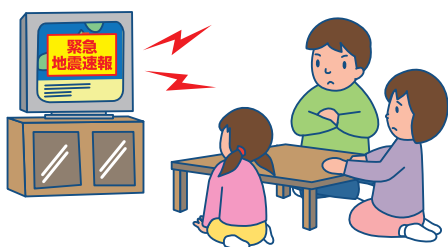


3. 地震時の心得

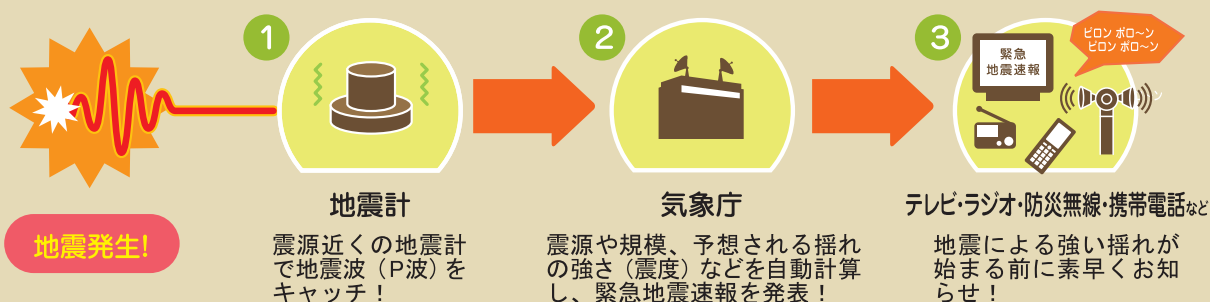
緊急地震速報を聞いたら…



地震発生直後に震源に近い地震計で観測されたデータを即時に分析し、各地での強い揺れが始まる前に到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報として、気象庁が発表する「緊急地震速報」があります。緊急地震速報を聞いたら、強い揺れが起こる前に身の安全を確保したり、自動車のスピードを落としたりして、被害の発生を少なくしましょう。

■ 緊急地震速報の流れ

(気象庁ホームページより)



■ 防災無線テレホンサービス TEL: 0587-37-0099

岩倉市では、防災無線の放送内容を電話で確認できるサービスを行っています。

地震が発生したら…

■ 家の中にいたら?

家庭では頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れてください。慌てて外に飛び出さないでください。

無理して火を消そうとしないでください。



■ 家の外にいたら?

街中では、ブロック塀の倒壊などに注意してください。

看板や割れたガラスの落下に注意してください。



■ 人が大勢いる施設にいたら?

人が大勢いる施設では施設の係員の指示に従ってください。

落ち着いて行動し、慌てて出口に走り出さないでください。



■ 電車・バスに乗っていたら?

急ブレーキに備えて、手すりなどにしっかりつかまってください。



揺れがおさまったら…

地震発生

- 家の外にいたら、まずは落ち着いて、カバンなどで頭を守るなど、自分の身を守りましょう。
- 家の中にいたら、安全姿勢を取って（机の下に潜るなど）揺れが収まるまで動かないようにしましょう。



1~3分

- 家族の安全確認をし、家からの出口を確保しましょう。
- 慌てて外へ飛び出さないなど、冷静な判断をしましょう。
- 火が出たら初期消火も大事ですが、決して無理をせず、危険と判断したら避難行動をしましょう。

3~5分

- 近隣に声かけをして、負傷者がいた場合には協力し合って応急手当をし、必要な場合には医療機関に運びましょう。
- ラジオやテレビ、防災無線などで正しい情報を収集し、災害の全体像を把握しましょう。



5~10分

- あらかじめ連絡方法や集合場所を決めておいて、電話は控えましょう。
- 家を出る前に、ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めましょう。
- 避難する場合には自動車は使用せず、徒歩で移動しましょう。
- 狭い路地やブロック塀には近づかないようにしましょう。

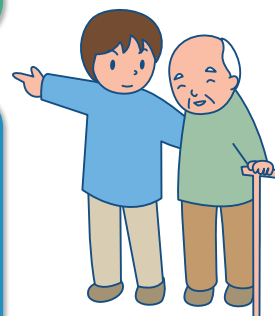


10分 ~数時間

- 子供を迎えに行きましょう。
- 地域で協力し合って、手助けが必要な方の避難支援などを行いましょう。
- 避難所に移動するための準備を行いましょう。

数時間 ~3日程度

- 自宅の被害状況を冷静に判断して、壊れた家には入らないようにしましょう。
- 避難所では協力し合って、ルールを守りましょう。
- 仕事のある人は職場に連絡して、今後の対処を相談しましょう。
- 健康管理、衛生管理に注意しましょう。

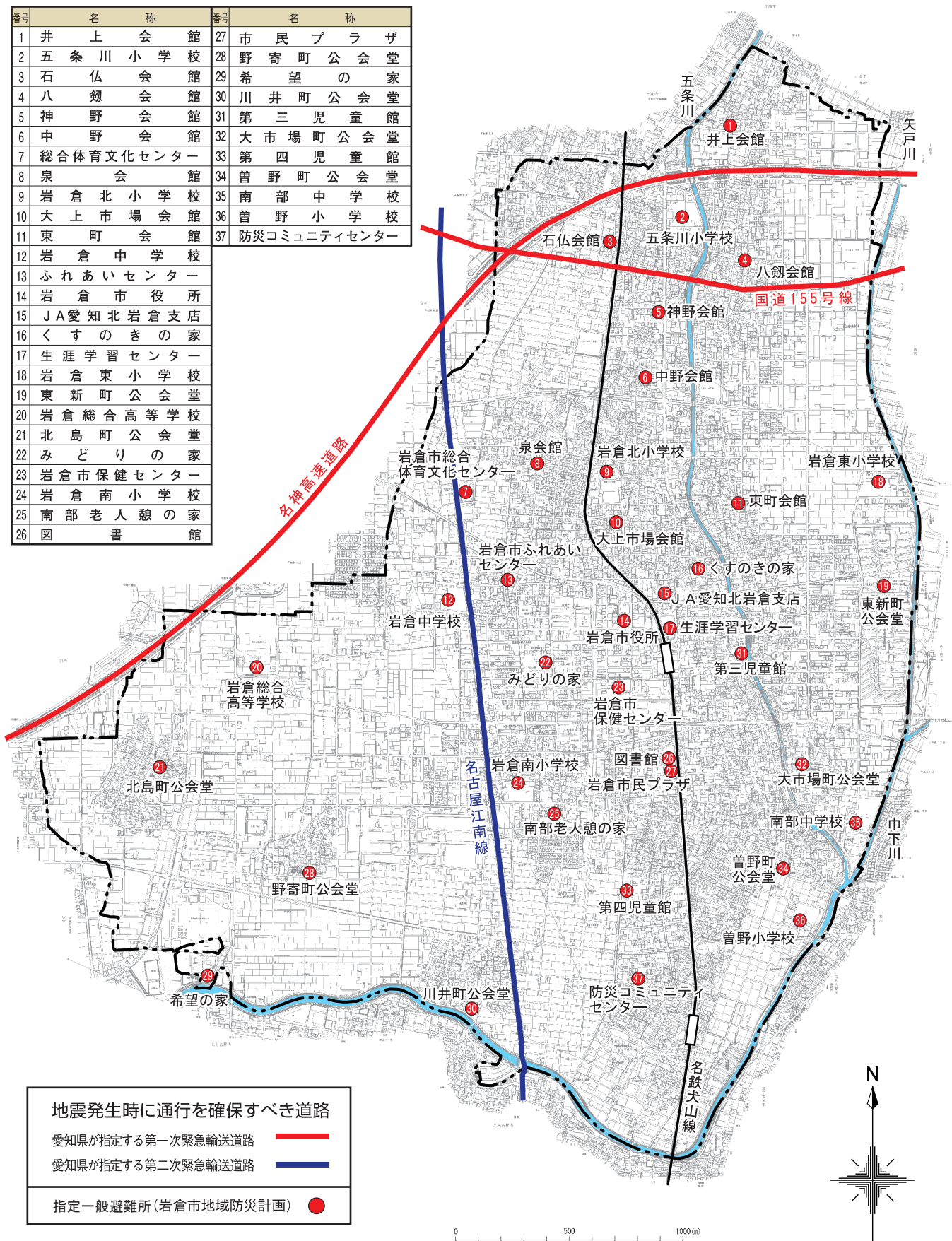


避難するときは…

避難所マップ

Iwakura City Shelter Map Mapa de abrigos de Iwakura

番号	名 称	番号	名 称
1	井 上 会 館	27	市 民 プ ラ ザ
2	五 条 川 小 学 校	28	野 寄 町 公 会 堂
3	石 仏 会 館	29	希 望 の 家
4	八 剣 会 館	30	川 井 町 公 会 堂
5	神 野 会 館	31	第 三 児 童 館
6	中 野 会 館	32	大 市 場 町 公 会 堂
7	総合体育文化センター	33	第 四 児 童 館
8	泉 会 館	34	曾 野 町 公 会 堂
9	岩 倉 北 小 学 校	35	南 部 中 学 校
10	大 上 市 場 会 館	36	曾 野 小 学 校
11	東 町 会 館	37	防災コミュニティセンター
12	岩 倉 中 学 校		
13	ふれあいセンター		
14	岩 倉 市 役 所		
15	J A 愛 知 北 岩 倉 支 店		
16	くすのきの家		
17	生涯学習センター		
18	岩 倉 東 小 学 校		
19	東 新 町 公 会 堂		
20	岩 倉 総 合 高 等 学 校		
21	北 島 町 公 会 堂		
22	みどりの家		
23	岩 倉 市 保 健 セ ン タ ー		
24	岩 倉 南 小 学 校		
25	南 部 老 人 憩 の 家		
26	図 書 館		



4. 地震への備え

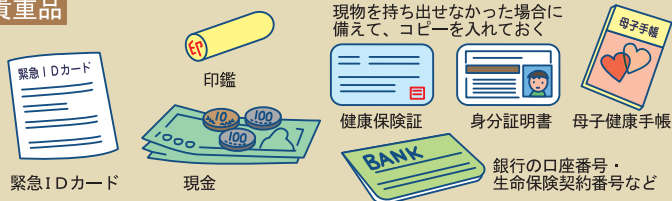
避難生活への備え

■ 非常持出品

Things To Keep in a Survival Kit

Objetos essenciais e estojo de primeiros socorros

貴重品



便利品など



情報収集用品



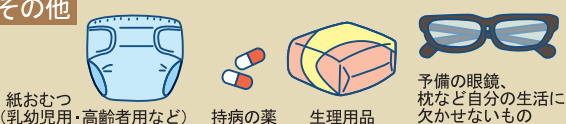
食料など



清潔・健康のためのもの



その他



非常持出品を準備するときのポイント

- 荷物の量は、男性は15kg、女性は10kgが目安です。
- 両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 自分や家族の状況に応じて必要なものを準備しましょう。

■ 備蓄品

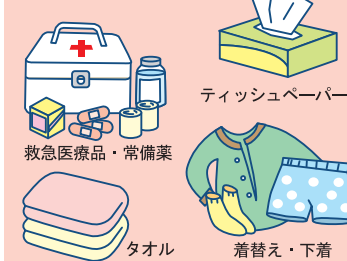
Emergency Supplies To Prepare

Mantimentos que devem ser deixados em casa

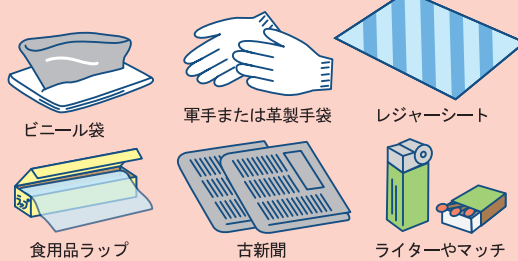
食料など備蓄品



医薬品・清潔環境



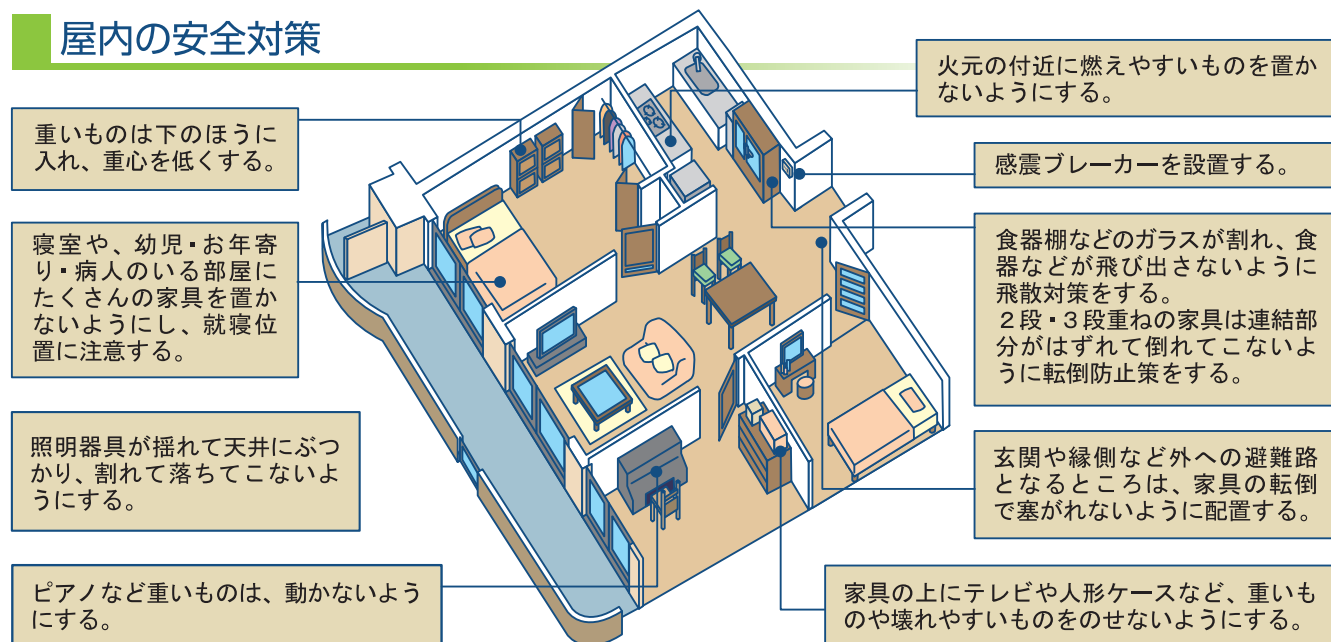
あると便利な物



■ 食料や飲料水の備蓄方法

- 支援までには時間がかかります。家庭の備蓄は1週間分は用意しておきましょう。
- 飲料水は一人1日3リットル必要です。生活用水は風呂のくみ置きなどの水でしのぎましょう。
- 食料や飲料水は、消費期限に注意して、定期的にチェックしましょう。
- レトルト食品などは消費したら買い足すようにするなど、備蓄を循環させることが大切です。

屋内の安全対策

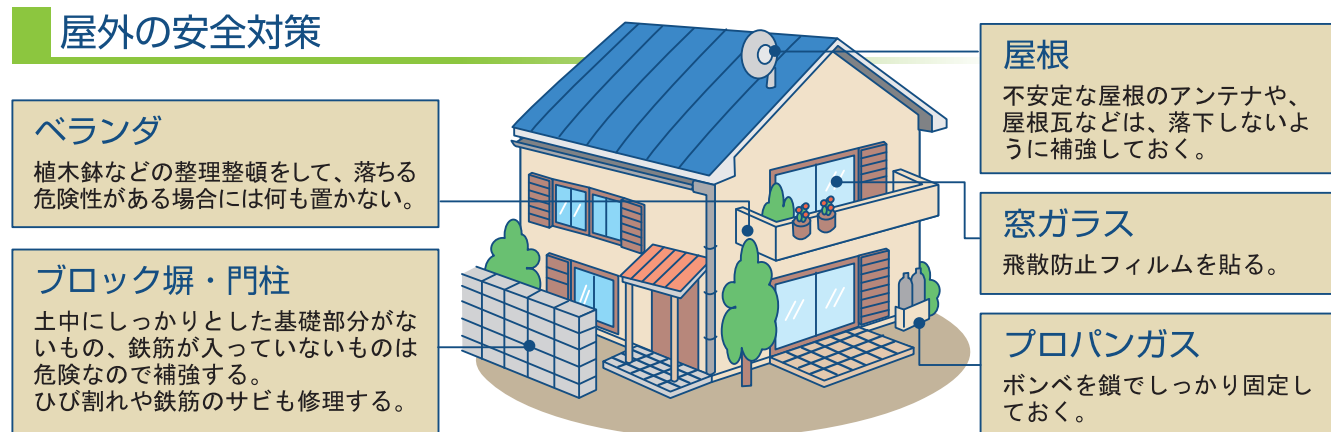


家具類の転倒防止

- ① できるだけ板の間に置く。
畳に置くときはベニヤ板を敷く。
- ② すべり止めをつける。
- ③ 壁にピッタリつける。
- ④ 家具類は留め金などで固定する。

高価な転倒防止金具を使わなくてもL・T字金具や7cm程度の木ねじでも十分に固定することができます。ただし、壁面に固定する場合は必ず柱などが通っている場所に止めなければ効果がありません。次に、家具自体の重心を低くするために重いものを下に置くなど配慮してください。そして、テレビ・パソコン・ピアノなどの重いものは固定を忘れないでください。

屋外の安全対策



住宅の安全対策

自分の家の耐震性を知り、できることから耐震化の取り組みを始めましょう。

昭和56年以前の住宅など古い建物

昭和56年に耐震基準が見直され、その年の前後で建物の耐震性に違いがあります。新耐震基準では、基礎配筋などが強化されています。昭和56年5月31日以前に建築された住宅にお住まいの方は、岩倉市が実施している無料耐震診断を受けて、耐震性の有無を確認して下さい。また、岩倉市では住宅の耐震改修費などに対し、補助制度を設けていますので、積極的な活用をご検討下さい。



住宅の無料耐震診断やその他の助成に関する問合せ先：岩倉市役所 建設部 都市整備課 計画グループ TEL:0587-38-5814(直通)

防災・減災の基本は「自助」「共助」「公助」

自らの命を守る「自助」、みんなの地域はみんなで守る「共助」、行政が担う「公助」が、連携してバランスよく支えあうことが、防災・減災を進めるうえで重要です。

自助



自分で自分や
家族を守る

☒ 日頃から家族で話し合い
チェックしておきましょう

- ☐ 自宅の耐震診断・補強、家具の固定
- ☐ 地震が起きたら、どう行動するか
- ☐ ハザードマップを使って地域の特性や避難所の場所などを確認
- ☐ 食料や飲料水の準備と保管場所
- ☐ 災害時の連絡方法

共助

地域や
事業者が
助け合って
守る



- 地域の防災活動
- みんなで地域の安全点検
- 事業者と地域の連携
- 災害時には、助け合って救出、初期消火

公助

- 公共施設を整備・拡充し、災害に強いまちづくりを推進

行政による
防災・減災
対策

- 自助・共助を支援し、地域の安全を確保する

防災メモ 家族で確認しながら書き込みましょう

家族との連絡方法

- ① _____
- ② _____
- ③ _____

家族の集合場所

場所

身近な避難場所 ①

場所

身近な避難場所 ②

場所

家族の記録

氏 名	男・女	氏 名	男・女
携帯電話		携帯電話	
メールアドレス		メールアドレス	
職場・学校		職場・学校	
生年月日	血液型	生年月日	血液型
氏 名	男・女	氏 名	男・女
携帯電話		携帯電話	
メールアドレス		メールアドレス	
職場・学校		職場・学校	
生年月日	血液型	生年月日	血液型
氏 名	男・女	氏 名	男・女
携帯電話		携帯電話	
メールアドレス		メールアドレス	
職場・学校		職場・学校	
生年月日	血液型	生年月日	血液型

●問合せ先



岩倉市役所 総務部 協働安全課 防災安全グループ TEL:0587-38-5831(直通)