

地域で協力しよう

非常時持出品・非常備蓄品を準備しておこう

地域の絆で人命救助

平成26年11月22日に発生した長野県北部を震源とする最大震度6弱の地震では、長野県小谷村や白馬村などで46人がケガをし、141棟の住宅が全半壊する被害が出ました。しかし、これだけの大規模な災害に関わらず、犠牲者は誰一人いませんでした。住民がお互いの家族構成などを把握していたことにより、警察や消防本部などの活動を待たずにスムーズな救出を行うことができたのです。普段から住民同士の顔の見える関係づくりが、地域の防災力向上につながっているのです。



地域の防災力向上のためには、普段から住民同士の顔の見える関係づくりが重要よ

自主防災組織に参加しよう

自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という、地域住民の自衛意識と連帯感に基づいて結成される防災組織のことです。定期的に防災に関する学習や訓練の実施を行います。地域住民と話し合うことで、顔の見える関係づくりができ、地域の防災力が高まります。

自主防災組織の活動内容

平常時

- 防災知識の普及・啓発
- 防災環境の確認
- 家庭の安全確認
- 防災資機材の整備・点検
- 防災訓練の実施

災害時

- 初期消火
- 救出・救助
- 情報の収集・伝達
- 避難誘導
- 避難所の管理・運営

地域ぐるみで避難行動要支援者を守ろう

高齢者、乳幼児、障がい者、日本語に不慣れな外国人など、災害時に自分の身を守ることが難しい人が多くいます。また、災害が起きてケガをするなど、誰もが避難行動要支援者となる可能性があります。こうした方を災害から守るためには、地域一丸となって支える体制づくりが重要です。



地域みんなで協力できる関係づくりが重要だね

point

日頃から地域のコミュニケーションづくりを心掛けましょう！

非常時持出品を揃えよう

枕元に置いておきたいもの

- 運動靴(底が厚いもの)
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 防寒着
- 非常持出袋(リュックサックなど)
- 携帯電話(充電器)

非常持出袋に入れておくもの

- 貴重品 財布・お金(公衆電話用に10円玉)・通帳・印鑑・健康保険証(コピー可)など
- 常備薬・救急セット
- ビニール袋・ゴミ袋
- ティッシュ・濡れティッシュ
- 携帯ラジオ
- 電池・充電器類
- LEDライト・ローソク
- 着替え(下着・靴下)
- 非常食
- 飲料水



あると便利なもの

- 防災ずきん・ヘルメット
- 軍手・ゴム手袋
- 防寒具・雨具
- タオル・毛布
- めがね・コンタクトレンズ
- マスク
- 使い捨てカイロ
- 工具
- 筆記具(油性ペン)
- 簡易食器(割り箸、紙皿)
- マッチ・ライター
- 携帯トイレ
- 生理用品
- 佐々町総合ハザードマップ(この冊子)

家族構成によって必要なもの

- | | | | | |
|--------|---------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--|
| 乳 幼 児 | <input type="checkbox"/> 離乳食 | <input type="checkbox"/> 粉ミルク・ほ乳瓶 | <input type="checkbox"/> おむつ・おしりふき | <input type="checkbox"/> おんぶひも |
| 高 齢 者 | <input type="checkbox"/> 入れ歯 | <input type="checkbox"/> 介護食 | <input type="checkbox"/> 大人用おむつ | <input type="checkbox"/> 補聴器 |
| 疾患のある方 | <input type="checkbox"/> 主治医連絡先 | <input type="checkbox"/> 持病の薬 | <input type="checkbox"/> お薬手帳 | <input type="checkbox"/> ストーマ装具(人工肛門、人工膀胱) |
| ペ ッ ト | <input type="checkbox"/> リード | <input type="checkbox"/> ケージ | <input type="checkbox"/> 排せつ用品 | <input type="checkbox"/> ペットフード |

非常備蓄品を揃えよう

- 日頃の買い置き
保存性のよい食料や水を買置きし、消費したら買い足す(ローリングストック法(※右図参照)による管理を実践してみましょう)
- 3日以上以上の食料
缶詰、レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど
- 飲料水
大人1人当たり1日 2~3リットル
- カセットコンロ・ガスボンベなど
- 缶切り
- ラップ

ローリングストック法



point

年に数回は必ずチェックして、災害に強くなろう。