

災害発生！そのときどうする？

大きな災害が発生したら、冷静に判断するのは難しいものです。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。災害時でも「慌てず、落ち着いて」行動するために、以下の行動ポイントを確認しましょう。

地震発生時の行動ポイント

地震発生

- 机の下などにもぐり、自分の身の安全を確保する。
- 火の始末をする。
- ドアや窓を開けて、出口を確保する。



1～2分

- 火元を確認し、出火していたら初期消火をする。
- 家族の安全を確認する。
- 靴を履く（ガラスの破片などから足を守る）。
- 非常持ち出し品を用意する。
- 山崩れに注意をする。



3分

- 協力して応急救護を行う。
 - お年寄りや体の不自由な方、けがを負っている方などに声を掛けて、助け合う。
 - 余震に注意をする。
- ※大きな地震の後には余震が発生する。



5分

- ラジオなどで正確な情報を確認する。
- 電話の使用はなるべく控える。
- 家屋倒壊などの恐れがあれば避難する。
- ブロック塀、瓦、ガラスなどに注意する。
- 車を使わず徒歩で避難場所に避難する。



5～10分

- こども園・保育園・幼稚園や小・中学校に子どもを迎えに行くために自宅を離れる場合は、行き先を書いた連絡メモを目立つ場所に残す。
- 再度出火防止を確認する。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。

風水害時の行動ポイント

情報にもとづいてとるべき行動

種類	内容	とるべき行動
①避難準備・高齢者等避難開始	避難するのに時間を要する高齢者や障がい者が、速やかに避難行動を開始するように勧め、促すための情報。また、それ以外の方は、避難準備を勧め、促すための情報。	<ul style="list-style-type: none"> ●高齢者、障がい者など(※) 速やかに避難行動を開始してください。 ●上記以外の方 家族などとの連絡、非常持出品の用意など避難の準備を開始してください。
②避難勧告	通常の避難行動ができる方が、避難行動を開始するように勧め、促すための情報。	通常の避難行動ができる方は、避難行動を開始してください。
③避難指示(緊急)	人的被害が発生する危険性が非常に高い状況で、緊急に避難するよう命令的に指示する情報。	避難勧告などの発令後で、避難中の方は、避難行動を直ちに完了してください。まだ避難していない方は、直ちに避難行動に移るとともに、そのいとまがない場合は、生命を守る最低限の対応をしてください。

(※)高齢者、障がい者などは、災害が発生した際に、家族などの支援が受けられない、または家族だけでの支援が困難で、第三者の支援が必要とされる方（高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦、外国籍市民など）をいいます。

「災害・避難カード」「マイ・タイムライン」をご活用ください

「災害・避難カード」は、災害発生時に、自分や家族が災害から命を守る手順を一目でわかるようにしたカードです。必要な防災対策の情報を記入し、切り取ってバッグや財布等に入れておく、自宅の冷蔵庫に貼るなど、普段から目にとまるようにご活用ください。

※市ホームページからダウンロードできます。

URL <https://www.city.suzaka.nagano.jp/contents/item.php?id=5ef54ad943e63>

「マイ・タイムライン」は、55～57ページをご覧ください。

「マイ・タイムライン」は、55～57ページをご覧ください。

広告

建設、木材商

P117 C-2

有限会社 坂田材木店

建築・リフォーム承ります。お気軽にご相談下さい。

- 須坂市臥竜6-10-5
- TEL:026-245-0775 ■FAX:026-245-0924
- 営業時間/7:30～19:30 ■定休日/日曜日
- 建設許可番号:長野県知事一般 第441号

地図の豆知識 地図記号のなりたち

消防署(しょうぼうしょ)

江戸時代、火消しが使っていた「さすまた」という道具の形です。さすまたで火がついた家などのまわりの建物をこわすことで、火の広がりをおさえたのです。

