

難波元町地域防災計画



地震が起きたら

地震発生

「落ち着いて」
数秒の揺れでも、とても長く感じます。とにかく落ち着くことが大切です。

「身体をかくせ」
まず、自分の身体を守ること。家具や天井の下敷きにならないよう、丈夫なもので身体を保護しましょう。

「火に近づくな」
都市ガスは震度5相当以上で自動的に遮断されます。無理に火を消そうとせず、揺れがおさまるまで近づかないようにしましょう。

揺れがおさまったら

「火元を確認」
ストーブやアイロンなどのスイッチを切りましょう。

「出口の確保」
ドアや窓を開けて非常口を確保しましょう。

「くつ・リッパをはく」
家の中も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ましょう。

「家族の安否確認」
外出中の家族との連絡は、伝言ダイヤル「171」などを活用しましょう。

しばらく経って

「余震に注意」
余震に備えて外に出る場合は、安全な服装で身を守りましょう。

「ブロック塀やがれきに近づくな」
余震が続きます。危険な場所へは、近づかないようにしましょう。

「車で逃げるな」
道路は緊急車両のために空けておきましょう。

「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」
隣近所で声をかけ合い、安否を確認しましょう。

津波が襲来する場合は

●近隣住民に避難を呼び掛けながら、町会で指定されている集会所へ移動しましょう。
●避難の際、要救助者や避難行動要支援者を周辺住民と協力して救助・支援を行いましょう。
●津波避難指定されている近隣の3階以上の施設へ避難しましょう。
●避難に車は使わないようにしましょう。

～津波の際はまず高い場所へ～
・東南海・南海・南海トラフ巨大地震発生後、住之江区に約2時間で第一波が到達するといわれています。
・東南海、南海、南海トラフ巨大地震では、長時間にわたって津波が繰り返して来襲すると予測されています。
・前兆として引き波があるとは限りません。
・揺れが小さくても津波が発生することもあります。自己判断せず、危険地帯（海岸や河川など）から離れ、避難しましょう。

災害被害を軽減するためには、これらの連携が重要です。

自助：自分（家族）の命を自分（家族）で守ること
共助：地域の皆さんで互いに助け合うこと
公助：国や市の行政機関が対策を行うこと

自助 28.1%
共助 2.6%
公助 1.7%
その他 0.9%
自力で助かる 34.9%
家族に助かる 31.9%

避難行動要支援者の対応

●避難行動要支援者の避難方法

- 移動が困難
- 薬や医療装置が常に必要
- 日常生活で介助が必要
- 情報入手や発信が困難
- 精神的に著しく不安定な状態を来す
- 急激な状況の変化に対応が困難
- 言語、文化、生活習慣への配慮が必要

「視覚障がい」の方には、分かり易い口調で複数回繰返し伝え、誘導は腕をつかんでもらい、ゆっくり歩きましょう。
「聴覚障がい」の方には、正面から口を大きく動かしゆっくり伝え、あおらないようにしましょう。
肢体が不自由な方は、車椅子や担架などを利用、或いは背負って早めに避難しましょう。車椅子は階段では3人以上で援助し、後ろ向きに降りましょう。
地域で保有している搬送用資器材（担架、リヤカーなど）、所在を「地域防災マップ」などに記載しておきましょう。また日頃から、地域で搬送訓練など実施しておきましょう。

《避難者カード》

No. _____

浪速区 丁目 番号

※町会加入者は○をしてください

町会	難波中東 難波元町2西 難波元町3東	難波元町1北 難波元町2東 難波中北	難波元町1中 難波元町3西 難波中南
----	--------------------------	--------------------------	--------------------------

※浪速区以外

ご家族全員、記入してください

No.	名前	年齢	性別	持病やアレルギーなど 特技や医療系の技術
1				
2				
3				
4				
5				
6				

◎緊急連絡先（ひとり暮らしの方は必ず記入してください）

氏名	続柄	連絡先

●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

<input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋	1個	<input type="checkbox"/> 救急袋	1枚	<input type="checkbox"/> サバイバルブランケット	2枚
<input type="checkbox"/> 缶入り飲み水(1.10g)	2個	<input type="checkbox"/> 毛毯やblanket	1本	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	2枚～
<input type="checkbox"/> 飲料水(500mlペットボトル)	6本	<input type="checkbox"/> 消毒薬	1本	<input type="checkbox"/> タオル	4枚～
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	2個	<input type="checkbox"/> 簡易寝床	適量	<input type="checkbox"/> ポリ袋	10枚
<input type="checkbox"/> ローソク	2本	<input type="checkbox"/> ガーゼ(滅菌)※	2枚	<input type="checkbox"/> トイレレットペーパー	1ロール
<input type="checkbox"/> ライター	2個	<input type="checkbox"/> ばんそうこう※	10枚～	<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	2個
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	1台	<input type="checkbox"/> 包帯※	2巻	<input type="checkbox"/> 現金(公衆電話用的小銭)	約50枚
<input type="checkbox"/> 十徳ナイフ	1本	<input type="checkbox"/> 三角巾※	2枚	<input type="checkbox"/> ガムテープ(布製)	1個
<input type="checkbox"/> 軍手・手袋	2組	<input type="checkbox"/> マスク※	2枚	<input type="checkbox"/> 油性マジック(太)	1本
<input type="checkbox"/> ロープ 5m～	1本	<input type="checkbox"/> 高圧洗浄機、特需品など※	適量	<input type="checkbox"/> 筆記用具	1セット
		<input type="checkbox"/> レジャーシート	1枚	<input type="checkbox"/> 生活用品	

※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
<input type="checkbox"/> 車や家の予備鍵 <input type="checkbox"/> 予備メガネ <input type="checkbox"/> コンタクトレンズ等 <input type="checkbox"/> 現金通帳(写)	<input type="checkbox"/> 健康保険証(写) <input type="checkbox"/> 運転免許証(写) <input type="checkbox"/> パスポート・外国人登録証(写) <input type="checkbox"/> 支援プラン(巻末)	<input type="checkbox"/> 粉ミルク <input type="checkbox"/> スプーン <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> ベビーカー <input type="checkbox"/> 哺乳瓶 <input type="checkbox"/> 洗淨綿 <input type="checkbox"/> 母子手帳 <input type="checkbox"/> おんぶひも <input type="checkbox"/> おやつ <input type="checkbox"/> バスタオル <input type="checkbox"/> 玩具 <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 母乳食 <input type="checkbox"/> ガーゼ <input type="checkbox"/> 蓋替え <input type="checkbox"/> 持病薬

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

避難後に少し余裕がでたら安全を確認して自宅へ戻り持ち出ししたり、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。

《自主防災組織とは》

大規模な災害では、火災や道路の寸断などの様々な被害が広範囲に発生します。そのような時に地域の皆さんが、初期消火、救出、救護、避難誘導などの活動に取組み、被害を軽減するため、お互いに協力し合うことが必要になります。このような地域社会の中で防災という共通の目的を持って活動する団体を自主防災組織といえます。

自主防災組織（連合本部）

職務	リーダー	メンバー
本部長		
副本部長		
庶務班		
情報班		
避難誘導班		
消火班		
救出班		

自主防災組織（避難所運営委員会）

職務	リーダー	メンバー
委員長		
副委員長		
総務部		
管理部		
救護部		
食料部		
物資部		

