



災害から身を守る知識と備え



地震だ!
どうしよう

避難場所って
どこだっけ?

いつ避難したら
良いの?

ひどい雨が
続いているけど
大丈夫かな...

災害のための準備って
何をしたら良いんだろう



葛城市地域防災マップ



葛城市HP
葛城市防災マップ



奈良県HP
洪水浸水想定区域図



奈良県HP
土砂災害警戒区域等マップ

上記から最新情報を確認できます。

災害情報

災害情報の種類

気象庁が発表する災害情報には以下のような種類があります。正しい情報を入手し避難行動の判断に役立てましょう。

ただちに命を守る
行動をとる!!

注意報

警報

特別警報

大雨、強風などにより災害が発生する恐れのあるときに発表されます。

土砂災害警戒情報

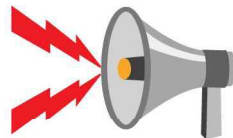
大雨警報発表中にさらに土砂災害の危険度が高まったとき

はん濫警戒情報

一定時間後に河川の水位が避難判断水位に到達する見込みがあるとき

市から出される避難情報ととるべき行動

避難が必要な場合は市が避難情報を発表します。避難情報が発表される前でも、危険を感じたら自主的に避難してください。



避難準備情報

避難勧告

避難指示 (命令)

避難に時間を要する方は、早めに自主的な避難行動を開始してください

避難行動を開始してください

ただちに避難してください

市からの情報は防災行政無線、エリアメールで届けられます。そのほか、テレビ、ラジオ、インターネットなどからも情報を得ることができます。



防災行政無線



テレビ



パソコン






ケータイ

事前の備え

家族防災会議

いざという時に落ち着いて行動できるように、日ごろから家族で話し合っておきましょう。

- 家の中でどこが一番安全か
また、危険なところはどこか確認しておく。
- 指定緊急避難場所   指定避難所 
はどこか確認しておく。
(散歩をかねて家族みんなで実際に行ってみる)
- 最短距離より、安全なルートを全員で考える。
- 指定避難所の中で迷わないよう、自分たちの集合場所を決めておく。
- 家族の食料を 1 週間分 備蓄する。
(普段使用している常温保存が可能な食品を活用する)



非常持ち出し品

いざという時は、ただちに避難しなければなりません。そのため、非常持ち出し品を常備し、リュックサックなどにまとめましょう。

非常持ち出し品の目安は男性で15キロ、女性で10キロ程度です。

食品関係

乾パン、缶詰など火を通さなくても食べられるものやミネラルウォーターなど



衣類など

下着、上着、タオル、毛布、手袋など



日用品

懐中電灯、ラジオ、ライター、ナイフ、缶切り、ビニール袋、電池、ティッシュペーパーなど



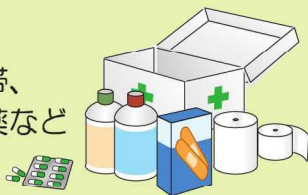
貴重品

現金、印鑑、預貯金通帳、健康保険証、免許証、キャッシュカードなど



救急・安全関係

ばんそうこう、傷薬、包帯、病人やお年寄りの常備薬など



感染予防関係

マスク、体温計、手指消毒液など



その他

歯ブラシ、石けん、ほ乳びん、紙おむつ、筆記用具、メガネなど



災害発生時の心得

① 状況により、すばやく避難しましょう！

市から避難情報が発表される前でも、雨の状況などから判断し、自主的に避難しましょう。

② 自分の住所、氏名、連絡先などを記載した防災メモを持とう！

特に高齢者や子どもは、事前にメモを用意し、身につけて避難しましょう。

③ 車での避難は控えて！

車は、約30cmの浸水で走行困難になります。
車での避難は避けましょう。

④ 持ち出し品は最小限に！

非常持ち出し品はリュックサックにまとめ、両手が自由に使えるようにしましょう。

⑤ 外出中の家族には、連絡メモを残そう！

「どこどこへ避難する」といったようなメモを残しておくといいでしょう。

⑥ 集団で助け合おう！

単独での行動は避け、近所の人たちと集団で決められた場所へ避難しましょう。

⑦ 安全なルートで！

マップを参考に浸水想定区域、土砂災害警戒区域などの危険箇所は避け、できるだけ安全な広い道を選びましょう。

⑧ 避難所では係の人の指示に従いましょう

避難所に着いたら、住所、氏名を報告しましょう。



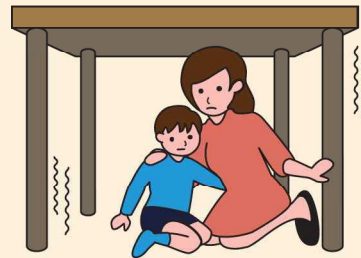
地震発生時 行動の心得

地震が発生したらまず身の安全を確保！
落ち着いて行動しましょう。

火気を使用している場合は
すぐに火を消してその場か
ら離れる



頭を守り家具が倒れてこな
い所に身をふせる



あわてて外に飛び出さない

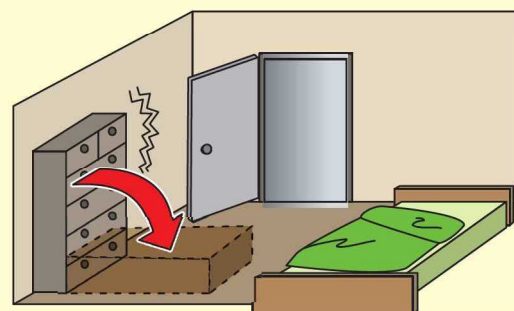
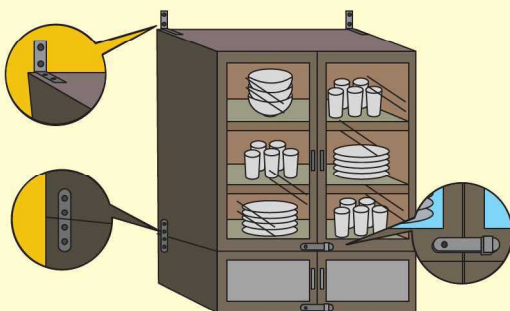


ドアや窓を開けて、出口を
確保する



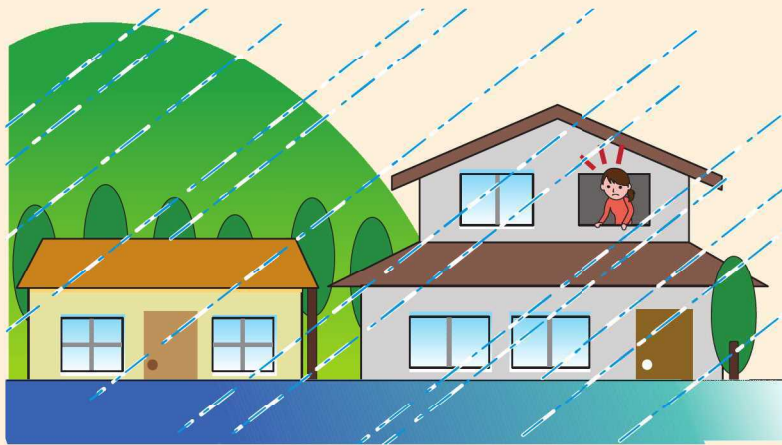
被害を小さくするためには

いつ地震が発生しても対応できるように、家屋の耐震化や
家具の転倒防止、配置の工夫を行うことが重要です。



風水害発生時 行動の心得

なるべく2人以上で行動しましょう。



逃げ遅れたら無理をせず自宅の2階などへ避難する
斜面地近くの場合は、山と反対側の部屋で待機する

運動靴などで避難する
長靴は水が入ると動きにくくなるため厳禁！



浸水している場所を歩くときは棒などを使い、足元を確認する



こんな場所には注意しましょう

水位にかかわらず、浸水箇所はとても危険です。
このような場所には近づかないよう注意しましょう。



応急手当方法

出血がひどかったら…

- ① 出血部位（傷口）を確認します。
- ② きれいなガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねて傷口にあて、その上を手で圧迫します。
- ③ 片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血します。



呼吸がなかったら…

- ① 耳元で大声で呼び掛けながら肩を叩くなどし、意識の確認をします。
- ② 反応がなければ大声で助けを求め、119番通報とAEDを探して持ってきてもらうよう依頼します。
- ③ 胸やお腹の動きを見て普段とおりの呼吸がない場合は、ただちに胸骨圧迫を開始します。
※飛沫を防ぐため、胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチやタオルなどがあれば傷病者の鼻と口にかぶせます。
- ④ 胸の真ん中を重ねた両手で「強く、速く、絶え間なく」行います。

胸が5cm沈むほどの強さ、
1分間に100回以上のテンポで続ける

- ⑤ 救急隊の到着もしくは傷病者の反応が出るまで続けます。

※AEDが届けば直ぐにAEDを使用します。



AEDの設置場所は
マップ面に記載
しています



わが家の防災メモ

連絡先一覧

名前	血液型	連絡先

家族で決めた集合場所

災害用伝言サービス

災害発生時は電話がつながりにくくなります。
災害用伝言サービスを活用して安否を確認しましょう。

災害用伝言ダイヤル

「171」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をしてください

<p>伝言の録音方法</p> <p>171</p> <p>↓ガイダンスが流れます</p> <p>録音の場合 1</p> <p>↓ガイダンスが流れます</p> <p>(XXXX)XX-XXXX</p> <p>被災地の方も、被災地以外の方も被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください</p> <p>↓</p> <p>録音</p>	<p>伝言の再生方法</p> <p>171</p> <p>↓ガイダンスが流れます</p> <p>再生の場合 2</p> <p>↓ガイダンスが流れます</p> <p>(XXXX)XX-XXXX</p> <p>↓</p> <p>再生</p>
--	--

忘れてイナイ(171)? 災害伝言171 など覚えてください

災害用伝言板サービス

安否状況の登録
伝言・安否状況などを入力します。

安否状況の確認
安否状況を確認したい相手の携帯番号を入力して検索します。

●いざという時の連絡先

火事・救急 **119**番 警察 **110**番

連絡先		電話番号	連絡先	電話番号
葛城市役所	新庄庁舎	69-3001	高田警察署	22-0110
	當麻庁舎	48-2811	(ガス)	
葛城消防署		69-7171	(病院)	
葛城市水道課		48-4707		