

災害から命を守る

防災ハンドブック

風水害・火山災害・地震・火災に備えて

KARUIZAWA

目次

自分の命を守るために

- 1 非常時に役に立つもの 2
- 2 減災～リスクを限りなくゼロに近づけるために～ 4
- 3 知っておきたい応急手当 6
- 4 町からの情報に注意しましょう 10

風水害に備えて

- 1 気象状況に注意し、早めの対応を 13
- 2 土砂災害に気をつけよう 18
- 3 「マイ・タイムライン」を作成しよう 20

火山災害に備えて

- 1 浅間山における火山対策 22
- 2 「融雪型火山泥流」を知っていますか? ... 25

地震に備えて

- 1 地震の知識 28
- 2 地震発生! そのときどうする? 29
- 3 家の中の安全対策 30
- 4 家の外の安全対策 32

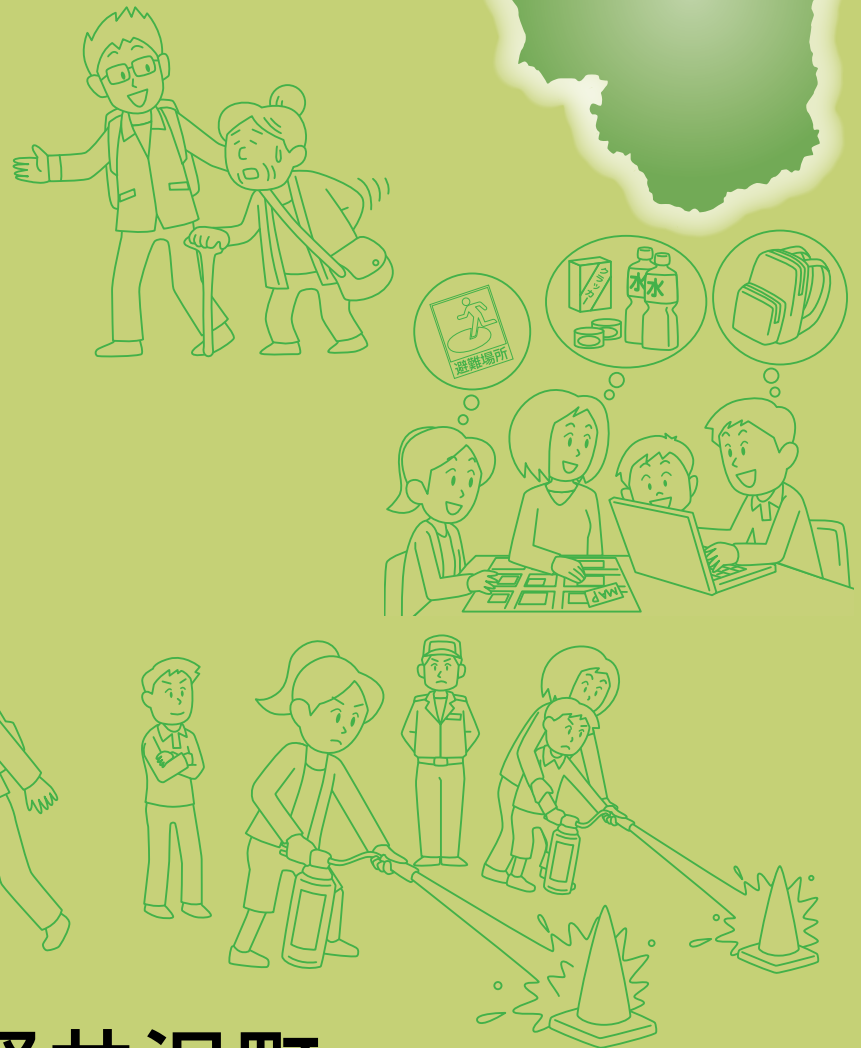
火災に備えて

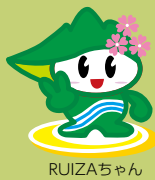
- 1 火災発生! そのときあなたは 34
- 2 避難のためのポイント 35
- 3 火元別初期消火のポイント 36
- 4 消火器の使い方 36

万一被災したら

- もしも被災してしまったら...
～くらしはどうなる?～ 37
- 避難所マップ 38

※冊子の裏表紙にある「わが家の防災メモ」に家族等の連絡先などを記入しておきましょう。





わが家の防災メモ

| | | | | | | |
|--------|------------|----|-------|-------|-------|-------|
| わが家の住所 | (〒 _____) | 住所 | _____ | _____ | _____ | _____ |
|--------|------------|----|-------|-------|-------|-------|

| 家族等の連絡先 | 氏名 | 生年月日 | 血液型 | 緊急連絡先 | 避難場所 | |
|---------|----|------|-----|--------------|------|--|
| | | ・ | ・ | 型 R H + - | ☎ | |
| | | ・ | ・ | 型 R H + - | ☎ | |
| | | ・ | ・ | 型 R H + - | ☎ | |
| | | ・ | ・ | 型 R H + - | ☎ | |
| | | ・ | ・ | 型 R H + - | ☎ | |

| 非常持出袋（リュックサック等）に入れるもの p2参照 | | | |
|--|--|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 非常食 | <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 救急箱セット | <input type="checkbox"/> 常用薬・お薬手帳 |
| <input type="checkbox"/> お金 | <input type="checkbox"/> 貴重品（預金通帳・健康保険証・免許証・印鑑等） | | |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 予備電池・電球 | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> 着替え | <input type="checkbox"/> ライター | <input type="checkbox"/> 缶切り | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| <input type="checkbox"/> ティッシュ・ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 防災ハンドブック（この冊子） | | |
| <input type="checkbox"/> その他（家族構成により、 <input type="checkbox"/> 哺乳瓶、 <input type="checkbox"/> 粉ミルク、 <input type="checkbox"/> 紙おむつ など） | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



覚えておきましょう！ 災害時の連絡方法

携帯電話「災害用伝言板」

災害時は携帯電話各社の公式サイトトップ画面に「災害用伝言板」の案内が表示され、自らの安否状態を登録することが可能になります。

登録された伝言については、インターネット接続が可能なパソコンや他社の携帯・PHSからも下記のURLで確認できます。（スマートフォンでのご利用については、各社のサイトにてご確認ください）

- NTTドコモ**
<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- KDDI (au)**
<http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- SoftBank**
<http://dengon.softbank.ne.jp/>

災害用伝言ダイヤル「171」

NTTは、地震等の災害発生時に、被災地の方の安否を気遣う通話が増加し、被災地への通話がつながりにくい状況になったとき、「災害用伝言ダイヤル」サービスを提供します。

※サービス開始時には、テレビ・ラジオ等を通じてお知らせします。

| 伝言の録音方法 | 伝言の再生方法 |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 171 にダイヤルする ▼ガイダンスが流れます | 171 にダイヤルする ▼ガイダンスが流れます |
| 録音の場合 1 ▼ガイダンスが流れます | 再生の場合 2 ▼ガイダンスが流れます |
| 自宅の電話番号 (市外局番から) | 被災した方の電話番号 (市外局番から) |

このハンドブックは、自然災害、火災、応急手当など日常の備えについてまとめました。ご家族の皆さんでご覧いただき、いつでも見える場所に保管してください。