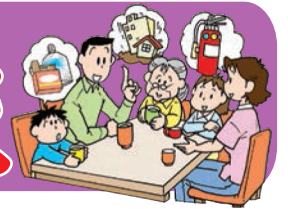


# ささのだいの防災



## はじめに

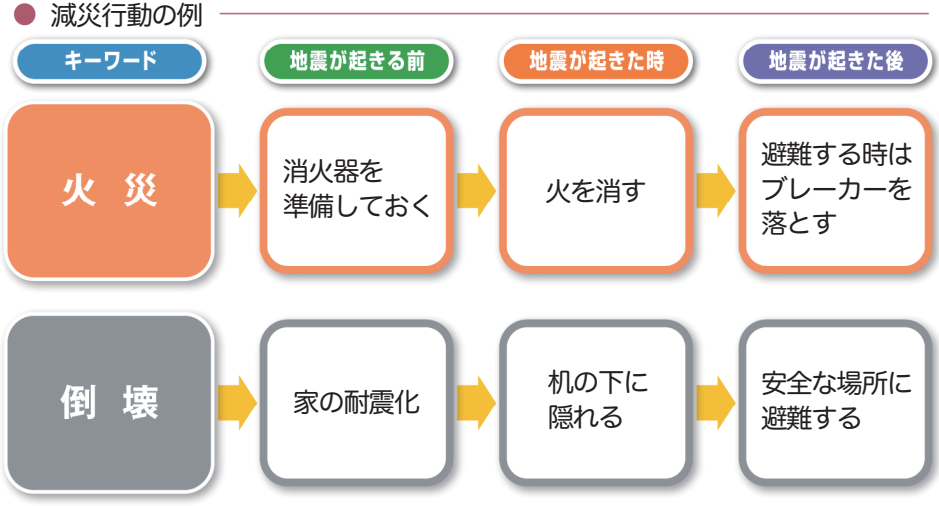
東日本大震災から一年半が過ぎ、皆さんの防災意識が薄れて来ている。でも大震災は近いうちに発生すると予測されています。それに備えて、笹野台地区として最低限必要な事にしぼって資料をまとめました。

この資料を保存し、出来る事から備えて下さい。

笹野台地区連合自治会

## 大震災の教訓と減災行動

それぞれの段階で、適切な行動をとることによって、災害による被害をちいさくすることができます。



## 日頃の備え

### 家の耐震化や家具の転倒防止

家具の転倒防止は減災行動の基本です。固定することはもちろんのこと、配置についても考えましょう。

また、家の中の安全対策をとっていても家自体が危険では安心できません。家そのものの耐震化を行いましょう。

### 室内の安全対策

- 金具による固定**
  - L字金具やチェーンで柱や壁の間柱に固定する。
  - 重ねた家具は上下で固定する。
- ポール式器具(突っ張り棒)による固定**
  - 家具と天井の間に突っ張り棒を入れて、固定する。
  - 家具の両端に設置する。
  - 柔らかいベニヤ板などの天井には不向き。
- 粘着マット 粘着ベルト**
  - 金具で固定できないテレビや冷蔵庫は、粘着マットや粘着ベルトで固定する。
- 収納や置き方を工夫する**
  - 重いものは下に収納する。
  - 高いところに物を置かない。
  - 家具の前の方に板を敷き、壁に寄りかからせる。
- その他**
  - 扉の無い棚には、落下防止のために滑り止め用のシートを敷く。
  - 扉や引き出しが開かないように、止め金具をつける。
  - 窓や食器棚にガラス飛散防止フィルムを貼る。

## 笹野台では火災が一番恐ろしい!

**消火器、住宅用火災報知器をつけよう!**  
 ※住宅用火災報知器は全て住宅に設置義務があります。

**自宅を離れる時はブレーカを落とそう!**  
 ※電気が復旧した時の「通電火災」を防ぎましょう。

## 忘れがちな いざという時の強い味方!

- 近所で近助**  
日頃のお付き合いを大切に。いざという時は、助け合い。
- トイレパック**  
食べたら出ます。断水でもトイレが使えます。
- カセットコンロ**  
ガスが止まっても使えます。寒い時にも温かいものを口にできます。
- 浴槽に貯めた水**  
火を消したり、トイレの水の代わりになります。
- 現金(小銭も)**  
大きな紙幣よりも、小額のものを用意しましょう。一家庭10万円位は必要です。

## 正確な情報<sup>情報</sup>の入手方法

### ★ ラジオ等で正確な情報を入手する。

○停電でも使える。手回し充電やライト、携帯電話の充電ができるものが便利。

### ★ 横浜市が提供する情報を入手する。

- 横浜市防災情報Eメール  
パソコン版 <http://mizubousaiyokohama.jp/mousikomi.html>  
携帯電話版 <http://www.bousai-mail.jp/yokohama>
- 緊急「エリアメール」  
NTTドコモの「エリアメール」サービスを利用し、緊急の防災情報を提供。(登録不要)
- わいわい防災マップ・洪水ハザードマップなど  
横浜行政地図情報提供システム <http://wwwm.city.yokohama.lg.jp/>



### ★ 災害用伝言ダイヤルを利用する。

○伝言の登録は171-1、伝言の再生は171-2とダイヤルし、ガイダンスに従う。

## 備蓄品の準備

災害発生直後は、食料や日用品の購入が難しくなります。備蓄品を準備し、いざというときにはすぐ持ち出せるようにしておきましょう。また、定期的に点検しましょう。



目安は**3日分**ですが**5日分**は用意しましょう！

- 食料** 簡単に食べられるインスタント食品や缶詰、レトルト食品などの保存食を準備する。
- +
- 水** 一人1日3リットルの飲料水が必要といわれています。家族の人数に合わせて、ペットボトル等で準備する。消火用水、トイレ用水等のため湯船に水をためておく。
- +
- トイレ** 断水時でもトイレが使えるよう、トイレパック（凝固剤と袋がセットになった携帯トイレ）を用意する。
- +
- 各個人で必要になるもの** 例：入れ歯、メガネ・コンタクト、常備薬、アレルギー対応の食料品、生理用品、紙おむつ、ミルクなど



## 非常持出品と備蓄品

項目	品名	チェック欄
水	ペットボトル	
食料品	レトルトご飯、ふりかけ、つゆの素	
	インスタント・レトルト食品、乾麺	
食事用具	皿・紙コップ、ラップ・ホイル	
	割り箸・スプーン、包丁	
	鍋・カセットコンロ	
清潔維持用品	トイレパック（携帯トイレ）	
	洗面用具、タオル、マスク	
	ティッシュ、ウエットティッシュ	
医療用品	常備薬（おくすり手帳）	

項目	品名	チェック欄
小物類	携帯ラジオ（予備電池含む）	
	懐中電灯（予備電池含む）、ランタン	
	携帯電話充電器	
	軍手	
	ビニール袋	
	筆記用具、メモ帳	
貴重品	現金（小銭も）	
	預金通帳、有価証券類、印鑑	
	身分証明書、健康保険証、免許証	
その他	各家庭・個人で必要なもの	



## 地震が起きたら～起きた後

### 自分の身は自分で守る！

- ★ 揺れを感じたら、身を低くし、頭を守るなど、冷静に対応しましょう。

- 落下物から身を守る
- 外に飛び出さない
- 出口を確保する



### 正しい情報の入手

- ★ 携帯ラジオが頼りになります。

- 予備の電池を忘れずに
- 手回し充電のラジオが便利

### 地震災害で怖いのは火災です

- ★ 大きな揺れの最中は、無理に火を止めたり、消火したりしない。

- まずは身の安全を確保する
- 大きな揺れがおさまったら、すばやく火をとめる

- ★ 万が一出火したら、小さいうちに消火する。

- 消火器や住宅用火災報知器の設置や、浴槽に水をためておく
- 大声で隣近所に声をかけ、地域の人みんなで協力して消火する



- ★ 自宅を離れる時は、ブレーカーを落とす。

- 電気が復旧した時の通電火災をふせぐ
- ガスの元栓をしめる



### 近所での安否確認

- ★ 大地震発生時は、消防車や救急車はすぐ来ない。

- 特に救急隊は大規模火災のために待機、つまり出動しない
- 隣近所の協力が大きな力になる
- バールやのこぎり、車のジャッキなどが役に立つ
- 72時間（3日）以内の救出が生死を分ける壁



### 食料などの支援はすぐ来ない

- ★ 各家庭には、食料支援はない。

- 食料は防災拠点（笹野台小学校）に届けられる
- 日ごろの準備が大切

### むやみに避難しない

- ★ 自宅建物が火災や倒壊の危険がないときは、防災拠点（避難所）に行く必要はない。

- 防災拠点（笹野台小学校）の備蓄食料は2000食分
- 自宅が危険な場合は速やかに避難所へ



# 避難するなら

## 避難時の注意

### ★ 避難時の服装。

- ヘルメットなど頭を守るものを身につける
- 長そで、長ズボンを着用
- 素材は綿のもの
- 底の厚い靴を履く
- 軍手を着用

### ★ 気をつけること

- 非常用持出品の携帯（リュック等両手のあくもの）
- 狭い道、堀際、川べり、がけなどを避ける
- 車は使わず、歩いて避難
- みんなで協力して避難



—平成24年9月版—

## どこに避難する？



※自宅建物が火災や倒壊の危険がないときは、あえて避難の必要はありません。

### いっつき避難場所

大地震が発生したら、地域防災拠点（笹野台小学校）に避難する前に、近くの公園、広場、など安全な場所に避難します。

### 広域避難場所

地震による火災が多発し延焼拡大した場合、熱や煙から生命・身体を守るため一時的に避難する場所です。（程ヶ谷カントリー倶楽部）

食料はありません



### 地域防災拠点（避難所）

家屋の倒壊などにより自宅に戻れない場合に避難生活を送る場所です。（笹野台小学校）

備蓄は2000食分

### 地域医療救護拠点

発災から3日間程度応急医療を行う救護場所です。（笹野台小学校）

必要に応じて

### 特別避難場所

高齢者や障がい者など、避難生活に特別な配慮を必要とする人のための二次避難所です。（笹野台ケアプラザ）

※本冊子作成にあたり、横浜市パンフレット「減災行動のススメ」より引用、抜粋いたしました。

## わが家の災害時あんしんシート

- わが家の災害時安心シートは災害など救急時に備えるものです。
- このシートは第三者に家族の情報が漏えいする危険が伴います。紛失の防止に努め、ご自身の判断と責任においてご使用ください。

ふりがな 家族の氏名	男・女	連絡先（電話、メール等）や配慮すること（病歴やかかりつけ医、服用中の薬等）
生年月日	年 月 日	
ふりがな 家族の氏名	男・女	連絡先（電話、メール等）や配慮すること（病歴やかかりつけ医、服用中の薬等）
生年月日	年 月 日	
ふりがな 家族の氏名	男・女	連絡先（電話、メール等）や配慮すること（病歴やかかりつけ医、服用中の薬等）
生年月日	年 月 日	
ふりがな 家族の氏名	男・女	連絡先（電話、メール等）や配慮すること（病歴やかかりつけ医、服用中の薬等）
生年月日	年 月 日	
ふりがな 家族の氏名	男・女	連絡先（電話、メール等）や配慮すること（病歴やかかりつけ医、服用中の薬等）
生年月日	年 月 日	