

家族で防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざという時に、あわてず行動できるよう家族で普段から話し合っておきましょう。また、災害に備えて家の中と外をチェックし、危険な箇所は早めに改善するようにしましょう。



話し合いたい項目 チェック

- 家の付近の浸水状況や、土砂災害のおそれのある箇所の確認
- 災害が起こった時の身の守り方
- 家族間の連絡方法と、最終的に出会う場所
- 災害別の避難行動（避難所とそこに行くまでの経路）
- 家族一人ひとりの役割分担（家族の安否確認、非常持出品・備蓄品の準備・点検、隣近所への連絡など）

※乳幼児・高齢者・病人・妊婦のいる家庭はその避難方法も話し合しましょう。

非常持出品・備蓄品リスト

非常持出品・備蓄品の準備は防災対策の基本です。リストを参考に、家族構成に合わせて準備しましょう。また、食品の賞味期限や電化製品の故障がないかを定期的にチェックすることも忘れずにしましょう。

チェック 非常持出品

避難するときに持ち出す最小限の必需品です。あまり重いと避難に支障が出るので、必要最小限にまとめ、すぐ取り出せる場所に保管しておきましょう。

ヘルメット・防災ずきん

落下物から頭を守るための必需品



非常食

缶入り乾パンなど、火を通さず食べられるもの



水

持ち運びに便利なペットボトル入りを



リュックサックなど

非常持出品を入れて両手が確保できるものが多い



携帯ラジオ ※予備の電池も必要

小型で軽く、FMとAMの両方を聴けるものが多い



懐中電灯 ※予備の電池も必要

停電時や夜間の移動に欠かせない(できれば1人に1つ用意)



貴重品

預金通帳、健康保険証、免許証(番号を控えたメモかコピー)、現金



救急医薬品・常備薬

キズ薬、ばんそうこう、その他の薬など



生活用品

衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶切り、簡易トイレ、タオル、雨具など



チェック 非常備蓄品

被災後の数日間を乗り切るためのものです。最低でも3日間は自足できるだけの量を用意しておきましょう。

非常食

缶詰やレトルト食品など、そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの



水

飲料水と生活用水を用意する(飲料水は1人1日3リットルが目安)



生活用品

カセットコンロ・ガスボンベ、毛布、衣類、トイレトーパー、ドライシャンプー、ビニール袋など



工具類

家屋が倒壊した場合などに備えて、救出活動に使えるスコップやバール、のこぎり、ロープ、車のジャッキなど



家族構成に合わせた準備

非常持出品・備蓄品は、アレルギー対応の非常食やペットフードなど、家族構成に合わせて必要なものを考えてみましょう。



ローリングストック法

保管している非常食などを、定期的に消費し、その分をあらためて補充することで、「食べながら備蓄する」ということができます。



我が家の安全対策を確認しましょう

安全と思われる家の中や家のまわりでも、災害時に避難や救助の妨げになったり、落下物によるケガなどの被害を引き起こすおそれがあります。災害に備えて日頃から点検する習慣をつけましょう。

家の中の安全対策

-  ● 飛散防止フィルムを貼るなどガラスの飛散を防止する。
-  ● 出入口付近には荷物を置かず避難口を確保する。
-  ● 家具の転倒、落下防止のため、金具などで固定する。
-  ● 停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオと予備の電池を準備しておく。
-  ● 重い荷物は高い所に置かず、床に置いておく。
-  ● タコ足配線やコードを束ねて使用しない。
-  ● 住宅用火災警報器、消火器を設置しておく。

家の外の安全対策

- 瓦の割れ、ずれ、はがれはないか。トタン屋根のめくれ、はがれはないか。
- アンテナ、看板などは、針金などを使って補強しておく。
- 電気の引込線のたるみや破損があったら、電力会社に連絡する。
- 窓枠のがたつきはないか。ひび割れはないか。
- 外壁に亀裂はないか。
- 物干し竿、植木鉢、自転車などが風で飛ばされないようにする。
- プロパンガスボンベが固定されているか。
- ブロック塀にくらつきや亀裂はないか。
- 農業用水路や、排水溝(下水溝)、雨どいのゴミや泥、落ち葉や土砂を取り除き、水はけを良くしておく。

自主防災組織で地域を守る

自主防災組織とは、地域のみなさんが災害に対して協力し合う組織です。自主防災組織を結成し、地域防災活動を行うことで災害に強いコミュニティをめざしましょう。

平常時の活動

- **作ろう、参加しよう、育てよう!**
隣近所などで、互いに助け合い、協力し合える体制づくりをしましょう。
- **みんなで学ぼう!**
防災に関する知識を身につけましょう。想定される災害と対応について話し合しましょう。
- **地域を点検しよう!**
○ 防火水槽や消火栓の近くに、障害物がないか点検しましょう。
○ 避難所までの安全な経路を検討しましょう。
- **訓練をしよう!**
○ 避難所の開設・運営訓練
○ 避難者の誘導訓練
○ 初期消火訓練

災害時の活動

- **避難誘導支援** 高齢者や障がいのある人などへの避難誘導の支援
- **救出・救護活動** まず身の安全を確保し、その後被災者の救出や救護活動の支援
- **情報の収集・伝達** 災害に関する正しい情報を収集伝達
- **避難所での支援** 水や食料などの配給支援や炊き出しなどの活動支援
- **初期消火活動** 身の安全を第一に考え、消火器などを用いた初期消火の実施