

防災 携帯用 虎の巻

備えるスマイル、いつもの防災!

★ 豊田市

令和4年3月作成

こんなときどうする?

風水害編

豪雨や台風に備える

大雨や台風がくる前に

- 家の周りの点検をする
 - ・外壁や屋根、塀などにひび、ずれ、破損などはないか?
 - ・雨どいや側溝、排水溝はつまっていないか?
- 物干し竿、植木鉢、自転車など風でとばされやすいものを室内に入れる
- 浸水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に移動させる
- 水道水の汲み置きや風呂の残り湯の溜め置きなど生活用水を確保する
- 非常持ち出し品をチェックし、いつでも持ち出せるようにしておく

雨が長時間続くときは…

- 市から出される警戒レベルなどの緊急情報に気をつける
- テレビ・ラジオ・インターネットなどで最新の気象情報や川の水位の情報を積極的に収集する
- 収集した情報や周りの状況などをもとに、避難の必要性を判断する
- 避難を決めたら速やかに行動に移す

ポイント 避難先を考えておく

- 市の指定する緊急避難場所に行くことだけが避難ではありません!
- 自宅・・・在宅で安全確保 ※自宅周辺のリスクが少ない場合
 - 親戚・知人宅・・・安全な場所の親戚や友人宅 ※日頃から相談を
 - 自主避難場所・・・地域が指定している避難場所
 - 車中泊・・・プライバシー確保に有効 ※安全な場所で健康管理に注意

避難するときは?

- 運動靴で避難する
 - ※長靴は中に水が入ると歩きにくくなります。
- 非常持ち出し品は背負うなどして両手は自由に
- 隣近所で声をかけあい、時間に余裕を持って避難する
- 足元に注意
 - ※溝や水路が水で見えないことも。長い棒を杖代わりにするのも◎
- 増水した川や崖の下など危険な場所には近づかない
- 万一避難が遅れたら、近くの高い建物や家の中の高いところに移動



地震編

行動で被害を抑える

1 地震発生 身を守る



家や建物の中では?

- 安全な場所にすばやく移動
- クッションなどで頭を守る
- できる範囲で火の始末をする
- あわてて、外に飛び出さない



路上では?

- 看板や瓦などの落下物から頭を守る
- 塀や自販機から離れる
- その場に立ち止まらず、頭を保護して、空き地や公園へ避難する

エレベーターの中では?

- 行き先ボタンを全部押す
- 閉じ込められたときは、「非常用呼び出しボタン」等で外と連絡をとる



車の運転中は?

- ハザードランプを点滅させて、徐々に減速し、道路左側に停車する
- カーラジオや携帯電話などで情報を得る
- 車をおいて避難するときは緊急車両の妨げにならないように配慮する



電車等の車内では?

- つり革や手すりに両手でつかまる
- 係員の指示にしたがい落ち着いて行動する



海辺では?

- 津波を警戒する
- 高台や頑丈なビルの上層階へ避難する

崖の近くでは?

- 崖からすぐに離れる



2 ゆれがおさまったら 状況確認

落ち着いて、周囲の状況を確認する

- ドア・窓を開けて出口を確保する
- ケガをしないように、靴やスリッパを履く
- 家族の安全を確認する
- 火の始末、火が出ていたら初期消火をする
- 自宅を点検、倒壊のおそれがあれば避難する

3 落ち着いたら 正しい情報を入手

正確な情報を入手し隣近所で助け合う

- テレビ・ラジオ・インターネットなどで情報を確認する
- デマに惑わされない
- 隣近所に声をかけ、無事を確認する
- 隣近所で協力し、消火、ケガ人の救出・救護にあたる



4 移動するときは 落ち着いて行動

安全に気をつけて、避難や帰宅をする

- 避難すべきか冷静に判断する
- 自宅から避難する場合は、ガスの元栓を締め、電気のブレーカーを切る
- 防犯のために戸締りをして自宅を出る
- 近所の人や地域の役員などに行き先を伝えておく
- 緊急車両の妨げにならないよう、車は使用しない
- 都市部で公共交通機関が停止した場合、周囲の安全が確認されてから移動(帰宅など)する

警戒レベル 4 でただちに避難!!

警戒レベル 3 で高齢者等は避難開始!

警戒レベル	とるべき避難行動等	避難情報 (豊田市が発令)	参考となる気象情報の例 (気象庁、愛知県などが発表)
警戒レベル 5	既に 災害が発生 している状況です。 命を守るための最善の行動 を取りましょう。	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報など
警戒レベル 4	速やかに避難先へ避難 しましょう。安全な避難先までの移動が危険な場合は、近くの頑丈な建物や自宅内の少しでも安全な場所で身を守りましょう。	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報など
警戒レベル 3	避難に時間を要する人 (ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等) とその支援者は避難 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	洪水警報 氾濫警戒情報など
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。	発令なし	大雨注意報 洪水注意報など
警戒レベル 1	災害への心構えを高めましょう。	発令なし	早期注意情報

※地形や状況によっては避難する必要がない場合もあります。平時から身のまわりの自然災害ごとの危険性を把握しておき、状況に応じて避難の必要性を判断しましょう。

災害に備えて!

家族で防災について話し合い、あなただけの虎の巻を完成させてください。



緊急連絡先

火事・救急**119** 警察**110**

名称	電話番号
豊田市役所	0565 - 31 - 1212
消防署	- -
警察署	- -
ガス	- -
電気	- -
水道	- -
病院	- -

正確な災害情報入手する

豊田市の災害情報等をお届けします

テレビ・ラジオ

ひまわりネットワーク

- ひまわり12(地上12ch)
 - 生活情報チャンネル(CATV126ch)
- エフエムとよた[ラジオ・ラビート]78.6MHz

メール

- エリアメール・緊急速報メール
市内にある携帯電話(対応機種)へメールを配信します
- 緊急メールとよた
事前に登録されたメールアドレスに緊急情報や気象情報を配信します



PC/スマートフォン



フィーチャーフォン

防災行政無線・防災ラジオ

災害時には音声や警報音で緊急情報をお知らせします

防災テレホンサービス

防災行政無線で放送した内容を電話で確認することができます

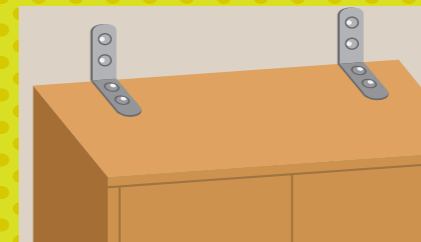
- 0120-34-0174(通話料無料)
- 0565-37-3530(通話料有料)

インターネット

豊田市ホームページ(PC版)
http://www.city.toyota.aichi.jp/
豊田市ホームページ(携帯電話版)
http://mobile.city.toyota.aichi.jp/
豊田市防災気象情報サイト
http://toyota-city.bosai.info/

家具を固定する

- できるだけ、家具や落下しやすいものを置かない
※寝室や子ども部屋は特に安全に
- それぞれの住環境に見合った方法で家具を固定し、転倒・落下を防ぐ
《例えば》
・キャスター付きなどの家具は車輪の移動防止措置をする
・窓や家具に使われているガラスは割れた時のために飛散防止対策をする
・食器棚などの扉は、中身が飛び出さないように固定をする
- 家具の配置を工夫し、万一倒れても、避難できるようにする



豆知識 「100円ショップ」

100円ショップでも、防災お役立ちグッズを購入することができます。家具を固定する粘着ジェルや、ガラス飛散防止のフィルム。他にも、スリッパや呼子笛、電池、ビニール袋やラップなどもあります。一度のぞいてみてはどうでしょうか?

非常持ち出し品・備蓄品を用意する

- 避難するときを持ち出す必要最小限の「非常持ち出し品」と、自宅で生活するための「備蓄品」を分けて用意する
- どこに置くか、なにを備えるか、家族で話しあう
- 定期的に中身や食料の賞味期限を確認する
衣服など季節に合わせた物を用意する



非常持ち出し品

- 避難する時に持ち出す最小限の必需品
- リュックなどにいれておく
- 実際に持出せる量にする
(男性15kg、女性10kgが目安)

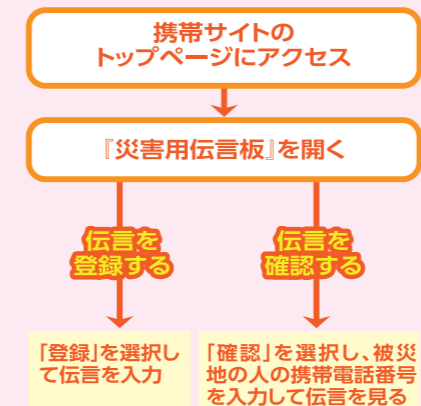


備蓄品

- ライフラインや物流が止まっている期間、生活をするために必要なもの
- 最低3日分、できれば7日分用意
- キッチン、車庫、物置、ベランダなど取り出しやすい場所に置く
- 普段使う食材を多めに常備しておき、古い順に使った分を補充する「ローリングストック」を活用

災害時の連絡手段を確認する

携帯電話の災害用伝言板(メール)



災害用伝言ダイヤル「171」



- ▶携帯電話やパソコンのメールを利用する
・通話よりもつながりやすい
- ▶公衆電話を利用する
・災害時にも発信規制を受けない
- ▶遠隔地に連絡中継点をつくる
・被災地から被災地外への電話は比較的かかりやすい
- ▶SNSを活用する

SNSって...?

「twitter」や「LINE」、「Facebook」のようなSNS(ソーシャルネットサービス)は、インターネットを通じて情報のやり取りが出来るサービスです。情報交換や安否確認の手段として活用出来ます。

※事前に家族と離れ離れになった場合の連絡方法、集合場所を決めておきましょう

家族で確認しながら書き込む

●家族との連絡方法

① _____

② _____

③ _____

●家族の集合場所

●身近な避難場所①

場所 _____

●身近な避難場所②

場所 _____

わたしのきろく

本人氏名 _____

携帯電話 _____

住所 _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

氏名 _____ 男・女

携帯電話 _____

メールアドレス _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

氏名 _____ 男・女

携帯電話 _____

メールアドレス _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

持病/アレルギー/常備薬 _____

健康保険番号 _____

かかりつけの病院など _____

かぞくのきろく

氏名 _____ 男・女

携帯電話 _____

メールアドレス _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

氏名 _____ 男・女

携帯電話 _____

メールアドレス _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

氏名 _____ 男・女

携帯電話 _____

メールアドレス _____

職業・学校 _____

生年月日 _____ 血液型 _____

ハザードマップを見ておこう



Other Languages Guide Download

ENGLISH
中文(簡体字)
PORTUGUÊS
やさしい日本語版



※日本語版もダウンロードできます