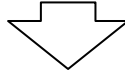


## ■大地震が起きたときの市民の行動

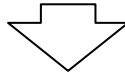
### 各家庭がやることは

- まず、我が身の安全、家族の安全を確保
- 揺れがおさまったら、ガラスの破片や、転倒物に注意して初期消火、電気ブレーカー、ガス元栓を停止
- ドアを開けて避難路を確保



### 隣近所がやることは

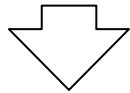
- 外に出たら、隣どうしで声をかけあい、安否を確認
- 協力しあい、消火器などを使い消火活動、要援護者や負傷者の救出、救護活動
- 隣近所の代表者を決め、被害状況を自治会の地区対策本部に連絡
- 避難が必要な場合は、自治会ごとにまとまって、あわてずに避難



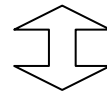
### 地区対策本部がやることは

【集会所・公民館分館・寺社等】

- 自治組織の防災組織等がそれぞれ本部を設置
- 地域防災拠点と連絡をとり避難者、被災者を支援



担当住民派遣



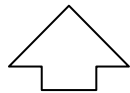
口頭連絡

### 地域防災拠点

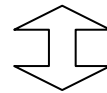
【小中学校等】

地域防災拠点運営会議を設置

- 避難者、被災者の支援
- 避難所：避難者・住民・ボランティアが中心となって運営
- 避難場所（校庭等）
- 救護所：医療救護班が開設医師等の派遣
- 要援護者保護スペース
- 防災備蓄倉庫
- 臨時ごみ集積所



職員派遣



無線連絡

### 市災害対策本部

【市役所本庁舎3階公室】

- 活動方針を協議・決定
- 構成：市長、副市長、教育長、部長等

## ■住まいの備えのチェックリスト

阪神淡路大震災の死傷者の多くは、建物倒壊や家具の転倒によるものでした。日ごろから、建物や室内を安全に心がけましょう。実施している対策は□にレを入れて点検してください。

項目	対策内容	備考
建物の耐震化	<input type="checkbox"/> 建物の耐震診断の実施 <input type="checkbox"/> 建物耐震改修の実施	昭和 56 年以前の建物は耐震診断が必要です。
家具類の対策	<input type="checkbox"/> 金具設置など転倒防止対策 <input type="checkbox"/> 家具の前方に就寝しない <input type="checkbox"/> 部屋の出入り口をふさがない配置を <input type="checkbox"/> 観音開きの扉にはフックを	地震時は、ガラス、食器などの破片に気を付け、スリッパや靴を履きましょう。掃除機が使えないとき、ほうきやちりとりが役立ちます。
ガラス対策	<input type="checkbox"/> 食器棚等のガラス戸には飛散防止フィルムを <input type="checkbox"/> 窓ガラスはカーテンで飛散防止を <input type="checkbox"/> ほうき、ちりとり、ガムテープ <input type="checkbox"/> スリッパ、靴	
消化対策	<input type="checkbox"/> 消火器の設置と使い方の訓練 <input type="checkbox"/> 風呂水の溜め置き	日頃から消火と避難の訓練をしましょう。
避難	<input type="checkbox"/> 避難ルートと避難方法の確認	
安全な部屋の確保	<input type="checkbox"/> 被災生活に使う部屋を覚えておく <input type="checkbox"/> できるだけ家具を置かないようにする	地震でも物の散乱が少ない部屋を用意しておきましょう。

## ■備品のチェックリスト

大地震の後は、電気、ガス、水道などのライフラインが止まることが考えられるので、備蓄品を準備しておきましょう。実施している対策は□にレを入れて点検してください。

項目	対策内容	備考
飲料水・生活用水	<input type="checkbox"/> 飲料水3日分の備蓄(3ℓ×1人×1日) <input type="checkbox"/> 水筒(1個×1人) <input type="checkbox"/> 生活用水の確保・風呂水の溜め置き等	電気、水道などライフラインは、復旧には時間がかかります。3日間は自立して生活できる準備をしておきましょう。
食料品等	<input type="checkbox"/> 3日分食料の備蓄 <input type="checkbox"/> 主食(米、レトルト、フリーズドライ品等) <input type="checkbox"/> 副食(缶詰、瓶詰め、乾物等) <input type="checkbox"/> 乳幼児・子ども(粉ミルク、離乳食、おやつ等) <input type="checkbox"/> その他：病人用の治療食等 <input type="checkbox"/> 食器、箸、缶切り、ナイフ、ラップ、紙コップ等	
医療品等	<input type="checkbox"/> 常用薬 <input type="checkbox"/> 救急薬品 <input type="checkbox"/> 包帯、三角巾、さらし <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	常用薬は、ふだんから予備を用意しておきましょう。
衣類・衛生用品	<input type="checkbox"/> 衣類、軍手 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> ティッシュ・ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> ゴミ袋	断水時には、トイレが使えないことがあります。簡易トイレの用意は、大切です。
停電への備え	<input type="checkbox"/> 懐中電灯(大型) <input type="checkbox"/> 懐中電灯(小型：1個×1人) <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> 手動携帯充電器	停電になると、懐中電灯は必需品です。
燃料の備え	<input type="checkbox"/> 卓上カセットコンロ、ボンベ <input type="checkbox"/> 固形燃料 <input type="checkbox"/> 灯油バーナー	お湯を沸かしたり、簡単な調理には欠かせません。
情報	<input type="checkbox"/> ポータブルラジオ <input type="checkbox"/> 携帯電話	メールは安否確認や情報伝達に有効です。
その他	<input type="checkbox"/> アウトドア用品：寝具、防水布、ランプなど <input type="checkbox"/> 新聞紙、ガムテープ	アウトドア用品は有効な備品です。
非常用持ち出し品	<input type="checkbox"/> 必要最小限の備蓄品 <input type="checkbox"/> 現金・通帳・印鑑・健康保険証、カード類	両手が使えるよう、リュックサックなどに入れましょう。