



総務部防災危機対策室  
川村 好伸係長

## 日頃からの備えを

いまだ新型コロナウイルス感染症の終息が見えず、また、地震や局地的な大雨、台風などの自然災害は毎年発生しており、人の想像を超える力で襲ってきます。しかし、日頃から「いざという日」のために備えておくことで、被害を少なくすることができます。災害による被害を最小限にするには、自分や家族の安全を守るために取り組む「自助」、地域や身近にいる人同士が協力して取り組む「共助」、国や地方公共団体などが取り組む「公助」が重要です。その中でも「自助」が基本であり、「自らの命は自らが守る」という意識を持ち行動することが大切です。

また、「公助」として、市では、FM化した屋外放送設備、緊急告知ラジオ、緊急速報メール、市公式ホームページ、市公式ラインなど、さまざまなツールを活用して災害に関する情報を発信していますので、常に意識してください。

防災対策には、十分とか絶対大丈夫というものはありませんが、自分の周りにどのような災害の危険が及ぶのかを考え、被害をできるだけ少なくするために、避難経路や緊急時の連絡体制の確認など、改めて「いざという日」に向けた備えをしておきましょう。

行政は災害に備え、地域の安心・安全のため、より正確で迅速な情報発信をできるように取り組んでいます。また、各地域のコミュニティでも、行政区長や自主防災組織を中心に自らの地域を守る活動をしています。近年は新型コロナウイルスの影響により、防災訓練を自粛している地域が多い状況ですが、感染症対策に力を入れながら、防災の意識を高めていくことも必要です。

### ■避難の目安になる警戒レベル

警戒レベル	避難行動	避難情報
5	緊急安全確保	既に災害が発生しています 命を守るための最善の行動をしてください
4	避難指示	速やかに避難所へ避難してください 避難所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう
3	高齢者等避難	避難に時間がかかる高齢者などは、 危険な場所からの避難を開始してください その他の人は避難の準備をして自発的に避難をしてください
2	大雨・洪水・高潮警報 (気象庁)	避難場所や避難経路の再確認をするなど、 避難に備え自らの避難行動を確認してください
1	早期注意情報 (気象庁)	防災気象情報等の最新情報に注意するなど、 災害への心構えを高めてください

### ■非常用持ち出し品リスト

- 食料品(水、レトルト食品、缶詰など)
- 医薬品(常備薬、マスク、生理用品など)
- 貴重品(現金、身分証明書など)
- 衣類(下着、タオル、靴など)
- 日用品(ナイフ、懐中電灯、ティッシュペーパー、モバイルバッテリーなど)
- その他(ヘルメットなど)



### 自然災害に備えて

行政は災害に備え、地域の安心・安全のため、より正確で迅速な情報発信をできるように取り組んでいます。

また、各地域のコミュニティでも、行政区長や自主防災組織を中心に自らの地域を守る活動をしています。近年は新型コロナウイルスの影響により、防災訓練を自粛している地域が多い状況ですが、感染症対策に力を入れながら、防災の意識を高めていくことも必要です。

被害を最小限にするためには、自助・共助・公助それぞれが、災害対策力を高め、連携することが大切です。行政からの支援が全体に行き渡らせるには時間がかかります。それぞれが今できること、家族や地域でできることを考え、備えておくことが減災に繋がります。

防災・減災の対策は多岐にわたり、日頃の備えは行動が伴ってこそ意味があります。命を守るために減災対策を日頃から意識付け、維持継続させていくことが大切です。

# 命を守るための行動を

災害時は、正しい情報に基づき、適切な行動を起こすことが大切です。「まだ大丈夫」と考えるのではなく、危険だと感じた場合は声を掛け合い、避難を始めましょう。

### 情報に基づいた行動を

自然災害が発生する恐れが高まったり地震が発生して、避難が必要な状況となった際には、市から避難情報が発表されます。避難情報は、避難行動や避難のタイミングを分かりやすく伝えるため5段階の警戒レベルで発信します(「避難の目安になる警戒レベル」参照)。これらの警戒レベル、災害情報などを確認し、災害への意識を高めてください。

### 地震に備える

地震は台風や大雨と違い、突然発生します。倒れそうな家具には転倒防止器具を付け、動線となる通路には物を置かないようにしましょう。夜間の避難に備えて懐中電灯やスリッパなどを準備する、家族の安否や所在の確認方法を話し合っておくなど、日頃より地震への対策を行う必要があります。

### 非常時の持ち物は十分ですか

地震は台風や大雨と違い、突然発生します。倒れそうな家具には転倒防止器具を付け、動線となる通路には物を置かないようにしましょう。夜間の避難に備えて懐中電灯やスリッパなどを準備する、家族の安否や所在の確認方法を話し合っておくなど、日頃より地震への対策を行う必要があります。

### 避難するときの注意点

いざ避難が必要となると、緊急事態ということもあり焦ってしまいがちです。落ち着いて行動をするようにしましょう。

### 避難前に確認すること

- ・火の元を確認する
- ・ガスの元栓を閉める
- ・電気ブレーカーを落とす
- ・戸締りを確認する

### 避難時の行動と服装

避難するとき、大雨や暴風の中を避難所へ歩いて向かう可能性があります。けがを防止する安全な服装で避難しましょう。また、隣近所に声がけをして、助け合いながら行動しましょう。

### Interview

## 災害に負けない生徒を

生徒は、学校生活3年間で防災の基礎知識、災害時における避難行動、防災訓練での避難所開設訓練などの訓練を通して、自らが考え行動する防災対策者を目指して学習しています。また、地域住民・保護者などと連携し、災害に向けての準備を進めています。有事の際に適切な行動がとれるように、生徒・教職員・保護者の防災意識を高め備えていきます。



佐沼中教頭  
及川 浩さん

## 困っている人を助けるために

地域の危険な場所の再確認、地震・火災時の避難行動などを学習しました。その中でも私は、簡易担架づくりが印象に残っています。身近にある物で人の命を助けられる可能性がある

ことを知ったので、いざというときは学んだことを生かして行動に移していきたいです。避難所開設訓練もあるので防災についてより理解を深めていきたいです。



佐沼中3年  
下山 依奈さん