

日頃から 地域の防災力を 高めよう



▲福岡県総合防災訓練（5月25日(日)）

「防災の日」は、大正12年に発生した関東大震災を教訓に、災害について認識を深め、防災に対する心構えを持つようにと定められました。近年、日本各地で毎年のように大災害で多くの人の尊い命や、その日常が奪われています。一方で、人と人の助け合いによって、多くの人の命が救われています。

これらの災害を通して学ぶべきことは、自分の身は自分で守ることの大切さ、そして、隣近所の助け合いやボランティア活動などの大切さです。いざというとき、どう行動すれば良いか考えてみましょう。

日頃から心掛けること

- ◆ ハザードマップなどを見ながら、自宅から1番近い避難所や安全な避難経路などを、確認しておきましょう。
- ◆ 家族で災害のときの集合場所や連絡方法を、話し合っておきましょう。
- ◆ 地域全体に目を向けましょう。特に高齢者や、障がい者には普段からの気配りが必要です。
- ◆ 梅雨や台風の際は、テレビやラジオ、インターネットなどで、気象情報を確認しましょう。
- ◆ 地震に備え、家具などが落下、転倒しないよう固定するなどの対策をしましょう。

- ◆ 市総合防災マップなどを参考に、食料や水、日用品などの備蓄品を最低3日分準備しましょう。水は1人当たり1日3リットルが目安です。



市総合防災マップ

- ◆ 停電に備え、懐中電灯、携帯ラジオ、電池を準備しましょう。強風の場合は、窓ガラス飛散防止のための養生テープなども必要です。
- ◆ 排水溝のごみを取り除いて水はけを良くしたり、強風で飛びそうなものは室内にすぐ入れられるようにしたりするなど、災害に備えて身の回りの対策をしましょう。
- ◆ 令和2年の台風10号の際は、店舗で水や食料品、日用品の品切れが発生しました。早めの準備を心掛きましょう。

災害時に心掛けること

- ◆ 早めの避難を心掛けましょう。特に高齢者や障がい者で避難に時間かかる人は早めの避難が大切です。
- ◆ 避難所が開設される前に、自主的に避難をするときは、市役所に事前に連絡をしてください。
- ◆ 市などが出す「避難に関する情報」に注意し、呼びかけがあったら、すぐに避難しましょう。
- ◆ (地震の場合) 避難する前には、

- ◆ ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落としましょう。
- ◆ 避難をするときは、動きやすい格好をし、携行品は必要最小限にしましょう。
- ◆ 万が一、逃げ遅れたとき、特に大雨のときは無理をせず、頑丈な建物の2階以上の場所に避難しましょう。

非常備蓄品

最低でも3日間は生活できるだけの量を用意しておきましょう。

●非常食など

- アルファ米
- 缶詰・レトルト食品
- ドライフーズ・飴など
- ミネラルウォーター
(1日1人3リットルが目安)

●調理器具など

- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料
- なべ・やかん

●その他

- 衣類・毛布
- 洗面用具・ドライシャンプーなど
- ビニール袋
- LEDランプ
- 各種アウトドア用品
- 簡易トイレ・消臭スプレー