保存版 生野区 わが家の防災マップ

地震や台風などの災害に対して何より大切なことは、日頃の「備え」です。自然災害を食い止めることはできませんが、意識の向上や訓練を積み重ねることで、被害を最小限にとどめる「減災」は可能です。様々な機会をとおしてこのマップを活用していただき、災害からご家庭や地域を守る一助にしていただければ幸いです。

編集と発行：生野区役所地域まちづくり課　地域防災支援担当　TEL 6715-9022　FX 6717-1163

平成27年8月作成

日ごろの備え

地震・風水害に対する日ごろの備え

阪神・淡路大震災の死因は、家屋の倒壊や家具の転倒などによる圧迫死が大半を占めていました。そうならないためには、あなたの家の内外を点検し、いざというときのために備えることがとても大切です。

阪神・淡路大震災での死亡原因

家屋倒壊や家具の転倒などによる圧迫死が大半を占めています！

消防庁「消防白書」より

家族で防災会議を開こう

地震の被害を小さくするためには日頃からの備えが大切です。身の回りの安全について家族で考えましょう。

1 家族一人ひとりの役割を決める

家族で話し合って、災害発生時の役割を決めておきましょう。

- □ 火を消す
- □ ガスの元栓を閉める
- □ 子どもやお年寄りの安全を確認する
- □ 危険物を安全なところへ移す
- □ 消火器、バケツなどを準備する
- □ 電気器具のコンセントを抜く、ブレーカーを切る
- □ ラジオ・テレビなどで情報を確認する
- □ 出入口を確保する
- □ 非常持ち出し品を確認する
- □ すぐに戻ってこられない家族へ伝言を書いておく
- □ 家の前に行先や連絡先を書いた紙を貼っておく

2 危険個所をチェックする

家の内外に危険個所がないかどうかチェックしましょう。危ない場所は、修理や補強について話し合いましょう。

3 「非常持ち出し品」と「非常備蓄品」をチェックする

必要な物品がそろっているか確認します。また、定期的に保存状態や消費期限を点検し、必要なら交換しましょう

4 防災用具をチェックする

消火器や救急箱を確認しましょう。消火器の使い方や応急手当の方法を覚えておきましょう。

5 緊急連絡カードを用意する

家族の避難場所や集まる場所、家族の連絡方法などを話し合い、決めたことは緊急連絡カードとして記入したものを携帯するようにしましょう。

6 わが家の防災マップをつくろう

家族で避難場所や避難路などを確認し、わが家の防災マップを作成しましょう。

非常持ち出し品　チェックしよう！

基本品目３２点　※大人２人分の目安

□ 非常持ち出し袋	1個	□ 救急袋	1枚	□ サバイバルブランケット	2枚
□ 缶入り乾パン（110g）	2個	□ 毛布※	1本	□ 簡易トイレ	2枚～
□ 飲料水（500mlペットボトル）	6本	□ 消毒液※	1本	□ タオル	4枚～
□ 懐中電灯	2個	□ 脱脂綿※	適当量	□ ポリ袋	10枚
□ ローソク	2本	□ ガーゼ（滅菌）※	2枚	□ トイレットペーパー	1ロール
□ ライター	2個	□ ばんそうこう※	10枚～	□ ウェットティッシュ	2箱
□ 携帯ラジオ	1台	□ 包帯※	2巻	□ 現金（公衆電話用の小銭）	約５０枚
□ 十徳ナイフ	1本	□ 三角巾※	2枚	□ ガムテープ（布製）	1個
□ 軍手・手袋	2組	□ マスク※	2枚	□ 油性マジック（太）	1本
□ ロープ　5m～	1本	□ 常備薬・持病薬など※	適当量	□ 筆記用具	1セット
		□ レジャーシート	1枚	□ 生理用品	

※は救急袋の中に入れておく。

個人や家庭の事情にあわせ備えを検討するもの

必需品・貴重品類	赤ちゃん用品	高齢者用品
□ 車や家の予備鍵	□ 粉ミルク	□ 高齢者手帳
□ 予備メガネ・コンタクトレンズ等	□ 哺乳瓶	□ 予備メガネ
□ 預金通帳（写）	□ 洗浄綿	□ おむつ
□ 健康保険証（写）	□ スプーン	□ 看護用品
□ 運転免許証（写）	□ 紙おむつ	□ 着替え
□ パスポート・外国人登録証（写）	□ 母子手帳	□ 持病薬
□ 支援プラン（巻末）	□ おしぼり	
	□ おやつ	
	□ バスタオル	
	□ 玩具	
	□ 哺乳瓶	
	□ ガーゼ	
	□ 着替え	
	□ ベビーカー	
	□ おんぶひも	
	□ 毛布	

リュックサックなど両手が自由に動かせるものに入れておき、いつでもすぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。
家族構成を考え必要最小限に絞り込み、一度背負ってみましょう。また、少なくとも年に一度は点検しましょう。

家庭に備えておくもの

非常備蓄品

●飲料	●衣類	□ やかん
□ 飲料水（2Lペットボトル）	□ 上着	□ 鍋（鉛・ステンレスなど）
□ 非常用給水袋	□ 下着	□ コップ（鉛・ステンレスなど）
	□ 靴下	□ わりばし
●食料		□ スプーン
□ アルファ米	●生活用品	□ フォーク
□ 乾パン	□ タオル	□ 歯ブラシ
□ パン缶	□ バスタオル	□ 石鹸
□ インスタントラーメン	□ 毛布	□ ドライシャンプー
□ 缶詰類	□ 雨具	□ 携帯電話の充電器
□ レトルト食品	□ 予備電池	□ 新聞紙
□ スープ	□ 卓上コンロ	□ 使い捨てカイロ
□ 乾麺パ	□ ガスボンベ	□ 安全ピン
□ ビスケット	□ 固形燃料	
□ キャンディ	□ 鍋	●その他
□ チョコレート	□ ラップ	□ ブルーシート
□ 塩	□ アルミホイル	□ ガムテープ（布製）

※あくまで目安です。自分で持って避難できる量にしましょう。

避難後に少し余裕がでてから安全を確認して自宅へ戻り持ち出したり、自宅で避難生活を送るうえで必要なもので、救援物資が届くまで１週間程度、自足するつもりで備えましょう。

地震に対する備え

発生直後　揺れがおさまったら

[ラジオ・テレビをつける]
情報をできるだけ早く確認し、冷静に行動しましょう。

[家族は大丈夫か]
けが人が出た場合は、自力や隣近所の人の助けを得て病院へ向かうことを考えましょう。

[くつ・スリッパをはき室内のガラスに注意]
家の内外は、割れたガラスなどで危険です。
絶対に裸足では歩き回らないようにし、必ずスリッパなどを履いてください。

[余震に注意]
外に出る場合は、家の倒壊に備えて、安全な服装で身を守りましょう。

[津波から避難]
海岸や河川近くなど、津波の浸水予測地域にいる人は、できるだけ早く津波避難ビルなど鉄筋コンクリート造の３階以上に避難しましょう。

[集合住宅では]
ドアや窓を開けて非常口を確保しましょう。
避難にエレベーターは絶対に使わないようにしましょう。火災のときは、炎や煙に巻き込まれないように低い姿勢で、階段を使って避難しましょう。

[家を離れるときは、表示をしよう]
避難所に入ったり、地域外に一時避難するときは、家の前に行き先や連絡先を表示しておきましょう。

[車で逃げるな]
渋滞により避難が遅れる場合があることや、緊急車両が通行するための道路を空けておくためにも原則として車での避難はやめましょう。

[公衆電話を使う]
家庭の電話がかからなくなっても、公衆電話が使える場合があります。

隣近所の助け合いもたいせつです!!

- 隣近所で声を掛け合い、安否を確認しましょう。
- 余震に気をつけながら各家庭にある食料や水を持ち寄り、みんなで分け合いましょう。
- けが人がいた場合は応急手当をしましょう。
  重傷者は病院や救護所へ搬送しましょう。

- 建物や家具などの下敷きになっている人がいれば、ガス漏れや漏電、余震に注意しながら、隣近所の人と力を合わせて助け出しましょう。

- 出火してしまったら消火器や可搬式ポンプなどを使い、隣近所の人と力を合わせて消火にあたってください。
- 救助作業にはシャベルやロープ、バールなどが役に立ちます。家庭の大工道具や小中学校や公園などに配備している救助用資機材を活用しましょう。
- 災害に乗じた悪質な犯罪が起こることがあります。状況に応じて交替で見回りを行うなど、まちの安全を守りましょう。

地震火災や２次災害を防ぐために

[漏電、ガス漏れに注意]
電気が復旧し家屋内の断線箇所や使用中だった電気器具に電気が通じたことによる、「通電火災」が発生することがあります。
避難するときは必ず電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉め復旧時の２次災害に備えましょう。

※幼児のいる家庭では転落事故に注意しましょう。

[出火してしまったら]
消火器などですぐに消火しましょう。
天井に火が回るようであれば消火器では消せません。
早く近所の人に火事が起きていることを伝えましょう。

[壊れた家やブロック塀には近寄らない]
応急危険度の判定が行われます。赤色の印がつけば立ち入り危険。二次災害を防ぐために近寄らないようにしましょう。

風水害に対する備え

風水害から身を守るために

普段から備えておく

- ・水害ハザードマップで、自分の住んでいる場所がどの程度浸水するおそれがあるのか把握しましょう。
- ・周りより低い場所など、危険な箇所を把握しましょう。
- ・避難場所や避難ルートを確かめましょう。
- ・側溝や排水溝などにごみや落ち葉は溜まっていないかなど、家のまわりの点検をしましょう。
- ・浸水のおそれがある地域や低い土地に住んでいる方は、土のうなどの準備をしておきましょう。

気象情報に注意する

テレビやラジオ、電話（１７７）、インターネットなどを利用して、気象庁から発表される警報・注意報などの情報に注意しましょう。

降雨情報
大阪市のホームページ
（http://www.ame.city.osaka.lg.jp/pweb/）で、市内の雨の量などの情報がご覧いただけます。

むやみに外出しない

台風が接近しているときや豪雨のときは、外出しないようにしましょう。やむを得ず外出する際は、気象情報を確認し、少しでも危険を感じる場所には近づかないようにしましょう。特に堤防・海辺・河川への見物は事故のもとです。

風が強いとき

路上にいるとき
強風で瓦や看板が飛んだり、街路樹などが倒れたりします。無理して歩かず近くの頑丈な建物に避難しましょう。

屋内にいるとき
風圧や飛来物で窓ガラスが割れ、破片が吹き込む危険があります。風が強いうちは窓に近づかないようにしましょう。

海辺にいるとき
海への転落や高波に巻き込まれる危険があります。また、高潮の恐れもあるので、速やかに海辺から離れましょう。

大雨のとき

川辺にいるとき
上流の豪雨により、川が急に増水する危険があります。川などに近づかないようにしましょう。避難情報が出れば、速やかに建物の３階以上へ避難しましょう。なお、強風や豪雨の時には、防災スピーカーからの避難情報が聞こえないこともあるので、十分に注意しましょう。

車を運転しているとき
視界が悪く、ハンドル操作やブレーキがきかなくなることもありますので、運転は控えましょう。また、アンダーパスなど道路冠水のおそれがある場所は通らないようにしましょう。

路上にいるとき
浸水してきたら、近くの建物の３階以上へ避難しましょう。その際は、なるべく階段を使って上の階へ行きましょう。また、水路・側溝は水量が増して危険ですので、近づかないようにしましょう。

早めに避難しましょう

・「まだ大丈夫」「自分だけは大丈夫」と思い込まず、早めに避難することが命を守るポイントです。
・大阪市から避難情報が出れば、ただちに必要な避難行動をとってください。

風水害時に避難するときは

河川氾濫の避難勧告のときの避難の考え方
・１、２階建ての木造住宅やマンションの低層階など浸水のおそれがある階にお住まいの方
⇒災害時避難所や近くの高い建物に避難
・マンションの３階以上など、浸水のおそれがない階にお住まいの方
⇒自宅の安全な場所で待機し、安全を確保

動きやすく安全な格好で避難
ヘルメットや防災頭巾などで風で飛ばされてくるものから頭を保護し、すべりにくい靴を履きましょう。裸足や長靴は危険です。荷物は最小限に、両手が ふさがらないようにしましょう。

浸水している状況では近くの高い建物に避難
既に浸水しているなかの避難は非常に危険です。まっ暗闇ですでに浸水している場合など、避難所へ行くのが困難な場合は、近くの３階以上の建物に一時避難しましょう。

やむを得ず浸水のなかを避難するときの注意点

深さに注意
歩行可能な水の深さは、男性で７０ｃｍ、女性で５０ｃｍが目安です。ただし、くるぶし程度の浸水でも、流れが激しい場合は歩行せず高いところで救援を待ちましょう。

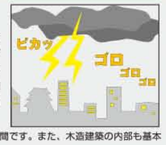
足元に注意
水面下にはふたの外れたマンホールや側溝などの危険な場所があります。長い棒などを杖代わりにして足元の安全を確認しながら歩きましょう。

一人で行動しない
隣近所に声をかけて集団で避難しましょう。はぐれないように体の一部をロープで結ぶとよいでしょう。

子どもや高齢者などへの配慮
高齢者や病人などは背負い、子どもには浮き輪をつけて安全を確保しましょう。

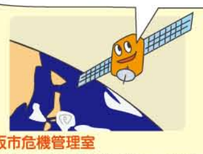
雷から身を守るには

雷鳴が聞こえるなど雷雲が近づく様子があるときは、落雷が差し迫っています。屋は、雷雲の位置次第で、海面、平野、山岳などところを選ばずに落ちます。近くに高いものがあると、これを通って落ちる傾向があります。グランドやゴルフ場、屋外プール、堤防や砂浜、海上などの開けた場所や、山頂や尾根などの高いところでは、人に落雷しやすくなるので、できるだけ早く安全な空間に避難してください。
鉄筋コンクリート建築、自動車、バス、列車の内部は比較的安全な空間です。また、木造建築の内部も基本的に安全ですが、全ての電気器具、天井・壁から１ｍ以上離れれば更に安全です。
（国土交通省メールマガジンより引用）



もしもの時に対する備え「知る」「学ぶ」

わからない事があったときはこちらへアクセスしてね。



大阪市危機管理室
TEL：6208－7388　FAX：6202－3776
http://www.city.osaka.lg.jp/kikikanrishitsu/
危機管理室ホームページでは、地震や風水害に対する日ごろからの備えや避難場所などを紹介しているほか、災害時には被害状況や対応状況などの緊急情報を提供します。
各区の「防災マップ」も掲載しています。

大阪市消防局
http://www.city.osaka.lg.jp/shobo/
地震、火災発生などの非常時の対応や、救急に関する情報など。
キッズ用ページ（キッズルーム）もあります。

各区役所
地域ごとの防災マップ作成や出前講座を行うなど、特色ある取り組みがなされています。区のホームページなどをご覧ください。

大阪市建設局（降雨情報）
http://www.ame.city.osaka.lg.jp/pweb/
市内の雨の量などの情報がご覧いただけます。

おおさか防災ネット
http://www.osaka-bousai.net/osaka/
地震・津波・台風情報や気象に関する注意報・警報、府内に発表される避難勧告や指示情報、ライフライン情報へのリンクなど幅広い防災情報を提供しています。
また、携帯メールアドレスを「防災情報メール」に登録しておくと、気象・地震・津波情報などがメールで配信されます。
登録方法／解除したい場合も同じ方法です。
「touroku@osaka-bousai.net」へ空メールを送信すると登録（解除）用メールが送られてきます。バーコードリーダー機能付き携帯ならＱＲコードを読み取り送信してください。

総務省消防庁
http://www.fdma.go.jp/

e-カレッジ
http://www.e-college.fdma.go.jp/
さまざまなコースやテーマごとに学習でき、子ども向けのコースもあります。

消防防災博物館
http://www.bousaihaku.com/
いざというときの情報から専門的知識まで満載のインターネット上のミュージアム。

内閣府防災情報
http://www.bousai.go.jp/
国内各地の災害情報や国の各種施策を掲載。

気象庁
http://www.jma.go.jp/jma/
防災気象情報・気象等の知識について掲載。

国土交通省 防災情報提供センター
http://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/
川の防災情報ほか国土交通省の保有する防災情報を提供。

地震調査研究推進本部（文部科学省関連）
http://www.jishin.go.jp/main/
毎月の地震活動や発生する確率などの評価を調査。
・（子ども向け）「地球キッズ探検隊」地震の謎にせまる。
http://www.jishin.go.jp/kids/

財務省 地震保険のページ
http://www.mof.go.jp/financial_system/earthquake_insurance/jisin.htm
地震保険の内容や保険料について掲載しています。

大阪市ボランティア・市民活動センター
http://www.osakacity-vnet.or.jp/

日本赤十字社大阪府支部
http://www.osaka.jrc.or.jp/

行ってみよう！

大阪市立阿倍野防災センター
大阪市阿倍野区阿倍野筋 3-13-23　あべのフォルサ３階
TEL：6643－1031　FAX：6643－1040
http://www.abeno-bosai-c.city.osaka.jp/
地震発生直後の街並みなどを体感し、消火・避難・救助といった一連の行動をリアルに体験することができる施設です。あなた自身や家族を守り、街を守り、人を助けることができる「体験」を通じて災害について考え、学んでみませんか。

●ご利用：無料
●開館時間：10 時から 18 時
●休館日：水曜日、毎月最終木曜日（祝日の場合はその翌日）、年末年始（12/28～1/4）

津波・高潮ステーション
大阪市西区江之子島２－１－６４
TEL：6541－7799　FAX：6541－7760
http://www.pref.osaka.lg.jp/nishiosaka/tsunami/
かつて大阪を襲った高潮や近い将来必ず大阪を襲うと言われている東南海・南海地震とともに、地震、津波発生時の対応などを学べる広く開かれた施設です。

阪神・淡路大震災記念人と防災未来センター
神戸市中央区脇浜海岸通 1-5-2
TEL：078－262－5050
FAX：078－262－5055
http://www.dri.ne.jp/
阪神・淡路大震災の経験と教訓を映像や実物資料展示などにより後世に伝え、防災のあり方について学ぶことのできる施設。資料室以外は有料。

電話が使えないとき・・・

大規模な災害時には、一般電話や携帯電話の通話が制限されます。
ＮＴＴの災害用伝言ダイヤルや携帯電話の災害伝言板を活用して、家族や友人に連絡しましょう。

① 災害伝言ダイヤル１７１
ＮＴＴ西日本（一般電話：音声）
「１７１」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって伝言を登録・再生できます。

② 災害伝言板
安否情報を登録すると、家族や友人が携帯番号やパソコンから確認できます。詳しくは、各社のホームページなどをご覧ください。

携帯電話　災害伝言板
<ＮＴＴドコモ>
http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
<ａｕ>
http://dengon.ezweb.ne.jp/
<ソフトバンクモバイル>
http://dengon.softbank.ne.jp/
<ワイモバイル>
http://dengon.emnet.ne.jp/
※ワイモバイル電話からは、災害用伝言板アプリからアクセスできます。

パソコン（テキスト、音声、画像）
<ＮＴＴ西日本>
「災害用ブロードバンド伝言板（ｗｅｂ171）」
https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/
※これらのサービスは、毎月１日と15日、正月三が日（１月１日～１月３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）に体験利用ができますので、災害発生に備えて利用方法を事前に覚えておきましょう。

災害情報をお知らせします

緊急地震速報
気象庁では、強い揺れが到達する前に地震の発生をお知らせする、緊急地震速報を提供しています。
最大震度5弱以上と推定した地震の際に、震度4以上の地域へ強い揺れが来る数秒～数十秒前にお知らせするものです。テレビで「まもなく強い揺れがきます」などというテロップが流れるなどの予告が行われますので、身を守るための適切な行動がすばやくできるように日頃から考えておきましょう。

緊急速報メール
大阪市では携帯電話各社の緊急速報メールサービスを利用して、災害発生時における避難勧告や指示などの緊急情報を大阪市内の携帯電話等に一斉配信します。
●受信料は無料です。
●受信すると専用着信音が流れ、内容がポップアップ表示されます。
●一時的にエリア内にいる来阪者も情報が受信できます。

※携帯電話の機種により受信できない場合や、あらかじめ受信設定が必要な場合があります。
※緊急速報メール受信可能機種及び受信するための設定方法については各社のホームページをご覧ください。
<ＮＴＴドコモ> https://www.nttdocomo.co.jp/service/safety/areamail/
<ａｕ> http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/kinkyu-sokuho/
<ソフトバンクモバイル> http://www.softbank.jp/mobile/service/urgent_news/

※1面と4面については大阪市危機管理室発行「市民防災マニュアル」の記事を引用しています。