

# 家庭防災員だより 30 号【保存版】

本郷第三連合家庭防災の会

2021/3/1 発行

## 備えあれば憂いなし

総務省の消防白書（令和元年版）によれば、平成 30 年の風水害による死者行方不明者は 293 名にのぼり、それは平成 21 年以降の年間平均 91 名を大きく上回りました。そして大部分の 274 名が台風以外の集中豪雨（土砂災害、浸水など）によるものでした。この事から、大規模な集中豪雨の発生頻度が年々増加している事と、発生が突発的そのため適切な避難が難しいという事が推測されます。そしてこのような集中豪雨は、地球温暖化により今後も増加が予想され、防災上の大きな脅威となっています。

私たちが住む横浜市栄区は比較的起伏が多く、場所によっては土砂災害や浸水などの大きなリスクを抱えています。したがって避難方法も、地理的条件や家族構成などに合わせて各家庭が独自に考える必要があります。そのなかで大事なことは、迅速かつ効果的に家族の安全を確保するために、平時から起り得る災害を予測し準備を整え、その手順を家族や地域で共有するという、まさに「備えあれば憂いなし」の実践です。

一刻一刻状況が変化する中での避難行動は時間との戦いであり、冷静に行動する事が困難だと思われます。そんな状況で最寄りの避難先を調べたり、持つて行く物をあれこれ考えたり、さらに忘れ物を取りに戻ったりしていくは助かるはずのものも手遅れになってしまいます。

また「備え」は一度決めたら終わりというものではありません。令和 2 年には新型コロナウイルスという脅威が加わり、避難所での感染を防ぐための対策が新たに必要となりました。

定期的に計画を見直し、更新を続ける事が避難行動の安全性向上とリスクの低減につながり、防災をマネジメントできたという事になるとを考えます。

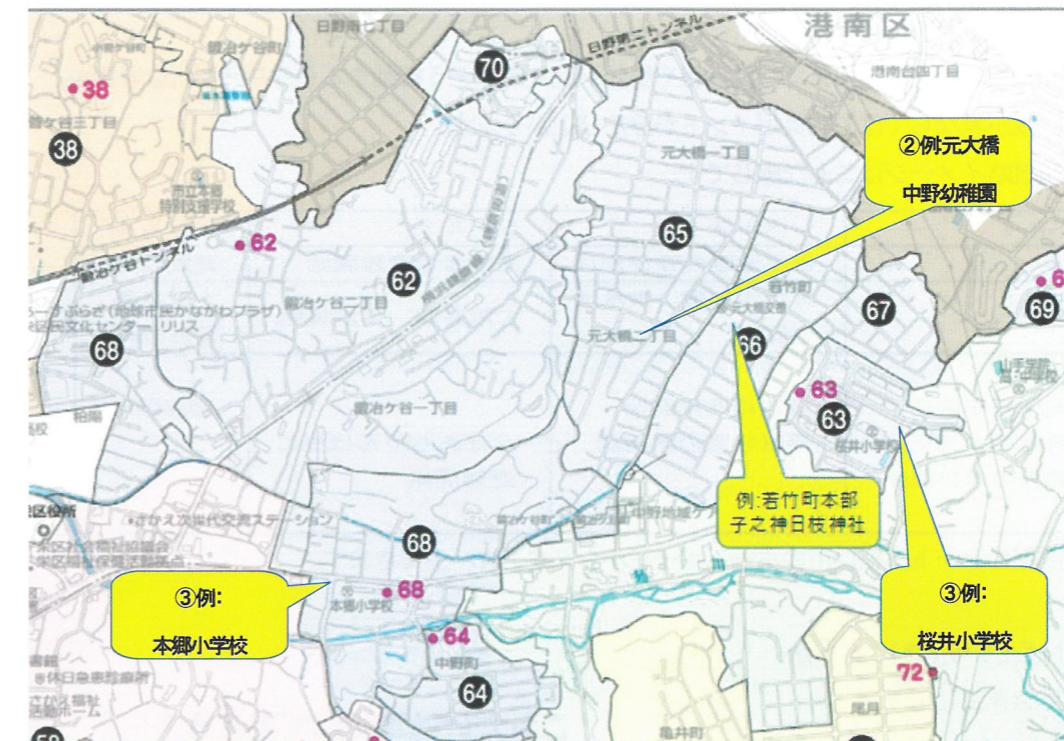
ではいつか必ず起こると言われている大地震、最近の風水害や巨大な台風に対して、どのように避難すれば良いのでしょうか。



## 1. どこに避難すれば良いのでしょうか。

ハザードマップに避難所が示されていますので、よく見て家族と確認しておきましょう。

避難所までの道が安全かどうか実際に歩いてみることをお勧めします。



左記は本郷第三連合町内会エリアのマップです。

ご自分の地域の災害本部や避難場所などをご確認頂き、印などつけて保管ください。

ハザードマップは Web より  
[栄区防災関連マップ] 等で検索できます。

避難所には災害の規模や種類によって下記のものがあります。

### ①いっとき避難場所（公園や広場）

発災直後に一時に集まり、被害状況を確認する任意の場所

### ②地域避難所（自治会館など）

災害の初期や短期間の避難生活を想定した自治会が選定する任意の避難場所

### ③地域防災拠点（あらかじめ指定された小・中学校）

地震により自宅に居住できなくなった方が避難する場所

備蓄物資や災害情報が得られます

横浜市内で震度 5 強以上の地震が発生した場合には、すべての地域防災拠点が開設されます

### ④広域避難場所（大規模公園や団地）

大規模火災の熱や煙から生命・身体を守るために一時に避難する場所

### ⑤福祉避難所（福祉施設など）

地域防災拠点での生活が困難な方の避難場所

区の保健師などが対象と判断した方のみ避難します

### ⑥指定緊急避難場所（学校など）

切迫した災害の危険から逃れるための場所（風水害など）

災害時、避難勧告が発令された場合に開設されます

災害規模や状況によりすべての避難場所が開設されるわけではないので、避難する際は情報を入手・確認しましょう。

## 2. いつ避難すれば良いのでしょうか？

普段から家族と話し合って避難のタイムラインを作つておきましょう。

台風や大雨に対しては、イザという時に慌てないために、我が家に合った避難行動計画を作つておきましょう。それが「マイ・タイムライン」です。

住んでいる地域の特性や家族の状況を踏まえて、注意報や警報が出た時にどう行動するかを考えて行動計画を作ります。これにより、我が家ならではの防災ポイントが浮かび上がります。

マイ・タイムラインの超概略イメージはこんな感じです。

警戒レベル	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4
行政情報		自主避難の呼びかけ	高齢者は避難開始	避難勧告
警報等		大雨注意報、洪水注意報	大雨警報、洪水警報	土砂災害警戒情報
私の計画	・天気予報を確認 ・携帯電話の充電 ・避難先の妹に連絡	・避難の準備開始 ・避難経路の再確認	・おばあちゃんは先に避難開始	・避難開始

マイ・タイムライン作成用のシートは横浜市のホームページからダウンロードできます。

## 3. 何を持っていけばよいのでしょうか？

下の例に従つて準備しておきましょう。

### 災害に備える～

- 避難が必要な時
- 火事の危険が迫ってきた
- 家が倒壊しそう
- 避難勧告・避難指示などが出た

### 避難

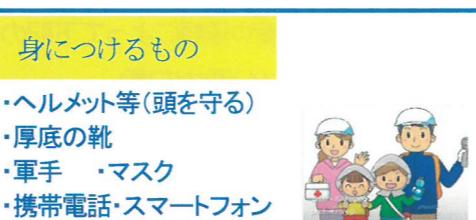
### 避難持ち出し品

持ち出し品はできるだけ少なく！

#### リュックに入れて持ち出すもの（可能な限り）

飲料水・携帯ラジオ・筆記用具・メモ帳・笛・トイレットペーパー・ティッシュ・ウェットティッシュ・衛生用品・生理用品  
保険証・メモカード・携行食（ビスケット・チョコレート・バラ  
ンス栄養食品など）・懐中電灯・予備電池・ビニール袋・ポリ袋・  
防寒具・雨具・携帯カイロ・応急医療品・携帯電話・充電器・  
バッテリー・タオル・下着・着替え・靴下・現金（小銭）・キャッシュカード・通帳・印鑑・多目的ナイフ・紙皿・紙コップ・割りばし・食品用ラップ・携帯トイレ・マスク・ライター  
入れ歯・コンタクトレンズ・眼鏡・常備薬・お薬手帳  
(自分にしか合わないものは常時携帯しましょう)  
妊娠・乳幼児のいる家庭 母子手帳・さらし・脱脂綿・ガーゼ  
新生児用品・おむつ・離乳食・乳児用ミルク・ミルク用お湯・毛布・おもちゃ  
要介護者のいる家庭 紙おむつ・障害者手帳・補助具等の予備

### これだけは準備しておこう！



#### コロナ対策品

プラス  
+  
アルコール（70%以上のもの）・  
使い捨てマスク・石鹼又はハンドソープ・アルコール入りウェットティッシュ・室内履き・ペーパータオル・使い捨て手袋・体温計・水（多め）

行政が開設する避難場所だけでなく、安全な親戚や友人宅も避難先としておくなど、事前に避難場所を検討しておきましょう。



## 4. 在宅避難

自宅が無事であれば自宅で過ごすことも考えましょう。また、親戚や知人等の家に避難できないかも考えておきましょう。台風など予測できる場合にはホテルに避難するのも一策です。

### 在宅避難

- 災害直後の数日～1週間分を目安に準備する
- ライフライン（電気・ガス・水道）停止時に備える
- 備蓄品・食品をローリングストック（※）し、『備蓄』を万全に

※備蓄した食品・備蓄品等を使用したら足していく方法



#### 備蓄品（例）

重要！飲料水（1人1日3ℓ×家族数×7日分）

保存可能な食品（7日～10日分程度）

#### 【必要になるもの】

医薬品・マスク・生理用品・介護用品・軍手・ブルーシート・ガムテープ・スリッパ・ほうき・ちりとり・スコップ・バール・ジャッキ・おの・のこぎり

#### 電気が使えない時に便利

ラジオ・懐中電灯（予備電池）・使い捨てカイロ・うちわ・ソーラー式充電器・ソーラー式ランタン・ヘッドライト・発電機

#### 水道が使えない時に便利

紙皿・紙コップ・割りばし・災害用トイレ・凝固剤・ポリ袋（黒厚手）・ウォータータンク・防水バック・荷物運搬カート・ラップ・アルミホイル・トイレットペーパー・ティッシュペーパー・レジ袋・水なしシャンプー・歯磨きシート・簡易ぬれタオル・ウェットティッシュ・キッチンペーパー・45Lビニール・使い捨て手袋・消毒

#### ガスが使えない時に便利

卓上コンロ（予備ボンベ）



マイカーのガソリンは満タンを心掛けよう！

## 5. 地域との連携

自然災害はいつ発生するか分かりません。いざという時の連絡方法を家族で話し合つておきましょう。災害時には近所の助け合いや町内会での助け合いがとても大事になります。町内会の防災訓練には積極的に参加しましょう。避難所では避難した住民が運営の主体になります。自治体等からの支援は限られたものになります。日ごろから防災についての知識・技能を高めておきましょう。

#### 編集後記

今年度は新型コロナウイルス感染症のため、本郷第三地区家庭防災の会においても予定された活動がほとんど中止となり、例年のような活動報告を中心とした防災だよりは作成できませんでした。そこで今年度は、近年増加傾向にある災害からの避難に関わる日ごろの備えを見直すための特集としました。本冊子がご家庭の災害対策の一助となれば幸いです。