

防災

自分や家族ができる防災を考えてみよう！

自助・共助・公助

大災害が発生した場合、被害が非常に広範囲に及ぶため、地域の防災機関による防災・救援活動だけでは十分に対応ができません。災害による被害を最小限にするためには、**自助・共助・公助**の連携が重要です。

平成7年の阪神・淡路大震災では、家屋の倒壊などによる生き埋めや閉じ込められた人のうち、消防などの公的機関の救助によって救出されたのはわずか2%でした。多くの住民は、自力または家族や隣人などの地域住民によって救出されました。災害直後は、いろいろな所で被害が発生し、全ての災害現場に公的機関の救助が駆けつけすることは不可能になります。



自助 自分や家族での防災活動

「自分と家族の安全を守ること」が防災の基本。家族で「防災」を話題にしよう！

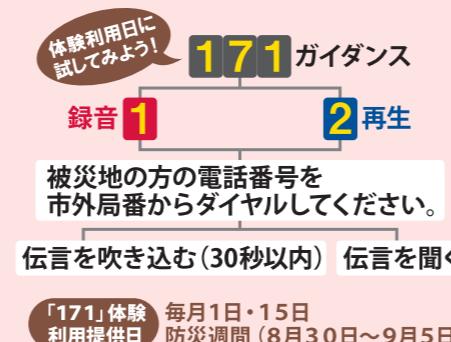
避難場所・避難経路の確認

- ◎避難場所の確認をしよう。
- ◎安全な避難経路を確認しよう。
- ◎危険箇所などの把握をしよう。
- ◎災害時に通れなくなってしまう道もあるので、避難場所までの経路は複数検討しよう。



連絡方法の確認

- ◎災害時は誰に連絡するかを確認しよう。
- ◎どの連絡方法を利用するかを確認しよう。
- ◎安否確認には災害用伝言ダイヤル「171」などのサービスを利用しよう。



初期消火の方法を確認

- ◎消火器の使い方や、バケツリレーができるかを確認しておこう。



防災・災害情報の確認方法

- ◎ラジオはすぐに取り出せる場所にあるか確認しよう。
- ◎千曲市メール配信サービスの事前登録をしておこう。

子どもの引き取り者の確認

- ◎災害時に保育園・幼稚園・学校における子どもの引き取りに関する取り決めを家族や親類で確認しておこう。

非常持出品

飲料水・非常食	日用品	医療品
飲料水(1人1リットル程)	タオル	持病薬
非常食(調理不要のもの3食)	石鹼	体温計
防災用品	ティッシュ	解熱剤・かぜ薬・胃腸薬
携帯電話・充電器	ビニール袋	ばんそうこう・包帯・傷薬
懐中電灯	安全ピン	おくすり手帳
携帯ラジオ	歯ブラシ	貴重品
予備の電池	上着	現金(紙幣・硬貨)
ヘルメット・防災ズキン	下着	印鑑
マッチ・ライター	筆記用具	預金通帳
ローソク	生理用品	身分証コピー
軍手・手袋	マスク	乳児用品
ロープ	毛布	粉ミルク・離乳食
ナイフ・缶切り	寝袋	哺乳瓶・携帯やかん・燃料
時計	レインコート	紙おむつ・おしりふき
ホイッスル	毛抜き・綿棒・爪切り	おんぶひも・防寒用品
レジャーシート	布ガムテープ	母子手帳

災害用備蓄品

救援物資が届くまでの間、自足するためのもの。水や食料は最低3日分、できれば7日分を目標に備蓄しましょう。

備蓄品
水(1人1日3リットル)
食料
燃料
ボリ袋
懐中電灯
携帯ラジオ
予備の電池

被害を減らすためにできることを確認しよう！

わが家の耐震性 家族みんなで室内と外回りの危険箇所を、把握・修繕しておこう！

わが家の安全を確認しよう



①塀
しっかりと固定して転倒を防止。

①塀

ブロック塀や石垣の崩れの補強。

②家電製品

テレビなどは高いところに置かない。棚などの上には重いものを置かない。

③家具

固定できるものは固定。

④屋根

不安定なアンテナや屋根瓦を補強。

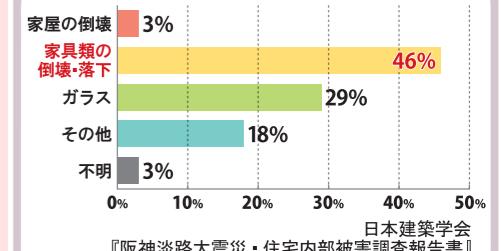
⑤ベランダ

植木鉢や物干し竿などの整理整頓。

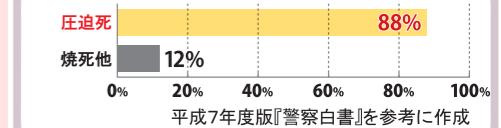
⑥台所

食器棚やサイドボードなどのガラス戸には、飛散防止フィルムを張る。

室内でのけがの原因



圧迫死が全体の88%



隣近所や地域での防災活動

一人では小さな力でも、みんなが集まれば大きな力に！

自主防災組織に参加しよう

「自分たちの地域は自分たちで守る！」という心構えで積極的に参加しよう。



自主防災組織の主な仕事

平常時	災害時
防災訓練の実施	避難誘導・避難支援
危険箇所の点検	情報収集・情報伝達
備蓄品の管理など	初期消火活動など

目の不自由な人

- ◎まず、声をかける。
- ◎腕を貸してゆっくりと歩く。

車いすの人

- ◎必ず誰かが付き添う。
- ◎段差があるところはゆっくりとした対応を心がけよう。

病気や怪我の人

- ◎程度に応じて援助を。
- ◎声をかける
- ◎肩を貸す
- ◎手を添えるなど

耳の不自由な人

- ◎口を大きく動かし、はっきり・ゆっくり話す。
- ◎身振りや筆談など

外国人

- ◎孤立させないよう日本語でもいいので、声をかける。
- ◎身振り手振りなど

行政・防災機関での防災活動

住宅・建築物の耐震診断や耐震改修工事に対する補助事業を実施しています！

昭和56(1981)年6月に建築基準法の耐震関係規定が見直され、建築物の耐震基準が強化されました。平成7年1月に発生した阪神・淡路大震災では、昭和56年以前に建築されたもの(古い耐震基準で設計されたもの)が、より大きな被害を受けました。

昭和56(1981)年5月31日以前に着工されたもの

耐震診断

- ・住宅
- ・多数の者が利用する建築物

耐震改修工事

住宅

※一戸建て木造住宅については無料で耐震診断を実施しています。

詳しく述べ
下記までお問い合わせください
千曲市建設部建設課
建築監理係
026-273-1111