



害は、いつ襲ってくるかわかりません。家族の安全を確保、被害を最小限に
くい止めるために、日頃からの準備が必要です。家族そろって防災について
話し合い、災害から身を守りましょう。

家族で話し合い






家族一人ひとりの役割分担

日頃の防災の役割と、災害が起きた時の役割を決める。

- 1 火の始末 
- 2 出口の確保 
- 3 非常持出品の確認 
- 4 隣近所への連絡 

家屋の危険箇所チェック

家の内外の安全対策

- 1 家の中に空間をつくる 
- 2 家具の転倒防止 
- 3 安全な避難経路 
- 4 窓ガラス 
- 5 屋根、ブロック塀、プロパンガス等 

非常持出品

日頃からの備えが必要。避難するとき持ち出す最小限の必需品をコンパクトに整理してあるか！消費期限は大丈夫か！



災害時の連絡方法や避難場所

災害時、家族が離れ離れになったときの連絡方法や避難場所を確認しておく。



防災情報伝達方法としての『防災一斉メールの登録』はお済みですか。

三次市では、緊急一斉同報システムの整備を行い、三次エリア内に、国や気象庁の緊急情報や、三次市から災害に伴う情報を配信しています。

登録方法は、下記QRコードか、下記メールアドレスに空メールを送付するかにより行うことができますので、出来るだけ多くの方の登録をお願いいたします。

登録手続きも簡単ですよ！

1. 右の「QRコード」を携帯電話等で読み取り、空メールを送信。
または、下の「メールアドレス」を手入力し、空メールを送信。
bousai.miyoshi-city@raiden.ktaiwork.jp
2. 自動的に送られてくるメールを受信。



※受信設定で『bousai@city.miyoshi.hiroshima.jp』が受信できるように設定してください。
※携帯電話などの設定により、メールを受信できないことがあります。
その場合は、携帯電話等のメール設定の変更を行うか、携帯電話会社にご相談ください。

■発令情報の種類と状況

避難情報の違いを知っておきましょう

三次市では、大雨や河川の増水で避難が必要な時に、避難情報を出します。

避難情報は、その状況によって『避難準備情報』→『避難勧告』→『避難指示』の順に発令します。

避難情報は、音声告知放送・ケーブルテレビ、また、市や消防団の広報車、防災一斉メールなどでお知らせするようにしています。

危険度	情報の種類	発令時の状況	住民に求める行動
市が状況に応じて、 避難情報を発令	<h2>自主避難</h2> <p>まず、自分で判断して避難を!!</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●災害の危険が迫っていると自ら判断した時には、すぐに避難しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ●必要に応じて、安全な所へ避難してください。 ●避難中の食事や生活必需品はご自分で用意してください。
	<h2>避難準備情報</h2>	<ul style="list-style-type: none"> ●避難するのに時間の必要な方（要支援者等）は避難を始めなければならない状況です。 ●人的な被害が発生する可能性が高まっている状況です。 	<ul style="list-style-type: none"> ●高齢者、病人、障害をお持ちの方は支援者とともに避難所へ早めの避難をしてください。 ●いつでも準備できるように、非常用持出袋や避難中の食事や生活必需品を準備してください。
	<h2>避難勧告</h2>	<ul style="list-style-type: none"> ●避難ができる方は、いつでも避難を始めなければならない状況です。 ●人的な被害が発生する可能性が高まっている危険な状況です。 	<ul style="list-style-type: none"> ●避難所へすみやかに避難を始めてください。
	<h2>避難指示</h2>	<ul style="list-style-type: none"> ●災害の前兆現象や近いうちに発生が懸念される状況、または、実際に人的被害が発生した状況です。 	<ul style="list-style-type: none"> ●避難中の方は、確実に避難する場所へ移動してください。 ●まだ避難していない方は、すぐに避難をしてください。 ●避難所等へ移動する時間の余裕がないときは、『生命を守る行動』をしてください。



『音声告知の設置』や『メール登録』を忘れないようにしないとね。

水平避難と垂直避難

① 水平避難

主に「市が指定する避難所」への避難をイメージすると思いますが、市の避難所が準備されていないなども想定されるため「友人宅・ホテルなど安全な地域・場所」に避難することも選択肢として持っておくことが重要です。

避難は自ら判断を

災害が迫ったとき、置かれた状況は一人ひとり違います。それぞれが自ら判断し、適切な行動を取らなければなりません。

② 垂直避難

屋外への移動が危険な場合、自宅や近隣建物の2階以上に緊急的に避難して、かつ斜面と反対側の部屋やスペースに避難することが必要です。



■ 非常持出品、備蓄品などを準備しましょう

「非常持出品」は避難するときのものです。「備蓄品」は、災害直後からの数日間、自足するための物資です。

非常食品

- 飲料水（ペットボトル）
- 缶詰、レトルト食品
- 梅干、クラッカー など

※最低3日分準備しましょう

生活用品

- 帽子、衣類、タオル
- 毛布、ティッシュ、マッチ
- ビニール袋 など

貴重品

- 現金、預金通帳、印鑑
- 健康保険証のコピー
- その他身分証明書 など

その他

- 懐中電灯、ラジオ
- メガネ、風邪薬、胃腸薬
- 常備薬（持病） など



現

代人の生活は、隣近所との関係が希薄であるといわれています。災害が発生したとき、それを防いだり被害を最小限に食い止めるためには、自分の家だけ無事でも仕方ありません。住んでいる地域全体が守られて、はじめて自分や家族が安全になれるのです。安心できるまちをつくるために、日ごろからコミュニティを大切にし、連帯感を深めていく努力が必要です。

■ 平常時の活動と災害時



大きな災害が発生したとき、地域は次のような状況に見舞われることがあります。

道路が不通になり、防災機関の活動が困難になります。

電話・水道・電気が止まり、防災機関への通報や消火活動に支障をきたします。

同時に多数の場所で被害が出て、防災機関の活動が分散します。

平常時の活動

防災知識の普及

防災についての正しい知識を身につけるために、防災訓練や講習会を通じて防災知識の普及を行います。

また、回覧やチラシ等で住民へ防災の啓発活動を行います。



災害時には…

情報班

災害時には市や消防機関から情報を収集し、住民に対し正しい情報を伝達します。また、地域の被害状況や避難状況を市へ報告します。



平常時の活動

地域内の防災環境の確認

火災が発生したときに、地域内に被害の発生、拡大につながる原因がないか確認したり、住民に対し、消火器具の点検や効果的な消火技術の習得を行います。また、救助の必要な避難行動要支援者の確認を行います。



災害時には…

消火班

災害時には周辺住民の協力を求めて初期消火を行い、火災の拡大を防ぎます。



平常時の活動

防災用資機材の整備点検

救出用資機材の使用法、負傷者の搬送法、応急手当法の習得訓練を行い、医療施設や救護所の位置を確認しておきます。また、活動用の資機材の整備点検を行います。



災害時には…

救出救護班

災害時には資機材を用いて救出作業を行うとともに、負傷者の応急手当をし、医療施設や救護所に搬送します。



平常時の活動

誘導訓練の実施

複数の避難経路・避難場所を把握しておき、誘導訓練を行います。また、地域内の危険箇所を把握しておくことも必要です。



災害時には…

避難誘導班

災害時には組織として安全な行動がとれるよう、避難場所までの確に住民を誘導します。



平常時の活動

救援物資の備蓄・管理

物資の備蓄・管理を行うとともにマキ炊飯、ろ水器を使った飲料水をつくる訓練などを行います。



災害時には…

給食・給水班

災害時には炊き出し、飲料水を確保するほか、食料品や救援物資の受け入れ、配給を行います。



高

齢者・障害者・難病患者・妊産婦・乳幼児・児童など災害時に避難支援が必要な方を「避難行動要支援者」と言います。このような方々を災害から守るために、みなさんと協力できるようにしましょう。

高齢者・寝たきりの方のために

日頃の備え

- 室内はできるだけ広くし、家具、棚の上に重い物、角がある物を置かない。
- 下敷きになるところに家具を置かない。

災害時には…

- あわてて外へ飛び出さない。
- 本震がおさまっても余震に備えて、家の中の安全な場所に移動する。



介助者へ

- 緊急の時は、おぶって安全な場所まで避難する。
- 複数の介助者で対応する。
- 不安を取り除くように声をかける。

肢体の不自由な方のために

日頃の備え

- 室内の安全スペースの確保と家具等の転倒防止策を十分にします。

災害時には…

- 無理な行動をとることを避けながらも、頭部を座布団や手で守る。
- 車イスは安全な場所に止め、介助者の協力を求める。

からだを動かすことにハンデがあるため、災害に対する的確な行動が制限される場合がある。



介助者へ

- 階段では、2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- 介助者が1人の場合、おぶいひもなどを用意し、おぶって避難する。

耳の不自由な方のために

日頃の備え

- 日常から筆記用具を携帯しておく。

災害時には…

- メモなどで、正確な情報を周囲の人に聞く。

避難勧告放送などが耳に入っていないため、状況の把握が遅れがちになる場合がある。



介助者へ

- 話をするときには、口の開け方をハッキリとし、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。

目の不自由な方のために

日頃の備え

- 白杖は必ず手の届く所に置いておく。
- 家具等の配置の変更は本人に必ず伝える。

災害時には...

- 災害発生時には笛などを吹き、居場所を知らせる。
- まわりの人に安全な場所までの誘導を依頼する。

よく知っている場所以外では、自力で災害に応じた行動が困難な場合がある。



介助者へ

- 災害時には、声をかけ情報を伝える。
- 誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持ってもらい半歩前をゆっくり歩く。
- 方向や目の前の位置などは、時計の文字盤の位置を想定して伝える。

知的障害のある方のために

日頃の備え

- 災害時の行動を日ごろから繰り返し話して聞かせ、ブロック塀や自動販売機など、外での危険な場所も教えておく。

災害時には...

- 家族の人と行動する。できない場合は、近所の人に助けを求める。



介助者へ

- あわてないように優しい声で指示を出すか、手をとって安全な行動を促す。

内部障害のある方のために

日頃の備え

- 通院が不可能になった場合に備え、主治医のアドバイスを受けておく。
- 常用薬や特殊な治療の蓄えについてかかりつけの医療機関に相談する。

災害時には...

- かかりつけの医療機関の状況を確認する。
- 帰宅できない状態でさしさまった治療の必要がある場合は、最寄りの医療機関か防災関係機関に相談する。



介助者へ

- かかりつけの医療機関をはじめ、病院や救護所などの情報収集の手助けをする。

外国人・旅行者のために

日頃の備え

- 必要最低限の単語は覚えておく。
- 旅先では非常口の確認を。

災害時には...

- 身振り手振りで話しかける。
- 避難経路などがわからない場合、地元の人に聞く。



一般の方へ

- とっさのときは、身振り手振りで話しかけ、孤立させないようにする。

わが家の防災メモ

火事・
救急は

119番

警察は

110番

電話は、あわてずに落ち着いて！住所・氏名・目標物を忘れずに！

住所

目標物

氏名

電話

緊急連絡先

機関名	電話番号	機関名	電話番号
三次市役所	0824-62-6111	吉舎支所	0824-43-3111
君田支所	0824-53-2111	三良坂支所	0824-44-3111
布野支所	0824-54-2111	三和支所	0824-52-3111
作木支所	0824-55-2111	甲奴支所	0847-67-2121

家族・親戚・知人の連絡先

日頃から記入しておいてください。

緊急連絡先名	電話番号	会社・学校	住所

わが家の避難場所

日頃から記入しておいてください。

避難場所	電話番号	備考

ご存知ですか？災害時の連絡方法

携帯電話 [災害用伝言板]

大規模な災害が発生した場合、NTT ドコモの「iMenu・dメニュー」、auの「au ポータル・au バス」、ソフトバンクの「Yahoo! ケータイ」のトップに「災害用伝言板」が追加され、自らの安否状態及びコメント等を登録することが可能になります。

また、スマートフォン・タブレットではアプリを利用して伝言を登録することができます。

登録された伝言は、インターネット接続が可能なパソコン・タブレット・スマートフォンや他社の携帯・PHSからも下記の URL で参照できます。

NTTドコモ

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

au

<http://dengon.ezweb.ne.jp>

softbank

<http://dengon.softbank.ne.jp>

災害用伝言ダイヤル「171」

NTT では、震度 6 弱以上の地震発生時など、被災地の電話が込み合っかかりにくい場合に「災害用伝言ダイヤル」サービスを開始します。

災害伝言ダイヤルの開設や登録できる電話番号等運用条件などは、災害後、NTT が決定しテレビやラジオ放送でお知らせしますので、「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って伝言の登録・再生を行ってください。暗証番号を使った他人に聞かれたくない伝言の録音、再生も可能です。

伝言の録音方法

①⑦①にダイヤルする

▼ガイダンスが流れます

録音の場合 ①

▼ガイダンスが流れます

(×××)××××-×××××

伝言の再生方法

①⑦①にダイヤルする

▼ガイダンスが流れます

録音の場合 ②

▼ガイダンスが流れます

(×××)××××-×××××

「防災のてびき」についてのお問い合わせ先：三次市総務部危機管理課 電話 (0824) 62-6116 FAX (0824) 62-2951