

特集

# 防災



避難所避難

と



自宅避難

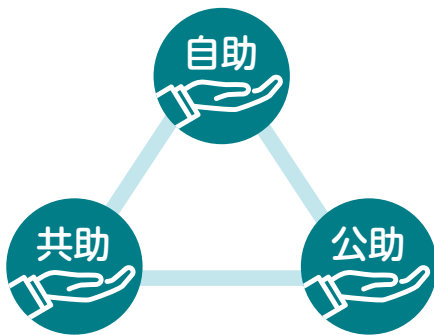


毎年9月1日は「防災の日」です。この日に制定された理由は2つあります。1つ目は関東大震災が発生した日であること、2つ目は暦の上では台風の影響で天気が荒れやすいといわれる二百十日にひゃくとおかにあたることです。

関東大震災は、今から約100年前の大正12年9月1日に発生しました。相模湾北西部を震源とするマグニチュード7.9の巨大地震で、家屋は倒壊し、津波や大規模火災が発生、死者・行方不明者は10万5千人を超えました。

今後30年以内に南海トラフを震源とする大規模な地震が起こることが予想されています。大規模な地震に備えて、非常用持ち出し袋の準備や、避難所に避難をするかどうかの判断、自宅避難をする場合は何が必要かなどを確認していきましょう。

## 災害による被害をできるだけ少なくするためには



自助 … 自分の身は自分自身で守ること

共助 … ご近所同士や小さなコミュニティ単位で日常から助け合いについて備えること

公助 … 国や地方公共団体などの行政機関による救助・援助のこと

左図のように、自助・共助・公助の連携が重要です。中でも、自助は防災の基本であり、最も大事なことです。

自分の命は自分で守る。自身の安全を確保できて初めて、家族や友人・隣人を助けに行くことができます。災害規模が大きい場合、救助隊がなかなか到着しなかったり、行政からの支援がすぐに届かない可能性がありますので、自主的に自宅避難や避難所へ行くなどの判断をしましょう。

## 非常用持ち出し袋を準備しよう

いつでも外へ避難できるように日ごろから準備しておきましょう。

**貴重品類** … 携帯電話、現金（10円玉を用意しておくとお衆電話利用に便利）、預金通帳、印鑑、健康保険証、お薬手帳等

**生活用品** … 懐中電灯、ビニール袋、乾電池、携帯ラジオ、携帯トイレ、缶切り、ガムテープ、軍手、使い捨て容器、レジャーシート、筆記用具等

**非常食** … 飲料水、インスタント・レトルト食品、缶詰、ビスケット等

**衛生用品** … マスク、ティッシュ、ウェットティッシュ、歯磨き用品、タオル、洗面用具等

**その他** … ヘルメット、救急医薬品、常備薬、レインコート、下着類等

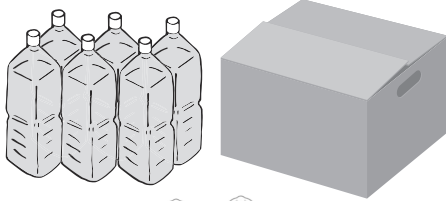


# 地震発生

地震発生！自宅が安全なら、自宅避難をしよう

## 自宅避難をするために必要なもの

### 飲料水

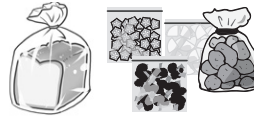


4人家族なら36L（2L×6本×3箱）が最低必要

### 非常食



▼1～3日目



パン

野菜

▼4～7日目

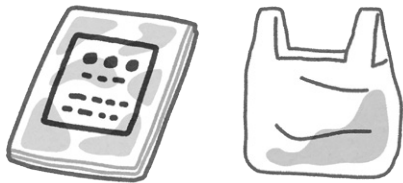


レトルト食品

フリーズドライ食品

発災後は冷蔵庫・冷凍庫にある、傷みやすいものから食べます。非常食はそれらがなくなってから食べましょう。

### ポリ袋



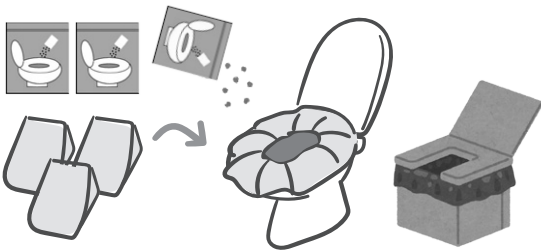
サイズに合わせて使い方いろいろ

### カセットコンロ・ボンベ



お湯を沸かしたり、温かい料理が作れます

### 簡易トイレ

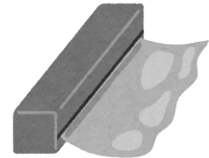


4人家族なら約140枚必要

### 新聞紙



### 食品用ラップ



### LEDランタン・ヘッドライト



部屋全体を照らすランタンと両手が空くヘッドライトは便利です

### NEXT PAGE



- ・自宅が安全でないと判断したら、避難場所や避難所に避難しましょう。5ページのマップで町内の避難場所・避難所を確認してみましょう。
- ・そのほか、防災についての疑問点を危機管理担当に聞きました。一緒に考えてみましょう。



参考：「防災マニュアルブック 自宅サバイバル編」（埼玉県危機管理防災部危機管理課発行）