

簡易防災ガイド

1) 地震への備えと震災時の行動

【自 助】家庭での備え

(平常時) 非常持出品・防災備蓄品の準備、点検家具の転倒防止、避難場所の確認

(震災時) 火の元確認、避難、応急手当

【共 助】地域の人が協力して行う

安否確認、救助、避難誘導、情報伝達、地域防災拠点での救援活動協力

【公 助】青葉区等の公共機関が行う。

2) 地震への備え〈安全確保〉

家の中では

家具の転倒防止

- ・寝床の周りに重い家具を置かない
- ・タンスなどの重い家具は固定する

ガラスの飛散への備え

- ・通路脇のガラスには飛散防止フィルム
- ・寝床近くに室内履きを用意する

家の外では

避難場所までの**安全ルート**の確認

- ・背丈の高いブロック塀はないか？
- ・上からの落下物の危険はないか？

3) 地震への備え〈水の確保〉

各家庭での飲料水の備蓄【自助】

1人1日3リットル×3日分

2リットル入りボトルなら1人5本程度

生活用水の備蓄【自助】

期限切れ飲料水ボトルも備蓄して、生活用水としてご活用ください。

緊急給水栓【公助】

あざみ野第二小学校西門付近に設置

震災後4日目以降に給水開始

4) 地震への備え〈食料と燃料の確保〉

大地震では広い地域でガスの供給が止まります。ガスの復旧には長い日数がかかっています。

震災直後の食料確保【自助】

非常持出品の中に、**調理しなくても食べられる**長期保存食品（パン缶詰等）を用意してください。

震災後数日の炊事用燃料【自助】

電力が復旧するまで、湯沸かしや簡単な調理用に卓上コンロとガスボンベの用意をお勧めします。

避難場所での炊き出し【公助+共助】

地域防災拠点（あざみ野第二小学校）では、避難生活者のための炊き出しを行います。

5) 地震が発生したら

ぐらっときたら

① 落ち着いて、**身の安全の確保**

机やテーブルの下に隠れる、座布団などで頭を保護する。

揺れが収まったら

② **火の元の確認**、初期消火（天井に燃え移らない程度の火災）

③ **家族の安否確認**

④ 家の外へ避難する時は、擁壁や階段、ブロック塀の倒壊、ガラスの破片・瓦等の落下、垂れ下がった電線、自動車の往来等に注意してください。

⑤ **隣近所の安否確認**（お隣どうし声をかけ、助け合う）

⑥ 地震の規模が震度5（家具の転倒、家屋の一部破損が発生）以上で自宅が危険な場合は**避難場所に避難**してください。

自宅を離れる時は

⑦ **ガスの元栓**を締める。**電気のブレーカー**を切る。**戸締まり**を確認する。車を使用しない。

6) あざみ野三丁目の避難場所

いつとき避難場所

(主) あざみ野西公園 (副) あざみ野三丁目自治会館*

(※一人では避難が困難な高齢者や障害者(要援護者)用)

震度5以上の地震が発生した場合、**自治会災害対策本部**を設置します。

地域防災拠点【あざみ野第二小学校】

大地震が発生して住家が倒壊、または倒壊の恐れがある場合に、住民が一定期間生活する避難場所

広域避難場所【すすき野地域一帯】

大災害が発生して炎上した場合、その輻射熱や煙から生命身体を守るために必要な避難場所

7) 地震でけがをしたら

地域医療救護拠点【あざみ野第二小学校】

地域医療救護拠点は、発生から3日間程度、被災した負傷者等の応急医療を行う場として臨時に設置されます。

近辺のAEDの設置場所あざみ野第二小学校

大規模病院への搬送

重症患者は地域医療救護拠点から区内の病院や市立病院、地域中核病院等大規模病院へ搬送されます。

8) 被災時の安否確認と居場所の連絡方法、情報入手

無事ですタオル

発災直後、ご自身や家族の安全を確認したら、我が家（家族）は無事という印に「**無事ですタオル**」を玄関や門など外から見えるところに掲げてください。

NTTの災害伝言ダイヤル(171)

遠隔地の親族友人等からの安否確認対応のため、(171)に電話してメッセージを残しておく。

FMサルス(84,1MHz)

番組「防災あおば」で防災意識の普及・啓発広報（震災時）青葉区内の被災状況や救援状況の情報提供