

携帯版

外出時の防災マニュアル



はじめに

あなたは、外出先で災害が起こった時、どうやって身を守ればいいのかご存知ですか？このマニュアルは、外出時に災害が起きたときの対応についてまとめました。日頃から携帯し、いざという時の手助けとしてご活用ください。

大阪市西成区役所

外出時に地震が起きたら

●車の運転をしているとき

- 徐々に減速して道路の左側に停車。
- 避難する時はキーを付けたまま窓を閉め、ドアロックはしない。
- 車を置いて避難する時は連絡先を書いたメモをフロントガラス内側に貼り、車検証などの貴重品を忘れず持ち出す。



●バスに乗っているとき

- 前の座席やつり革を握るか、座席の足にしがみつくと。
- 揺れがおさまっても外に飛び出さず、運転手の指示に従う。



●電車に乗っているとき

- つり革や手すりにつかまる。
- 座っているときは、上体を前かがみにして、雑誌やバッグなどで頭を保護する。
- 勝手に車外へ出ずに、乗務員の指示に従う。



●エレベーターに乗っているとき

- 全ての階のボタンを押し、停止した階で降りる。
- 閉じ込められたときは、落ち着いて救出を待つ。



●デパート・スーパーにいるとき

- 揺れたら、かばんなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。
- 柱や壁ぎわに身を寄せ、店員の指示に従って行動する。
- あわてて出口に駆け込むと、人が押し寄せて危険。



●地下街にいるとき

- 大きな柱や壁に身を寄せ、マイク放送の指示に従う。
- もし火災が発生したらハンカチなどで鼻と口をおおい、壁伝いに身体を低くして地上に避難する。

●学校にいるとき

- 先生や校内放送の指示に従う。
- 教室にいるときは机の下にもぐりこみ、机の脚をしっかりと持つ。
- 本棚や窓から離れ安全な場所に移動する。

●職場にいるとき

- 窓際やロッカー、資料棚などから離れて、机の下などに入り身を守る。



●路上にいるとき

- 看板や、ビルの窓ガラスが割れて落下する可能性があるため、落下物に注意して安全な場所に移動する。

●橋の上にいるとき

- 振り落とされないように手すりや柵にしっかりとつかまる。
- 揺れがおさまったら、即座にその場を離れる。



緊急連絡カード

住所	----- TEL		
氏名	----- (男・女)		
生年月日	年 月 日	血液型:	RH + -
保護者	氏名	-----	
	連絡先	----- TEL	
勤務先 (学校名)	----- TEL		

避難所	一時避難場所	-----
	災害時避難所	-----
	広域避難場所	-----
家族が離れたとき	集まる場所	-----
	連絡先	----- TEL
持病・アレルギー等	-----	
医療機関等連絡先	-----	
健康保険証番号	-----	

※家族で集まる場所など、決めたことを記入し、いつも携帯しましょう。

津波から身を守るために

●避難のポイント

海岸や河川から離れ、少しでも早く、高いところに避難しましょう。

●地震の揺れの程度で自己判断しない

揺れが小さくても津波が起こることがあります。まずは避難しましょう。



●避難に車は使わない

原則として車で避難することはやめましょう。渋滞により避難が遅れる場合があります。

●「より早く」、「より高く」逃げましょう

浸水が始まってしまった場合は一刻を争います。「遠く」よりも「高い」場所に避難しましょう。近くのマンションやビルの3階以上に逃げ込むようにしましょう。



●津波避難施設 (津波避難ビル、水害時避難ビル)

市民の皆さんが津波から一時的または緊急に避難・退避する施設として、津波避難施設の確保を進めています。

指定状況については、危機管理室ホームページをご覧ください。

<http://www.city.osaka.lg.jp/kikikanrishitsu/page/0000138173.html>



津波避難施設のマーク

風水害から身を守るために

●風が強いとき

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。風が強いとき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。



●雨が強いとき

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。

●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。

●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。

帰宅困難になるかも？

外出中に災害が起こり、交通機関が動かずに家に帰れなくなることがあります。このような場合に備えて、徒歩での帰宅ルートを事前に確認しておきましょう。通勤通学路での安全な避難場所を調べておき、普段から家族にも知らせておきましょう。また、右記のマークがあるガソリンスタンドやコンビニエンスストアなどでは、水道水・トイレ・道路情報など帰宅支援サービスが受けられます。



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。

- <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/>

職場や学校に置いておく便利なグッズ (例)

防寒着、雨具、手袋、カイロ、地図、懐中電灯、携帯ラジオ、携帯用充電機、携帯食料 (チョコレートなど)、飲料水、ウェットティッシュ、ビニール袋、小銭

防災に関する情報はこちら

●西成区役所

TEL: 06-6659-9734 FAX: 06-6659-2246
<http://www.city.osaka.lg.jp/nishinari/>
防災マップ等、区の特性に合わせた情報を掲載。



●大阪市危機管理室

TEL: 06-6208-7388 FAX: 06-6202-3776
<http://www.city.osaka.lg.jp/kikikanrishitsu/>
日頃の備えを始め、災害に関する各種情報を掲載。



●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、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。

