

1日ごころから、家族で防災に取り組みましょう

避難場所や避難経路を確認する

- ハザードマップを活用して、避難場所を確認しましょう。避難経路は複数決めておき、一度家族全員で歩いて、危険がないか、移動しやすいかを確認しておきましょう。
- 自宅最寄りの避難場所だけでなく、職場やよく行く場所の最寄りの避難場所を確認しておきましょう。



非常持出品や非常備蓄品をチェックする

- 家族に必要なものが揃っているか、その保管場所がどこかを確認しましょう。
- 飲料水や非常食は定期的に取り換え、懐中電灯やラジオも定期的に動作するか確認しましょう。



避難計画(マイ・タイムライン)を作成する

- 台風の接近などによる風水害が起こる可能性があるときに、「いつ」「誰が」「何を」するのかをあらかじめ時系列で整理しましょう。



家族の連絡先を確認する

- 家族の職場や学校の住所や電話番号について確認しておきましょう。
- 親戚や友人など、非常時の連絡先について確認しておきましょう。
- 災害伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板など、緊急時の連絡方法を確認し、その使い方を知っておきましょう。



自宅の危険箇所をチェックする

- 家の中でどこが一番安全かを考えてみましょう。
- 家具類やガラスなど、家の中の安全点検をしましょう。
- 屋根や家の周囲(プロパンガスやブロック塀など)の危険箇所の点検と補強をしましょう。



非常持出品

非常持出品は、避難するときに持ち出すものです。持って運べるだけの必要最低限にし、リュックサックなど両手が使える袋に入れましょう。

貴重品類

- 預金通帳
- 印鑑 現金
- 免許証
- 健康保険証



救急用具

- 絆創膏 包帯
- 消毒薬
- 常備薬
- マスク
- おくすり手帳
- 体温計



避難用具

- 携帯電話
- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 充電器等
- ヘルメット・防災ずきん



非常食品

- 飲料水
- カップ麺
- 缶詰等



生活用品

- 厚手の手袋
- 毛布



衣料品

- 衣類 下着
- 防寒着等



非常備蓄品

非常備蓄品は、災害直後から混乱が収まるまでに必要なものです。最低3日間分、できれば1週間分の備蓄をしておきましょう。

- 飲料水、生活用水
- 非常用給水袋
- 非常食(アルファ米、レトルト食品など)
- 携帯コンロ、ガスボンベ
- ラップ、アルミホイル
- 衛生用品
- 雨具
- 使い捨てカイロ
- 予備電池



ローリングストック法を!

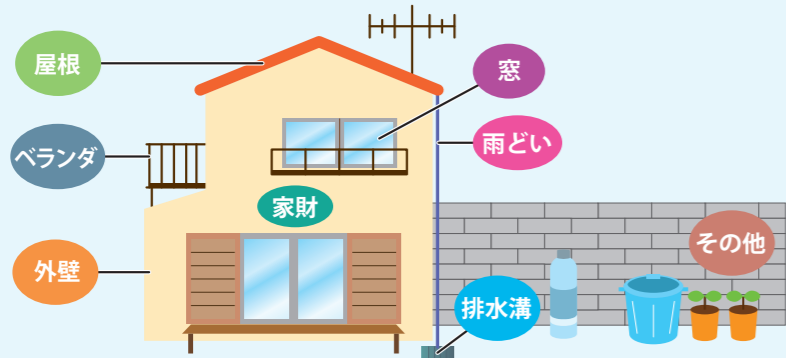
「非常時には非常食を」と思っていないませんか? 非常時に食べるものは必ずしも非常食ではなく、日常食べているもので足りる。例えば缶詰やカップラーメン、レトルト食品などです。こういったものを普段の買い物のときに少し多めに買い置きし、日々使いながら減った分をまた買い足すことで、特別な準備や出費をせずに備蓄することができます。



自宅の防災対策

風水害への防災対策

家の周りを確認し、対策を行いましょ



屋根

- アンテナは不安定ではないか。
- トタンがめくれているか。
- 瓦のひび・割れ・はがれがないか。

ベランダ

- 植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険があるものはないか。

外壁

- 壁に亀裂はないか。

窓

- 窓枠のがたつきはないか。
- 雨戸のがたつきはないか。

雨どい

- 雨どいに落ち葉などが詰まっていないか。
- 継ぎ目ははずれや塗装のはがれ、腐りはないか。

排水溝

- 排水溝にごみや土砂が詰まっていないか。

家財

- 貴重品などは、すぐに持ち出せるようになっているか。
- 濡れて困るものは、あらかじめ高い場所へ移動しているか。

その他

- 商店などでは看板のぐらつきがないか。
- ごみ箱や植木鉢などは室内に入れるか、飛ばないように固定しているか。
- 庭木には添え木をしているか。
- ブロック塀はくずれそうになっていないか。
- プロパンガスのボンベは鎖でしっかり固定されているか。

地震への防災対策

住まいの耐震性を確認し、耐震化を検討しましょ

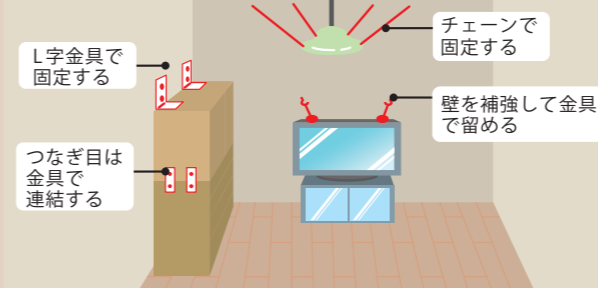
町では、昭和56年5月31日以前に着工した木造戸建住宅を対象に耐震診断や耐震改修工事や危険度の高いブロック塀等の除去にかかる費用の助成を行っています。詳しくは町役場にお問い合わせください。

●家屋の耐震化例



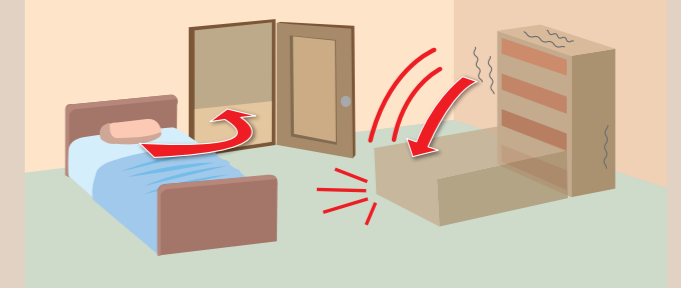
家具の転倒防止・家具の配置に注意しましょ

家具が倒れないように固定しましょ



家具やテレビなどを固定し、転倒や落下を防止する。

家具の配置に注意しましょ

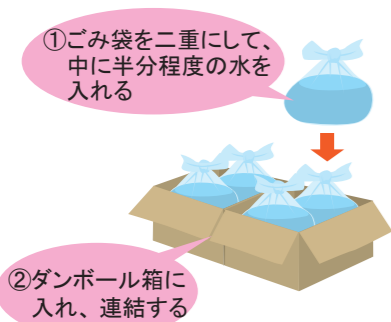


寝室には倒れそうな家具を置かない。扉をふさぐような配置をしない。

いざという時に家庭でできる浸水への対策を知っておきましょ

家庭にあるものを土のうや止水板のかわりに使用することで、浸水を軽減することができます。

【例1】ごみ袋とダンボール



【例2】ポリタンクとレジャーシート



【例3】プランターとレジャーシート



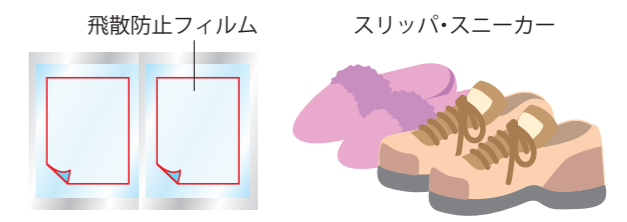
二次災害にも備えましょ

火災への備え



消火器や住宅火災警報器の設置および点検。感震ブレーカーの設置。地震保険への加入。



室内での備え



窓ガラスや食器類の破片対策として、飛散防止フィルム、スリッパなどの準備。

避難計画(マイ・タイムライン)を作しましょう

5段階の警戒レベルと防災気象情報

はじめに 水害・土砂災害・高潮	平常時	警戒レベル1 気象情報 早期注意情報	○早期注意情報(警報級の可能性)
	大雨のおそれ	警戒レベル2 気象情報 大雨・洪水・高潮注意報	○大雨注意報 ○洪水注意報 ○高潮注意報 ○危険度分布「注意」(黄)* ○氾濫注意情報
避難開始時期		 	警戒レベル3 町発令の避難情報 高齢者等避難
	警戒レベル4 町発令の避難情報 避難指示		警戒レベル相当情報 ○土砂災害警戒情報 ○危険度分布「非常に危険」(うす紫)「極めて危険」(濃い紫)* ○氾濫危険情報 ○高潮特別警報 ○高潮警報
	警戒レベル5 町発令の避難情報 緊急安全確保		警戒レベル相当情報 ○氾濫発生情報 ○大雨特別警報*1 ○高潮氾濫発生情報 ※1 これまでに経験したことがないような降水量の大雨が見込まれる際の大雨特別警報を指します。

*危険度分布について 気象庁ホームページ URL https://www.jma.go.jp/jma/m_index.html

避難対象区域の方は、この時点までに全員避難

災害発生	警戒レベル5 町発令の避難情報 緊急安全確保	警戒レベル相当情報 ○氾濫発生情報 ○大雨特別警報*1 ○高潮氾濫発生情報 ※1 これまでに経験したことがないような降水量の大雨が見込まれる際の大雨特別警報を指します。
------	------------------------------	---

避難の準備・確認・とるべき行動

- 災害への心構えを高めよう 警戒レベル1で確認
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ましょう。
- 避難する場所 警戒レベル2で確認
大雨時に避難することを踏まえ、事前に避難先や避難方法を考えましょう。
避難先①: _____ 避難方法: _____
避難先②: _____ 避難方法: _____
- 避難開始のタイミング 警戒レベル2で確認
災害リスク、避難場所や避難経路、避難のタイミング等の再確認、避難情報の把握手段の再確認・注意など、避難に備え自らの避難行動を確認しましょう。
- 避難情報の収集手段 警戒レベル2で確認
町防災行政無線 緊急エリアメール 町ホームページ
女川町Twitter
- 警戒レベル3 高齢者等避難 町発令の避難情報
避難に時間のかかる高齢者等要配慮者(妊娠中の方やお子様連れの方を含む)は立退き避難をしましょう。その他の方は立退き避難の準備をし、自発的に避難しましょう。
- 警戒レベル4 避難指示 町発令の避難情報
指定避難場所等への立退き避難を基本とする避難行動をとりましょう。
災害が発生するおそれが極めて高い状況等で、指定避難場所への立退き避難はかえって命に危険を及ぼしかねない自ら判断する場合には、近隣の安全な場所への避難や建物内のより安全な部屋への移動等の緊急の避難をしましょう。

考えてみよう避難のポイント

1. 台風や大雨を想定し、雨が強くなる前に、必要な事前準備を考えましょう。

 - いざ避難という時、慌てることの無いように、「戸締りをする」など具体的な行動をまとめましょう。
2. 避難する際の注意点を考えましょう。

 - 避難所に向かうなど、自宅以外に避難する場合は雨が強くなる前に避難することを心がけましょう。
 - 特別警報が発表されたときは、経験したことがないような大雨や暴風など異常な現象が起きる状況であるため、ただちに避難情報に従うなど、適切な行動をとることが重要です。
 - 自分の状況を家族や親戚等に連絡しましょう。

万が一に備えて非常持出品の準備をしましょう

<input type="checkbox"/> 貴重品類 (預金通帳、印鑑、現金、免許証、健康保険証等)	<input type="checkbox"/> 救急用具(絆創膏、包帯、消毒薬、常備薬、マスク、おくすり手帳、体温計等)	<input type="checkbox"/> 避難用具(携帯電話、懐中電灯、携帯ラジオ、充電器等、ヘルメット・防災ずきん)
<input type="checkbox"/> 非常食品(飲料水、カップ麺、缶詰等)	<input type="checkbox"/> 生活用品(厚手の手袋、毛布等)	<input type="checkbox"/> 衣料品(衣類、下着、防寒着等)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

●乳児のいるご家庭は、ミルク、紙おむつ、ほ乳瓶なども用意しておきましょう。
 ●避難をする場合は、持ち出す荷物を最小限に留め、リュックサックを使用するなど、両手が自由に使えるようにしましょう。
 ※空いているところに必要なものを記入し、万が一の災害に備えましょう。

【家族データ】家族が別々に避難してしまった時のために

名前	電話番号	必需品	昼間の居場所	備考