

# 9月1日は **防災** の日

問総務課 防災危機管理室 ☎⑤6703

9月は、台風や大雨の多い時期であり、災害に発展する可能性が高くなります。改めて日ごろから家庭でできる災害への備えを確認するとともに、災害が発生した際には、市からの情報、テレビなどの災害情報に注意し、命を守る行動をとりましょう。

## ◆日ごろから備えられること

- ・普段からレトルト食品やカップ麺などの備蓄食品を準備しておきましょう。また、消費期限を確認しながら、常に新しい食品を備蓄しておくようにしましょう。
- ・地震の際に、転倒、落下などの恐れがある家具や電化製品を固定したり、高い所に物を置かないなどの対策をとり、室内の安全性を高め、けがを防ぎましょう。
- ・ハザードマップ、市ホームページなどで災害の危険がある所や、自宅、学校、職場などから最寄りの避難所と避難経路を確認しておきましょう。
- ・地域の人たちと災害について話し合い、自分の地域の防災について考えましょう。
- ・自分たちの地域を自分たちで守るため、「**自主防災組織**」をつくり、避難訓練するなど地域の防災力を高めましょう。

自主防災組織ではこのような訓練を行っています



避難訓練



ロープワーク訓練



室内簡易テント組み立て訓練



炊き出し訓練

## ◆非常時の持ち出し品の確認

- ・災害の発生や、避難所に避難する際に備え、非常時の持ち出し品を準備しましょう。
- ・持ち出し品は、家族構成や各家庭の事情に合わせて必要な物を準備しましょう。
- ・非常時に慌てて探すことがないように、持ち出し品は、目に付く場所に置きましょう。

## ◆災害が起こったら

- ・慌てずに、まずは自分の身を守る行動をとりましょう。
- ・テレビ、ラジオ、携帯電話などから正確な情報を入手しましょう。
- ・避難をする際には、火の始末を確認し、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切ってから落ち着いて行動しましょう。



## 備蓄しておくもの

- ▶懐中電灯
- ▶ラジオ
- ▶電池
- ▶ろうそく
- ▶簡易ガスコンロ
- ▶使い捨てカイロ
- ▶食料と1人1日3リットルの飲料水（3日分を目安に）



※赤ちゃん、高齢者、女性、持病・アレルギーのある人などがいる家庭では、日ごろ使っている物を考慮し、それぞれの人に必要な物を備蓄しておくようにしましょう。

## 避難するときに持って行くもの

- ▶貴重品…現金、印鑑、保険証、預金通帳など  
その他、身分を証明できる物
- ▶衣類・洗面道具…下着、靴下、厚手の上着、眼鏡（老眼鏡）、歯みがき道具、入れ歯、タオル、せっけん、シャンプー、女性用品、紙おむつなど
- ▶水・食料品…飲料水、非常食、粉ミルクなど
- ▶その他…懐中電灯、携帯ラジオ、電池、軍手、ライター・マッチ、ティッシュペーパー、使い捨てカイロ、雨具、救急医療品、お薬手帳、常用薬など