

# 地震への備えは万全ですか？

～家庭の防災力を高めましょう！～

「東海地震」「東南海地震」「南海地震」はいつ起こってもおかしくないといわれています。もし地震が起こったとき、日ごろの備えが自分や家族を守ります。今一度、地震が起こるまでに「いま」できる対策を考えてみましょう。

☎ 危機管理室 ☎ 63-7271

## ■家庭の防災会議を開こう！

災害時に家族が一緒にいるとは限りません。集合場所や連絡方法などを家族で話しあっておきましょう。



- 災害が発生したときの家庭内での役割を決める。
- 避難場所や経路を確認したり、危険な場所なども確認する。
- 災害時の連絡方法を定める。

## ■食料の備蓄や非常持ち出し袋を準備しよう！

災害でライフラインが停止して救援物資や市の備蓄品が届くまでの期間をしのぐため、**3日分程度の水、食料を備えましょう。**カセットコンロなども準備しておくとう便利です。



また、避難場所での生活に困らないように必要最低限のものを入れた非常持ち出し袋を準備しましょう。例えば、飲料水、非常食、タオル、雨具、薬や救急用品、ラジオ、懐中電灯などを準備しましょう。

### ポイント

非常持ち出し袋の重さは、**大人の男性で約15kgまで、大人の女性で約10kgまで**が目安です。  
「非常時に持ち出すべき最小限のもの」と、「家の中に備えておくもの」の二つに分けるとよいでしょう。

## 防災体験学習コーナーで防災力を高めよう！

- ▼市民の皆さんが、自宅や、まちの中など身近な場所で地震などの災害にあった場合に役立つ防災知識や行動を体験しながら学べます。
- ▼初期消火、119番通報、応急救護などの体験学習や、防災マップ、防災グッズ、啓発パネルの展示により防災知識の学習ができます。
- ▼消防職員OBが職務で得た知識や経験を生かして、防災について説明します。

## ■住宅の耐震診断・耐震補強をしよう！

自宅が昭和56年以前に建築された木造住宅なら、大きな地震に耐えられない可能性があります。耐震診断を受けて適切な補強をしましょう。



木造住宅耐震診断については、市役所4階営繕住宅室(☎ 63-7740)へお問い合わせください。

## ■家具の転倒防止対策をしよう！

建物が潰れなくても家具は倒れてきます。家具の転倒、落下防止、ガラスが割れても飛び散らないような対策をしましょう。



また、部屋の出入り口付近や廊下には家具を置かないようにしましょう。寝室に家具を置くときは、寝ている位置に倒れてこないようにしましょう。

## ■住宅用火災警報器や消火器を備えよう！

災害などにより火災が発生したとき、早く火災を確認できれば、避難することもできますし、火災の発生が初期であれば、消火器などで消火して被害の拡大を防ぐことができます。



## ■地域の防災訓練に参加しよう！

お住まいの地域などが主催する防災訓練に参加し、防災に関する知識を深めましょう。



また、訓練参加者がお互いに顔を合わせ、知り合うことが、もしものときに助け合いにつながります。

## 災害情報などの入手方法

### 防災ほっとメール

昨年9月1日から避難や災害の情報を携帯電話に電子メールでお届けするサービスを開始しています。  
※サービス開始から4ヵ月で900人以上の皆さんに登録いただいています。



登録方法 <http://www.anshin-bousai.net/nabari/>に接続するか、右のQRコードを読み込みください。



※通信にかかる費用はご負担ください。

### 配信や掲載される情報

- ①緊急メールを配信  
市が災害対策本部を設置した際、避難情報や災害情報を携帯電話に電子メールでお知らせします。
- ②災害情報などを掲載  
災害対策本部の設置状況や避難場所の開設、被害状況などの情報をご覧いただけます。避難場所を検索することもできます。
- ③救急医療情報を掲載  
夜間・休日に受診可能な応急診療所の情報や、救急輸送病院などの情報をご覧いただけます。

## FMなばり(83.5MHz)

市では、災害時に「FMなばり」で避難勧告や避難所の開設状況など重要な情報を提供することとしています。



### 防災情報が聞けます

「防災とボランティアの日」である1月17日(月)から防災情報を放送します。

放送日時 毎週月曜日  
※正午から始まる番組内で放送します。

## 災害用伝言ダイヤル(171)

災害発生時にはN T Tが「災害用伝言ダイヤル」を開通します。「災害用伝言ダイヤル」は安否などの情報を音声で確認、登録できるサービスです。

「1」「7」「1」をダイヤルし音声ガイダンスにしたがってメッセージを録音、再生することができます。

※毎月1日には体験利用が可能です。防災センター防災体験学習コーナーでも体験できます。

## 全国瞬時警報システム(J-ALERT)を3月中旬に導入予定

J-ALERTとは、地震情報や弾道ミサイル情報など対処に時間的余裕のない事態が発生したとき、通信衛星を使用し、国から自治体に情報を伝えるシステムです。

市が得た情報は、「防災ほっとメール」や「FMなばり」により市民の皆さんへお伝えする予定です。

開館時間 午前9時～午後5時 ※毎月第3日曜日、12月29日～1月3日は休館  
場所 防災センター・消防庁舎内(鴻之台1-2)  
予約方法 7人以上の団体の場合は、電話で名張消防署(☎ 63-0999)へ事前に予約してください。6人以下の場合は直接来館されても利用可能ですが、できるだけ事前予約をお願いします。 ◎無料

