

# 令和元年度 保存版 震災に備えて、在宅避難の準備は大丈夫?

特集

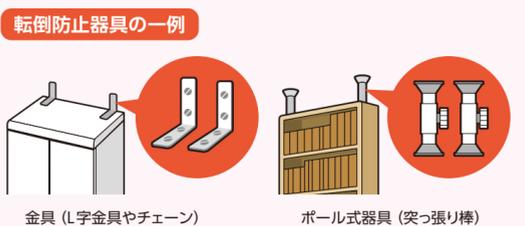
今後30年の間に横浜市で、震度6弱以上の地震が発生する確率は82%といわれています。地震が発生したら避難所(地域防災拠点)に行けばいいと思いませんか? 避難所のスペースには限りがあり、プライバシーも十分に守れません。住み慣れた家でストレスの少ない在宅避難(在宅被災生活)ができるように準備をしましょう。

問合せ 区役所危機管理担当(☎847-8315 ☎841-7030)

## 在宅避難に必要なことは?

自宅の安全対策をしよう! 在宅被災生活を送るためには、自宅の安全確保が重要

**家具の転倒防止**  
震災では、多くの人が家具の下敷きになって亡くなりました。大切な命を守るために、転倒防止器具を取り付けましょう。



**自宅を耐震診断**  
市では、木造個人住宅の耐震診断を無料で実施しています。分譲マンションには耐震診断費用の一部を補助しています。

**自宅を耐震化**  
改修が必要と診断された木造個人住宅や分譲マンションに対し、市が耐震改修費用の一部を補助します。

※自宅の耐震診断・耐震化は、昭和56年5月以前着工の住宅が対象です

問合せ 建築局建築防災課 (☎671-2943 ☎663-3255)

在宅避難(在宅被災生活)のリーフレットを作成しました



必要な物を備蓄しよう! 災害発生直後は、食料品や日用品の確保が難しくなります。備蓄する量は最低3日分(7日分が理想)

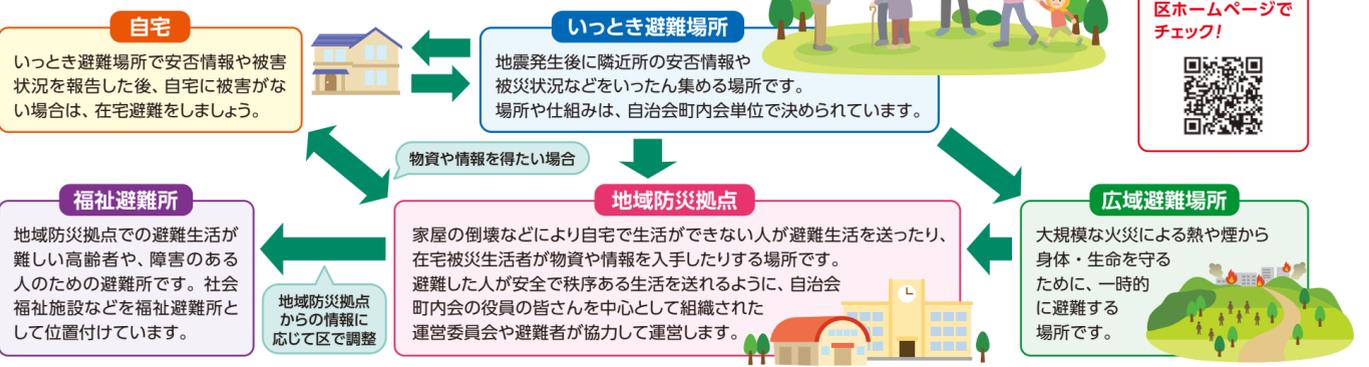
- 飲料水 目安: 3日分で1人9ℓ
- 食料品 クラッカー、缶詰など調理しないで食べられる物、食べ慣れた物をローリングストック※します。
- トイレパック 目安: 3日分で1人15パック



※ローリングストック(循環型備蓄)  
ふだん使っている食料品や日用品を少し多めに買い置きし、生活の中で定期的に使いながら買い足し、一定の備蓄量を保つ方法です。(缶詰など)



## 避難する場所を知っていますか?



## 港南区防災5箇条

- ・話し合おう! ..... 家族の連絡どうするの?
  - ・備えよう! ..... 最低でも、食料・飲み水3日分
  - ・圧死から身を守ろう! ... 家具の転倒防止と耐震対策
  - ・避難時は! ..... 電気・ガスの元栓切って
  - ・地震だ! ..... となり近所に声かけて、まずは「いつとき避難場所」
- トイレパックも忘れずに

## 地域防災拠点の訓練に参加してみよう!

詳細は自治会町内会の回覧板や掲示板、区役所ホームページなどで確認してください

港南区地域防災拠点訓練 検索

### 災害時要援護者について 「もしも」のために進めよう 地域の見守り・支え合い

災害時には、障害者、高齢者、妊産婦、乳幼児、外国人、けがをして避難が困難な人など、避難誘導や避難生活などで支援が必要となる人がいます。自治会町内会が中心となり、支援を必要とする人の名簿を作って日頃から見守り活動を行ったり、防災訓練に障害のある人が参加する機会を増やすなど、地域での「災害時要援護者支援」の取組が広がっています。みんなの命を守るために、できることから始めていきましょう。

## 災害時の医療について知っておこう

### 軽いけがや発熱は 自分や周りの方で手当をしましょう

けがや発熱などに備えて、薬や応急手当用品を用意しておきましょう。

例えば 水、包帯・滅菌ガーゼ・バンドナ等の布、湿布、常備薬・持病の薬など

### 自分や周りの方で手当ができないときは「のぼり旗」を掲出している医療機関へ行きましょう

災害時に負傷などしたときに診療可能な病院や薬局の目印を知っておきましょう。けがなどの状況に応じた診療科を受診しましょう。

**重症** → 災害拠点病院へ※ 済生会横浜市南部病院  
災害によるけがなどで 歩行できない + 生命に危険がある

**中等症** → 災害時救急病院へ※ 秋山脳神経外科病院 長田病院 港南台病院 横浜東邦病院  
災害によるけがなどで 歩行できない(生命に危険がない)

**軽症** → 診療所へ  
歩行できるが、医師の診察が必要

**極めて軽度のけがなど** → 区民の自助・共助による応急手当

赤色の「診療中」の旗が目印  
黄色の「診療中」の旗が目印

災害時に薬が必要なとき 黄色の「開局中」の旗が調剤可能な薬局の目印

港南区では、「診療中」「開局中」ののぼり旗の掲出訓練を行っています。(元年度は4月14日、9月1日、2年3月11日)

けがの応急手当が記載されたバンドナを災害訓練などで配布しています

※医療機関情報はこちら ▶

## 風水害について

豪雨の時に身を守る行動につながるやすい表現になった「警戒レベル」を用いた避難情報、「緊急速報メール」による土砂災害警戒情報について、知っておきましょう。

警戒レベル	防災情報
レベル5 命を守るための行動を	災害発生
レベル4 全員避難	避難指示(緊急)、避難勧告
レベル3 高齢者などは避難	避難準備・高齢者等避難開始
レベル2	気象注意報(大雨注意報や洪水注意報など)
レベル1	気象警報級の可能性

### 緊急速報メール

災害などの緊急時において、国や地方公共団体から対象エリア内の携帯電話等に災害・避難情報が一斉に配信されます。そのほか、テレビやインターネットなどでも情報を得たらすぐに避難行動をとります。

例えば崖崩れの危険性がある場合

大層警報発表中に崖が崩れそうになると...

都道府県と気象庁が共同で土砂災害警戒情報を発表します

神奈川県から緊急速報メール\*1が配信されます

横浜市【警戒レベル4】避難勧告発令  
こちらは横浜市です。○月○日○時○分、横浜市(北部・南部・全域)の一部地域に避難勧告を発令しました。

横浜市【警戒レベル4】避難勧告発令  
こちらは横浜市です。2通目です。対象地域(以下町丁名の一部):○○区△△一丁目

横浜市からの2通目のメールで対象地域\*2をお知らせします。適切な避難行動をとります

※1 緊急地震速報など生命に関わる緊急性の高い情報を、特定のエリア内のスマートフォン・携帯電話に各事業者がプッシュ型で一斉配信するメールです。事前登録は不要です

※2 土砂災害警戒情報の発表と同時に避難勧告を発令する「即時避難勧告対象区域」はあらかじめ定められています。事前にホームページで確認してください

港南区即時避難勧告対象区域 検索

### 登録して活用しましょう

横浜市防災メール 検索

### 横浜市防災情報Eメール

地震震度情報をはじめ、防災情報を配信するサービスです。

横浜市防災メール 検索

### 港南区安全・安心情報メール

区内の災害をはじめ、不審情報などの身近な危機情報を配信するサービスです。

港南区安全・安心情報メール 検索