

## 中央区地域別災害対応マップ

Disaster and Emergency Map for Chuo-ku Area

中央区地区性防災地図

キョウク ジエイケン リョウヘイドウ

## 城南・玉造地域

Jonan・Tamatsukuri Area

城南、玉造地区

ジョウナン、タマツクリ 地域



問合せ

大阪市中央区役所市民協働課(市民協働)5階51番  
TEL 06-6267-9843 FAX 06-6264-8283

このマップは、地域住民・地域の事業者などご協力の下、  
中央区役所が作成しました

## 防災チェックリスト

普段から定期的に家族会議を行い、災害時の行動を確認しておきましょう！

- 消火器などの消火用具の用意
- 家具の固定や耐震対策
- 自宅の危険箇所の確認
- 非常持ち出し品の準備（右のリストをご参照ください）
- 避難路、避難場所の確認（実際に歩いて確認）
- 家族の安否確認の方法を決める（右の伝言サービスの利用など）
- 幼児や高齢者などの避難に誰が付き添うかを確認
- 防災メモ用意（右のメモをご活用ください）
- 家族一人ひとりの役割を決める

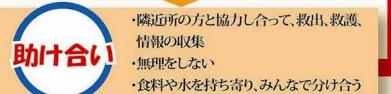
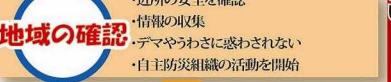
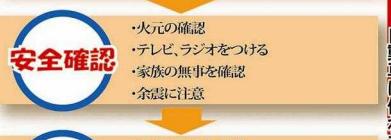
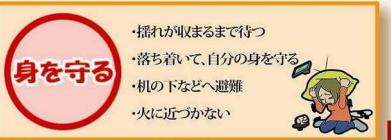
## 地域の防災活動

地域の取組について知っておこう！

城南・玉造地域では、地域防災リーダーを中心に、地域住民で自主防災組織を結成し、毎年秋に地域防災訓練などを実施しています。みなさん、そろって参加しましょう!!



## 地震発生時の行動のポイント



## 避難所



## 非常持ち出し品チェックリスト(大人2人分の目安)

リュックサックなど両手が動かせるものに次のようなものを準備

□ 衣冠入り乾パン(110g)	2個
□ 飲料水(500mlペットボトル)	6本
□ 慢中電灯	2個
□ ローソク	2本
□ ライター	2個
□ 携帯ラジオ	1台
□ 十字ナイフ	1本
□ 手軍・手袋	2組
□ ロープ 5m~	1本
□ 救急セット	1式
□ レジャーシート	1枚
□ サバイバルブランケット	2枚
□ 簡易トイレ	2枚~
□ タオル	4枚~
□ ポリ袋	10枚
□ ツイティベーパー	1ロール
□ ウェットティッシュ	2個
□ 現金(公衆電話用の小銭)	約50枚
□ ガムテープ(布製)	1個
□ 油性マジック(太)	1本
□ 筆記用具	1セット
□ 生理用品	

## けがをしたときの応急手当

落ち込んでいる傷病者の状態を観察して、症状に適した応急手当をすることが大切です

### ●出血

【傷口を直接圧迫】  
傷口に近い、ながやせやハンチを当て、強く押さえ、直接圧迫する。

### ●やけど

・すぐにきれいな水で冷やす。  
・衣服の上からやけどしたときは、衣服ごと冷やす。  
・水ぶくれは、雑菌が入るためにつぶさないように。

### ●骨折

・身近なもので固定する。例えば、バット、傘、ものさし、つえなどを利用する。  
・固定する位置(角度)は、傷病者の最も痛みの少ない位置とする。

### ●ひきつき

①衣類をゆるめる。  
②横向きに寝かせ、口の中にたまつた液などを外に出やすくする。  
③熱が高いうときは頭や脇の下を冷やす。

### ●のどに物がつかえたとき

【背部叩打法】  
手のひらで背中を強く叩いたたく。

【ハイムリック法】  
両手で腹部(みぞおち)を力強く手前上方に引き上げる。

※反応がない・傷病者や妊娠・1歳未満の乳児には行わない。

応急手当の練習を試した方法で行う危険がともない手順での、応急手当講習会などで、傷病者が十分に訓練を受けておきましょう。大阪市では、大切な命を助けるためにAEDの使用方法を含めた新しい応急手当の講習会を開催しています。詳しくは最寄りの消防署までお問い合わせください。

くわしくは 大阪市消防局ホームページ  
アドレス: <http://www.city.osaka.lg.jp/shobu/>

## 防災メモについて (コピーして、ご家族の皆さんでご利用ください)

### 緊急連絡カード

じゅうしょ	ひなんするばしょ	いちじほんじょ
でんわ	ごみひなはい	あいじほんじょ
なまえ	(おこごおんな)	ひなんするばしょ
たんじょう	ね ぎ り せ き せ き RH + 一	あいじほんじょ
なまえ	なまえ	なまえ
ほ こ しゃ	れんぐくき	れんくわくしょ
か い し ゃ	でんわ	でんわ
か い し ゃ	かわづのじょひ	かわづのじょひ
か い し ゃ	かわづのじょひ	かわづのじょひ

●複数の場合は複数の住所を記入して、一つの連絡先でまとめてお使い下さい。  
●複数の住所による複数の連絡先を複数枚提出してお使い下さい。

あなたの支援プラン(ひとりで避難することに不安のある方用)

名前	住所	電話	FAX
●支援の必要な理由(要介護、障害者手帳の等級および具体的な症状)			

### 災害時の避難の方法

支援者	名前	住所	電話	FAX
●かかづけ医療機関	名前	住所	電話	電話

●かかりつけ以外であなたの症状などに対応できる医療機関

同居家族	名前	続柄	名前	続柄
緊急連絡の連絡先	名前	続柄	住所	電話

※災害時に支援してくださる方へお手渡ししておきましょう。

## NTT 災害用伝言ダイヤル 171

### 使い方

災害発生時(震度6以上の地震など)に開設される  
NTTの災害用伝言ダイヤルサービス

ダイヤルする	伝言の録音方法	伝言の再生方法
171	1	2

ご利用にあたっての事前の留意点  
なまえ一切不要です。

音声ガイダンスにて從って、録音・再生します。

- 利用可能な端末／NTTの一般電話、公衆電話、携帯電話
- 伝言数／1電話番号あたり1～10伝言
- 録音時間／1伝言30秒以内
- 伝言保存期間／2日間(48時間※自動消去)

※次の期間には体験利用ができます  
毎月1・1・5・正月三日が日  
防災週間(8月30日～9月5日)  
防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)

## 全ケータイ会社共通対応「災害用伝言板」

「災害用伝言板」は、震度6弱以上の地震など、大きな災害が発生した場合に、全ケータイ会社のケータイ・スマートフォンのネット上に緊急開設されます。

各ケータイ会社のWebサイトトップ画面からアクセスしてください。

※スマートフォンにおいては、専用のアプリケーションのダウンロードが必要な場合があります。