



第4章 備え

早めの行動が被害を減らす

避難情報・避難場所

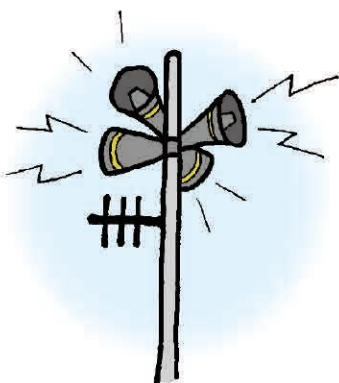
災害時の被害をできるだけ最小限に抑えるために、人的被害が発生する可能性が高まったときには、避難情報を発令しています。

避難情報の入手方法

防災情報は防災行政無線や緊急速報メールなど、さまざまな手段で入手できます。

防災行政無線

災害時に屋外のスピーカーや戸別受信機から、避難情報などをお知らせします。



緊急速報メール (エリアメール)

気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報、市が配信する災害・避難情報を被災の恐れがあるエリアの携帯電話に一齐配信します。



とうおんメール

配信登録者に対し災害時は防災情報や避難情報などを、平時は行政情報などを配信します。



Lアラート (災害情報共有システム)

放送事業者を通じ、市からの避難情報などをテレビなどのさまざまなメディアで配信します。



ラジオ

持ち運びができ、放送設備の復旧が早いので災害時の情報収集に活躍します。手回し充電できるラジオは電池が不要。



SNS (ソーシャル・ネットワーキング・サービス)

東日本大震災ではパソコンや携帯電話を利用したTwitter(ツイッター)のつぶやきが情報の発信・伝達手段として利用されました。



とうおんアプリ

「とうおんアプリ」は、東温市の防災情報や暮らしに役立つ市からのお知らせを手軽に受け取れるアプリです。

アプリ機能① 防災情報

防災行政無線の音声や市からの防災情報や気象情報、地震情報などを受け取ることができます。



アプリ機能② 市からのお知らせ

暮らしに役立つ市からのお知らせなどの各種情報を受け取ることができます。



アプリ機能③ 防災マップ情報

東温市が発行している防災マップの情報を確認できます。



アプリ機能④ いざというときに

災害時の安否確認や役立つリンク集を確認できます。



アプリの登録方法

1 ストアからアプリのダウンロードを行う



2 アプリを起動する

端末のホームからアプリのアイコンをタップしてください。



3 アプリの設定を入力する

アプリの説明に従って、各設定を入力してください。



4 防災情報を確認できます

防災情報を確認できるようになります。



東温市LINEもご活用ください。

1 市民通報機能

道路のへこみ、破損などの異常があったとき、LINEを使って通報できます。

2 ごみの分別検索機能

捨てたいごみの名前を入力すると、ごみの分別方法を回答します。

市からのお知らせはもちろん暮らしに役立つ機能が満載です

避難場所リスト

指定緊急避難場所

災害が発生または発生の恐れがある場合に、
一時的に避難するための場所(公園・グラウンドなど)

番号	場所	住所
1	いわがらこども館広場	横河原1368番地1
2	北吉井小学校グラウンド	志津川1131番地
3	旧重信町庁舎跡	志津川972番地
4	重信中学校グラウンド	志津川991番地
5	八反地ふれあい広場	志津川甲1327番地1
6	踊田公園	志津川南4丁目301番地
7	総合公園	西岡甲1284番地1
8	松山刑務所駐車場	見奈良1243番地2
9	農林業者トレーニングセンター広場	田窪235番地
10	農村環境改善センター駐車場	田窪300番地
11	南吉井小学校グラウンド	田窪1100番地
12	中央公民館駐車場	田窪2370番地
13	田窪水木公園	田窪3007番地1
14	牛淵横畑公園	牛淵1093番地
15	牛淵上野農村公園	牛淵1625番地
16	ゆるぎ公園	野田1丁目19番
17	てんじん公園	野田3丁目3番
18	下林八幡農村公園	下林甲297番地1
19	下林集会所	下林甲1571番地
20	拝志小学校グラウンド	下林甲1585番地
21	上林小学校グラウンド	上林甲2565番地
22	川内健康センター駐車場	南方262番地
23	川内公民館駐車場	南方264番地
24	川内支所駐車場	南方286番地
25	川内中学校グラウンド	南方467番地1
26	南方東公園	南方504番地8
27	くぼの泉公園	南方1166番地1
28	ふるさと交流館さくらの湯広場	北方甲2081番地1
29	川内体育センター駐車場	北方甲2314番地2
30	川上小学校グラウンド	北方甲2655番地
31	北方西公園	北方甲3164番地1
32	東谷小学校グラウンド	則之内甲334番地
33	西谷小学校グラウンド	則之内乙835番地
34	奥松瀬川公民館広場	松瀬川乙80番地1
35	土谷集会所広場	河之内甲1211番地1
36	滑川生活改善センター広場	滑川甲1422番地

指定避難所

自宅が被災したり、帰宅できない場合に、
一定期間滞在するための施設(学校・公民館など)

番号	場所	電話番号	住所
1	山之内集会所		山之内1640番地
2	いわがらこども館	960-5003	横河原1368番地1
3	北吉井小学校	964-2119	志津川1131番地
4	重信中学校	964-2007	志津川991番地
5	ツインドーム重信	955-5123	西岡1367番地1
6	松山刑務所	964-3355	見奈良1243番地2
7	農村環境改善センター		田窪300番地2
8	よしいのこども館	955-2026	田窪1071番地10
9	南吉井小学校	964-3504	田窪1100番地
10	田窪団地集会所		田窪1976番地70
11	中央公民館	964-1500	田窪2370番地
12	下林集会所		下林甲1571番地
13	拝志小学校	964-2015	下林甲1585番地
14	上林小学校	964-3574	上林甲2565番地
15	川内健康センター	966-2191	南方262番地
16	川内公民館	966-4721	南方264番地
17	さくらこども館	966-6169	南方285番地1
18	川内中学校	966-2031	南方467番地1
19	川上小学校	966-2021	北方甲2655番地
20	東谷小学校	960-6711	則之内甲334番地
21	西谷小学校	960-6411	則之内乙835番地
22	奥松瀬川公民館		松瀬川乙80番地1
23	土谷集会所		河之内甲1211番地1
24	なめがわ清流の森		滑川甲1422番地
25	滑川生活改善センター		滑川甲1422番地
26	県立東温高等学校	964-2400	志津川960番地
27	県立林業技術センター 緑化センター	964-5527	田窪743番地

福祉避難所

高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児・病弱者など、
指定避難所の中での生活に配慮が必要な方が滞在するための施設

番号	場所	電話番号	住所	受入対象	身体障がい 者用トイレ	スロープ有 段差無し
1	介護老人保健施設 長安	964-7555	志津川甲29番地1	高齢	○	○
2	グループホーム 菜の花	960-5855	志津川91番地3	高齢	○	○
3	グループホーム アンダンテ	955-5771	志津川11578番地1	高齢	○	○
4	さくらんぼ3号館	968-1329	西岡甲986番地5	障がい児	○	○
5	障がい者通所サービス事業所 アイセルプ	955-0088	西岡乙3番地58	身体障がい	○	○
6	特別養護老人ホーム ミュゲの里	955-1133	見奈良738番地	高齢	○	○
7	松山刑務所	964-3355	見奈良1243番地2	全般		
8	多機能型事業所 愛キッズ東温	961-4303	見奈良1429番地20	障がい児		
9	県立みなら特別支援学校	964-2395	見奈良1545番地	知的障がい	○	○
10	介護付有料老人ホーム笑歩会 東温	955-0788	田窪332番地2	高齢	○	○
11	小規模多機能センター たのくぼ	955-5668	田窪917番地1	高齢	○	○
12	特定非営利活動法人 ヘレン	964-2212	田窪2054番地6	身体障がい(聴覚) 知的障がい	○	○
13	総合福祉施設ほほえみの里 しげのぶ清流愛園	955-2501	田窪2119番地1	知的障がい	○	○
14	総合福祉施設ほほえみの里 しげのぶ清流園	955-2502	田窪2119番地1	身体障がい	○	○
15	県立しげのぶ特別支援学校	964-2258	田窪2135番地	身体障がい	○	○
16	老人福祉センター	964-1597	田窪2370番地	全般	○	○
17	高齢者総合福祉施設 ウエルケア重信	955-0310	北野田533番地1	高齢	○	○
18	飛鳥寮	964-6251	下林甲2279番地1	知的障がい		
19	重信更正園	964-5033	下林甲2279番地5	知的障がい		
20	福祉館	966-3306	南方281番地3	全般	○	○
21	高齢者総合福祉施設 ガリラヤ荘	966-2276	南方1766番地1	高齢	○	○
22	さくらんぼ2号館	966-5717	北方3051番地2	障がい児	○	○
23	介護老人保健施設 希望の館	960-6336	則之内甲2783番地1	高齢	○	○
24	障害者支援施設 三恵ホーム	966-3555	則之内甲2819番地	身体障がい	○	○
25	さくらんぼ本館	966-5717	北方3051番地2	障がい児	○	○

COLUMN コラム

指定緊急避難場所と指定避難所の違い

「指定緊急避難場所」は、地震・洪水などの災害による危険が切迫した状況において、住民の生命の安全の確保を目的として緊急に避難する場合の避難先として位置付けるものです。

「指定避難所」は、災害の危険性があり避難した住民が、災害の危険性がなくなるまで必要な期間滞在、または災害により自宅へ戻れなくなった場合に一時的に滞在することを目的とした施設です。

福祉避難所とは

「福祉避難所」は、高齢者や障害者など一般の避難所生活では支障をきたす要配慮者に対して、特別の配慮がなされた避難所です。災害時に必要に応じて開設される二次的避難所であり、発災当初から避難所として利用することはできませんので、注意が必要です。

避難行動要支援者への対応

高齢者や障がいのある方は、自分ひとりで避難することが難しく、移動にも時間がかかります。地域住民が協力し、助け合うためには普段からのコミュニケーションが重要になります。

あなたの助けが必要な人もいます。

高齢者

- まず声をかけ、困っていることを聞き出し、サポートしましょう。
- **移動の際は手をつなぐ、背負う、担架を使う**など、本人が安心する方法を選びます。
- やさしい言葉と落ち着いた態度で状況を説明し、避難を促しましょう。

耳の不自由な方

- まず見える位置に立って、サポートに来たことを伝えましょう。
- 手話や筆談のほか、**身振りや空書**(空中に書く)、**手のひらに書く**、**口話**(少しゆっくりはっきり口を開けて話す)、**図、絵**などを総合的に使いましょう。

言語障がいのある方

- 単語一つひとつを聞き取り、メモを取り最後に確認しましょう。
- 聞き取れない場合は、**何度も聞き返し、意思疎通**を図りましょう。

精神障がいのある方

- ゆっくりと声をかけ、状況を伝えましょう。
- 本人の様子を見ながら**落ち着かせることが大切です**。

目の不自由な方

- まず声をかけ、目の不自由な方の手は取らず、あなたのひじや肩などに**触れてもらい、半歩前あたりを歩いて誘導**しましょう。
- 「段差を上がります・降ります」など、次の動作に入る前に必ず言葉で伝えましょう。

車いす利用者

- 階段や坂を**上るときは前向きで、降りるときは後ろ向き**にして移動します。
- 人数に余裕があれば車いす利用者1人に対し、3~4人で対応してください。

知的障がいのある方

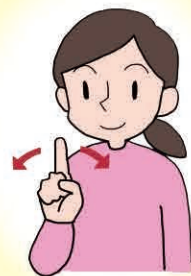
- 落ち着いてもらうために声をかけましょう。
- 状況の理解が難しい場合は、**手を引くなどして誘導**しましょう。

難病患者

- 外見からは抱えている症状が分からないため、どのようなサポートが必要なのか**本人に確認**しましょう。

災害時に知っておくと便利な手話

「なに？」 「お手伝い
「どうしましたか？」 しましょうか？」



人差し指を左右に振る。



親指を立てて握った手に、もう片方の手の平を相手に向けて、数回前後に動かす。

避難行動要支援者の支援について

あらかじめ避難行動要支援者として市に登録しておくことで、災害時には、市・消防署・民生児童委員・自主防災組織および自治会・警察署が情報を共有し、安否確認や避難誘導の支援を行います。

【東温市の登録対象者】

- 1 高齢者(65歳以上): 独居高齢者、ねたきり高齢者、高齢者のみの世帯の方
- 2 身体障がい者(手帳1~3級)
- 3 知的障がい者(療育手帳所持者)
- 4 精神障がい者(手帳1~3級)
- 5 その他、災害時において支援を必要とする者

※対象者のうち、施設に入所している方については、当該施設内での共助によって安全確保等の対応が可能であると考えられるため、対象者から除外します。

女性の視点からの防災対策

避難所での共同生活では、何気ない行動が、女性や子どもへの配慮に欠けた行動になることもあります。

女性にとっての避難所での気になるポイント

洗濯物を干す場所が男女一緒だった。



生理用品を男性スタッフが配っていた。



更衣室がなく、着替えに困った。



授乳室がほしかった。

対策

男女別のスペースを用意する

更衣室や洗濯物干し場は、男女で場所を分けましょう。

授乳室やキッズスペースを用意する

安心して授乳を行ったり、子どもが遊べたりする部屋を確保しましょう。

女性も避難所運営に積極的に参加する

女性特有の相談や下着・生理用品などの配布は、同性が行えるようにしましょう。

みんなで共同して作業する

- 食事の片づけ
- 物資の配布 など
- ごみ処理
- 行政との連絡
- 防犯(見回り)
- イベントの企画、開催
- 共有スペースやトイレの清掃
- 家の片づけなど復旧作業 など

過去の災害発生時の経験では、男性は早い段階で職場へ復帰する一方、不便な生活環境の下での家事や育児などの家庭的責任に対する負担が女性に集中してしまいました。このような事態がおこらないよう、避難所内外での作業をみんなで共同することが重要です。そうすることで、被災者がお互いの活動を評価し、尊重しあえるようになります。

いつ起こるかわからない災害に備えて…

女性が地域防災の担い手として活躍できるよう日頃から女性の参画を図るようにしましょう。

防災訓練や防災に関する学習会などを積極的にいき、参加しましょう。

開催のポイント

話し合いや学習会は、地域で定期的に開かれるイベント(祭り・運動会など)と連携して行くと、より多くの人に参加してもらうことができます。

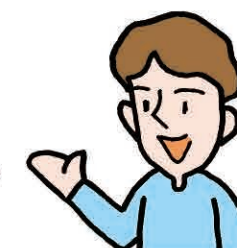
男女が共に支えあう地域づくりを…

災害時においても、男女が共同して災害復興に対応できるよう、普段から、家庭や地域、職場などでの男女共同参画を実践し、男女が共に支えあう地域づくりに努めましょう。

女性目線の意見を積極的に出しましょう!



避難所では、他人と共同生活していることを自覚しましょう!



わが家の防災セット

災害に備え各家庭で揃えておくべき「防災セット」は、避難時にすぐに持ち出すべき「1次持ち出し品」と、救援物資が届くまで自足するための「2次持ち出し品」の2段階に分けて準備する必要があります。

避難所に行くときに持ち出す／

1次 持ち出し品リスト

- 避難所での生活(1日程度)に最低限必要なもの
- 運べる目安は男性15kg以下、女性10kg以下
- リュックに入れて準備 ● 玄関口・勝手口に用意



- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> 水 | <input type="checkbox"/> マッチ・ろうそく | — 感染症対策にも有効です! — |
| <input type="checkbox"/> 食品 ご飯(アルファ化米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分の用意! | <input type="checkbox"/> 救急用品 ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など | |
| <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット・防災ずきん | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> 衣類・下着 | <input type="checkbox"/> ブランケット | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール |
| <input type="checkbox"/> レインウェア | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 石けん・ハンドソープ |
| <input type="checkbox"/> 紐なしのズック靴 | <input type="checkbox"/> 洗面用具 | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 ※手動充電式が便利 | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き粉 | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ ※手動充電式が便利 | <input type="checkbox"/> タオル | — 一緒に持ち出そう! — |
| <input type="checkbox"/> 予備電池・携帯充電器 | <input type="checkbox"/> ペン・ノート | |
| | | <input type="checkbox"/> 貴重品
<small>通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど</small> |

子供がいる家庭の備え

- | | | |
|--|-----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク キューブタイプ | <input type="checkbox"/> 子供用紙オムツ | <input type="checkbox"/> 抱っこひも |
| <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> お尻ふき | <input type="checkbox"/> 子供の靴 |
| <input type="checkbox"/> 離乳食 | <input type="checkbox"/> 携帯用お尻洗浄機 | |
| <input type="checkbox"/> 携帯カトラリー スプーン、フォークなど | <input type="checkbox"/> ネックライト | |

女性の備え

- | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー／ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> おりものシート | <input type="checkbox"/> 中身の見えないごみ袋 | |

高齢者がいる家庭の備え

- | | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 大人用紙パンツ | <input type="checkbox"/> 入れ歯 | <input type="checkbox"/> デリケートゾーンの洗浄剤 |
| <input type="checkbox"/> 杖 | <input type="checkbox"/> 入れ歯用洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 持病の薬 |
| <input type="checkbox"/> 補聴器 | <input type="checkbox"/> 男性用吸水パッド | <input type="checkbox"/> お薬手帳のコピー |

POINT

食料品の買い置き習慣を(ローリングストック方式)
食料品の備蓄は、普段使っている食品の「買い置き」から始めましょう。「**保存性が高い・自分の好きなもの・美味しいもの**」を選び、賞味期限が近いものから計画的に使い、消費した分は新たに購入するようにしましょう。

ローリングストック方式とは

賞味期限切れになってしまう前に消費する経済的な方法です。



避難生活(約1週間)で使用する／

2次 持ち出し品リスト

- 目安は1週間分
- 衣装ケースなどに入れて保管
- 物置や軒下、ベランダなどに配置
- 飲料水とトイレの確保を



災害復旧の見通しが立つまでの期間(最低3日分)を自足するためのものとして、非常時でも取り出しやすい所に保管しておきましょう。

- 食品(飲料)
飲料水(一人1日3リットルを目安に家族分を)
乾パン、缶詰め、レトルト食品、アルファ化米、栄養補助食品、チョコレートなど
- 燃料
カセットコンロとボンベ、固形燃料など
- 生活用品
毛布、寝袋、洗面用具、ドライシャンプー、やかん、鍋、トイレトーパー、ウェットティッシュ、携帯トイレ、ビニール袋など
- その他
乳幼児や高齢者、アレルギーをお持ちの方などがいる家庭ではそれぞれに応じたものを備えておきましょう。



POINT

くみ置きした水の保存期限は概ね3日間
くみ置きした水道水は**直射日光を避けると3日程度**は飲料水として使えます。保存には消毒のために入っている塩素が必要なので、**浄水器は通さず**にくみ置きしましょう。

POINT

トイレの確保が重要
水洗トイレが使えない状況を想定し、**災害用トイレ(携帯トイレ・簡易トイレ)**などを準備しておきましょう。自宅のトイレならポリ袋と新聞紙で簡易トイレも作れます。

ペット(動物)のための防災

鑑札、迷子札、写真を用意しておきましょう!

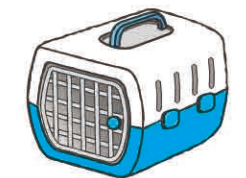
大切な犬や猫が迷子にならないために、日頃から鑑札や名札、マイクロチップなど飼主を捜す手がかりになるものをつけておくことが大切です。

ペットフードや水、トイレ用品を用意しておきましょう!

避難所へペットと一緒に避難する場合は、人とペットのスペースは別になり、ペットの世話は飼主の責任になります。ペットのための必要な防災用品を各自で備えましょう。

避難所ではペットケージ、リード、ハーネスを!

動物が苦手な人、アレルギーの人もあります。お互いに気持ちよく過ごすために、マナーを守りましょう。



災害発生時における感染症対策

ウイルスなどの感染症が収束しない中でも災害時には危険な場所にいる人は避難することが原則。「自分の命は自分で守る」意識を持ち、適切な行動をとりましょう。

避難とは「難」を「避」けること

自宅での安全確保が可能な人は、感染のリスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。

避難方法

避難とは「難」を避けること全体を指しており、学校や公民館といった指定緊急避難場所への移動だけが避難というわけではありません。住んでいる地域やそのときの状況、人によって方法は異なります。「自らの命は自らが守る」意識を持ち、普段からどう行動するか決めておきましょう。

行政が指定した避難所への立ち退き避難

マスク、消毒液、体温計、スリッパ、常備薬など自身が必要とするものを持参しましょう。

安全なホテル・旅館への立ち退き避難

通常の宿泊料が必要です。ハザードマップで安全かどうかを確認し、予約しましょう。

安全な親戚・知人宅への立ち退き避難

普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。

屋内安全確保

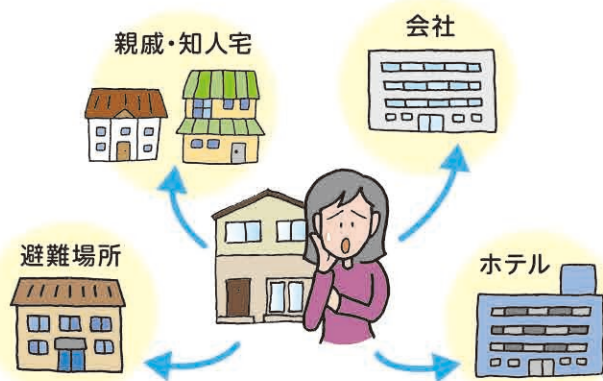
ハザードマップで次の「3つの条件」を確認し、自宅にいても大丈夫か確認する必要があります。

- 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないこと
- 浸水深より居室が高いこと
- 水が引くまで我慢でき、水・食料などの備えが十分にあること

知っておくべきポイント

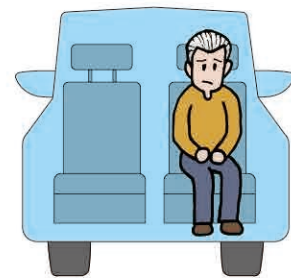
複数の避難先を用意しよう!

避難所が過密状態になることを防ぐため、安全な場所に住む親戚・知人宅などに避難することも検討しましょう。



感染が不安な人も危険が迫ったらためらわず避難場所へ!

エコノミー症候群に注意!



やむを得ないときは、

- なるべく足を上げて過ごす ● 定期的に足の運動
 - 水分補給 ● 寝るときは服をゆるめる……
- などを、心がけてください。

避難先では感染症予防に努めましょう

マスク、消毒液、体温計など感染対策グッズを持参

避難所の備蓄には限りがあります。できるだけ自ら携行しましょう。



避難所に入る前に

感染の拡大を未然に防ぐことが重要です。避難所に入る前に、発熱の有無など体調チェックを行いましょう。



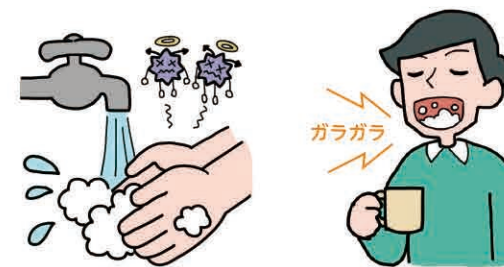
換気の実施

可能な限り、定期的に換気を行いましょう。換気は季節を問わないので、寒暖差への防寒対策も必要です。



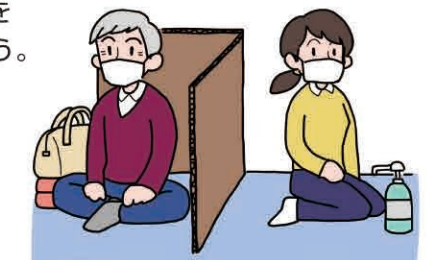
手洗い、うがいをこまめに

食事前やトイレなど共有部分に触れた後は、石けんと水で手洗いを。水を十分に確保できない場合は、アルコール消毒液などで代用しましょう。



3密(密閉・密集・密接)の回避

避難者同士2m程度の距離を保ちましょう。段ボールなどの間仕切りで飛沫感染予防になります。背中を向けて座りましょう。食事の時間をずらすなどして、密集・密接を避けましょう。



咳エチケットの徹底

飛沫感染予防のため、咳などが出ていなくてもマスクを着用しましょう。



日々の健康状態をチェック

継続的に体温を測定し、体調の変化を感じた場合にはすぐに避難所のスタッフに相談しましょう。



状況に応じた避難行動を

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、災害のリスクととるべき行動をして確認しましょう。

避難先を事前に決めておきましょう

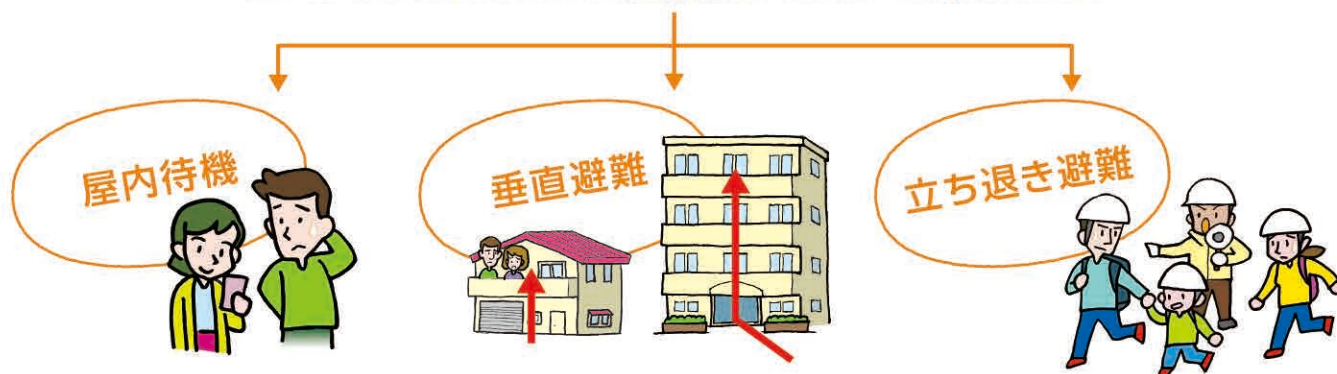
状況に応じた避難行動や、避難先を決めましょう。
また、避難先までの経路と時間も確認しておきましょう。

情報を基に避難の判断をしましょう

避難の決定は、様々な情報から決断しましょう。
特に避難情報は命を守る重要な情報です。



いつ、どのように避難するかを決める!



状況が急変することもありますので、市からの避難情報が発令されていない場合でも、気象庁などが発表する防災気象情報を参考にしながら、適切な避難行動をとりましょう。

避難場所は、小中学校・公民館だけではありません。
安全な親戚・知人宅に避難することも考えましょう。

早めに避難をしましょう

命を守るため、早めの避難を心掛けましょう。
危険な箇所には絶対に近づかないようにしましょう。

事前の確認

いざというときのために、家族や地域で危険箇所を確認しておきましょう。

⇒オリジナル防災マップの作成については43P参照

⇒マイ・タイムラインの作成については44P・45P参照

適切な行動

情報を確認し、落ち着いて事前に決めておいた避難行動をとりましょう。

オリジナル防災マップを作ろう

自分のまちで想定される災害を事前に把握し、対策を講じることが、災害から身を守る一番の近道となります。地域や家族で「防災マップ」を作り情報を共有しましょう。

進め方①

まち歩き(調査)用の道具を揃える

- まち歩き(調査)用地図…住宅地図、都市計画図など
カメラ、筆記用具、付箋を用意する。
- チェックシート……………安全な場所=公園・広場など、
危険な場所=狭い道・水路などを
書き込む。
- 丸型ラベルシール……………防災上役に立つもの(消火栓など)を
色分けし、項目ごとに地図上に貼る。
- 地図用の台紙

進め方②

グループを作り、役割分担をする

地域で「防災マップ」を作る場合は、1グループ6~10人程度の班を作り、1時間程度で歩くことのできる調査範囲と役割分担を決めます。

- グループ長:グループを統括する。
- 記録係:発見した内容を地図やチェックシートに書き込む。
- 撮影係:発見したものを撮影する。
(撮影場所を地図に書き込む。)
- 測定係:メジャーで道幅などを測る。
(数値を地図に書き込む。)
- 車両誘導係:事故にあわないように安全管理をする。

進め方③

まち歩き(調査)をする

[チェックポイント]

- 地域の避難場所は?(例:ツインドーム重信)
- 危険な場所は?(例:ため池)
- 行き止まりの道は?
- 高齢者の一人暮らしや高齢者だけの家は?
- 災害に役立つ知識の持ち主(消防団員・防災士など)は?
- 災害に役立つ施設は?(例:コンビニ)

進め方④

防災マップにまとめる

- ①防災マップ用の大きめの地図を用意する。
- ②撮影した写真を地図上に貼る。(地図の余白などを使う。)
- ③安全な場所、災害時に役立つもの、危険な場所などを
カラーペンで記入する。
気付いたことがあれば付箋に記入して貼る。
- ④地域のリーダーや災害に役立つ知識の持ち主の
存在を書き込む。
(例:区長・役員・消防団員・防災士・医師・看護師・
アマチュア無線家・大工など)

進め方⑤

勉強会を開催する

作成した防災マップを基に地域で防災の勉強会を開催しましょう。行政担当者や防災の専門家などにも声をかけ、参加を促してください。












POINT

地域防災力の向上で災害に強いまちに

「オリジナル防災マップ」は、作ることが目的ではありません。地域の方が主体となって防災を考え、問題点を洗い出し対策を講じることで、住民同士のコミュニケーションが図れ、絆が生まれます。災害時に大切な「助け合いの心」が育まれることで、地域防災力が向上します。

マイ・タイムラインを作ろう

マイ・タイムラインとは、大雨や台風のとときに、自分がとる標準的な防災行動を時系列的に整理したものです。地域の災害リスクを知り、災害が迫ったときの避難先やとるべき行動を事前に確認しましょう。

警戒レベル 避難情報	レベル1 2~3日前 情報を集める	レベル2 注意の呼びかけ	レベル3 高齢者等避難	レベル4 避難指示(全員避難)	レベル5 緊急安全確保	
必要な情報    	<input checked="" type="checkbox"/> 大雨 に関する気象情報		大雨・洪水 注意報	大雨・洪水警報	災害発生！身の安全を確保！！	
	<input checked="" type="checkbox"/> 風 に関する気象情報	強風注意報		暴風警報		
	<input checked="" type="checkbox"/> 川の氾濫 に関する気象情報	氾濫注意情報	氾濫警戒情報			氾濫危険情報
	<input checked="" type="checkbox"/> 土砂災害 に関する気象情報		土砂災害警戒情報			
<記載例> <input checked="" type="checkbox"/> こまめに気象情報などを確認 <input checked="" type="checkbox"/> 携帯電話の充電 <input checked="" type="checkbox"/> マイ・タイムラインを再確認 <input checked="" type="checkbox"/> ハザードマップで避難経路の再確認 <input checked="" type="checkbox"/> 非常時持ち出し品を確認		<input checked="" type="checkbox"/> ()に連絡 避難準備の開始	避難開始 避難場所は () の ()	避難完了		
私と家族の行動 						

地震

原子力災害

風水害と土砂災害

備え

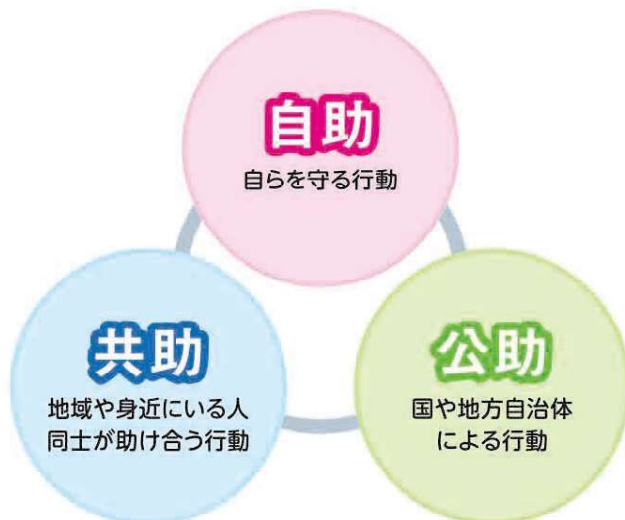
東温市 総合防災訓練

東温市では、毎年11月から12月に総合防災訓練を実施しています。(令和2年度、3年度は新型コロナウイルスの影響により中止)

訓練では、避難所設営・運営訓練や炊き出し訓練等の実践的な訓練を実施しています。また、自主防災組織では組織ごとの訓練を行い、地域防災力の向上に努めています。

自分たちの命は 自分たちで守る

阪神・淡路大震災では多くの家が倒壊しましたが、助かった人の8割は**自力または地域の人たちに救助**されています。自分の身は自分で守り(自助)、自分たちのまちは自分たちで守る(共助)ことを理解し、市や防災関係機関(公助)と連携して行動しましょう。



シェイクアウト訓練



避難所設営・運営訓練



炊き出し訓練



防災グッズ展示



地域の防災リーダーにお聞きしました!

東温市消防団団長 中島 幸一さん



市内には現在6分団、約600人の消防団員がおり、いつ来るか分からない災害に備え、平時から緊急車両やポンプ、消火栓等の防災資機材の点検や取扱訓練等を定期的に行っています。東温市においても、台風や線状降水帯による大雨等の風水害や、震度6強が予想されている南海トラフ地震など、いつ大規模な災害が発生してもおかしくない状況にあります。市民の皆さまも、家具の転倒防止器具の取り付けや住宅用火災警報器の設置、また災害に備えた備蓄品の準備など、出来ることから始めていくことが防災を考えるうえで非常に大切なこととなります。この防災マップを活用して、自宅周辺の危険箇所を把握し、避難所までの避難経路を確認するなど、防災に関する知識を身に付け、消防団と地域の皆さまが一体となって災害に備えていきましょう。

東温市防災士会会長 三棟 義博さん



東温市では、毎年10~20名の方が防災士の資格を取得し、防災士会へ参加をしています。防災士会では、女性視点での防災活動を行うため、女性防災士の育成に力を入れています。防災士の役割は、平常時は家の耐震補強や家具の固定、非常時の備蓄品の必要性など、地域住民へ啓発活動を行っています。災害時には、自分の身を守りながら、避難誘導、初期消火、救出救護、避難所開設・運営等を行います。東日本大震災や熊本地震では、防災士によるリーダーシップにより多くの命が助かったり、避難所開設がスムーズに行われる等の事例もあります。いざというときに対応できるよう、各訓練等のリーダー役を果たすとともに、自主防災組織や消防団の活動についても積極的に参加していきたいと思っています。