

もくじ

地震が起きたらどうなるの?.....	6
大雨が降るとどうなるの?.....	8
どんな水害が想定されているの?.....	10
 在宅避難のススメ	12
災害が起きたとき、避難所へ行くことだけが避難じゃない!?	13
在宅避難と避難所避難のメリット・デメリット	14
地震・大雨・台風!! 絶対に準備しておくことって何? 備蓄.....	16
地震!! 絶対に準備しておくことって何? 安全な空間づくり①	18
地震!! 絶対に準備しておくことって何? 安全な空間づくり②	20
地震!! 絶対に準備しておくことって何? 特に戸建ては!	22
地震!! 絶対に準備しておくことって何? 特にマンション・集合住宅は!	24
大雨・台風!! 大雨が来る前にやっておこう 水害ハザードマップの確認.....	26
大雨・台風!! 大雨が来る前にやっておこう あなたの避難行動をチェック!	28
大雨!! 絶対にしておくことって何? 日頃の準備	30
台風!! 絶対にしておくことって何? 事前の備え	31
在宅避難の食事	32
在宅避難のトイレ	34
在宅避難の歯みがきとお風呂	35
在宅避難のごみ出し	35

個別避難計画という備え..... 36

個別避難計画って何?	37
これが個別避難計画だよ!	38

避難所避難をする場合..... 40

避難所ってどこにあるの?	41
避難所避難に備えるには?	42
避難所にペットは連れていけるの?	43
みんなにやさしい避難所にしよう!(外国人・多様性)	43

地震直後の行動..... 44

家の中にいたら	45
エレベーターに乗っていたら	47
地下街にいたら	47
職場・オフィスにいたら	48
安否確認をしよう!.....	50
正しい情報をとろう!(大阪防災アプリ)	52

コミュニティという備え..... 54

自助・共助が命を救う!	55
共助の取組	56
都島区の取組.....	58

おわりに..... 59