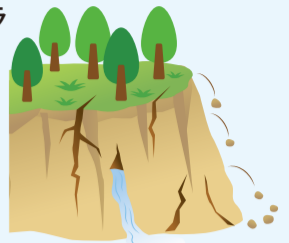
災害時に薬が必要なとき **黄色の「開局中」の旗**が調剤可能な薬局の目印

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。(29年度は9月1日と30年3月11日)

## 台風や大雨のときは?

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

自宅から離れて避難できる状況であれば、安全な場所(近くの高台や土砂災害警戒区域外など)へ避難しましょう。



### 垂直避難

浸水などで水平避難が困難な場合、建物の2階以上に避難しましょう。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。

## 登録しよう

### 横浜市防災情報Eメール

地震・気象情報など、緊急のお知らせを配信します。

横浜市防災メール  検索

### 港南区安全・安心情報メール

区内の災害情報をはじめ、不審者情報などの身近な危機情報を配信します。

港南区安全・安心情報メール  検索

もっと防災のことを知りたいあなたに

防災よこほま



家族で防災について考えたいあなたに

港南区防災ガイド(小学生編・中学生編)



ペットのことを思う飼い主のために

災害時ペット手帳、犬・猫優良飼い主 災害対策編



8・9ページで紹介しているパンフレット類は、区役所で配布しています!