

# 防災意識

## ～9月1日は防災の日～ を高めましょう

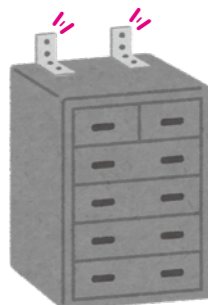
9月1日は関東大震災が発生した日であるとともに、台風シーズンを迎える時期であることから、地震や風水害などに対する心構えなどを育成するため、**防災の日**と定められています。この日をきっかけに、命を守るために取るべき行動を確認しましょう。

☎ 危機管理課（千代田庁舎）

### 災害のリスクを確認しましょう

#### 地震

- 大地震が発生したときには、「家具は必ず倒れるもの」と考えて、防災対策を講じる必要があります。寝室や子ども部屋などにできるだけ家具を置かないようにし、家具を置く場合はなるべく背の低いものにしましょう。
- 家具が倒れてけがをしたり、出入り口をふさいだりしないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。また、転倒しないように、壁や天井に固定するなどの対策をしておきましょう。



#### 台風・大雨・土砂災害

- 傾斜地などは、台風や大雨などにより、がけ崩れや地すべり、土石流などが起こりやすい環境です。
- 自分の家が土砂災害の危険性がある箇所（土砂災害警戒区域）かどうかを確認しておきましょう。



かすみがうら市総合防災マップ 検索

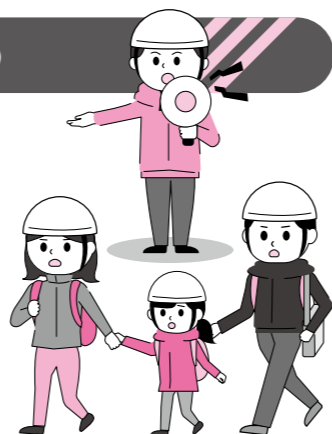


### 避難できるように備えましょう

- 電気やガス、水道、通信などのライフラインが止まっても自力で生活できるよう、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大切です。
- 避難場所での生活に必要なもの（非常用持ち出し品）をリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように備えておきましょう。

#### 避難とは、難を避けること

- ▶安全な場所にいる方は、避難所に行く必要はありません。
- ▶避難所の密集を避けるため、安全な親戚や知人宅などへの避難も重要です。普段から連絡を取り合っておきましょう。



#### 【非常用持ち出し品の例】

- ・飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケットなど）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ・ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
- ・懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- ・衣類、毛布、タオル、洗面用具、使い捨てカイロ
- ・乳児のいる家庭はミルクや紙おむつ、ほ乳びん
- ・感染症対策用品（消毒液、せっけん、ウェットティッシュ、体温計）



### 食品の備蓄をしましょう



普段食べているものを消費しながらストックする「ローリングストック法」がおすすめです。普段食べているカップめんや缶詰、インスタント味噌汁などを少し多めに買い置きし、賞味期限の古いものから消費して、減った分を補充していく方法です。

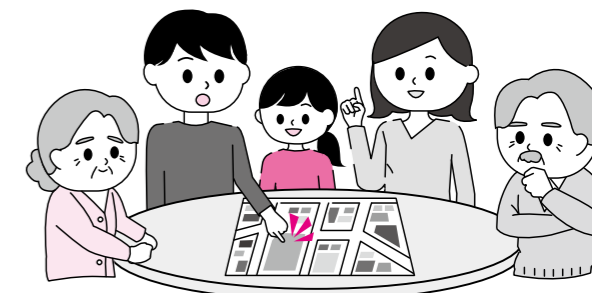
キャンプや山登りなどのアウトドアで使える食品もありますので、ローリングストック法を日常生活の一部に取り入れてみましょう。

- ① 普段食べている食材を多めに買って、備える
- ② 普段の食事で食べる
- ③ 食べたらいきなり買って、補充する

### 安否確認の方法を家族で決めましょう

家族がそれぞれ別々の場所にいるときに災害が発生した場合に備えて、お互いの安否を確認できるように、日頃から安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合っておきましょう。

災害時は回線がつながりにくくなるため、電話連絡が取れない場合があります。安否確認には、「災害用伝言ダイヤル（171）」や「災害用伝言板」などのサービスを利用しましょう。



#### 災害用伝言ダイヤル（171）

大災害発生時に、被災地内の電話番号に限り利用できるサービスです。携帯電話や一般加入電話、公衆電話、一部のIP電話から利用できます。

- ① 「171」に電話をかける。
- ② 音声案内に従い、録音の場合は「1」を、再生の場合は「2」を押す。（暗証番号を付けて録音・再生もできる）
- ③ 音声案内に従って、連絡を取りたい方の電話番号を入力する。（市外局番で始まる番号の場合、市外局番から入力する）
- ④ 伝言を録音・再生することができる。

#### 災害用伝言板

被災地域の方が自らの安否を文字情報によって登録できます。大災害発生時に携帯電話各社のポータルサイトに「災害用伝言板」へのリンクが表示されます。

- ① 携帯電話・PHSから災害用伝言板にアクセスする。
- ② 「登録」を選択する。（登録は被災地域内の携帯電話・PHSのみアクセスが可能）
- ③ 現在の状態を選択肢から選び、任意でコメントを入力する。
- ④ 最後に「登録」を押す。
- ⑤ 確認する場合は、安否を確認したい方の電話番号を検索し、一覧から伝言を確認できる。

### 情報収集をするための準備をしましょう



市メールマガジン  
災害情報を市から配信



Yahoo! 防災速報  
位置情報から災害情報が分かる



気象庁「キクル」  
大雨による危険度などを地図で確認

#### 参考

政府広報  
オンライン

災害時に命を守る  
一人一人の防災対策



いつもの食品で、もしもの備えに！  
食品備蓄のコツとは？

