

自分たちのまちは自分たちで守ろう!

災害時にもっとも頼りになるのは、家族であり、近所に住む人々です。



可搬式ポンプによる消火訓練

災害に備えて区内の各地域では、防災リーダーを中心に訓練などが行われています

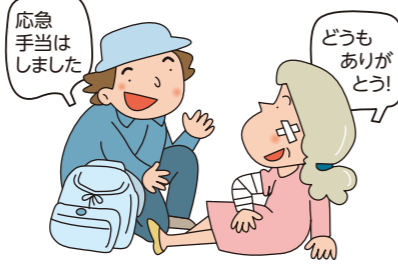


心臓マッサージやAEDを使った救命訓練



阪神・淡路大震災や東日本大震災では、住民が協力しあい、避難誘導や、がれきの下敷きになった人の救出・消火作業にあたるなど、いろいろな形で互いに助け合う人たちの姿がありました。こうした地域ぐるみの防災活動が、被害の拡大を防ぐうえで大きな成果をあげました。

協力し合って 救出、救護



皆さん、わたしについてください
応急手当はしました
大丈夫ですか?
ハイ...
どうもありがとう!

地域の防災訓練に参加し、防災活動に必要な知識や技術を身につけましょう

高齢者や小さな子ども、障がいのある人など、避難に手助けがいる人たちの安全を守るために、地域で協力できる体制をつくっておきましょう



もしもの時、みんなで助け合える避難生活を送るために



大勢の方と共同生活を送ることとなります。共同生活にあたってのルールや役割分担を決め「自分たちのことは自分たちで」を基本に協力して生活しましょう。

- 周りの方へ心配りをしましょう
- 生活のルールや役割を守りましょう
- 困っている人がいたら助けましょう

阪神・淡路大震災発生当初の避難所のようす

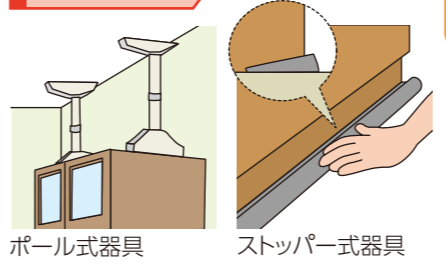


災害に備えるために市民防災マニュアルをご活用ください



いまず確認! わが家の防災

転倒防止

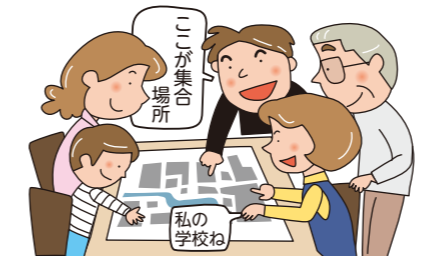


ポール式器具 ストッパー式器具
● 二つの対策を同時に実施しましょう。

大ケガをしないため、ぜひやっておきましょう



連絡・避難場所の確認



- 家族の避難場所や、バラバラになった時の集合場所
- 家族の連絡方法、安否確認のルール
- 家の中の避難経路(2方向の避難出口を確保する)

あらかじめ決めておけば安心です



いざという時のために備えましょう! 飲料水などはご家庭でも備蓄しましょう!



非常用持ち出し品などの用意

避難所等で生活をするうえで必要なものを備えておきましょう。



- 【例】
- | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 免許証、健康保険証の写し | <input type="checkbox"/> 手袋 | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー |
| <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> 下着、タオル | <input type="checkbox"/> 飲料水 |
| <input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り | <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> 非常食(レトルト食品、缶詰等) |
| <input type="checkbox"/> ライター | <input type="checkbox"/> カイロ | <input type="checkbox"/> 紙おむつ、生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> スリッパ | <input type="checkbox"/> ミルク、ほ乳瓶 |
| <input type="checkbox"/> 予備の電池 | <input type="checkbox"/> ビニール袋(大・小) | <input type="checkbox"/> ミルク、ほ乳瓶 |
| <input type="checkbox"/> ラジオ | <input type="checkbox"/> ラップ | <input type="checkbox"/> 常備薬 |
| | <input type="checkbox"/> 箸、スプーン、フォーク | |

地震が起きたら

地震発生



あわてて外に飛び出さない
まず落ち着いて

落ち着いて身体をかくす

屋外では頭を保護し、危険なものから身を守る

揺れがおさまったら

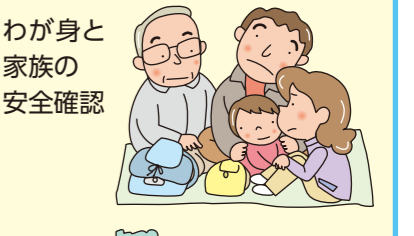


戸を開けて出口の確保
窓も開けなせや

火元の確認

すばやく火の始末

しばらく経って



わが身と家族の安全確認

避難するときは戸締まりを

避難は徒歩で、持ち物は最小限に

問合せ 区役所市民協働課(防災・防犯) ☎6930-9045 ☎6931-9999