

## 家族で防災に取り組みましょう

### ① 家族での話し合い

災害から命を守るためには、もしもを考えることが大切です。災害が起こったときに備えて、本冊子を参考に、家族で避難方法や待ち合わせ場所、連絡方法などを話し合っておきましょう。

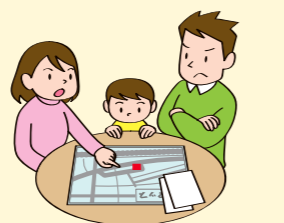
#### 1 もしも災害が起こったら どうなるかイメージする

自宅や周辺の災害の種類と被害の想定を確認しましょう。



#### 2 もしも災害が起こったら どうするかを考える

どんな情報が出るか、どのタイミングで、どこへ、どの経路で避難するかを確認しましょう。



#### 3 もしも災害が起こったときに 動けるように備える

家の防災対策や備蓄品などを準備しましょう。



確認した結果をもとに、巻末にあるわが家の防災メモ (P96) やマイ・タイムライン (P97-98) を作成するでござる。



### ② 非常持出品の準備

避難所の備蓄には限りがあります。必要なものは、なるべく自分で用意しましょう。

#### 貴重品

- 現金 (小銭含む)
- 印鑑
- 預貯金通帳
- 免許証、保険証

#### 食料品

- 飲料水
- 非常食 (アルファ化米など)
- 粉ミルク、ほ乳瓶
- ベビーフード
- 介護食、アレルギー対応食など

#### 衣類

- 下着類、上着
- 雨具
- タオル、軍手
- おむつ

#### 感染症対策

- マスク
- ウェットティッシュ
- 上履き (スリッパなど)
- 消毒液
- 体温計

#### 小物

- 懐中電灯、ヘッドライト
- 携帯ラジオ、予備電池
- 歯ブラシ、口腔ケア用品
- 筆記用具
- 折りたたみナイフ、缶切り
- 眼鏡、コンタクトレンズ

#### 医薬品

- 常備薬、持病の薬
- 救急セット

### ③ 備蓄品の準備

災害時には物流が止まり、必要なものが買えないことがあります。在宅避難を行う場合などに備えて、備蓄品を確保しておきましょう。

- 食料、飲料水は最低3日分、なるべく1週間分確保する。
- 飲料水の目安は、1人1日3リットル。
- ライフラインが止まることを前提に考えておく。
- 普段から身に着けているもの、常用している薬など、個人で必要とするものも備蓄品として備えておく。

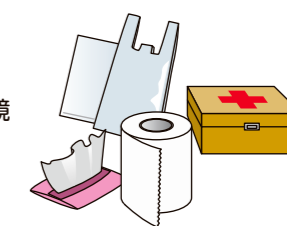
#### 食料品の備え

- 飲料水 (1人1日3リットル目安)
- アルファ化米
- 缶詰
- レトルト食品



#### 生活用品の備え

- ビニール袋
- トイレトペーパー
- ティッシュペーパー、ウェットティッシュ
- コンタクトレンズ、眼鏡
- 救急箱



#### ライフライン停止への備え

- カセットコンロ、カセットボンベ
- 懐中電灯
- ヘッドライト
- 乾電池
- ラジオ
- 簡易トイレ
- 充電器



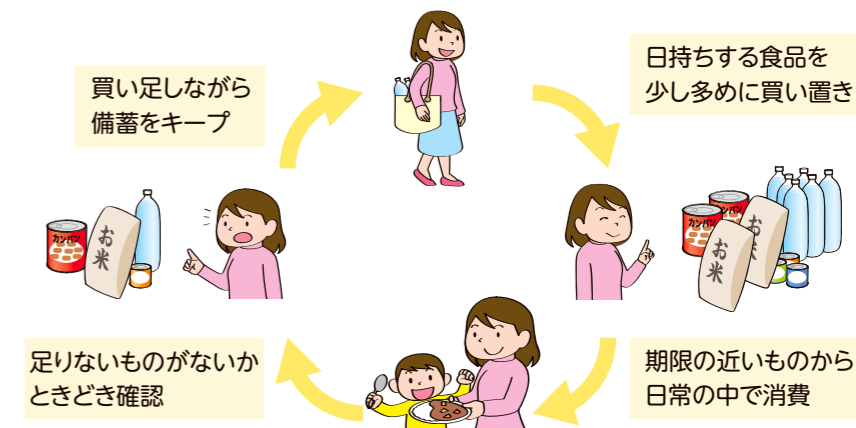
#### 医薬品の備え

- 処方せん
- 粉ミルク、ベビーフード
- おむつ、おしりふき
- アレルギー対応食
- 補聴器
- 入れ歯洗浄剤



### ローリングストックのすすめ

ローリングストックとは、日常から食べている日持ちのする食品や生活用品を少し多めに買い置きし、古いものから消費して、使った分だけ新しく買い足しておく備蓄の考えです。この方法だと日常生活の中で無理なく備蓄できます。



緊急に避難しなければならない場合に備えて、避難時に持ち出す必要最低限のものはリュックに入れて、**すぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。**



## 地域で防災に取り組みましょう

### ① 避難訓練

彦根市では、各防災機関、関係団体、企業および住民が一堂に参加する総合防災訓練を実施することにより、災害時において関係機関が連携し、迅速、的確に対応できる防災体制の確立と、住民の防災意識の高揚を図っています。積極的に参加しましょう。



### ② 自主防災組織

#### 自主防災組織とは

大規模な災害が発生したとき、行政機関だけでは十分に対応できないことがあります。そのような事態において、住民の自主的な防災活動が必要になります。そこで、町内会、自治会などを通して、「自主防災組織」を編成し、日頃から災害に備えて防災訓練などを積み重ねておくことが大切です。

#### 自主防災組織の活動

##### 平常時の活動

- ① 防災知識の普及および防災訓練の実施に関すること。
- ② 地域の安全点検に関すること。
- ③ 火気使用設備器具の点検に関すること。
- ④ 防災資機材などの整備に関すること。

##### 災害時の活動

- ① 情報の収集および伝達に関すること。
- ② 出火防止および初期消火活動に関すること。
- ③ 避難誘導に関すること。
- ④ 負傷者等の救出救護に関すること。
- ⑤ 給食および給水に関すること。

#### 自主防災組織の作り方

自主防災組織は、地域住民が自分たちの地域は自分たちで守ろうという連帯感に基づき、自主的に結成することが原則です。組織が十分に機能を発揮し、効果的に防災活動を行うためには、実施すべき活動を具体化した計画を作成するとともに防災訓練などを通して、役割分担を明確化しておくことが必要です。また、地域で自主防災組織を作ろうと思われたら、ぜひ、彦根市危機管理課(30-6150)まで連絡してください。



### ③ 災害時避難行動要支援者制度

災害が起こったとき、ご自身や家族の力だけでは安全な場所に避難することができない人をあらかじめこの制度に登録していただき、災害時に地域の中で避難を手助けしてもらい、減災していこうとする制度です。

#### 災害時避難行動要支援者制度の対象となる方

- |                              |                                     |                                 |                                 |
|------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 1<br>満75歳以上の<br>独居の高齢者       | 2<br>満75歳以上の<br>人のみで構成する<br>世帯の高齢者  | 3<br>要介護<br>3・4・5の認定を<br>受けている人 | 4<br>身体障害者手帳<br>1級・2級を<br>所持する人 |
| 5<br>療育手帳<br>A1・A2を<br>所持する人 | 6<br>精神障害者保健<br>福祉手帳1級・2級を<br>所持する人 | 7<br>難病患者                       |                                 |

上記に該当する人を対象者としていますが、上記に類する場合や、日常生活において自力または家族やサービス利用による支援などで生活ができていても、災害が起こったときに何らかの手助けや支援による避難が予想される人も含めています。

このような人が地域におられましたら、本制度への登録をご案内ください。

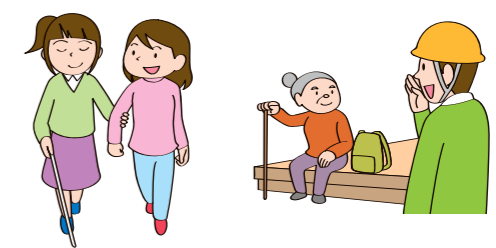
#### 平常時に受けられる支援(例)

- 支援者との交流(日常の声かけなどの見守り)
- 個別避難計画や防災訓練に活用



#### 災害時に受けられる支援(例)

- 避難連絡・避難誘導に関する支援
- 安否確認・救助活動に活用



### 個別避難計画

個別避難計画は、高齢者や障害のある方など「災害時避難行動要支援者」が、災害時に早く安全に避難できるよう、一人ひとりの状況に合わせて、避難を支援する人や避難方法、避難経路などをまとめた個別の避難行動計画です。災害時避難行動要支援者と家族や関係者と協力して作成します。

地域で助け合える体制を早期に構築し、いざというときに備えましょう。

みんなで助け合い、いざというときに備えるでござる。

