

特集 地震への備えと行動

大きな地震が発生した時、まず自らの生命、身体を守ることができるよう自宅の対策をするとともに、その場に合った適切な行動をしましょう。
また、上下水道、電気、ガスなどのライフラインにも大きな被害が発生することが想定されます。
地震が起きて慌てず、落ちついた行動ができるよう、日頃から備蓄などの対策をしておきましょう。

日頃の備え

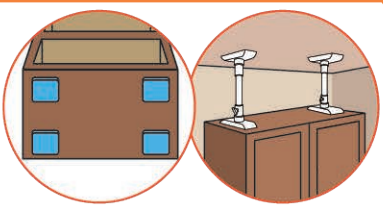
家具の転倒防止対策

家具や家電の転倒は、けが・逃げ遅れ・電気火災などの原因となります。自分自身や家族の命を守るために、転倒防止器具を設置するなど、事前に対策をしましょう。

家具の固定方法



組み合わせて使用することでより効果の高い対策になります。



小 器具の効果 大
※天井や壁の状況により効果は異なります。

停電・断水などに備えた備蓄

震災直後は、食料や日用品の購入が難しくなります。行政や支援団体からの救援物資もすぐには手元に届かないことが考えられるため、各家庭で備えておくことが重要です。
家族構成や生活スタイルにあわせて、事前に必要なものを備えておきましょう。

備蓄の例

災害発生時には停電・断水などが発生することを想定し、生活に必要なものを備蓄しておきましょう。

備蓄する量の目安 (最低3日分(できれば1週間分))

飲料水	1人1日3リットル、3日で9リットル
トイレパック	1人1日5回分、3日で15回分

- 飲料水
- モバイルバッテリー
- ティッシュ
- トイレパック
- 食料
- トイレトペーパー
- 携帯ラジオ
- カセットガスコンロ・ガスボンベ
- ミルク・紙おむつ・おしりふきなど
- 懐中電灯
- ラップ
- 生理用品
- LEDランタン
- 紙皿・紙コップ
- 電池

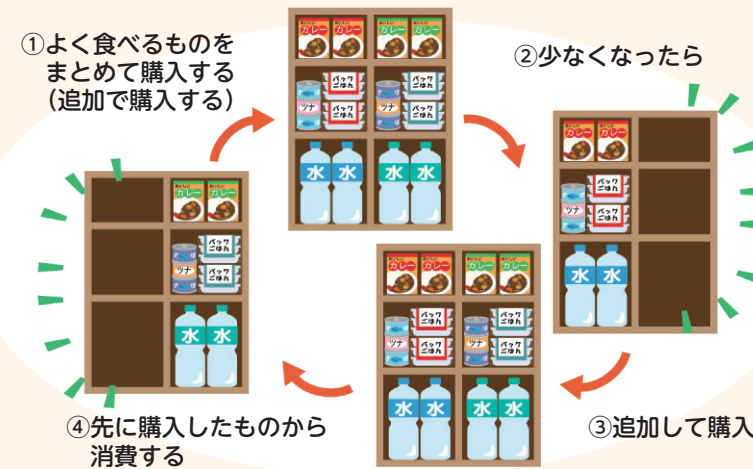


備蓄のポイント! ローリングストックをしましょう

ローリングストックのメリット

- 食料や消耗品など、普段の生活の中で消費するものを少し多めに備えることで、災害時も日常に近い生活(または食事)ができます。
- 長期保存が可能な非常食(アルファ米など)と異なり、日常生活で消費・補充を繰り返すので、期限切れになりにくいです。

※加熱調理をする場合に備え、カセットガスコンロとガスボンベも備えておきましょう。



医療・介護機器を使用している人の災害時の備えについて



「わたしの災害対策ファイル」を配布しています

医療機器や介護機器を使用して、自宅で療養している人は、一般的な災害対策に加え、停電や避難への備えをすることも重要です。
それぞれの身体状況や使用している機器などに応じ、災害に備えた準備ができるよう、確認の要点をまとめた「わたしの災害対策ファイル」を配布しています。

日頃から訪問看護師やケアマネジャー、相談支援専門員※など、かかりつけの医療・介護関係者と相談し、「わたしの災害対策ファイル」を活用し、災害への備えをお願いします。

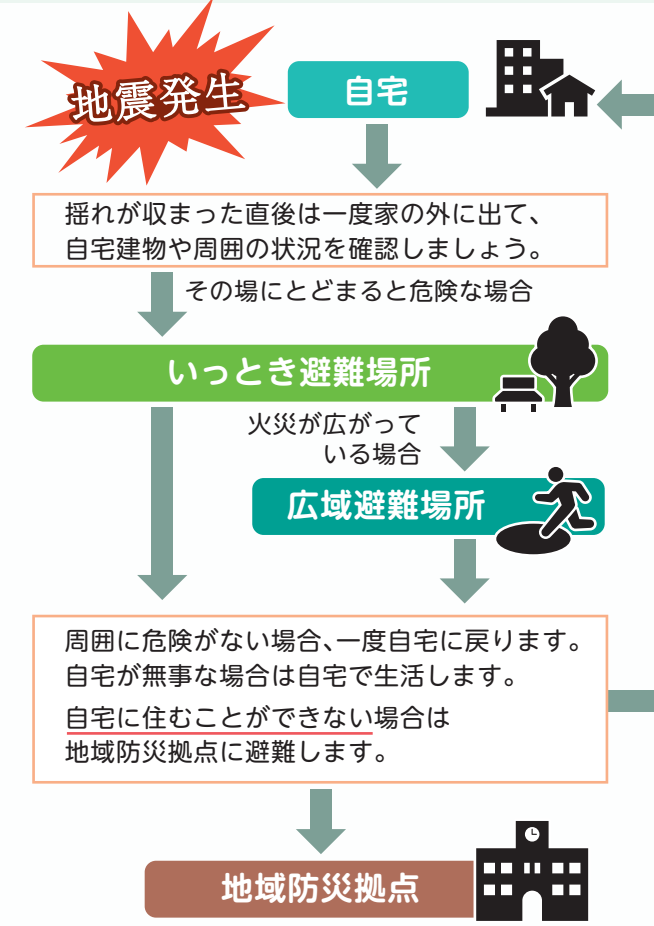
※福祉サービス利用(予定)者の希望する暮らしの実現に向け、一緒に取り組む専門職

●高齢・障害支援課(2階209窓口)で配布しています。

☎ 高齢・障害係 ☎ 800-2430 ☎ 800-2513

地震発生時の行動

目的にあった場所への避難 ~自宅被災した場合~



地震が起きて、慌てず、落ち着いて行動をするために、避難場所の目的や位置を確認しましょう。

⚠️ 自宅建物に火災や倒壊の危険がないときは、あえて避難する必要はありません。状況に応じて判断してください。

いっつき避難場所

地震発生直後に、建物倒壊などの危険から逃れるために一時的に避難する場所です。あらかじめ自治会町内会などで任意に公園や空き地をいっつき避難場所として指定しています。いっつき避難場所まで行くことが危険な状況の場合は、危険の少ない場所で周囲の状況を確認しましょう。

広域避難場所

火災が延焼拡大し、その場にどまると炎や煙、放射熱による危険がある場合に避難する場所です。深谷通所跡地や戸塚カントリー倶楽部など、延焼の危険性が低く、多くの住民が避難できる広い場所が指定されています。

地域防災拠点(指定避難所)

建物倒壊などにより、生活の場を失った人が生活する場所です。横浜市内で1か所でも震度5以上の地震を観測した場合に開設され、居住地によってあらかじめ避難先が指定されています。

防災マップなどを確認しましょう

泉区生活・防災マップ

防災マップで地域防災拠点や広域避難場所、給水設備などを確認することができます。事前に確認しておきましょう。

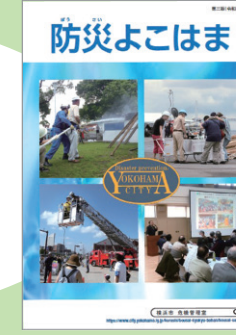
泉区 防災の地図 検索



防災よこはま

大地震や台風、土砂災害など、さまざまな災害に対する自助、共助の取組を紹介しています。

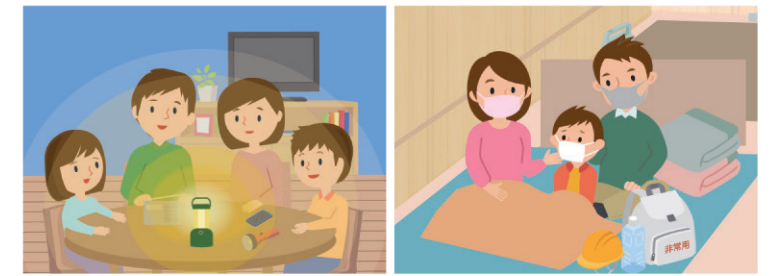
防災よこはま 検索



●どちらも総務課(3階305窓口)でお配りしています。

新型コロナウイルス感染症を踏まえた震災時の避難行動

- 電気・水道・ガスの供給が停止しても自宅に住むことができる場合は、感染症のリスクを避けるためにも在宅避難を優先しましょう。
- 親戚や友人の家を避難先の候補とするなど、事前に複数の選択肢を用意しておくことも大切です。
- 避難所に避難する場合はマスクの着用や手指の消毒など、感染症防止対策をしましょう。



災害時のペット対策について

災害が起きた時は、人だけでなくペットも被災します。いざというときに慌てないためにも、日頃から準備しておきましょう。

物資を準備しておこう!



預け先を確保しましょう!

親戚やペット仲間に預かってもらえるか確認しておきましょう

しつづけが大事!

さまざまな環境に慣らし、スムーズにケージに入れるようにしましょう

横浜市 ペット災害 検索



地域防災拠点でのペットとの避難生活とはどんなもの?

- ペットは居住スペースではなく「一時飼育場所」で生活することになります。
- 基本的にはペットはケージに入れていただきます。
- ケージは飼い主が用意し、拠点でのペットの世話は飼い主たちが協力して行います。

※区役所では各地域防災拠点の実情に応じたルールづくりや訓練の支援を行っています。



☎ 生活衛生係 ☎ 800-2452 ☎ 800-2516