



防災ミーティングの方法

①地震発生を朝・昼・晩の時間帯ごとに想定する。その際、自宅、学校、通勤・通学路など場所を想像しながら考えましょう。

②家族の連絡先、災害伝言ダイヤル、非常持ち出し品などを再度確認する。下のシートを活用することもある方法です。

ミーティングは、防災の日などに数回開催すると防災意識が深まり効果的です。

家族で防災① ミーティングを してみよう



防災 特集

～自分や家族の命を守るために～

災害に備えた 準備をしよう!



防災危機管理課 ☎23・6533

わが家の 防災ミーティング・シート

※このシートは家族の目に留まるところにはったり、携帯したりすると便利です。市ホームページからダウンロードできます。

①家族の連絡先

名前(生年月日・血液型)	続柄	持病の有無	連絡先	
(年 月 日生 型)	男・女	あり・なし 病名 ()	学校・勤務先名	電話番号
(年 月 日生 型)	男・女	あり・なし 病名 ()	学校・勤務先名	電話番号
(年 月 日生 型)	男・女	あり・なし 病名 ()	学校・勤務先名	電話番号
(年 月 日生 型)	男・女	あり・なし 病名 ()	学校・勤務先名	電話番号
(年 月 日生 型)	男・女	あり・なし 病名 ()	学校・勤務先名	電話番号

②わが家の行動表

家族の集合場所と避難所を確認しましょう。

家族の集合場所

避難所

③避難地図

自宅から避難所へ行く道(避難途中の危険な場所も)を書きましょう。

メモ(連絡方法・学校へのお迎え・役割分担など)

※裏面のNTT災害伝言ダイヤル「171」も使いましょう。

東海地方に起こると予測される「南海トラフ巨大地震」のニュースです。

とある
昼下がり…

ニュース
南海トラフ
巨大地震

東海地震
南海トラフ
南海地震

政府の地震調査委員会によると、南海トラフ(海溝)を震源域とする今後30年間の地震発生確率は、東海地震88% (参考値*)、東南海地震70%程度、南海地震60%程度です。
※他の海溝型地震の発生確率と同程度の信頼度はないことに留意してください。

岡崎市では「最大で震度7」と想定されています。

地震のことを考えると、とても不安になるわ。家族のことも心配だし、何から備えたらいいのかしら…

うくん、パパが帰るまで心配だね。

まずは家庭で「すぐに」できることから始めましょう!

自宅の棚の高い所に物を置かない、家具を固定する、非常持ち出し品を用意するなど、家庭ですぐにできることはたくさんあります。家族の構成や、地震が起る時間帯によって準備の仕方は様々。まずは、家族で防災ミーティングを開き、話し合うことから始めてみてはいかがでしょうか。

名古屋大学教授 福和 伸夫 氏

名古屋大学減災連携研究センター長、環境学研究科教授を兼務。建築耐震工学・地震工学・地域防災のエキスパート。内閣府「南海トラフの巨大地震モデル検討会」などの委員も務めている。

- 老朽化したブロック塀は、地震で倒れ、避難路の妨げになるため、点検を行い修理や補強をする。
- 灯籠や庭石など倒れる危険性のあるものは、設置場所に注意する。

庭・塀

- ベッドやタンスは倒れる場合があるため、枕元に置かないようにする。
- 家具は、突っ張り棒で固定し、家具の大きさや形に応じて適当なし字型の金具、連結金具、ベルト付き金具などで固定する。
- 窓ガラスの飛散を和らげ、破片のけがを防ぐため、飛散防止フィルムを張る。

寝室・居間・台所

危険を防ぐためには、安全な家具の設置と固定が必要です。家具の固定は一つの固定方法のみでなく、複数の固定方法を組み合わせると、より効果的です。

3 家の中や周りをチェックしてみよう



2 防災訓練に参加しよう



地域総合防災訓練

9月2日(日) 7時30分～

● 場所 / 市内21小学校(詳しくは各地域の回覧などで確認を)

● 内容 / 避難訓練、避難所運営訓練、初期消火訓練ほか

● その他 / 訓練時間や内容などは地域によって異なる場合があります。



みんなで参加しよう!

これならすぐにできそうね。

L字金具などでしっかり固定。

ポイント
両開きの棚は、開閉防止の留め具をつける。また、食器の下に滑り止めシートを敷き食器の落下を防ぐ。

ポイント
テレビとテレビ台の間に転倒防止用マットなどを敷く。テレビの後ろをストッパーで固定する。

ほくたちの家もこれで安心だね。

ポイント
テレビとテレビ台の間に転倒防止用マットなどを敷く。テレビの後ろをストッパーで固定する。



地震に備え、「生きる力」を身に付ける

東海地方は、火災被害の大きい関東大震災、家屋の倒壊で被害にあった阪神・淡路大震災、津波で大きな被害をもたらした東日本大震災のような巨大な震災が一度に起こるかもしれません。南海トラフ巨大地震の被災人口は、東日本大震災の10倍と予想されています。自分や家族の命を守るためには、いつ起こるか分からない地震に備えて、防災ミーティング、家具の固定などすぐにできる対策をして「生きる力」を身に付けてください。そして、備えないことは恥ずかしいという姿勢を、未来で活躍する子どもたちにも伝えていきましょう。

◆テレビ・ラジオ、そして「防災くん」から情報を!

おかざき防災緊急メール

防災くん

コードを読み取って、携帯サイトへ

※読み取れない場合は <http://www.city.okazakibosai.jp/entry/guide/>

みんなで「防災くん」に登録しよう!

地震・大雨・竜巻などの防災気象情報、避難勧告、浸水警報装置など

「防災くん」のメニューは全8種類

1 警報情報 (大雨・洪水・暴風・暴風雪)	5 地震情報 (市観測震度・気象庁発表震度)
2 土砂災害警戒情報	6 東海地震関連情報 (調査情報・注意情報・予知情報)
3 記録的短時間大雨情報	7 市からのお知らせ (避難勧告などの避難関連情報ほか)
4 竜巻注意情報	8 浸水警報装置情報 (浸水警報装置が鳴ったときにもメールが届きます)

問い合わせ先：防災危機管理課 ☎23・6533

◆緊急時連絡先

連絡先	電話番号
岡崎市災害対策本部	☎23・6777
岡崎市消防本部	☎21・5151 (119)
愛知県岡崎警察署	☎58・0110 (110)
救急医療情報センター (病院の案内)	☎21・1133
中部電力岡崎営業所 (電気の故障)	☎0120・985・610
東邦ガス岡崎支店 (都市ガスの漏れ)	☎21・2231
岡崎市水道局 (断水・濁り水)	☎52・1510
NTT (電話の故障)	局番なし113

◆地震が起こったらまず身の安全確保!

<p>地震発生～</p> <h3>3分</h3> <p>揺れが続いている…</p> <ul style="list-style-type: none"> ● まず、わが身の安全を守る ● 慌てて外に飛び出さない 	<p>地震発生～</p> <h3>3分</h3> <p>揺れが収まったら…</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ドアを開けて、出口の確保 ● テレビやラジオから情報を収集 ● 落ち着いて火の始末(初期消火) 	<p>地震発生～</p> <h3>3時間後</h3> <ul style="list-style-type: none"> ● 隣近所に声を掛け合い、安全と安否を確認。消火活動・救出活動 ● 家屋の倒壊、火災、土砂災害などの危険がある場合は近隣待避場所、一時避難場所(小中学校の運動場)へ徒歩で避難 ● ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切り、「非常持ち出し品」を持って避難。 ● 避難先を書いたメモを玄関にはる。 	<p>地震発生～</p> <h3>約3日間</h3> <ul style="list-style-type: none"> ● 家庭内備蓄品でしのぐ。最低3日間分の水・食料、衣類、日用品などの備えが必要 ● 市の情報に注意
---	---	--	---

◆非常持ち出し品

重さの目安は 男性で15kg・女性で10kg程度

安全対策	貴重品
<input type="checkbox"/> 頭を守るヘルメット類	<input type="checkbox"/> 現金(小銭も)
<input type="checkbox"/> 底の厚い靴	<input type="checkbox"/> 預金通帳や有価証券などの権利証書
<input type="checkbox"/> 常備薬の予備	<input type="checkbox"/> 印鑑
<input type="checkbox"/> 救急医薬品	<input type="checkbox"/> 連絡カードや身分を証明するもの

衣類関係	食料関係
<input type="checkbox"/> 衣類・下着	<input type="checkbox"/> 水/1人1日30が目安
<input type="checkbox"/> 寝袋	<input type="checkbox"/> 鍋や水筒
<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> 乾パンやクラッカー、缶詰(3日分)
<input type="checkbox"/> タオル・毛布	<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り
	<input type="checkbox"/> レトルト食品(3日分)
	<input type="checkbox"/> 粉ミルク、ほ乳びん※赤ちゃんがいる場合

日用品		
<input type="checkbox"/> 卓上コンロ	<input type="checkbox"/> 筆記用具	<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> ティッシュ・ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	<input type="checkbox"/> 包装用ラップ	<input type="checkbox"/> 防水シート
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 大きなゴミ袋	<input type="checkbox"/> 軍手
<input type="checkbox"/> 予備の電池	<input type="checkbox"/> マッチやライター	<input type="checkbox"/> 防塵マスク

◆自宅の電話番号を書いておきましょう。

NTT災害用伝言ダイヤル 171

利用可能な端末	録音時間	蓄積伝言数	伝言保存期間
NTTの一般電話、公衆電話、携帯電話、PHS	1伝言 30秒以内	1電話番号あたり 1～10伝言	2日間

伝言の録音方法 **171→1** (ガイダンスが流れます)

伝言の再生方法 **171→2** (ガイダンスが流れます)

被災地のかたも、被災地以外のかたも被災地のかたの電話番号を市外局番からダイヤルしてください。