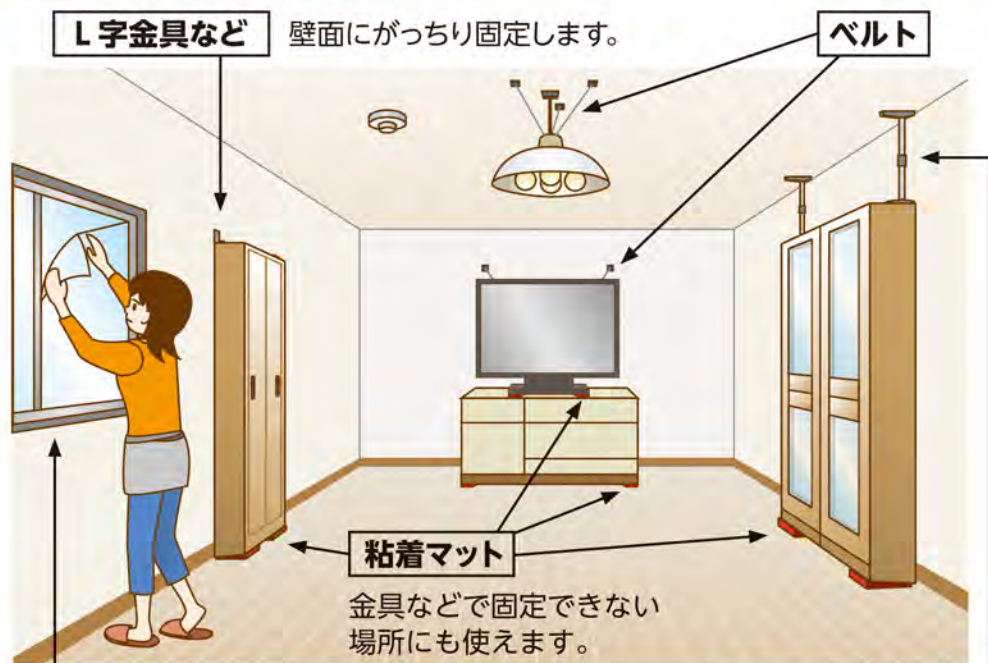


1 家族でできる減災対策



L字金具など 壁面にがっちり固定します。

ベルト

粘着マット

金具などで固定できない場所にも使えます。

ガラスの飛散防止用フィルム

割れたガラスでけがをしないように、窓ガラスや食器棚などのガラス面に貼りましょう。

つっぱり棒

天井が高い・柔らかい場合は不向きです。

家具の配置にも“ひと工夫”

寝ている時に下敷きにならない、出入り口がふさがれないよう家具の配置を工夫しましょう。

2 家族で「防災会議」

定期的に家族で「防災会議」を開き、発災時の対応について決めておきましょう。

- 家族との安否確認方法は？
- 集合する場所はどこ？
- 非常時に持ち出すものは？
- 避難場所までの安全なルートは？



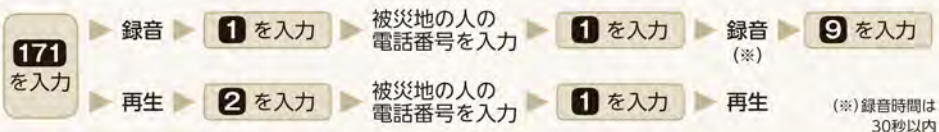
※いざという時のために、地域の防災訓練にも参加しましょう！

家族の安否確認方法を決めておきましょう！

災害発生時には、電話などの通信がつながりにくい状況が続きます。そのような時でも家族の安否確認ができるよう、「災害用伝言ダイヤル171」の使い方を確認しておきましょう。

災害用伝言ダイヤル 171

災害時に被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。



このほかにも、「災害用伝言板サービス」やSNSなどの安否確認方法があります。あらかじめ、どの方法で家族の安否確認を行うか決めておきましょう。

3 生活必需品の備蓄

災害発生直後は物資の調達が難しくなります。各家庭で**1週間分(最低でも3日分)**の生活必需品を備えておきましょう。

飲料水

- 1人1日分3L (3日分で9L)



食料品

- レトルト食品 や缶詰など 簡単に食べられるもの
- アレルギー体質などの 家族の状況にも配慮を



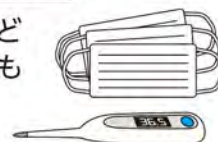
トイレパック

- 食べることは我慢できても、出すことは我慢できません！
- 水道が止まっても自宅のトイレが使えるよう、1人1日5回分 (3日で15回分) ※ホームセンターなどで購入できます



マスク・体温計など

- マスクや体温計などの感染症対策物品も 備蓄しましょう！



停電への備え

- 懐中電灯、ランタン、 携帯ラジオなど ※蓄電池やポータブルソーラーパネルの活用も有効です



その他

- 各家庭や個人に必要な常用薬、眼鏡・コンタクトレンズ、生理用品、紙おむつなど



循環型備蓄(ローリングストック)を進めましょう！

家族構成や生活スタイルに合わせて、食料や日用品を少し多く買い備えて、備えたものを順番に使いながら新たに買い足していく考え方です。



4 非常備蓄品(持ち出し品)チェックリスト

チェック欄	品名	チェック欄	品名
<input type="checkbox"/>	飲料水(水缶・ペットボトル)	<input type="checkbox"/>	本人確認書類(保険証など)
<input type="checkbox"/>	食料品	<input type="checkbox"/>	現金(小銭含む)・預貯金通帳
<input type="checkbox"/>	トイレパック	<input type="checkbox"/>	印鑑
<input type="checkbox"/>	マスク・体温計・消毒液など	<input type="checkbox"/>	眼鏡・コンタクトレンズ
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ランタン	<input type="checkbox"/>	ビニール袋
<input type="checkbox"/>	携帯ラジオ	<input type="checkbox"/>	タオル
<input type="checkbox"/>	衣類	<input type="checkbox"/>	ティッシュ・ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/>	防寒具	<input type="checkbox"/>	ヘルメット
<input type="checkbox"/>	雨具	<input type="checkbox"/>	軍手
<input type="checkbox"/>	毛布・寝袋	<input type="checkbox"/>	常用薬・救急医薬品
<input type="checkbox"/>	歯磨き用品	<input type="checkbox"/>	紙皿・紙コップ
<input type="checkbox"/>	洗面用具・ボディシート	<input type="checkbox"/>	電池・モバイルバッテリー
<input type="checkbox"/>	紙おむつ・おしりふき	<input type="checkbox"/>	厚底の運動靴
<input type="checkbox"/>	生理用品	<input type="checkbox"/>	その他(各家庭・個人で必要なもの)

大地震発生

その場に合った身の安全!

まずは、身近な集合場所(いっつき避難場所など)に集まります



自宅が無事な場合には自宅へ

いっつき避難場所

地震発生後となり近所の安否情報や被災状況を確認する場所です。
この避難場所は自治会町内会や班、となり近所などの単位で任意の場所を決めています。
※食料や水は用意していません。

福祉避難所

高齢者や障害のある人など、避難所での避難生活に特別な配慮を必要とする要援護者のための避難場所です。援護の必要が高い人を優先して受け入れます。



大火災から身を守る

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・身体を守るために一時的に避難する場所です。
※食料や水は用意していません。

家屋の倒壊などにより自宅で生活できない場合

地域防災拠点(避難所)

横浜市内で震度5強以上の地震が1か所でも観測された場合に開設し、家屋の倒壊・焼失によって自宅で生活できなくなった人たちが避難生活する場所です(小中学校など37校)。
●地域防災拠点の主な機能
・避難生活場所の提供
・発災直後に必要な最低限の食料・水・生活用品などの備蓄
・救助、救出活動に必要な防災資機材の備蓄
・在宅被災生活者への物資・情報の支援



要援護者の人を必要に応じて移動します

5 防災情報の収集方法

横浜市防災ツイッター 横浜市から、ツイッターで防災情報を配信します。

登録方法

ツイッターで @yokohama_saigai を検索・フォローする
https://twitter.com/yokohama_saigai



横浜市防災情報Eメール 横浜市から、メールで防災情報を配信します。

登録方法

① 下記のメールアドレスにメールを送信、又は右の2次元コードを読み取る
bousai-yokohama@cousmail-entry.cous.jp
② 案内メール受信 ③ 受信情報の登録



あさひ安全・安心かわら版 旭区から、メールで区内の防災・防犯情報を配信します。

登録方法

① 下記URLにアクセス、又は右の2次元コードを読み取る
https://ml.city.yokohama.lg.jp/sympa/info/asahi-kawaraban
② 申請画面から「読者登録」を選択し、登録するメールアドレスを入力
③ 入力したメールアドレス宛に届く確認メールに記載されたURLにアクセス
④ 「申し込む」を選択→登録完了!



7 災害時の医療体制

震度6弱以上の大地震発生時、診療可能な医療機関では、その目印として「診療中」の旗を掲示し症状の重さに応じて診療を分担します。
災害時にけがをしたり病気になった場合は、症状の重さに応じた医療機関で診療や手当てを受けるようお願いします。

症状の程度	診療体制	旗の色
重症	災害拠点病院 (区内1か所)	「診療中」の赤い旗を掲示
中等症	災害時救急病院 (区内8か所) ※隣接区の病院も受診可能です。	「診療中」の黄色い旗を掲示
軽症	地域の診療所 (一般・歯科) 地域防災拠点などへの医療救護隊による巡回診療	「診療中」の黄色い旗を掲示
応急手当て対応可能な軽度の負傷	市民の自助・共助による応急手当	

8 旭区ご近助マニュアル



震災初期の共助活動をリーフレット形式にまとめた「旭区ご近助マニュアル」を作成しました。
“みんなで生き残るための取組み”をまとめているので、ぜひご確認ください。

旭区ご近助マニュアル

検索

