

# 日頃からの備えで家族や地域を守りましょう

## ■H30(2018)セーフコミュニティ地域診断のアンケート結果

問7 ご家庭での災害対策で現在行っているもの(できているもの)はどれですか?(いくつでも選択)

順位	内容	割合	順位	内容	割合
1	住宅用火災警報器の設置	45.2%	6	家具などの固定・補強	28.6%
2	家族の連絡方法確認、話し合い	33.6%	7	避難場所、避難経路の把握	27.2%
3	正確な情報の収集	31.8%	8	建物の耐震化、建物や塀(へい)の補強	14.9%
4	非常持ち出し品の用意・食料の備蓄	29.8%	9	防災訓練、自主防災組織の活動参加	5.1%
5	消火器の設置	29.0%	10	その他	1.5%
				無回答	10.1%

(回答対象者数n=1,238)

災害による被害を未然に、または最小限に防ぐためには、自助・共助・公助の連携が大切です。防災意識を持ち、家庭や地域において、できることから実施していきましょう。

「自助」 自分と家族の安全を自分で守ること

「共助」 地域住民が手を取り合い、助け合うこと

「公助」 国・県・市や消防・警察・自衛隊といった行政機関などの防災に関する活動

## 自分や家族での防災活動・・・自助

### 家族で話し合みましょう

災害は突然襲ってきます。そして家族が一緒にいる時とは限りません。そんな時でも慌てずにすむように、日頃からよく話し合っておくことが大切です。



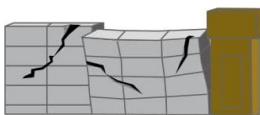
#### ①家族一人ひとりの役割分担

日常の役割と災害が起きたときの役割の両方を決めておきましょう。



#### ②家屋の危険箇所のチェック

家の内外をチェックして危険箇所を話し合みましょう。



#### ③家具の安全な配置と転倒防止策

家具の安全な配置換えや、家具の転倒・落下を防ぐため、転倒防止器具を使用して、家具を固定しましょう。



#### ④非常用持出品の準備

●必要な品がそろっているかチェックをするとともに、新しいものとの取り替えることも忘れないようにしましょう。



●浴槽に水を溜めておきましょう。

#### ⑤避難場所や避難経路の確認

休日などを利用して、最寄の避難場所や、避難するときの経路などを家族で確認しておきましょう。



#### ⑥緊急時の家族との連絡方法

家族が離ればなれになったときの連絡先や連絡方法を確認しておきましょう。



## 隣近所や地域での防災活動・・・共助

### 隣近所や町内会での防災活動

日常生活の中で、「いつ」「どこで」「どんな規模で」発生するかわからない災害に対して、住民一人ひとりが「自分達の町は自分達で守る」という「自主」「自立」「協働」の精神に基づいた防災活動を組織的に行うことが大切です。

### 自主防災組織について

・地域住民が連携し防災活動を行う組織のことをいいます。地域の被害を最小限度に抑えることが自主防災組織の役割です。  
・自主防災組織を作るには、近所にどんな人が住んでいるか、家族構成はどうなっているのか隣近所の住民同士が、ふれあい活動の場を通して、お互い意見の交換等を行うコミュニケーションを深めることが防災の第一歩です。



### 自主防災組織の活動

#### 平常時の活動

#### 地域内の安全点検

- ・地域内のパトロール
- ・危険箇所の点検
- ・地域防災マップの作成



#### 災害時の活動

#### 避難の誘導

- ・住民を避難場所などの安全な場所に誘導する。
- ・一軒一軒声をかけ全員が避難したか確認する。



#### 防災意識の普及・啓発

- ・啓発チラシの作成・配布
- ・防災研修会等の開催



#### 救出・救助

- ・負傷者などを救出し応急手当を行う。



#### 防災訓練の実施

- ・避難訓練
- ・応急手当訓練
- ・応急給食訓練



#### 情報の収集・伝達

- ・公的機関と連携を取り合い情報を住民に伝える。



#### 初期消火訓練

- ・消火器やバケツ等による初期消火訓練を行う。



#### 避難所の管理・運営

- ・避難者の受入
- ・物資の運搬・配布
- ・炊き出し
- ・衛生管理



新型コロナウイルス感染症対策に配慮した備えを行いましょう。

非常用持出品（避難するときに持ち出す最小限の備えのこと）

リュックに詰めておき、玄関など持ち出しやすい場所に置く。

<input type="checkbox"/> 非常食（乾パン、缶詰など）	<input type="checkbox"/> ビニール手袋
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 衣類（上着・下着、タオルなど）
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ（予備電池）	<input type="checkbox"/> 軍手・ヘルメット
<input type="checkbox"/> 懐中電灯（予備電池・電球）	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ
<input type="checkbox"/> 現金・貴重品（通帳・印鑑など）	<input type="checkbox"/> ティッシュ・タオル
<input type="checkbox"/> 健康保険証のコピー	<input type="checkbox"/> 救急医療品・常備薬（絆創膏、包帯など）
<input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器	<input type="checkbox"/> 消毒液
<input type="checkbox"/> 体温計	<input type="checkbox"/> マスク

非常備蓄品（支援が届くまでの生活に必要な備えのこと）

可能であれば1週間分、少なくとも3日間は自分たちで生活できるだけの量を準備する。

<input type="checkbox"/> 食品（アルファ米・レトルト食品など）	<input type="checkbox"/> 洗面用具（シャンプー・歯ブラシなど）
<input type="checkbox"/> おむつなど	<input type="checkbox"/> 簡易食器（割りばし・紙コップ・紙皿など）
<input type="checkbox"/> 水（1人あたり1日3リットル）	<input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル
<input type="checkbox"/> 燃料（卓上コンロ・予備のガスボンベ）	<input type="checkbox"/> ティッシュ・トイレットペーパー
<input type="checkbox"/> 毛布・寝袋など	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 工具（ロープ・バール・スコップなど）
<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 消毒液



あらかじめ記入し、家族みんなが分かるところに置いておきましょう。

火事・救急  
**119番**

警察  
**110番**

災害用伝言ダイヤル  
**171番**

●緊急連絡先

連絡先	電話番号	連絡先	電話番号
	☎		☎
	☎		☎
	☎		☎
	☎		☎

●家族・親せき、知人の連絡先

名前	勤務先・学校の電話番号	自宅の電話番号	携帯の電話番号
	☎	☎	
	☎	☎	
	☎	☎	
	☎	☎	
	☎	☎	

●家族の緊急用データ

名前	生年月日	血液型	アレルギー	持病	常備薬

●わが家の災害・避難カード



災害	避難行動（避難する場所）	注意する情報	危険な状況
(例)阿武隈川の氾濫	〇〇避難所	〇〇水位観測所	〇、〇m

取組み

郡山市セーフコミュニティ推進協議会  
防災・環境安全対策委員会

お問合せ

郡山市防災危機管理課 Tel.924-2161