

# 戸塚区連合町内会自治会連絡会10月定例会 議 題 説 明 書

戸塚区総務課

議題名：戸塚区「お家で避難」リーフレットの配布について

**【内容】**

災害時における住み慣れた自宅での避難生活、「在宅避難」を周知するため、戸塚区「お家で避難」リーフレットを作成しました。

自宅で避難生活を送るためにしておくべき備えなど、分かりやすくまとめておりますので、地域における自助の備えにぜひご活用ください。

**【主な掲載内容】**

(1) お家で避難のメリット

(2) お家で避難をするために今からできること

ア 自宅をチェックしよう～家の中の安全対策～

イ 備蓄をしよう～家族ごとに必要な備蓄を考えよう～

**【例年あげている議題か？】**

今回初めての議題です。

**【会議に参加している地区連長が、各地区の単会会長に何を伝えればいいのか？】**

**【各単会の会長に何を依頼したいのか？】**(具体的に記入してください。)

参考に各自治会町内会1部ずつリーフレットを配布いたします。

自治会町内会内で住民に配るなどのご希望があれば、担当宛てご連絡ください。

**【その他、注意することなど】**

問合せ先

担当部署 戸塚区総務課庶務係

担当者名 吉田、中川

TEL 866-8307 FAX 881-0241

令和5年10月18日

自治会町内会長 各位

戸塚区総務課長 藤咲 貴裕

### 戸塚区「お家で避難」リーフレットの配布について（情報提供）

日頃から、「災害に強いまちとつか」の推進にご協力をいただき、誠にありがとうございます。

発災時は、安全を確保できるのであれば、可能な限り住み慣れたご自宅で避難生活を送る「在宅避難」を推奨しています。戸塚区では、「お家で避難」を合言葉に、在宅避難について広く周知するため、リーフレットを作成しました。

自宅の安全対策や備蓄品の準備といった日頃の備えについて、分かりやすくまとめておりますので、地域における自助の備えにぜひご活用ください。

#### 1 送付資料

戸塚区「お家で避難」リーフレット

#### 2 その他

自治会・町内会内で住民に配るなどのご希望があれば、必要部数をお渡しいたしますので、下記担当にご連絡ください。

担 当 戸塚区総務課庶務係 吉田、中川

電 話 045-866-8307

F A X 045-881-0241

Eメール to-bousai@city.yokohama.jp

# 地震発生!!

## 自宅で生活できそう?

- ① 自宅に被害(倒壊など)はない
- ② 周囲に火災の危険はない

この点に注意!



自宅で生活できる

## お家で避難



自宅での生活に危険がある



### 地域防災拠点とは

- 震度5強以上の地震が発生したときに開設されます。
- 自宅が倒壊するなどして、住めなくなってしまった人が避難生活を送る場所です。
- 区内では35か所の小中学校が指定されています。

## 大きな地震が起きたとき、とりあえず避難所に避難すればいいと思いませんか?



とつかの防災キャラクター



自宅が安全なら...

## お家で避難



### お家で避難のメリット

自宅に住める状態(=安全を確保できる状態)であれば、プライバシーの確保が難しい避難所より、住み慣れた自宅で過ごす方が、ストレスの少ない避難生活を送れます。

#### 慣れ親しんだ自宅でストレスフリー



#### プライバシーを確保できる



#### ペットと一緒に生活できる



自宅で避難生活を送るためには、自宅の安全を確保できる状態であることが大前提です。建物自体が無事でも部屋の中が危険な状態だと生活も困難になります。



平成7年 阪神淡路大震災 地震後の家の中の様子 (写真提供:神戸市)

安全確保のために今からできることを次ページ以降で

## チェック!



マンションに住んでいる場合は倒壊の危険性が少ないため、お家で避難が基本です。  
お家で避難、地震対策についてもっと知りたい方はこちら



区役所9階で配布中  
防災よこはま



区役所9階で配布中  
戸塚区こども防災ブック



スマートフォンアプリ  
横浜市避難ナビ



iOS版



Android版

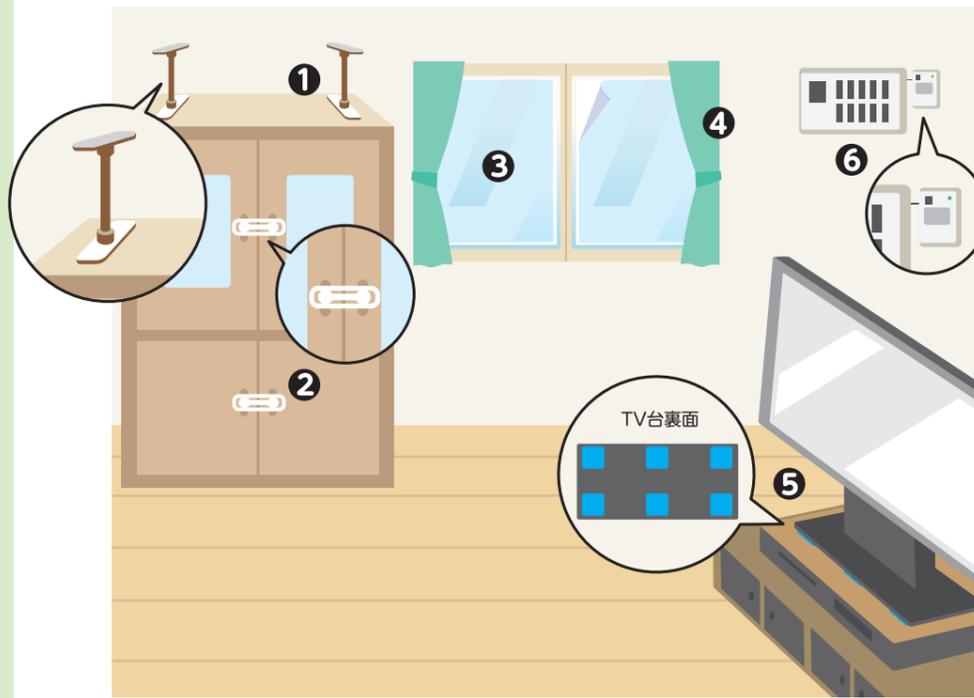
# お家で避難をするために今からできること

備え

## 1 自宅をチェックしよう

### 家の中の安全対策

地震で家具が倒れたり、食器などが散乱したりしないようにしましょう。



- 1家具**  
金具やつっぱり棒など家具転倒防止器具を取り付ける
- 2戸棚**  
食器等が飛び出さないように扉に留め具を付ける
- 3窓ガラス**  
飛散防止フィルムを貼る
- 4カーテン**  
防災加工のものが望ましい
- 5テレビ**  
耐震マットなどで固定する
- 6ブレーカー**  
通電火災を防ぐため、感震ブレーカーを設置する

感震ブレーカー:大きな揺れを検知して電気を自動で遮断する機器

### 家具の転倒防止をしていないと...

平成15年7月の宮城県北部を震源とする地震(マグニチュード6.4、最大震度6強)では...



居間に行ったら、2段重ねの和ダンスの上だけ、2段目がテーブルを越えて、2mぐらい吹っ飛んでいました。もうテレビは倒れる、人形ケースは割れる、本棚は倒れるで、足の踏み場もないほどでした。

転倒防止器具をつけていた家具だけは倒れなかったので、やっぱり全部にやっておけば良かったなと思いました。

東松島市 60代女性

出典:内閣府防災情報のページ 一日前プロジェクト  
URL: <https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/ichinitimae/thh20021.html>

備え

## 2 備蓄をしよう

最低3日分!  
できれば7日分!

### 家族ごとに必要な備蓄を考えよう 備蓄品チェックシート

下記の例を参考に必要な物をチェックしましょう。

トイレは我慢できません!  
忘れずに備えましょう。

#### 食品等

- 水(1人1日3ℓ)
- 主食(レトルトご飯等)
- レトルト食品
- 缶詰
- 栄養補助食品
- お菓子

#### 生活用品

- 乾電池
- 懐中電灯・ランタン
- モバイルバッテリー
- 手回し充電式等のラジオ
- ラップ
- 紙皿・紙コップ
- 救急医薬品
- 常備薬
- ポリ袋

あると便利!

- カセットコンロ
- ガスボンベ

電気・ガスが止まっても  
食品を  
温められます。

#### 乳幼児用品

- おむつ
- おしりふき
- 液体ミルク
- 離乳食
- 使い捨て哺乳瓶

#### 要介護者用品

- 介護食
- 大人用おむつ
- 補助具などの予備

#### ペット用品

- ペットフード
- 水
- 首輪、リード
- トイレ用品

ご自身に合わせて必要なものを書こう!

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### ローリングストックをしよう

普段使用している食料や生活必需品などを多めに買って置き、消費したら補充することで、常に一定量が備蓄されている状態に。

