

[09 - 1 自主防災組織の活動] (『名古屋の防火&防災(抜粋)』)

◆ 自主防災活動の種別と主な活動内容

自主防災組織として行う活動を大きく分けて6つ例示します。(下表参照)。上から順に優先的に取り組んでいただきたい活動となっています。

次のページからそれぞれの活動の平常時にしておくこと、災害時に行うことを掲載しています。活動について、助言や支援を必要とされる場合は管轄の消防署へご連絡ください。

種別	活動概要
安否確認	・ 住民同士で安否を確認し、救出や消火が必要な世帯を迅速に把握する
現地本部運営	・ 安否確認の結果や被害の情報を集約し、災害救助地区本部へ報告する
初期消火	・ 消火器や消火バケツなどにより消火活動を実施する
救出・救護	・ ジャッキなどの資器材を使い救助活動を行う ・ 三角巾での応急処置や担架での搬送を行う
避難誘導	・ 指定緊急避難場所への誘導を行う ・ 要配慮者の避難の支援を行う
防災計画・マップなどの作成	・ 防災に関するマニュアル等をまとめる ・ 地域の危険情報などを記したマップの作成

◆ 安否確認

(1) ルールの策定

○ツール

(安否確認札やタオルなど)

○実施する人

(結果を取りまとめる人)

○安否確認を開始する時期

○安否確認結果の報告先



(2) 地域で決めたルールを住民に周知する

(3) 地域で安否確認訓練を行う



平常時

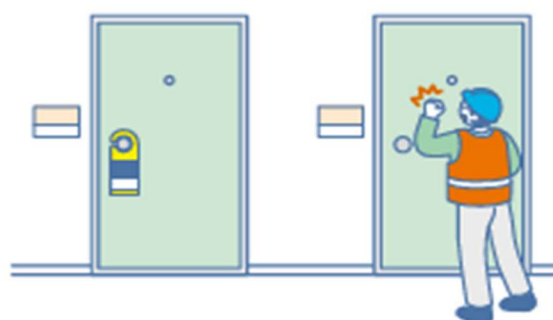
災害時

(1) ルールに基づき、安否確認を開始する

(2) 結果を取りまとめ、報告する

(3) 救助や消火が必要な場合は応援を呼ぶ

(4) 安否が確認できていない人を再確認する



◆ 現地本部運営

(1) ルールの策定

- 設置場所
- 設営する人
- 必要な資器材
- 設置時期

(2) 地域で決めたルールを住民に周知する

(3) 地域で現地本部運営訓練を行う

※安否確認訓練と併せて実施することが望ましい

必要資器材例



平常時

災害時

(1) ルールに基づき現地本部を設置する

(2) 安否確認結果や被害情報を集約する

(3) 救助や消火活動、安否確認の再確認を住民に指示する

(4) 集約した情報を災害救助地区本部に報告する



◆ 避難誘導

- (1) 避難に必要な資器材の確認
- (2) 避難場所への経路を組単位などで確認
- (3) 避難誘導訓練を実施



災害時

- (1) 避難情報などの情報入手し指定緊急避難場所等へ避難誘導を開始
- (2) 要配慮者などで人員が必要な場合は、現地本部に報告し必要な人員を集めてから対応する



平常時

◆ 防災計画・マップなどの作成

- (1) 資器材の整備や訓練予定、安否確認や現地本部のマニュアルなどをまとめた防災計画を策定
- (2) 避難上の危険箇所や災害時に役立つ施設などを記したマップを作成
- (3) 作成した計画とマップを住民に共有、定期的な見直し



災害時

- (1) 計画やマップを現地本部に持出し、貼り出すなどして災害対応に活用

(学区内の建物に掲示し、災害時に活用)



平常時

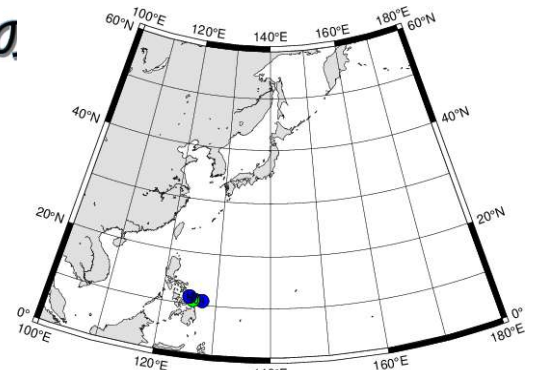
[09 - 2 台風知識]

星崎学区自主防災会 防災講座 (台風)

～どの情報で、どんな行動をするか～

◎ 台風とは

熱帯の海上で発生する低気圧(熱帯低気圧)のうち、赤道より北で東経180度より西の領域、又は南シナ海に存在し、最大風速(10分間平均)がおおよそ17m/s以上のものをいいます



おおよその台風発生位

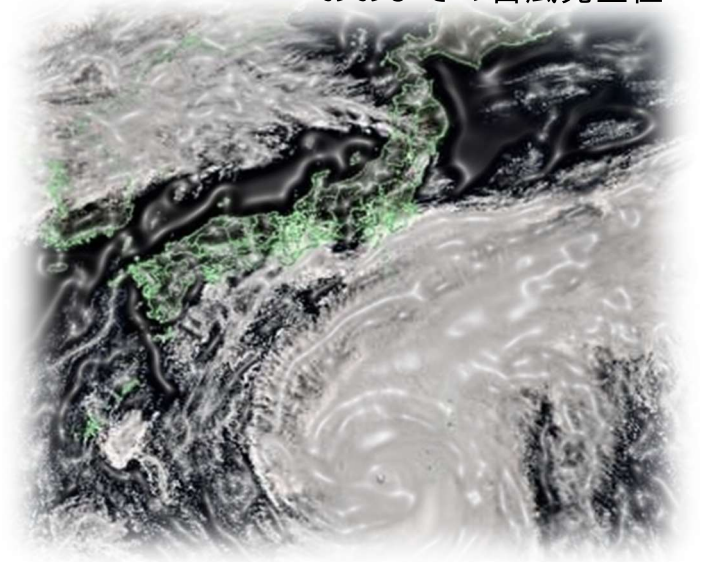
◎ 台風の強さと大きさ

〈強さ〉

階級	最大風速
強い	33m/s以上44m/s未満
非常に強い	44m/s以上54m/s未満
猛烈な	54m/s以上

〈大きさ〉

階級	風速15m/s以上の半径
大型(大きい)	500km以上800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

**情報を正しく理解して、確実な避難につなげましょう**

◎ 風の強さと吹き方の例(行動の目安)

強さ	平均風速(m/s)	時速だと	人への影響	建物への影響
やや強い	10～15	～50 km	傘がさせない	樋(とい)が揺れる
強い	15～20	～70 km	風に向かって歩けない	屋根瓦がはがれる
非常に強い	20～25	～90km	つかまらなと立ってられない	屋根瓦が飛散する
	25～30	～110km	飛来物で負傷する	プレハブ小屋が倒壊する
猛烈な	30～35	～125km	屋外の行動は危険	金属屋根の葺き材がめくれる
	35～40	～140km		外壁、屋根などが飛散する
	40～	140 km～		倒壊する住宅が発生する

(参考) 伊勢湾台風(昭和34年9月)時の最大風速(名古屋地方気象台)は、37.0m/sで、最接近の時間帯(午後7時～10時頃)では、1時間以上にわたって、30m/s超の風が吹き続けました

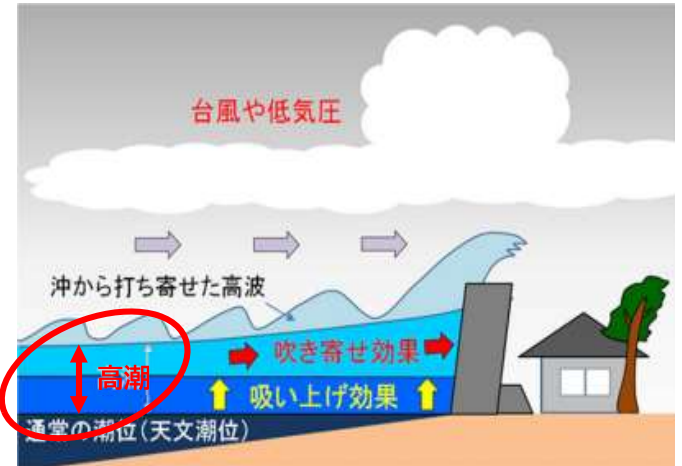
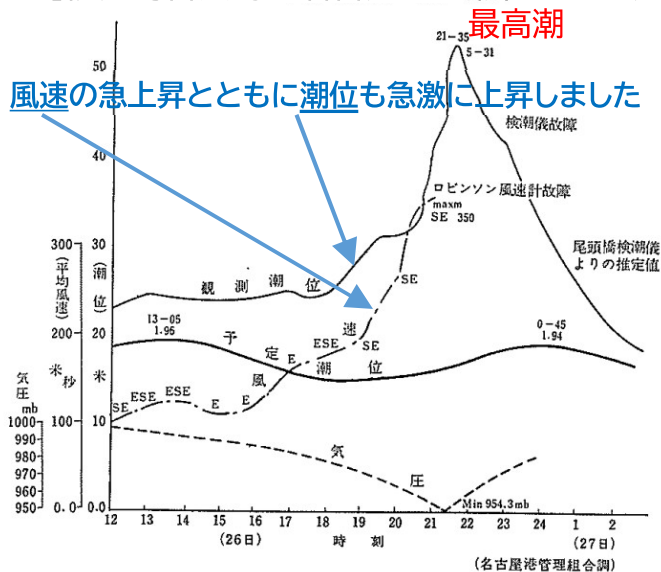
◎ 高潮とは

台風の風により、海水が海岸に吹き寄せられて(吹き寄せ効果)海岸付近の海面が上昇することで、伊勢湾のように奥ほど狭まる地形では、湾の奥ほど海面が高くなります

また、台風により気圧が低くなると海面が持ち上がる(吸い上げ効果)ことと併せて高潮といいます

※ 最新の潮位については、気象庁ホームページ「[潮位観測情報](#)」で確認できます

【伊勢湾台風時の名古屋港の潮位などの変



第1図 吹き寄せ効果と吸い上げ効果の模式図

【警報・注意報(今後の推移)】

沖縄本島地方の警報・注意報（今後の推移）												
2023年07月31日10時38分発表												
沖縄本島中南部										備考・関連する現象		
	09-12	12-15	15-18	18-21	21-24	00-03	03-06	06-09	09-12			
強風	陸上 海上	16 16	17 17	18 18	18 18	20 20	20 20	23 23	25 25	以後も警報級 以後も警報級		
波浪		4	5	5	5	6	8	9	10	11	以後も警報級 うねり	
高潮		0.0	0.2	1.2	1.3						以後も注意報級	
雷											警報	
沖縄本島北部										備考・関連する現象		
	09-12	12-15	15-18	18-21	21-24	00-03	03-06	06-09	09-12			
強風	陸上 海上	16 16	17 17	18 18	18 18	20 20	20 20	23 23	25 25	以後も警報級 以後も警報級		
波浪		4	5	5	5	6	8	9	10	11	以後も警報級 うねり	
高潮		0.0	0.3	1.3	1.4	1.0	1.3	2.0	2.0		以後も注意報級	
雷											警報	
沖縄真久根島										備考・関連する現象		
	09-12	12-15	15-18	18-21	21-24	00-03	03-06	06-09	09-12			
強風		16	17	18	18	20	20	20	20	以後も注意報級		
波浪		4	5	5	5	6	7	7	7	以後も警報級 うねり		
雷										以後も注意報級 警報		

■大雨特別警報

■特別警報(大雨以外)、高潮警報、土砂災害警戒情報

■強風(風速以外)、高潮(注意報)*1

■注意報(高潮以外)、高潮(注意報)*2

■予報開始時

*1 高潮警報に切り替える可能性が高い

*2 12日以上の高潮注意報

◎ 台風に関する各種情報

～台風に関する情報は、どこで確認するのでしょうか

※ テレビ、テレビのデータ放送などのほか、次のインターネットでも詳しくみることができます

✓ 台風の進路予想

- 気象庁 HP → 防災情報 → 気象防災 → 台風情報で5日先までの進路予想(下図)
- 少し難しいですが、ECMWF/Chart(欧州中期予報センター)の HP では10日先までの進路予想

✓ 風や雨の警戒時間帯

- 気象庁 HP → 防災情報 → 気象防災 → 気象警報・注意報から見たい地域を選ぶと、3時間ごと(24 時間先まで)の雨や風、高潮などの今後の推移予報(右上の図)気象庁 HP → 防災情報 → 気象防災 → 早期注意情報(警報級の可能性)から見たい地域を選ぶと、5日先までの警報級の可能性を確認できます。

2023年08月01日11時 沖縄気象台 発表												
本島中南部では、2日までの期間内に、大雨、暴風、波浪、高潮警報を発表する可能性が高い。												
沖縄本島中南部												
	12-18	18-24	00-06	06-12	12-24	3日	4日	5日	6日			
大雨	警報級の可能性	[中]	[高]	[高]	[高]	[中]	[中]	[中]	[中]			
	1時間最大	30	50	50	50							
	3時間最大	45	70	70	70							
	24時間最大				150から200							
暴風	警報級の可能性	[高]	[高]	[高]	[高]	[高]	[中]	[中]	[中]			
	最大風速	30	40	40	40	35						
	陸上	30	40	40	40	35						
	海上	30	40	40	40	35						
波浪	警報級の可能性	[高]	[高]	[高]	[高]	[高]	[高]	[高]	[中]			
	波高	11	12	12	11	10						
高潮	警報級の可能性	[高]	[高]	[高]	[高]	[中]	[中]	[中]	[中]			

■ [高] ■ [中]
▼ 早期注意情報の説明を表示する

【早期注意情報(警報級の可能性)】

[09 - 3 避難の知識]

星崎学区自主防災会 防災講座（避難）

～危険な兆候に察知して、余裕をもって行動しましょう

【どの警戒レベルで どう行動すればいいの?】

～ 首相官邸ホームページ

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
高 警戒レベル 5 命の危険 直ちに安全確保!	既に災害が発生・切迫している状況です。 命が危険ですので、直ちに身の安全を確保しましょう。	緊急安全確保 (市町村が発令) ※市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。
~~~~~<警戒レベル4までに必ず避難!>~~~~~		
警戒レベル 4 危険な場所から 全員避難	災害が発生する危険が高まっています。 速やかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。	避難指示 (市町村が発令) ※避難指示は、令和3年の災対法改正以前の避難勧告のタイミングで発令されます。
警戒レベル 3 危険な場所から 高齢者等は避難	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等)とその支援者は危険な場所から避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	高齢者等避難 (市町村が発令)
警戒レベル 2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等 (気象庁が発表)
低 警戒レベル 1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 (気象庁が発表)

この段階までに  
必ず避難しましょう!

- 自宅や今いるところにとどまることが危険な場合は、  
逃げない選択より逃げる選択をしましょう。
- 警戒レベル3、4の段階までに地域の皆さんで声を掛け合って、  
また、空振りをおそれずに、安全・確実に避難を終わめしょう。

## 警戒レベル3では

高齢者や障害者は危険な場所から避難

高齢の方や障害のある方、避難を支援する方などは危険な場所から安全な場所へ避難しましょう。  
急激な水位の上昇のおそれがある河川沿いにお住まいの方も、この段階で避難しましょう。

## 警戒レベル4では

対象地域の全員が危険な場所から避難

「避難指示」が出た段階です。

自宅では安全を確保できない方は全員速やかに危険な場所から避難してください。

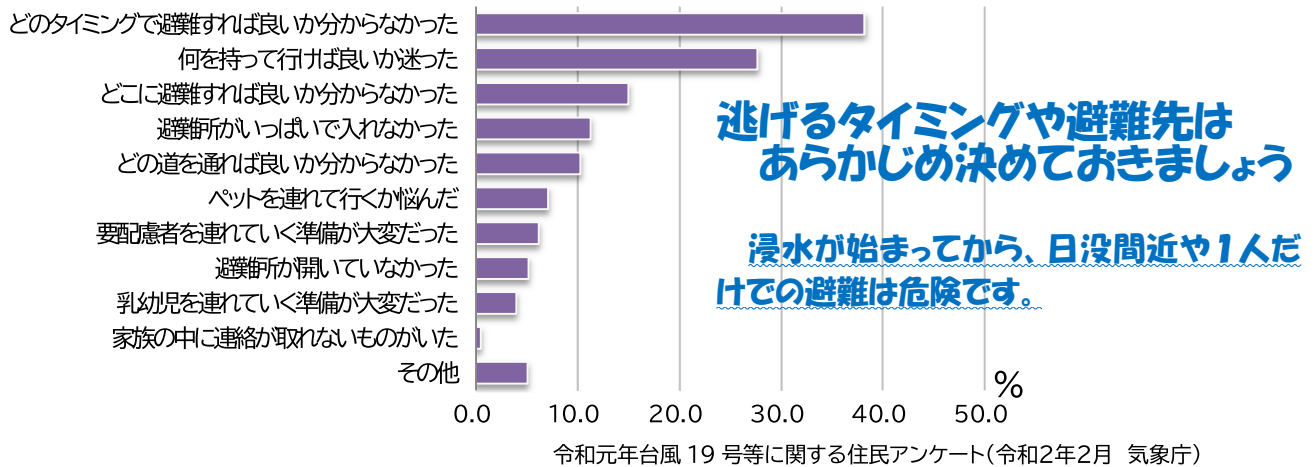
## 警戒レベル5では（“命の危険。直ちに安全確保”）

災害が既に発生している可能性が極めて高い状態で、安全な避難が難しい状況です。

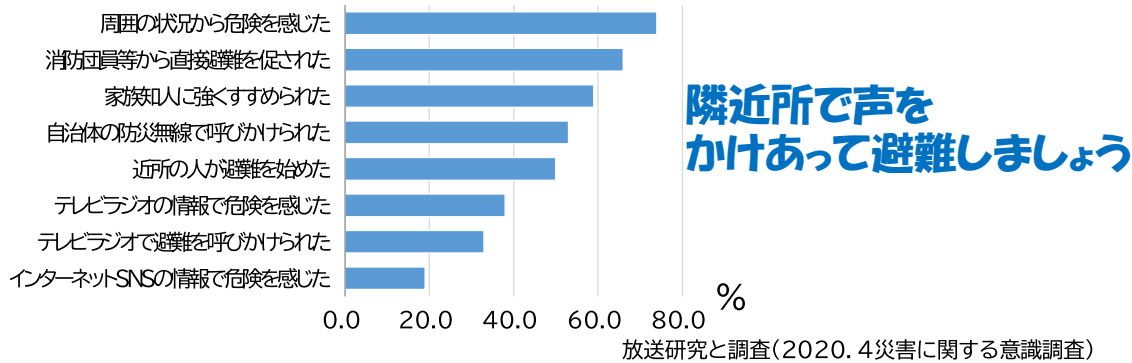
今いる場所で、より安全、より高いところに移動しましょう。

## 【過去の災害から学ぶ！】

避難(判断)する際に困ったことや苦労したこと(複数回答)(n=1553)



避難行動につながった言動(n=2437)



## 【災害に対応した避難所を確認しておこう！】

**指定緊急避難場所**

命を守るため、はじめに災害の危険から逃げるところ

避難場所(逃げるところ)の看板

地震や火事などのときは広い場所

津波や洪水などが来るときは高い場所(学校の屋上や高いビル)

**指定避難所**

地震や津波、洪水などの危険が落ち着いたあと、家がこわれて帰れないとき、少しの間生活するところ



【星崎コミュニティセンター】

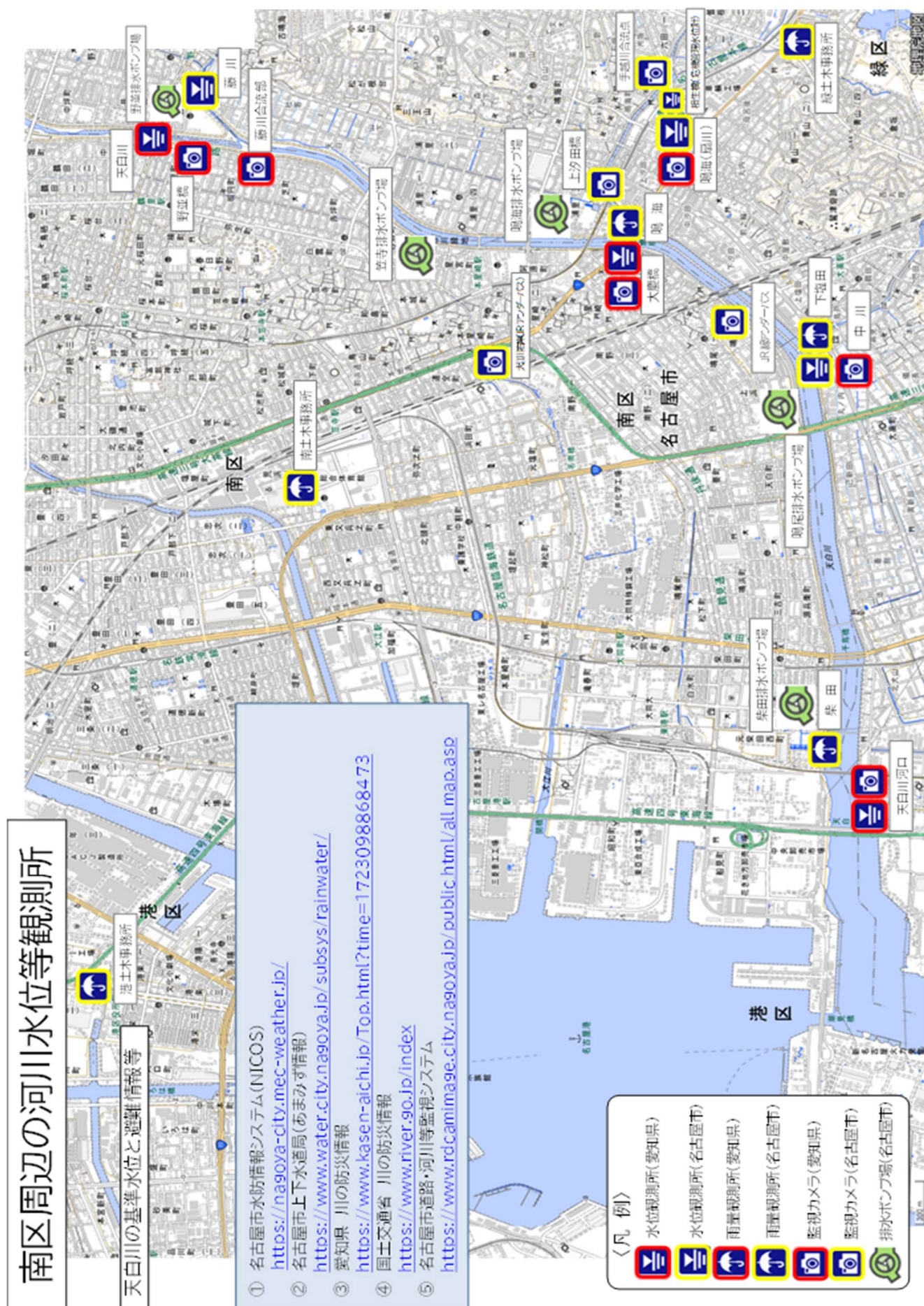


【星崎学区公民館】



【星崎小学校】

## [09 - 4 南区周辺の河川水位等観測所]



## [09 - 5 リアルタイム防災情報サイト]

令和6年8月24日現在

名 称	U R L 概 要	QRコード
緊急速報メール	NTTドコモ、KDDI、ソフトバンク、楽天モバイルにより、配信される情報で、市区町村を対象エリアとして避難関連情報、土砂災害警戒情報などを対応機種に一齐にメール配信するシステム（登録不要、端末ごとの設定が必要）（市町村ごとに携帯各社との契約が必要）	
「キキクル」	<a href="https://www.jma.go.jp/bosai/risk/">https://www.jma.go.jp/bosai/risk/</a> 災害の危険度の情報を早い段階から伝えるために、浸水、洪水、土砂災害などの危険度を5段階で地図に表示	
「キキクル」(危険度分布)通知サービス	<a href="https://promo-mobile.yahoo.co.jp/risklevel/">https://promo-mobile.yahoo.co.jp/risklevel/</a> （例 Yahooの場合） 気象庁のキキクル(危険度分布)情報を協力事業者が提供するサービス 登録した地域で「危険(紫)」 例) Yahoo JAPANアプリをインストール（ID登録、パスワード設定）する必要がある	
みずから守る防災情報メールサービス	<a href="mailto:ml-ent@mail.kasen-aichi.jp">ml-ent@mail.kasen-aichi.jp</a> 愛知県が実施し、大雨、洪水、河川水位、土砂災害などの防災情報をメールで配信（上記アドレスに空メールし、登録する必要がある）	
さずなネット防災情報	<a href="mailto:m.saigai@kizuna.chuden.co.jp">m.saigai@kizuna.chuden.co.jp</a> 名古屋市が中部電力(株)との協定により、避難議歩や安全な暮らしに役立つ情報などをメールで配信するほかアプリを入手しても情報を受取ることもできる（上記アドレスに空メールし、登録する必要がある）	
名古屋市防災アプリ	<a href="https://www.city.nagoya.jp/bosaikikikanri/">https://www.city.nagoya.jp/bosaikikikanri/</a> 平時には自分の避難計画を作成し、災害時には気象や避難情報などの緊急情報をプッシュ型で知らせる（アプリの入手（無料）が必要）	 Android  iOS
名古屋市 防災Facebook	<a href="https://www.facebook.com/nagoya.bousai">www.facebook.com/nagoya.bousai</a> 防災に関するイベントや知っておくと役立つ防災情報や災害時には緊急の避難情報や被災後の生活支援に関する情報を提供	
名古屋市公式 LINE	<a href="https://accountpage.line.me/nagoyacity">https://accountpage.line.me/nagoyacity</a> 名古屋市(広聴課)のLINE。友だちに追加することで、イベント情報や防災情報などの配信、避難所検索機能のほか市政に関する問い合わせの自動応答(チャットボット)など	
災害時！最寄りの避難所 開設情報(名古屋市)	<a href="https://www.city.nagoya.jp/bosaikikikanri/page/0000140143.html">https://www.city.nagoya.jp/bosaikikikanri/page/0000140143.html</a> 災害発生時に適切な情報に基づく避難により、特定の避難場所(避難所)への集中や避難所間の移動を防ぐため、避難所等の「開設・未開設・満員」の状況が確認できる	
名古屋市水防情報システム(NICOS)	<a href="https://nagoya-city.mec-weather.jp/">https://nagoya-city.mec-weather.jp/</a> 市内及び周辺部の雨量や河川水位等のリアルタイム状況が表示される	
雨水(雨水)情報 [天白川系 ポンプ運転状況]	<a href="https://www.water.city.nagoya.jp/subsys/rainwater/river/?KASENKEI_CD=3">https://www.water.city.nagoya.jp/subsys/rainwater/river/?KASENKEI_CD=3</a> 名古屋市上下水道局が設置する雨水排水ポンプの運転状況をリアルタイムで表示	
気象庁	<a href="https://www.jma.go.jp/jma/index.html">https://www.jma.go.jp/jma/index.html</a> 気象庁のホームページ	
愛知県防災Web	<a href="http://www-bousai1.koudoka.pref.aichi.jp/pub_web/">http://www-bousai1.koudoka.pref.aichi.jp/pub_web/</a> 気象注意報・警報、愛知県内の市町村が発表する避難情報、避難所の開設、被害状況等の情報を一元的に掲載	
愛知県災害関連 ポータル	<a href="https://www.pref.aichi.jp/site/aichisaigai-portal/">https://www.pref.aichi.jp/site/aichisaigai-portal/</a> 愛知県内の気象、河川、土砂災害、道路、公共交通機関、電話（安否確認）、ライフライン等の一括関連サイトをまとめたポータルサイト	

愛知県 川の防災情報	<a href="https://www.kasen-aichi.jp/sp/">https://www.kasen-aichi.jp/sp/</a>	
	愛知県が管理する新川、天白川、五条川の河川監視カメラの画像、雨量、水位情報の配信	
国土交通省 川の防災情報	<a href="https://www.river.go.jp/index">https://www.river.go.jp/index</a>	
	流域雨量、川の水位、河川の予警報、カメラ画像等の情報	
国土交通省 名古屋国道事務所 道路ライブカメラ	<a href="https://www.cbr.mlit.go.jp/meikoku/traffic/livecamera/">https://www.cbr.mlit.go.jp/meikoku/traffic/livecamera/</a>	
	国道1、19、22、23、41、155号	
NHKニュース 防災アプリ	<a href="https://www3.nhk.or.jp/news/news_bousai_app/index.html">https://www3.nhk.or.jp/news/news_bousai_app/index.html</a>	  Android      iOS
	最新ニュース、災害情報をプッシュ通知で知らせたり、地図上で雨雲や台風	
欧州中期予報センター (ECMWF)	<a href="https://charts.ecmwf.int/">https://charts.ecmwf.int/</a>	
	イギリスに本部を置く政府系支援を受けて数値的な天気予報を行う機関の情報で、台風は最大10日先まで行い、長期予報の精度はトップクラスと言われる	
米軍合同台風警報 センター(JTWC)	<a href="https://www.metoc.navy.mil/jtwc/jtwc.html">https://www.metoc.navy.mil/jtwc/jtwc.html</a>	
	アメリカ国防省の機関で北西太平洋、インド洋で発生する熱帯低気圧を監視、軍の資産の安全確保を目的とするもので、公開もしている（時刻表記が世界時のため日本時間とするには9時間をプラスする必要がある）	

作成例（風水書の場合）（※色付き文字を参考にして①～⑥の順に、あなたの家のマイ・タイムラインを完成させてください）

わが家のマイ・タイムライン

1 基本情報

■ 家族構成 7 人

■ 家族以外と一緒に避難する人 名前 隣のおばあちゃん

■ 家族のお迎え 母親 が 本城中学校へ

■ 家族のお迎え を迎えに行く

■ 家族が避難しなれたときの集合場所 避難所(星崎小学校)に集合する

電話番号: 052-123-4567

**[台風・大雨]**

自宅の災害  
リスクチェック

<input checked="" type="checkbox"/> ③ 洪水0m~3.0m未満	mの浸水	浸水継続時間	1日~3日未満
<input type="checkbox"/> 新築環境等災害想定区域			
<input checked="" type="checkbox"/> 内水氾濫0m~3.0cm未満	mの浸水	浸水継続時間	3日以上
<input checked="" type="checkbox"/> 高潮 50cm以上	mの浸水	浸水継続時間	1週間以上
<input type="checkbox"/> たため池の浸壊による浸水			<input type="checkbox"/> 土砂災害(特別)警戒区域

[illegible]

名 前	携帯電話番号	名 称	自宅以外で生きているところ
星 崎 大 郎	090-0000-0000	星 崎 苗 事 (株)	052-000-0000
星 崎 花 子	080-0000-0000	笠 寺 事 務 所	052-001-0001
星 崎 一 郎		本 城 中 学 校	052-002-1000
星 崎 洋 子		星 崎 小 学 校	052-100-2000

ハザードマップにあててみよう！

浸水深

10.0m以上

5.0m～10.0m未満

3.0m～5.0m未満

1.0m～3.0m未満

0.5m～1.0m未満

0.3m～0.5m未満

0.3m未満

【自由記述欄】

川の水位(水かさ)、台風最接近からの時間、参考とする情報など、行動に必要な判断基準のほか、非常持出品の確認などに活用してください。

※ いつ、誰と、どこに逃げる？ 何を、どうやって確認する？など書き込んでく

**5** 1～2 日前

- 雨風が強くなる前に済ませておくこと
- 台風の情報を選べる(テレビ、インターネット)
- 家の周の点検(戸締り、止水対策など)
- 備蓄品又は非常持出品の確認(下記 参照)
- きずなネット防災情報/なすから守る防災情報などに登録(水位、避難情報の入手)
- 大切なものを上の階に移動させる
- ベットの備え

半日前

- 避難の判断をする
- 避難する場所の確認(在宅、親戚、避難所(星崎小学校、ホテルなど))
- いっく避難するか(家族で確認(避難判断水位)に到達、避難指示の発令)
- 高齢者が一緒の場合は、早め(高齢者等避難情報)に避難する

6 時間前

- 避難するなどの注意事項
- スニーカーに靴、動きやすい服装
- 隣近所への声掛け
- 近所の要配慮者(一緒に避難する人)への声掛け、手助け

1～2 時間

- ※すでに道路が危険な場合は、自宅2階か近の○○ビルに緊急に避難する)

【気象情報や避難情報の確認方

- テレビ、インターネット
- SNS(Facebook)「星崎学区連絡協議会」
- 緊急避難メール(各携帯電話会社)
- 名古屋市同報無線テレビ(なすから)(050-1807-4388)
- きずなネット防災情報(m.saijoo@kizunachuden.co.jp に空メール)
- 愛知県 なすから守る防災情報メール(なすからサービス(ml-em@mail.kasen-aichi.jp に空メール))
- 「なごや防災アプリ」に登録(スマホ)



星崎学区連絡協議会  
(Facebook)

**6** 【家族との連絡手段】

災害用伝言ダイヤル(登録電話番号 090-0000-0000) ※ 太郎の携帯電話

【引寄せ品 チェックリスト】※乳幼児、高齢者等についても考えておくこと

<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 防寒具(冬期)	<input type="checkbox"/> UD 食品	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 身分証明書(コピー)	<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器)	<input type="checkbox"/> 乾電池	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> マスク・ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ビニールシート	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 筆記用具・メモ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> ラジオ
<input type="checkbox"/> おむつ	<input type="checkbox"/> 離乳食	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## [09 - 7 100 均で揃う防災用品]

## 100 均でこれだけ揃う 防災用品



## おくすりケース

- ◆ 持病薬や常備薬をまとめていれられます
- ◆ 日常使いにも便利です



## レジャーシート

- ◆ 防水用はもちろん、避難所での区画の役目も果たします



## ロープ

- ◆ ロープは物干し竿代わりに
- ◆ ロープとレジャーシートを使って間仕切りとしても活用できます



## ランタン

- ◆ 停電や避難所でちよっとした明かりとして便利です



## 消臭袋・レインコート

- ◆ 消臭袋とタオルがあれば、応急のおむつも作れます
- ◆ レインコートに新聞紙を入れれば防寒衣に早変わり

## 【防災用品の揃え方】

備蓄品や非常持出品は、飲料水、食料、携帯充電器、懐中電灯に下着や着替え、タオルなどたくさんあります。

一度に揃えるのも大変です。

そんなときは、100円ショップで簡単に揃えられるものから始めてみましょう。

## ポイント

- 1 防災用品の半分以上は100円ショップで
- 2 ふだん使いのものを災害時に応用する
- 3 防災用品は年に2回は見直しましょう

左の写真は、ほんの一部です。

まだまだ、たくさんありますので、順次紹介していきます。(詳細は、下記の Facebook でも)

【ご家庭にあるものを使って災害時に活用しましょう】  
～避難するときに一緒に持っていきましょう～

- レジ袋
- アルミホイル、ラップ
- タオル、バスタオル
- 新聞紙
- テッシュ、トイレットペーパー、キッチンペーパー
- ガムテープ(ちよっとした掃除や油性ペンがあればメモにもなります)
- 皿、コップ、フォーク、スプーン
- 空きペットボトル(手洗い、シャワーにもなります。お湯があればタオルを巻いて湯たんぽにも)
- 筆記用具も必須です
- 免許証やマイナンバーカード、預金通帳のコピーなど

Facebook 始めました  
活動のほか、災害時にも活用できるように充実していきます



星崎学区連絡協議会  
Facebook

フォローしてね

2024.10 No.1

この資料は、名古屋都市センターの地域まちづくり支援制度活動助成を受けて作成しています。

命を守る水

【大きな災害から命と暮らしを守る水】

飲料水

飲料用や料理、トイレ、手洗いなど、普段、蛇口をひねると当たり前のようにでてくる『水』。大きな地震や水害では、断水で出ないことも考えておく必要があります

人は、汗や排泄などのほか、呼吸、皮膚などからも多くの水分を体の外に排出しており、その量は、1日で2.5～3ℓといわれています。

一方、食事や代謝によって得られる水分量は、1日で10程度です。出て行く量との差の1.5～2ℓを補充する必要があります。また、汗の量は周辺の環境に大きく影響を受けることから、夏の時期などは、さらに多くの補充が必要になります。

お茶にはカフェインが、スポーツドリンクには糖分が、含まれていることから、眠れない、糖分を控えている方には、『水』がおすすめです。

生活用水

トイシ、手洗い、うがい、洗濯など、体内に入れるわけではありませんが、生活をしていく上での水(生活用水)も必要です。

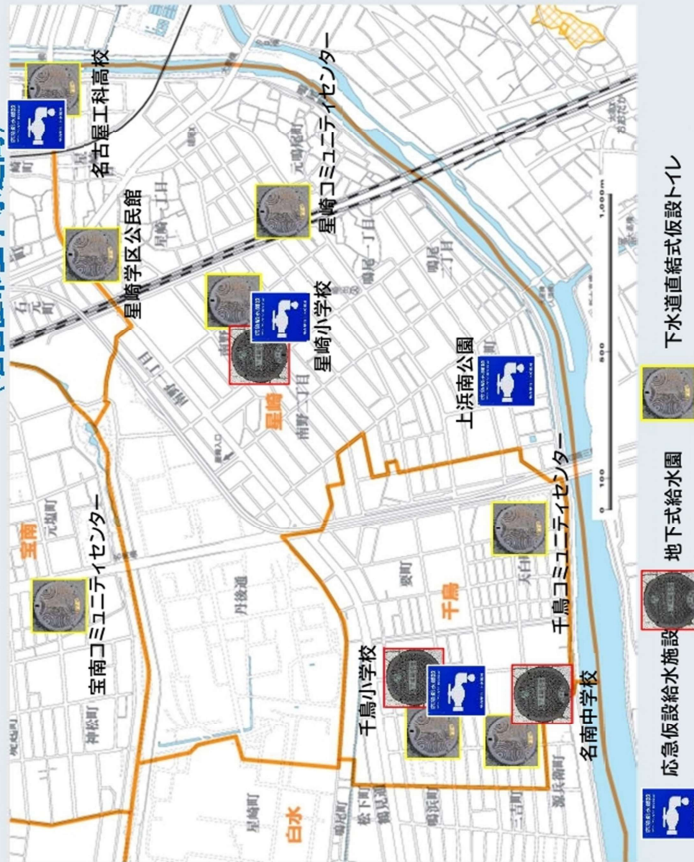
トイレの平均的な使用回数は、1日5回、手洗い、食器洗浄など、発災直後では、最低限に絞ったとしても、必要な量は1人1日で10～20回といわれています。

お風呂の水のため置きができれば、約200ℓの水を確保できます。

## ポイント

- 1 飲料水の備蓄と給水タンクの備え
- 2 家の近くの水が手に入る施設等を調べる(右図参照)
- 3 家の中の水漏れを防ぐために、元栓の位置を確認しておく

いざという時、水やトイレはここにありません  
(名古屋市上下水道局)



きゅうすいしゃ  
**給水車は来てくれないの？**



「大きな地震が来る前に、命を守る水を用意しよう」(名古屋市上下水道局)から  
<https://www.water-city.nagoya.jp/file/40720.pdf>

## [09 - 9 わが家でできる風水害対策]

# わが家でできる風水害対策

風水害による被害を最小限に食い止めるには、事前の備えが必要です。  
ここでは、日頃の備え、避難の際の心得など、わが家でできる対策についてまとめました。

## 台風や集中豪雨がくる前に

### 外壁・ベランダ・窓などの備え

- ・壁に亀裂や腐りなどがないか点検しましょう。
- ・窓戸にがたつきはないか点検しましょう。
- ・プロパンガスのボンベはしっかり固定されているか点検しましょう。
- ・雨どいを掃除し、排水をスムーズにしておきましょう。
- ・ベランダの植木鉢など、風で飛ばされそうなものを室内へ入れましょう。
- ・窓が割れた時のガラスの飛散を防ぐため、テープを貼ったり、万一の飛来物の飛び込み用に備えてカーテンやブラインドをおろしたりしておきましょう。

### 損害保険の加入

- ・火災保険のなかには、火災だけでなく、台風・暴風や洪水、床上浸水、落雷などで家が損害を受けた場合に補償されるものがあります。
- ・被害にあった後の生活再建に役立つ火災保険の加入をご検討ください。

### 屋根の備え

- ・瓦のひび・割れ・ずれ・はがれはないか点検しましょう。
- ・TVアンテナに緩みやぐらつきがないか点検しましょう。
- ・車庫や物置などのトタン板が風圧で吹き飛ばされないか点検しましょう。

### 屋内での備え

- ・非常持ち出し品の準備をしておきましょう。
- ・停電に備え、懐中電灯や携帯ラジオの準備をしておきましょう。
- ・断水に備えて飲料水を確保しておきましょう。
- ・浴槽に水を張るなどして、生活用水を確保しておきましょう。
- ・浸水などのおそれのある場所では、食料品・衣類・寝具などを高い場所へ移動しておきましょう。
- ・定期的に家族で防災会議を開き、ハザードマップ等で危険な場所や避難場所、避難経路を、また、お互いの連絡方法の確認をしておきましょう。

### 塀や庭などの備え

- ・ブロック塀にひび割れや破損がないか点検しましょう。
- ・側溝や排水溝のゴミや木の葉などを取り除き、水はけをよくしておきましょう。
- ・庭木に支柱を立てたりして補強しておきましょう。
- ・庭の物干し竿や自転車など、風で飛ばされそうなものを室内へ入れましょう。
- ・住んでいる土地の特徴を把握しておきましょう（くぼ地か、危険ながけはないかなど）。
- ・崩れそうながけがあれば、ビニールシートなどで覆い、雨の浸透を防止しておきましょう。

