

雲仙市からの防災情報

雲仙市防災情報システム



雲仙市役所

防災情報のほか、行政情報等も随時発信します。

防災行政無線



屋外拡声子局



電話応答サービス



戸別受信機

多様なメディア



緊急速報メール
エリアメール



登録制メール



ホームページ



Yahoo!防災速報



LINE



Twitter

迅速かつ確実な情報伝達を行うため、防災行政無線による音声放送に加え、メール、SNS、アプリ等、多様なメディアを活用し、防災情報を確実にお届けします。

電話応答サービス

防災行政無線が聞こえない場合や、聞き逃した場合は、電話応答サービスにて、放送内容の確認ができます。

[0957-38-6062]

までお電話ください。



Yahoo!防災速報アプリ

市はYahoo!JAPANと災害協定を結び、Yahoo!防災速報アプリでも、緊急情報を発信しています。

受信するには設定マークから「地域を設定」をクリックし、雲仙市を選択します。



App Store
からダウンロード



Google Play
で手に入れよう

Twitter

市では緊急情報、行政情報などを発信するTwitterを開設しました。
右の二次元コードを読み取り、フォローをお願いします。



@unzen_official

LINE

雲仙市LINE公式アプリでも防災情報が受け取れます。
友だち登録をお願いします。

雲仙市公式LINE登録はこちら



または

ID検索

ID

@unzencity

防災情報メール配信 登録手順のご案内

ご登録の前に

- メール配信サービスの利用規約に同意していただいた上で、ご登録をお願いいたします。
- 「@sg-p.jp」ドメインあるいは「unzen@sg-p.jp」のアドレスからのメールの受信を許可する設定を行ってください。
- URL付きメールの受信を許可する設定を行ってください。

1

空メールを送信します。サイトにアクセスし、[空メールを送信する]から空メールを送信します。

▼PC・スマートフォンの場合

<https://plus.sugumail.com/usr/unzen/home>



▼フィーチャーフォン(ガラケー)の場合

<https://m.sugumail.com/m/unzen/home>



▼共通

「空メールを送信する」ボタンをクリックすると、メールが立ち上がります。そのまま何も入力せずにメールを送信してください。

※メールが起動しない場合は、手動でメールを立ち上げ、下記アドレスに空メールを送信してください。

t-unzen@sg-p.jp

2

メールが届きます。

メールに記載された登録用URLをクリックし登録に進みます。

3

利用規約を確認します。

利用規約をご確認の上、「同意する」ボタンをクリックします。

4

配信カテゴリを選択し会員登録を行います。

カテゴリを選択、登録情報を入力し、[確認画面へ]ボタンをクリックします。

登録する
カテゴリに
チェックを
入れます

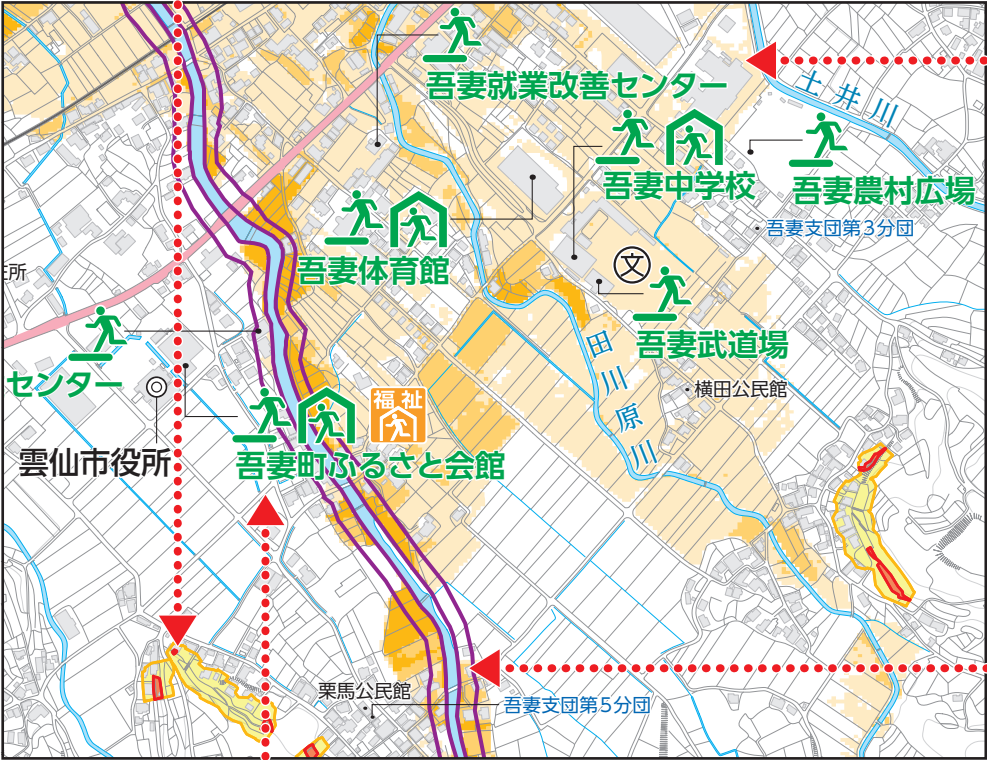
5

入力内容を確認し、登録します。

入力内容をご確認の上、「登録」ボタンをクリックします。登録完了画面が表示されたら登録完了です。登録後、登録完了メールが届きます。

防災マップの見方

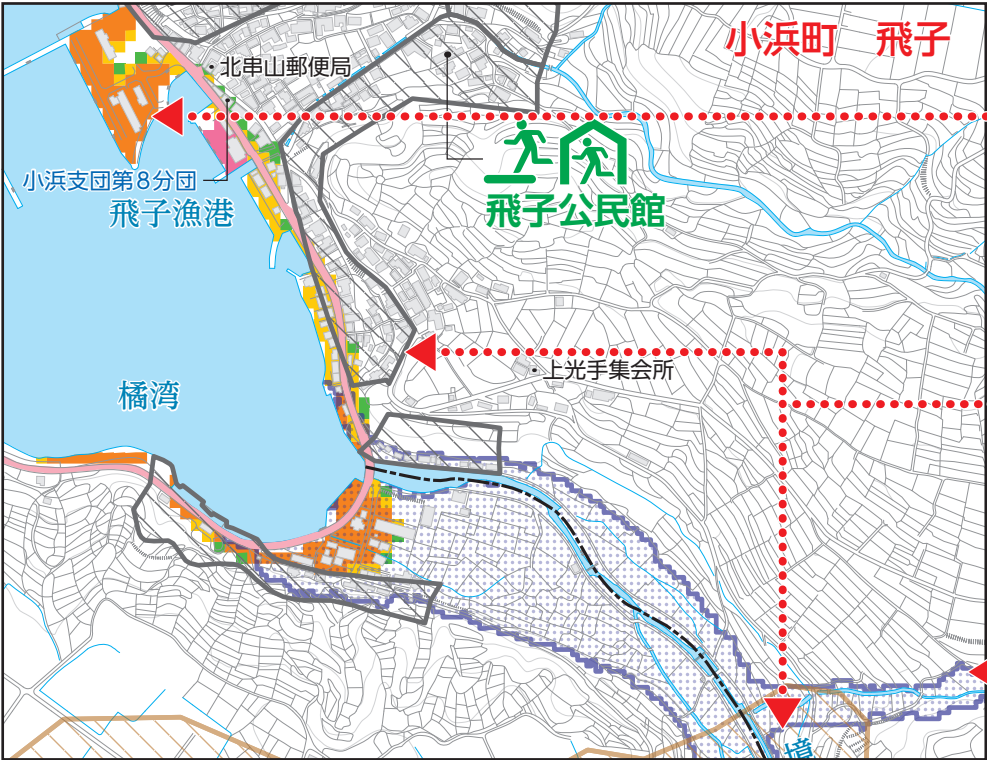
土砂災害警戒区域		
急傾斜地	土石流	地すべり
特別警戒区域 警戒区域 傾斜度30°以上で高さ5m以上の急傾斜地を抽出しています。	特別警戒区域 警戒区域 渓床勾配が3°以上(火山砂防地域では2°)の渓流を抽出しています。	警戒区域 地形図や過去の災害履歴などから判断して地すべりが発生する可能性があり、人家や河川などに被害を生ずるおそれのあるところを抽出しています。



浸水した場合に想定される水深 (ランク別)
1.0m以上～3.0m未満
0.5m以上～1.0m未満
0.5m未満
早期の立退き避難が必要な区域: 家屋倒壊等氾濫想定区域
河岸侵食
家屋が倒壊するような河岸侵食の発生するおそれがあることから、早期の立退き避難が必要。

避難所
指定緊急避難場所
指定避難所
福祉避難所

- ※災害の種別、規模に応じて開設する避難所を決定します。
- (1)指定緊急避難場所とは
災害が発生し、又は発生するおそれがある場合にその危険から逃れるため、異常な現象の種類ごとに市長が指定した施設又は場所
- (2)指定避難所とは
災害の危険性があり避難した住民等を災害の危険性がなくなるまでに必要な間滞在させ、または災害により家に戻れなくなった住民等を一時的に滞在させるため市長が指定した施設
- (3)福祉避難所とは
障がい者等一般の避難所での共同生活が難しい要配慮者が避難生活をするための、特別な配慮がなされ、市長が指定した施設



津波浸水想定(浸水深)
5m以上
2m以上～5m未満
1m以上～2m未満
0.3m以上～1.0m未満
0.3m未満
土砂災害危険箇所
土石流危険渓流等
地すべり危険箇所
急傾斜崩壊危険箇所
ため池浸水想定
ため池浸水想定区域

避難情報

警戒レベルを用いた避難情報

警戒レベル	状 況	住民が取るべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保※1
～警戒レベル4までに必ず避難!～			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示※2
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※3	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後の気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではない。
※2 避難指示は、今までの避難勧告のタイミングで発令する。
※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり危険を感じたら自主的に避難するタイミングである。

自主避難について

危険を感じたらすぐ避難しましょう

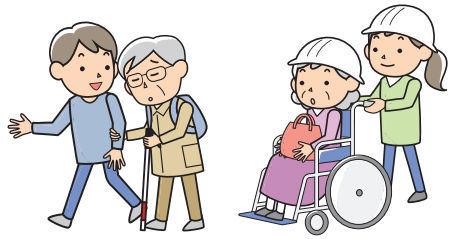
局地的集中豪雨のような、突発的な異常気象の場合には、市からの避難情報が間に合わないケースもあります。その際には、身の危険を感じたら安全な場所にいる家族や知人の家、避難所などへ自主的に避難しましょう。

避難に関する3つの情報

災害の危険が迫って居住者の避難が必要になった場合に、避難に関する情報が発令されます。3種類の情報は状況の深刻度に応じて出されるので、各情報に応じた避難行動をとりましょう。

高齢者等避難

人的被害が発生するおそれがある状況。



- 避難するのに時間がかかる高齢者など災害時要配慮者やその支援者は危険な場所から避難します。
- 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めます。

避難指示

人的被害の発生する危険性が高まった状況。



- 危険な場所から全員が避難となり住民は直ちに避難をおこなってください。

緊急安全確保

人的被害の発生する危険性が非常に高まった状況、あるいはすでに人的被害が発生した状況。

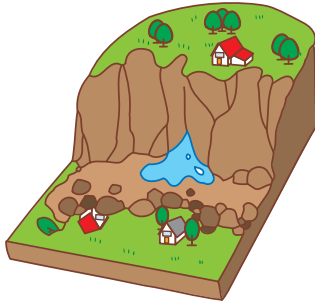


- まだ避難していない住民は直ちに避難します。万一避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動を取ります。

土砂災害

土砂災害の被害を軽減するためには、普段から土砂災害に対する備えが必要です。家族で家のまわりの危険箇所を確認し、災害に備えて避難経路や避難場所について話し合っておきましょう。

土砂災害の種類と前兆現象



がけ崩れ・山崩れ

雨水がしみ込んで、やわらかくなった斜面が急に崩れ落ちます。日本で最も多い土砂災害で、人の住む家の近くでも突然起きるため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い災害です。

こんな前兆現象に注意!

- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音がする。
- 異様なにおいがする。

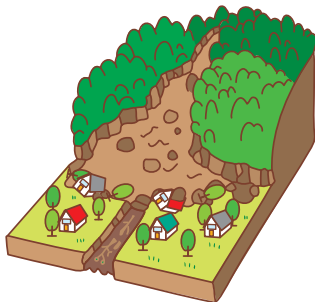


地すべり

地盤が弱い土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が、地下水の影響と重力でゆっくり下へ移動する現象です。ひとたび発生すると、家や道路、鉄道など広い範囲に被害を与えます。

こんな前兆現象に注意!

- 地面にひび割れができる。
- 井戸や沢の水がにごる。
- がけや斜面から水がふき出す。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。



土石流

長雨や集中豪雨などで、山腹や谷川の石や土砂がいきなり下流へ押し流され、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊していきます。

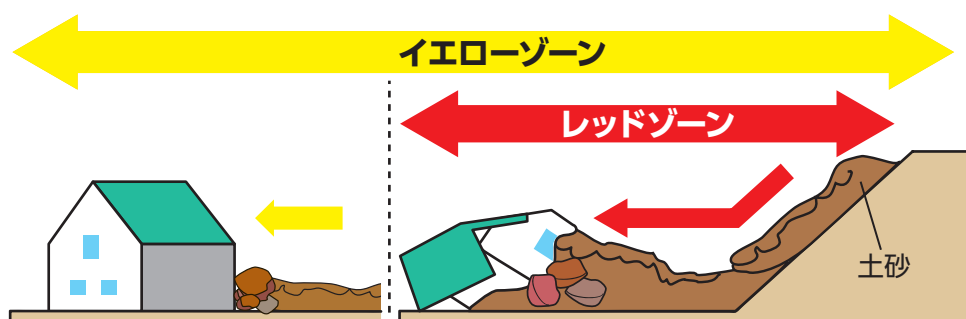
こんな前兆現象に注意!

- 山鳴りがする。
- 雨が降り続けているのに、川の水位が下がる。
- 川の水がにごったり、流木がまざったりする。
- 腐った土のにおいがする。

二つの土砂災害警戒区域

あなたの住まいは大丈夫?危険な場所は土砂災害警戒区域等に指定されています。

土砂災害警戒区域と土砂災害特別警戒区域があり、土砂災害防止法に基づいて県が指定します。



※特別警戒区域(レッドゾーン)に指定されると建築物の移転勧告や特定の開発行為に対する許可が必要になることがあります。

土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、住民等の生命又は身体に危害が生じるおそれがある区域を指定します。

土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築物に損壊が生じ住民等の生命又は身体に著しい危害が生ずるおそれがある区域を指定します。

洪水

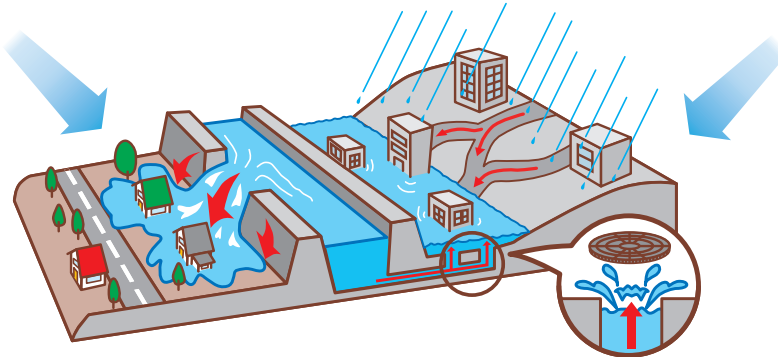
強い雨が広範囲に、長時間続くときに、洪水災害が発生する危険性が高まります。
発生メカニズムを知り、堤防決壊の前兆・浸水等に注意しましょう！

はん濫の種類

雨量の増加によってもたらされるはん濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水はん濫」と、街中の排水が間に合わず、地下水路などからあふれ出し、浸水する「内水はん濫」の2タイプがあります。

外水はん濫

大雨の水が川に集まり、川の水かさが増し堤防を超える、あるいは堤防を決壊させて川の水が外にあふれておきる洪水。
はん濫が起きると一気に水かさが増すため、最大の注意が必要。



内水はん濫

その場所に降った雨水や、周りから流れ込んできた水がはけきれず溜まって起きる洪水。
的確なタイミングで警報や避難情報を出すのが難しいため、注意が必要。



右記のような前触れに注意して、危険を感じたら速やかに避難しましょう。

- 堤防の川側が崩れ始めたとき
- 水かさが増し、堤防に亀裂が生じたとき
- 堤防の側面から水が漏れ出したとき
- 増水が早く、水が堤防を越えそうとき
- 水が激流となって堤防の土が削り取られたり、護岸が壊れ始めたとき
- 堤防近くの地盤から水が噴き出すとき

河川水位及び危険度レベル

河川ごとに設定された以下の危険水位に応じ、河川管理者と気象庁から洪水予報が発表されます。自治体はこの情報を目安にして、避難に関する情報を発令します。

警戒レベル	河川状況	山田川 (吾妻町牛口名)	多比良川 (国見町多比良)	土黒川 (国見町土黒)	神代川 (国見町神代)	西郷川 (瑞穂町古江)	千々石川 (千々石町下塩浜)
5	はん濫の発生						
～警戒レベル4までに必ず避難！～							
4	はん濫危険水位	2.80	1.97	2.57	1.97	1.77	2.01
3	避難判断水位	2.20	—	—	—	—	—
2	避難注意水位	1.60	1.58	2.06	1.58	1.42	1.61
1	水防団待機水位	1.20	1.15	1.54	1.18	1.06	1.21

※水位周知河川:山田川

水位到達基準を有する河川:多比良川、土黒川、神代川、西郷川、千々石川

下記の長崎県河川砂防情報システムにより
長崎県の河川の水位情報がご覧になれます。
河川水位・ダム情報・雨量・土砂災害情報

<http://www.kasen-sabo.pref.nagasaki.jp/nagasaki/main/index.php>

まずは、正確な情報が大事
その次に迅速な対応



風水害・台風

大雨注意報・警報・特別警報の発表のめやす

大雨注意報 災害が起こるおそれのあるときに注意を呼びかけて行う予報であり警戒レベル2に相当	大雨警報 重大な災害が起こるおそれのあるときに警戒を呼びかけて行う予報であり警戒レベル3に相当	土砂災害警戒情報 降り続く大雨のため、土砂災害警戒区域等では命に危険が及ぶ土砂災害がいつ発生してもおかしくない非常に危険な状況で、警戒レベル4に相当	大雨特別警報 台風や集中豪雨により、数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合、若しくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合に呼びかけて行う予報であり警戒レベル5に相当
---	---	--	---

雨の強さと降り方

やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間雨量10～20mm	1時間雨量20～30mm	1時間雨量30～50mm	1時間雨量50～80mm	1時間雨量80mm以上
				
ザーザーと降り、雨の音で話し声が良く聞き取れない。この程度の雨でも長く続く時は注意が必要。	どしゃ降り、傘をさしてもぬれる。ワイパーを速くしても見づらい。側溝等がある。	バケツをひっくり返したように降り、道路が川のようになる。危険地帯では避難の準備が必要。	滝のように降り、傘は全く役に立たなくなる。土石流が起こりやすい。多くの災害が発生する。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じる。大雨による大規模な災害が発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要。

集中豪雨

集中豪雨は、限られた地域に、突発的に短時間に集中して降る豪雨で、梅雨の終わりごろによく発生します。発生の予測は比較的困難で、中小河川のはん濫、土砂崩れ、がけ崩れなどによる大きな被害をもたらすことがありますので、気象情報に十分注意し、万全の対策をとることが必要です。

線状降水帯

次々と発生する発達した雨雲(積乱雲)が列をなし、数時間にわたってほぼ同じ場所を通過または停滞することで作り出されます。この線状降水帯による大雨が、災害発生の危険度の高まりにつながるものとして、注意が必要です。

- ラジオやテレビなどの気象情報に注意する。
 - 市や防災関係機関の広報をよく聞いておく。
 - 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオを用意する。
 - 非常時持出品を準備しておく。
- 早く帰宅し、家族と連絡を取り、非常時に備える。
 - 飲料水や食料を数日分確保しておく。
 - 浸水に備えて家財道具は高い場所へ移動する。
 - 危険な地域では、いつでも避難できるよう準備をする。

風の強さと吹き方

10m/秒以上～15m/秒未満	15m/秒以上～20m/秒未満	20m/秒以上～25m/秒未満	25m/秒以上～
			
風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。	風に向かって歩けない。転倒する人もいる。	しっかりと身体を確保しないと転倒する。風で飛ばされた物で窓ガラスが割れる。	立ってられない。屋外での行動は危険。樹木が根こそぎ倒れはじめる。

台風

日本には毎年多数の台風が接近あるいは上陸し、たびたび大きな被害をもたらします。台風の接近が予想される際は、台風情報に十分注意し、被害のないように備えることが必要です。

大きさ	風速 15m/秒 以上の半径	強さ	最大風速
大型(大きい)	500km以上～800km未満	強い	33m/秒以上～44m/秒未満
超大型(非常に大きい)	800km以上	非常に強い	44m/秒以上～54m/秒未満
		猛烈な	54m/秒以上

火災

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を知らせ、すみやかに119番通報を。
初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

初期消火の3原則

1 早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければやかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



2 早く消火する

- 出火から3分以内が消火できる限度です。
- 水や消火器だけで消そうとせず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなど身近なものを活用する。



火元別初期消火のコツ

油なべ	水をかけるのは厳禁。消火器がなければ、ぬらしたタオルをかぶせる。
ストーブ	消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器で。
衣類	着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。
電気製品	いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて消火を。
カーテン・ふすま	引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

3 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 避難するときは、煙を吸わないように鼻と口を服やハンカチでおおいながら、避難する。



消火器の使い方

粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指を
かけ上に引き抜く。



ホースをはずし
て火元に向ける。



レバーを強く握って噴射する。
握れないときは消火器を置いて
バーを手で上から押す。

消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。炎にはまともに正対しないように。
- やや腰を落として姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。

適応火災の 表示例



普通火災(A火災)
木材、紙、繊維などが
燃える火災。



油火災(B火災)
石油類その他の油類
などが燃える火災。



電気火災(C火災)
電気設備などの火災。

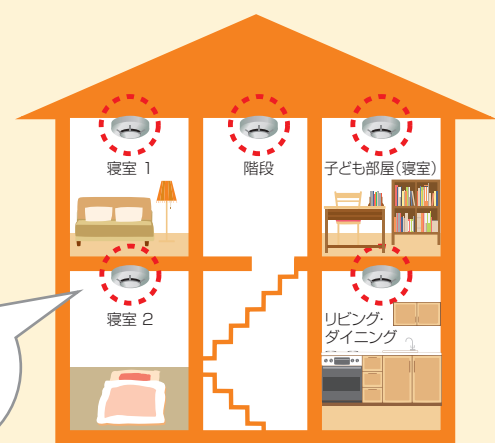
火災予防が一番!!

住宅用火災警報器の設置は義務です。

火災警報器の定期的な点検、電池交換などを行い、火災による死傷者を無くしましょう。

火災警報器の設置場所

- 寝室…すべての寝室(子供部屋や老人の居室など就寝に使われている場合は対象となります)への設置が必要です。
- 階段…寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。
- 台所…台所への設置もおすすめします。



住宅内取付位置図

地震

地震発生時の時間経過別行動マニュアル

地震発生

1～2分

3分

5分

10分

数時間

3日

最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保……テーブルの下または手近な座布団などで頭を保護
- 台所の火元から離れましょう
- 慌てて外へ出ないようにしましょう

揺れがおさまったら

- 火元を確認……火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認……倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく……家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦・ブロック塀・自動販売機等注意到意
- 津波などの危険が予想される地域はすぐ避難



みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に声をかけよう

- 要配慮者の安全確保……隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないか
- ケガ人はいないか

出火防止 初期消火

- 初期消火……消火器を使う、バケツリレー、風呂の水はため置きをしておく
- 漏電・ガス漏れに注意
- 電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める
- 余震に注意



テレビ・ラジオなどで正しい情報を得る

- 大声でけが人の確認
- 防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように
- 避難時に車は極力使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する
- 家屋を点検し、危険な場合は避難所へ避難する



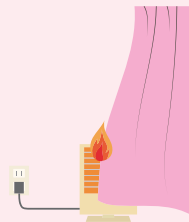
協力して消火活動、救出・救護活動

- 水、食料は蓄えているものでまかなう ※3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく
- 災害・被害情報の収集
- 無理はやめよう
- 助け合いの心が大切
- 壊れた家に入らない

屋内にいた場合

家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、揺れがおさまってから屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認は揺れがおさまってから(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。



集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。避難にエレベーターは絶対に使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。



劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。
- あわてずに冷静な行動をとる。

デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、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、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などが無いときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両などの通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

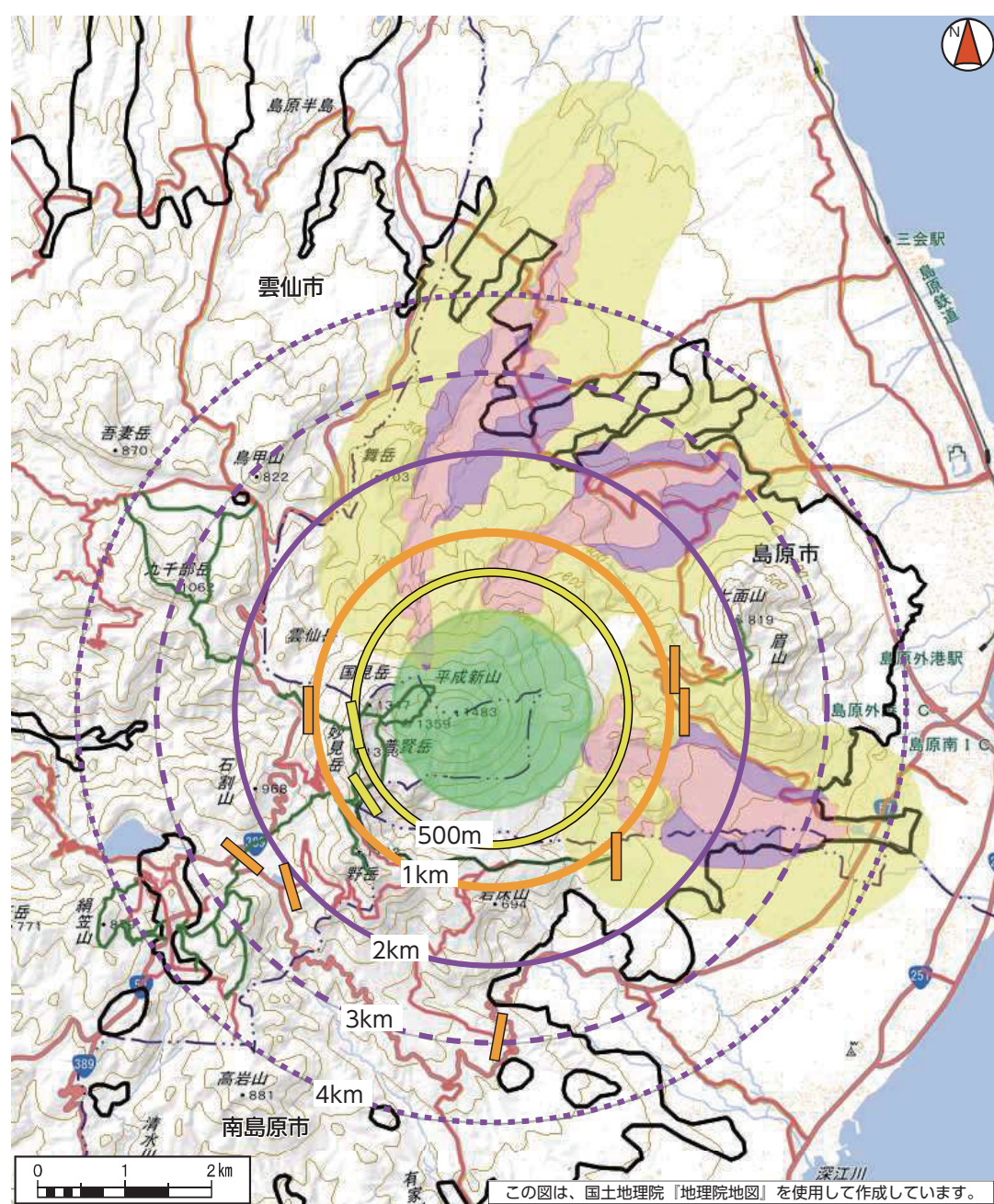
電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

火山災害

雲仙岳噴火警戒レベルに応じた防災対応

- 噴火警戒レベルとは、噴火時などに危険な範囲や必要な防災対応を、レベル1から5の5段階に区分したものです。
- 各レベルには、火山の周辺住民、観光客、登山者等のとるべき防災行動がレベル5「避難」、レベル4「高齢者等避難」、レベル3「入山規制」、レベル2「火口周辺規制」、レベル1「活火山であることに留意」となっています。
- 対象となる火山が噴火警戒レベルのどの段階にあるかは、噴火警報等でお伝えします。



- 想定火口域
- 溶岩流
- 火砕サージ
- 一般道
- レベル2の規制箇所
- レベル3の規制箇所
- 居住地域
- 火砕流
- 登山道

- 噴火警戒レベルが対象とする火山現象は、大きな噴石、溶岩流及び火砕流(火砕サージ含)です。溶岩ドームの崩落や土石流などについては、長崎県、雲仙市が発表する情報に留意してください。

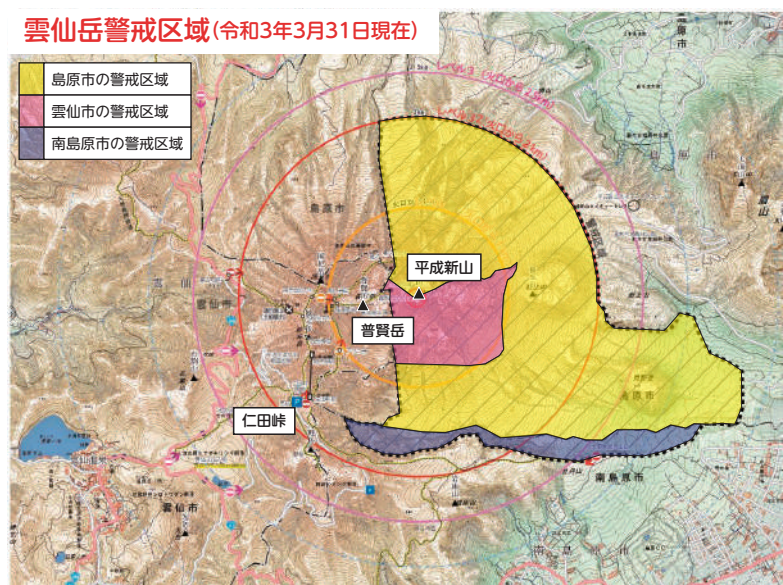
- 概ね500m
- 概ね1km
- 概ね2km
- 概ね3km
- 概ね4km

- 想定火口縁を中心に噴石に警戒が必要な距離

- この図は、噴火シナリオに基づき、雲仙岳火山防災協議会と調整して作成しています。
- 各レベルにおける具体的な規制範囲等については、地域防災計画等で定められていますので、詳細については長崎県、島原市、雲仙市、及び南島原市にお問い合わせください。
- 噴火警戒レベルに応じて下記表のような防災対応が住民、観光客、登山者・入山者及び自治体等の防災機関に求められます。

レベル5(避難)	危険な居住地域からの避難等
レベル4(高齢者等避難)	警戒が必要な居住地域からの避難準備、要配慮者の避難等
レベル3(入山規制)	想定火口縁から概ね1km以内の立入規制○の範囲内
レベル2(火口周辺規制)	想定火口縁から概ね500m以内の立入規制○の範囲内
レベル1(活火山であることに留意)	状況に応じて火口内への立入規制

雲仙岳警戒区域(令和3年3月31日現在)



津波

気象庁では、津波による災害の発生が予想される場合に、地震が発生してから約3分後を目途に津波警報(大津波、津波)または津波注意報を発表します。

津波警報・注意報の種類

※大津波警報は特別警報に位置づけられています。

種 類	発表基準	発表される津波の高さ		想定される被害と取るべき行動
		数値での発表 (津波の高さ予想の区分)	巨大地震の 場合の発表	
大津波 警報	予想される津波の高さが高いところで3mを超える場合。	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	陸域に津波がおしよせ浸水するおそれがあるため、沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難する。 警報が解除されるまで安全な場所から離れない。
		10m (5m<予想高さ≤10m)		
		5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	予想される津波の高さが高いところで1mを超え、3m以下の場合。	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	
津波 注意報	予想される津波の高さが高いところで0.2m以上、1m以下の場合であって、津波による災害のおそれがある場合。	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	陸域では避難の必要はない。 海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れる。 海水浴や磯釣りは危険なので行わない。 注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしない。



「より高いところ」を目指して逃げる

津波は低い場所を襲います。海や川から離れ、高いところへ逃げましょう。



津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が出ている間は避難を続ける

初めの波より後に来る波が大きいこともあります。



揺れを感じていなくても、津波警報を見たり聞いたりしたら急いで逃げる

揺れが小さくても大きな津波が起こることもあります。

気象庁「リーフレット「津波から命を守るために」」
(<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami201501/index.html>)を加工して作成

高潮

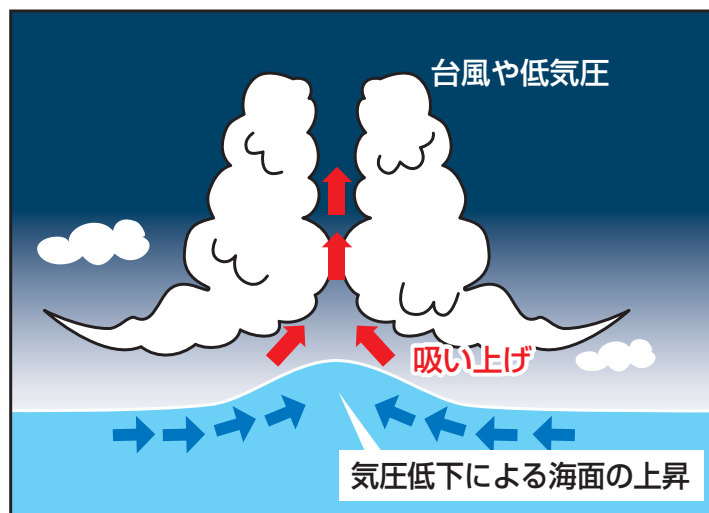
高潮は増水の速度が速く、満潮時刻はもちろん、満潮時刻の前後数時間は、潮位が短時間のうちに異常に上昇することがあります。台風が接近・上陸している時は十分に注意しましょう。

高潮が発生する仕組み

高潮とは、台風や発達した低気圧の接近に伴い、「吸い上げ効果」、「吹き寄せ効果」により、海面が異常に高くなる現象です。高潮が発生するとその高い潮位と波浪・強風により、海水が堤防を越えるようになり、背後地が浸水する可能性が高くなります。

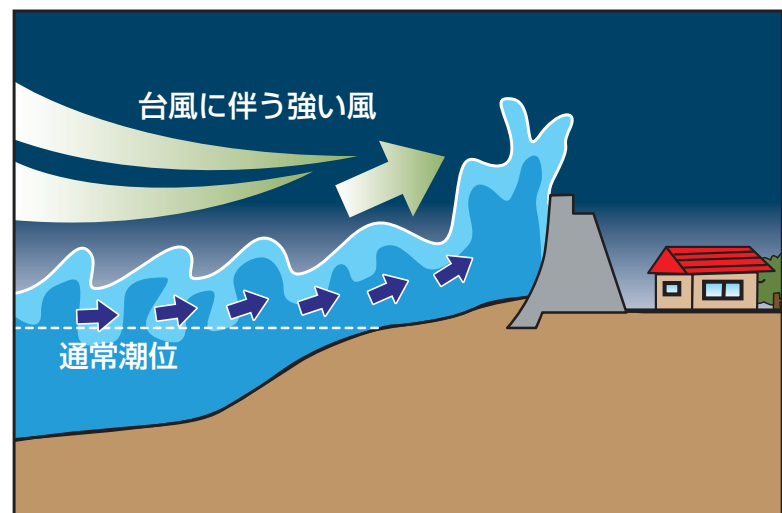
また、高潮が発生している海域に流れ込む河川があれば、高い潮位や波浪により河川の流れが阻害されます。そのため、川沿いでは氾濫が発生し、海岸から離れた内陸部にまで被害を及ぼすこともあります。

吸い上げ効果



台風や発達した低気圧の中心が接近すると、中心付近の気圧が低下し、海面が吸い上げられて上昇します。気圧が1hPa低下すると海面は1cm上昇します。例えば、950hPaの台風が接近すると、1013hPaだった時より63cm海面が上昇します。

吹き寄せ効果



台風による強い風が沖から海岸に向かって長時間吹き続けると、海水が海岸に吹き寄せられ、海岸付近の海面が異常に上昇します。吹き寄せ効果は風速や海岸の状況により大きく異なり、V字型の湾の奥ほど高くなります。

高潮って、どのような事に気をつけたらいいの？

高潮発生時は、安全な高台へ避難することが原則ですが、外に出ない方が安全な場合もあります。大事なのは、その場所の想定される浸水の深さなどを事前に調べ、どのような避難行動をとるか決めることです(あらかじめ避難先を決めておく等)。平屋建てやマンションの1階に住んでいる方は、浸水の高さが2mを超えると避難は必須でしょう。生命に危険が及ぶかどうかは、この高潮の高さによって大きく異なります。

あなたの自宅は過去に高潮の被害を受けていませんか？浸水深は何mですか？避難行動は事前の備えから始まっています。



高潮注意報・警報の基準となる潮位

	有明海側	橘湾側
注意報	3.0m	1.9m
警報	3.5m	2.4m

高潮特別警報

数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高潮となると予想される場合

高潮に関する情報入手

気象庁 気象警報・注意報
長崎地方気象台

<https://www.jma.go.jp/jp/warn/>
<https://www.jma-net.go.jp/nagasaki-c/>

防災対策&チェック

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

家の中の安全対策

□ 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。

□ 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。
また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全にする。



□ 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもや、お年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。

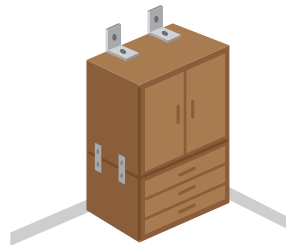
□ 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。

家具の転倒、落下を防ぐポイント

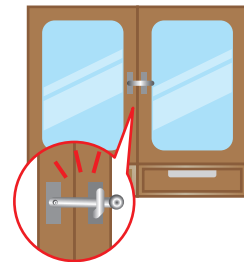
□ タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



□ 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



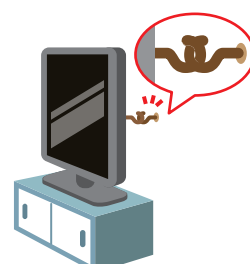
□ 冷蔵庫

転倒防止の棒やマットを敷いて固定する。



□ テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



□ 照明

チェーンと金具を使って数か所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



家の周囲の安全対策

□ 屋根

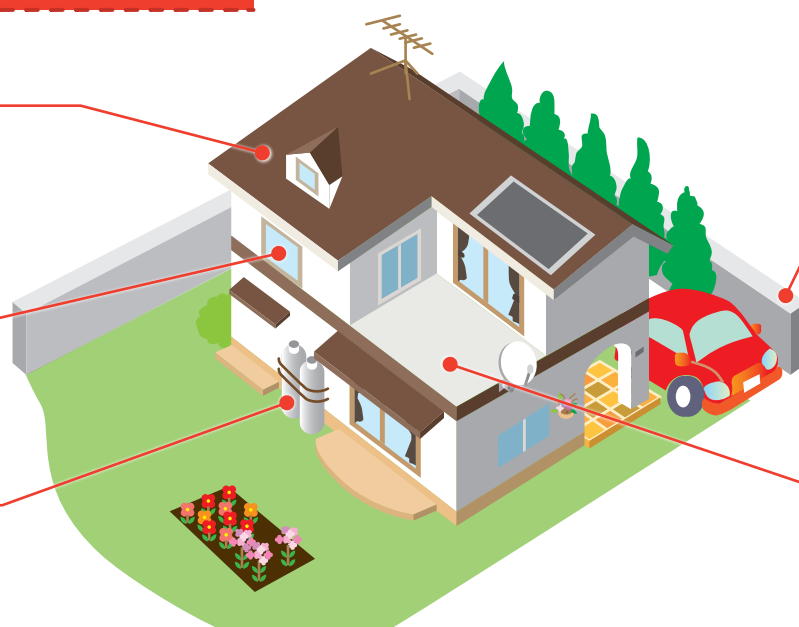
不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

□ 窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

□ プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。



□ ブロック塀・門柱

土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

□ ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。

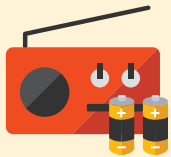
非常時備蓄品の準備&チェック

非常時用備蓄品(例)

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

あらゆる家庭に共通して必要なもの

携帯ラジオ



- ☐ ラジオ
- ☐ 電池(多めに用意)

救急医療品



- ☐ 常備薬
- ☐ 傷薬
- ☐ 風邪薬
- ☐ 鎮痛剤
- ☐ 絆創膏
- ☐ 包帯
- ☐ 胃腸薬

貴重品



- ☐ 現金
- ☐ 印鑑
- ☐ 預金通帳
- ☐ 健康保険証
- ☐ 免許証
- ☐ 権利証書

懐中電灯



- ☐ 懐中電灯(できれば一人にひとつ)
- ☐ 電池(多めに用意)

非常食品等

火を通さなくて食べられるもの、食器など



- ☐ 非常用食品
- ☐ 水筒
- ☐ 缶切り
- ☐ 缶詰
- ☐ 紙皿
- ☐ 栓抜き
- ☐ 紙コップ
- ☐ ミネラルウォーター

生活用品

- ☐ マスク
- ☐ 除菌用品(感染症対策用)
- ☐ タオル・ハンカチ
- ☐ ティッシュペーパー
- ☐ トイレtpペーパー
- ☐ ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)
- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ 防災マップ(本冊)
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 万能ナイフ・ハサミ



- ☐ ライター
- ☐ 筆記用具
- ☐ ゴミ袋

燃料



- ☐ 卓上コンロ
- ☐ ガスボンベ
- ☐ 固形燃料

その他



- ☐ 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- ☐ 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- ☐ 調理器具(なべやかんなど)
- ☐ バケツ・各種アウトドア用品など

家族構成や家族の事情にあわせて必要なもの

女性向け用品



- ☐ 生理用品
- ☐ 化粧品
- ☐ 鏡・ブラシ等
- ☐ 女性用下着

乳幼児向け用品



- ☐ 母子手帳
- ☐ ミルク・離乳食
- ☐ おむつ
- ☐ おしりふき

子ども向け用品



- ☐ おもちゃ
- ☐ おやつ
- ☐ 防犯ブザー

高齢者向け用品

- ☐ 介護用品
- ☐ めがね
- ☐ 入れ歯・洗浄剤
- ☐ 持病薬・補装具

定期点検

非常時備蓄品は定期的に点検を!

いざというときに支障がないように、食品類の消費期限や備蓄品の不備を定期的に点検しましょう。



避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、スコップなど

阪神・淡路大震災で役に立ったもの

- ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、新聞紙
- 補助用具としてスコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど

ローリングストックの活用を!

非常食を日常的に食べながら買い足し、常に一定量の食料を家に備蓄しておきましょう。

避難所一覧

No	 指定避難所	 指定緊急避難場所	施設・場所名	住 所	洪水	土砂災害	高潮・津波	地震	火山現象	標高
1	○	○	県立国見高等学校	国見町多比良甲1020	○	○	○	○	○	21
2	○	○	多比良小学校	国見町多比良丙724	○	○	○	○	○	30
3	○	○	多比良地区馬場集落センター	国見町多比良丙698-2	○	○	○	○	○	27
4	○	○	八斗木小学校	国見町土黒庚337	○	○	○	○	○	120
5	○	○	国見町文化会館(まほろば)	国見町土黒甲1079-1	○	○	○	○	○	10
6	○	○	国見町総合福祉センター	国見町土黒甲1063	○	○	○	○	○	10
7	○	○	土黒小学校	国見町土黒乙100	○	○	○	○	○	20
8	○	○	国見体育館	国見町土黒乙392-1	○	○	○	○	○	22
9	○	○	国見中学校	国見町土黒乙370	○	○	○	○	○	22
10	○	○	遊学の館くにみ	国見町神代丙1230-1	○	○	○	○	○	44
11	○	○	神代小学校	国見町神代丙250	×	○	○	○	○	5
12	○	○	国見武道館	国見町神代丙269-1	○	○	○	○	○	8
13	○	○	神代地区多目的研修集会施設	国見町神代丙286-1	○	○	○	×	○	8
14	○	○	国見農村環境改善センター	国見町土黒甲1079	○	○	○	×	○	10
15	—	○	国見総合運動公園	国見町神代丙1230-1	○	○	○	○	○	30
16	○	○	西郷小学校	瑞穂町西郷甲1165-1	○	○	○	○	○	32
17	○	○	岩戸小学校	瑞穂町西郷丁487-1	○	×	○	○	○	116
18	○	○	瑞穂中学校	瑞穂町西郷辛1135-1	○	○	○	○	○	11
19	○	○	瑞穂町公民館	瑞穂町西郷辛1285	○	○	○	○	○	10
20	○	○	ふれあい会館	瑞穂町西郷辛621-8	○	○	○	○	○	5
21	○	○	ヘルシー会館	瑞穂町西郷辛621-7	○	○	○	○	○	5
22	○	○	瑞穂体育館	瑞穂町西郷辛1060	○	○	○	○	○	10
23	○	○	瑞穂農業者健康管理施設	瑞穂町西郷辛1135-23	○	○	○	○	○	10
24	○	○	大正小学校	瑞穂町古部甲81	○	○	○	○	○	25
25	○	○	鶴田小学校	吾妻町古城名159-1	○	○	○	○	○	11
26	○	○	吾妻体育館	吾妻町大木場名170-1	○	○	○	○	○	10
27	○	○	吾妻中学校	吾妻町大木場名190-1	○	○	○	○	○	11
28	○	○	吾妻町ふるさと会館	吾妻町牛口名537-1	○	○	○	○	○	11
29	○	○	川床小学校	吾妻町川床名129	○	○	○	○	○	68
30	○	○	大塚小学校	吾妻町永中名54	○	○	○	○	○	5
31	—	○	吾妻武道場	吾妻町大木場名190	○	○	○	○	○	11
32	—	○	吾妻就業改善センター	吾妻町大木場名63	○	○	○	○	○	9
33	—	○	吾妻保健センター	吾妻町牛口名430	○	○	○	○	○	11
34	—	○	吾妻農村広場	吾妻町田之平名200-3	○	○	○	○	○	10
35	—	○	サンスポーツランドあづま	吾妻町布江名541	○	○	○	○	○	53
36	—	○	白山公園	吾妻町阿母名1048-3	○	○	○	○	○	19
37	○	○	愛野小学校	愛野町乙566	×	○	○	○	○	4
38	○	○	愛の夢未来センター	愛野町乙526-1	×	○	○	○	○	4
39	○	○	愛野中学校	愛野町乙1674	○	○	○	○	○	21
40	○	○	愛野保健福祉センター	愛野町乙493-6	×	○	○	○	○	4
41	○	○	愛野体育館	愛野町乙493-1	×	○	○	○	○	4
42	○	○	愛野農業研修センター	愛野町乙768	○	○	○	○	○	7
43	—	○	愛野運動公園	愛野町乙1375	○	○	○	○	○	19
44	○	○	愛野武道場	愛野町乙526-1	×	○	○	○	○	4
45	○	○	千々石町公民館	千々石町戊315-6	○	○	○	×	○	25
46	○	○	千々石保健センター	千々石町戊582	○	○	○	○	○	36
47	○	○	千々石老人福祉センター橋荘	千々石町戊762	○	○	○	×	○	27

※赤文字施設は、優先的に開設を行います。
※小・中学校、高校の避難所は体育館となります。

No	 指定避難所	 指定緊急避難場所	施設・場所名	住 所	洪水	土砂災害	高潮・津波	地震	火山現象	標高
48	○	○	千々石第一小学校	千々石町戊294	○	○	○	○	○	27
49	○	○	木場ふれあいセンター	千々石町庚669	○	○	○	○	○	154
50	○	○	千々石第二小学校	千々石町庚1450	○	○	○	○	○	163
51	○	○	千々石中学校	千々石町己305	○	×	○	○	○	58
52	○	○	岳地区公民館	千々石町庚3651-5	○	×	○	×	○	322
53	○	○	下峰多目的集会所	千々石町丙2082-2	○	○	○	○	○	5
54	○	○	旧木津保育園	小浜町富津664	○	×	○	○	○	47
55	○	○	旧富津小学校	小浜町富津3221	○	○	○	○	○	46
56	○	○	県立小浜高等学校	小浜町北野623	○	○	○	○	○	37
57	－	○	石合公園駐車場	小浜町北野1071-8	○	○	×	○	○	6
58	○	○	小浜小学校	小浜町北本町550	○	×	○	○	○	36
59	○	○	小浜町文化館	小浜町北本町819-1	○	×	○	×	○	19
60	○	○	小浜公会堂	小浜町北本町848	○	×	○	×	○	15
61	○	○	小浜老人福祉センター	小浜町北本町14-3	○	×	○	○	○	4
62	－	○	夕日の広場駐車場	小浜町北本町14-3	○	×	×	○	○	4
63	－	○	小浜マリナーパーク	小浜町北本町905-70	○	○	×	○	○	2
64	－	○	小浜神社公園	小浜町北本町900	○	○	○	○	○	32
65	○	○	小浜中学校	小浜町南本町290	○	○	○	○	○	104
66	－	○	マリナー広場	小浜町マリナー3	○	○	×	○	○	5
67	－	○	温泉公園	小浜町南本町120-8	○	○	○	○	○	5
68	○	○	小浜体育館	小浜町南本町マリナー3-1	○	○	×	○	○	5
69	－	○	とけん山公園	小浜町北本町1094	○	○	○	○	○	125
70	○	○	旧木指小学校	小浜町北木指680-2	○	○	○	○	○	33
71	○	○	北串小学校	小浜町山畑334-5	○	○	○	○	○	136
72	○	○	北串住民センター	小浜町山畑1755	○	○	○	○	○	151
73	○	○	小田山公民館	小浜町南木指2293	○	○	○	×	○	270
74	○	○	旧雲仙小学校	小浜町雲仙386	○	×	○	○	○	646
75	○	○	やまびこ会館	小浜町雲仙292-1	○	×	○	○	○	675
76	○	○	雲仙メモリアルホール	小浜町雲仙292-1	○	×	○	○	○	675
77	○	○	木津漁民集会所	小浜町富津846	○	×	○	○	○	6
78	○	○	富津漁民集会所	小浜町富津2616-3	○	○	○	○	○	2
79	○	○	山領公民館	小浜町北野2085	○	○	○	×	○	65
80	○	○	北野公民館	小浜町北野820-1	○	○	○	×	○	16
81	○	○	南本町公民館	小浜町南本町7-13	○	○	○	○	○	4
82	○	○	木指公民館	小浜町北木指87	○	○	○	○	○	4
83	○	○	金浜公民館	小浜町金浜2260-1	○	○	×	×	○	5
84	○	○	飛子公民館	小浜町飛子1883	○	○	○	×	○	5
85	○	○	南串第一小学校	南串山町甲2480	○	×	○	○	○	45
86	○	○	ハマユリックスホール	南串山町乙2-15	○	×	○	○	○	5
87	○	○	南串山保健福祉センター	南串山町乙2-15	○	×	○	○	○	5
88	○	○	南串中学校	南串山町丙9705	○	×	○	○	○	24
89	○	○	南串山総合支所	南串山町丙10538-4	○	○	○	○	○	54
90	－	○	南串山文化センター	南串山町丙1515	○	×	○	○	○	6
91	○	○	南串第二小学校	南串山町丙1622	○	○	○	○	○	54
92	○	○	南串山コミュニティセンター	南串山町丙9696-1	○	×	○	○	○	37

避難行動の分類

立ち退き避難

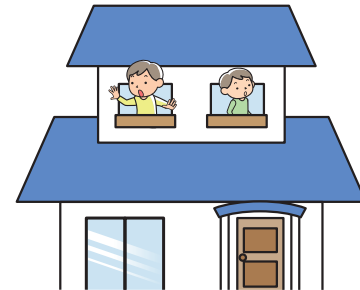
居住者等が、自宅・施設等において命が脅かされるおそれがあることから、その場を離れ、災害リスクのある区域等の外側等、対象とする災害に対し安全な場所へ移動し避難すること。



屋内安全確保

自ら自宅・施設等の浸水想定等を確認し、上階への移動や高層階に留まること(待避)等により、計画的に身の安全を確保すること。

- ① 自宅・施設等が家屋倒壊等氾濫想定区域^{※1}に存していないこと
- ② 自宅・施設等に浸水しない居室があること
- ③ 自宅・施設等が一定期間浸水することにより生じる可能性がある支障^{※2}を許容できること



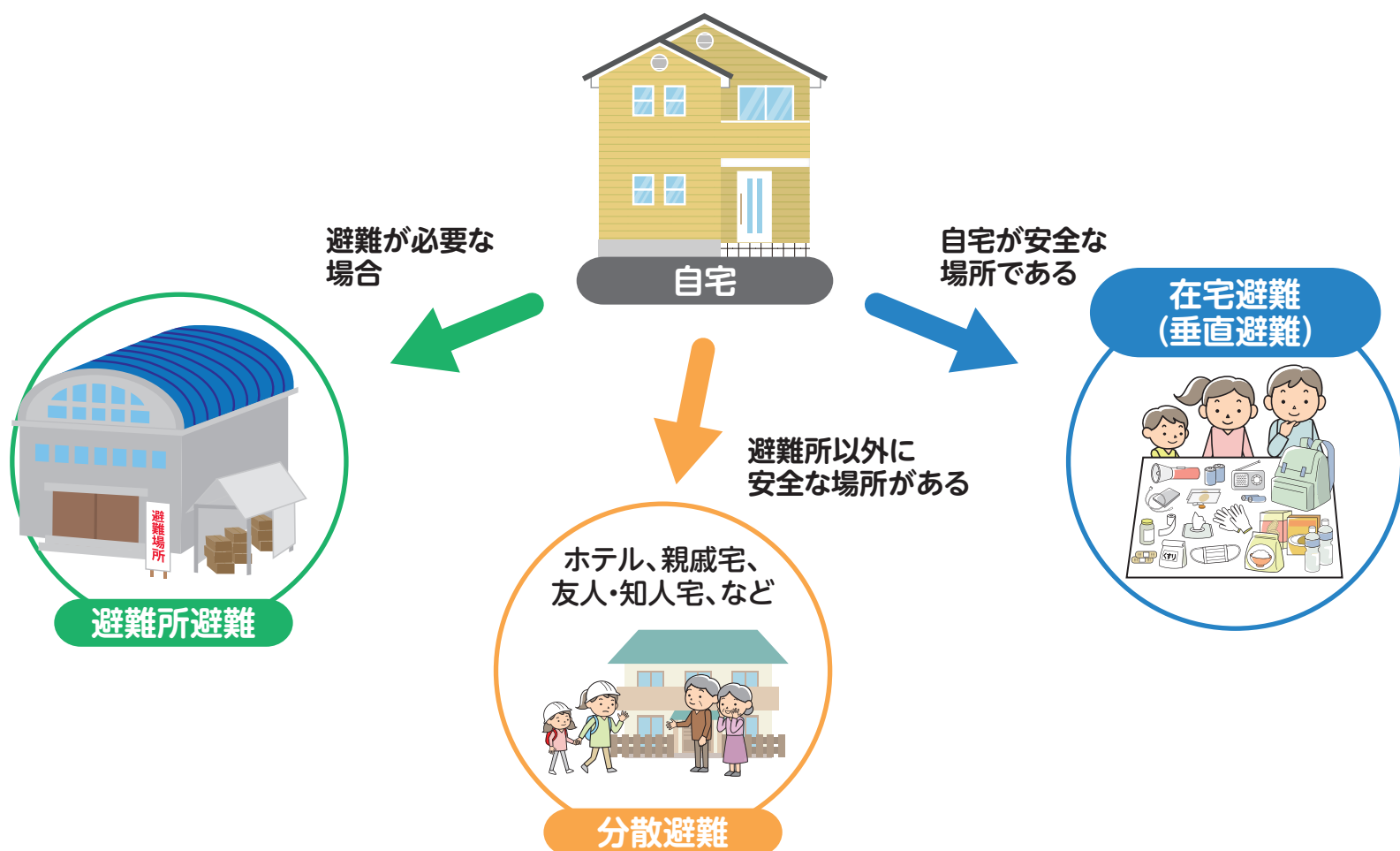
※1 家屋の倒壊・流失をもたらすような堤防決壊に伴う激しいはん濫流や河岸侵食が発生することが想定される区域のこと。
※2 支障の例:水、食糧、薬等の確保が困難になるおそれ

緊急安全確保

命の危険から身の安全を可能な限り確保するため、その時点でいる場所よりも相対的に安全である場所へ直ちに移動等し避難すること。

分散避難とは・・・

- 親戚宅、近隣宅等、避難所以外へ避難することにより3密を防止し、感染症による2次災害を防ぐための避難方法です。
- 災害発生時に、自宅が安全な場合、自宅に留まる方法(在宅避難)
- 安全な地域に住んでいる親戚や友人・知人宅や宿泊施設などに避難する方法



※体調が悪い場合:掛かりつけの病院及び保健センターにお問い合わせください。

避難時の注意点

迷ったら即避難

「自分の命は自分で守る」という意識を持って行動しましょう!

避難における事前準備

- 1 自宅等における災害リスク(危険個所)を把握しましょう。
 - 川のはん濫、急傾斜地、河岸の低地等
- 2 災害リスク(危険個所)が有り、避難が必要な場合は避難場所を事前に決めましょう。
 - 避難所は市の指定避難所、親せきの家、近隣の堅固な建物、公民館等
- 3 避難所が決まったら、これに通ずる避難経路を選定しましょう。
 - 安全に避難所に行ける道を選びましょう。
- 4 避難の開始時期を決めましょう。
 - 気象予報か市の避難情報を活用しましょう
 - 要配慮者等→「警戒レベル3高齢者等避難」
 - 健常者→「警戒レベル4避難指示」(危険な区域から全員が避難です)

避難時の注意点

戸締り・ガス・火元・電気のチェック

避難の際は、火の始末と戸締りを行いましょ。避難時の持ち出し品は、必要最小限になるようまとめましょ。

メモを残す!

外出中の家族へは、避難先を書いた伝言メモを目立つところに残しておきましょう。

車での避難は控える!

緊急車両の通行の妨げになります。浸水すると動けなくなりますので危険です。

速やかに避難を!

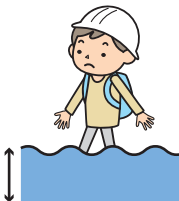
動きやすい格好で、2人以上で避難ましょ。災害に巻き込まれる可能性があるので、忘れ物などを取りに、家に帰らないようにましょ。

洪水・土砂災害での避難の仕方

歩ける深さはひざの高さ!!

歩ける深さはひざの高さ。水がひざまで来たら助けを呼び、高い所で救助を待ちましょ!

ひざの高さ



履き物に注意!

裸足、長靴は禁物です。ひもでしめられる運動靴が良いでしょう。



ロープでつながる!

はぐれないようにお互いの身体をロープで結んで避難ましょ! また、水面下には危険が潜んでいます。長い棒を杖がわりに安全確認をしてください。



援助が必要な人がいたら

高齢者や病気の方

お年寄りや子ども、病気の方などは、早めの避難が必要です。みなさんと協力して避難ましょ。

目の不自由な方

はっきり、ゆっくり大きな声で話しかけましょ。誘導する場合は、ひじの辺りを軽く持ってもらいゆっくりした速度で半歩前を歩かましょ。



耳の不自由な方

話す時はまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かましょ。手話、筆談、身ぶりなどの方法で正確に情報を伝えましょ。

体の不自由な方

車いすの方の場合、階段では必ず3人以上で! 昇る時は前向きに、降りる時は後ろ向きにまします。



もしも、土石流に遭遇したら逃げ方に注意ましょ!

土石流は流れるスピードが速いため、流れを背にして逃げたのでは追いつかれてまします。土砂の流れる方向に対して、直角に逃げる等、逃げ方に注意ましょ。



応急手当

突然の災害では、どういう事態が発生するか誰にも予測できません。けが人が出ても、公的救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りませんし、ライフラインもすぐには復旧できないでしょう。そうした場合、重要となるのが事前の知識と備えです。万が一のときにすぐに対処ができるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

心肺蘇生法の仕方を覚えよう

人が倒れていたときは、一刻を争う場合があります。まずは倒れている人の肩を軽くたたきながら呼びかけ、すばやく状態を観察しましょう。意識がない場合にはすぐに心肺蘇生法を行うと同時に、大声で協力してくれる人を求め、救急車を呼びましょう。



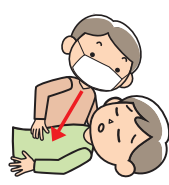
1 反応があるかを確認する

反応がなければ、大きな声で助けを求める。その際、119番通報とAEDの手配を依頼する。



2 反応がないときは、呼吸を確認する

傷病者の胸と腹部を見て、上がったたり下がったりしていれば「呼吸あり」。動いていなければ「呼吸なし」(心停止)と判断し、すぐに胸骨圧迫を行う。



3 胸骨圧迫を行う

- ① 傷病者の横に両ひざ立ちになる。
- ② 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- ③ ひじを伸ばし、胸を5センチ圧迫する。
- ④ 1分間に100～120回の速さで圧迫します。
- ⑤ 胸骨圧迫を30回行い、2回の人工呼吸を吹き込み、これを繰り返す。



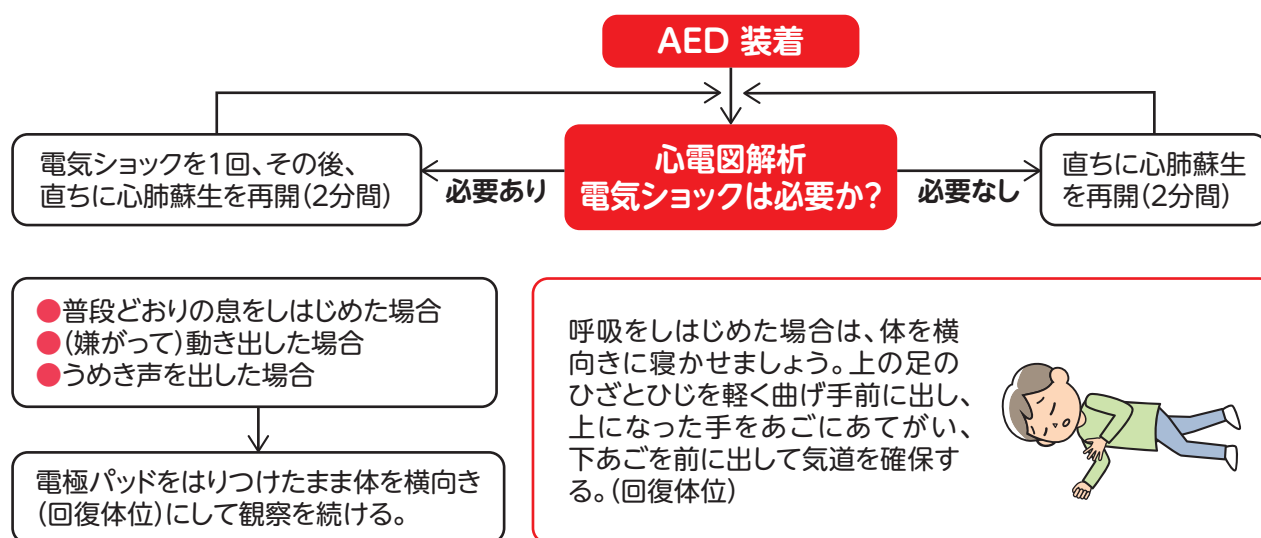
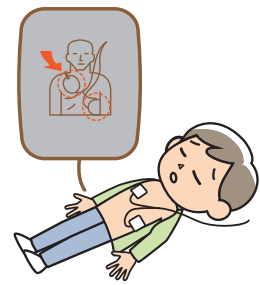
感染防止のために

- ① 自分のマスクがあれば着用しましょう。
- ② 意識や呼吸の確認は、倒れている人の顔と応急手当を行う方の顔があまり近づきすぎないようにします。呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います。
- ③ 胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、布やタオル、マスクなどがあればかぶせましょう。
- ④ 応急手当を行う方が複数いれば、一人は部屋の窓を開けたりして、室内の換気をしましょう。
- ⑤ 口元にかぶせた布やタオル、マスクなどは、直接触れないようにして廃棄しましょう。

AED の使い方

AED(自動体外式除細動器)が到着したら、傷病者に装着し、AEDの指示に従って操作してください。現場にAEDがある場合は、AEDを優先的に使用しましょう。

- AEDとは、心停止状態にある心室細動を電気ショックによって除去(除細動)し、心臓を正常な状態に戻す装置です。
- 自動的に傷病者の心電図を解析し除細動の必要性を判断したうえで、音声メッセージにより必要な処置を指示します。
- 心停止から5分以内の除細動の実施が、心停止状態の傷病者の蘇生・社会復帰の確率を高めます。救急現場にAEDがある場合には、落ち着いてAEDを使いましょう。



チェックポイント

- AEDは2分おきに自動的に心電図解析を始め、そのつど「体から離れてください」などの音声の流れます。傷病者から手を離し、周囲の人にも離れるよう声をかけてください。
- 「ショックは必要ありません」のメッセージを、「心肺蘇生をやめてもよい」と誤解しないようにしてください。

応急手当のポイント

出血

- ① 出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。
- ② 傷口は心臓より高い位置にする。
※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。

やけど

- ① 流水で冷やす。
- ② 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- ③ 水疱(水ぶくれ)は破らない。
- ④ 冷やした後は消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。

骨折・ねんざ

- ① 折れた部分やねんざした部分に添え木を当てて固定し、医療機関へ。
- ② 適当な添え木がなければ、板、筒状にした週刊誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用する。その上からテープでとめてもよい。

自主防災組織

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

★防災チェックポイント

●自主防災組織はなぜ必要なのか

自主防災組織とは、地域住民が自主的に連携し防災活動を行う組織のことをいいます。日ごろは、防災知識の普及啓発、防火訓練や地域の防災安全点検の実施、防災資機材の備蓄といった活動に取り組みます。そして、いざ災害が起きたときには、避難所の運営、住民の避難誘導、初期消火活動、救出活動の協力などに従事します。特に大地震のような大規模な災害時には、交通網の寸断、通信手段の混乱、同時多発の火災などで、自治体や消防、警察なども、同時にすべての現場に向かうことはできません。そのような事態に備え、地域住民が連携して地域の被害を最小限に抑えることが自主防災組織の役割です。あなた自身とあなたの町を守るために自主防災活動へ積極的に参加し、「災害に強いまち」をつくりあげましょう。

平常時の活動

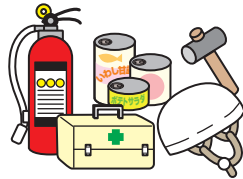
防災意識の普及

防災マップの作製、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会などでの防災イベントの実施など。



防災資機材の整備

ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食品、救急医薬品等の防災資機材や備蓄品の管理など。



防災点検

各家庭の防災用品の点検、防災倉庫の備品や消防水利の確認、燃えやすいものの放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすいものの点検など。



防災訓練の実施

避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、情報収集・伝達訓練、給食(炊き出し)訓練など。

要配慮者の把握

災害時要配慮者の把握・見守り、担当者の確認など。

災害時の活動

情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。



避難誘導

地域住民等の安否確認、避難所への誘導、災害時要配慮者の安否確認・援助など。



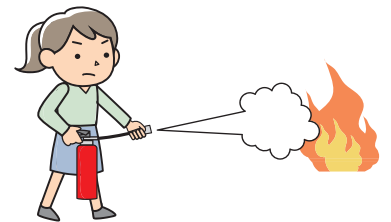
避難所運営の協力

避難所の開設、避難所施設の状況確認、避難者誘導・受け入れ、避難者の居住場所と業務の割り振り、衛生管理など。



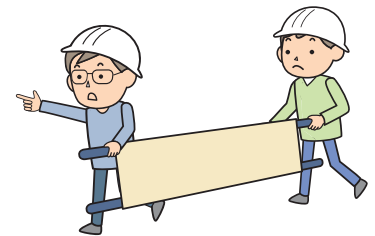
初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確認、バケツリレーなどによる初期消火活動など。



救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。



食糧・物資関係

備蓄食糧や救援物資等の避難所への運搬および配布、炊き出しなど。

要配慮者の支援

高齢者、障がい者、乳幼児、妊産婦、傷病者等の支援



防災マップの索引図

