

災害が起こったときの行動について掲載しています。もちろん、ここに書いてあることが全てではありません。また、その通りにしなければならないということではありません。一つの目安にしてください！

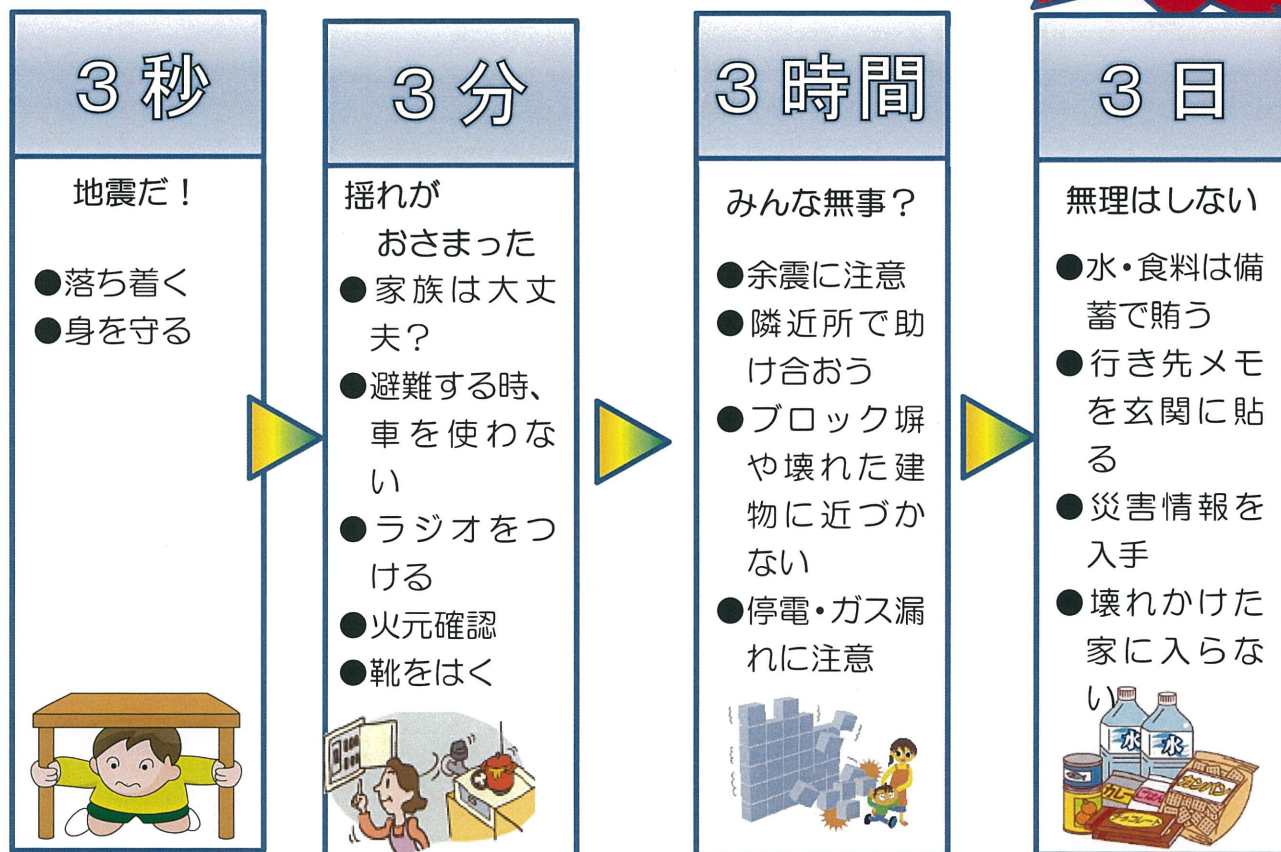


**STEP 2. 災害が起こったときに
どのような行動をしたらいいのか**

1. 出来るだけ落ち着いて行動する

(地震編)

災害発生時



①まずは避難

「これくらいなら大丈夫よね」と自己判断せず、まず避難。無駄になっても、訓練と思って必ず避難しましょう。

②周囲の人と協力しながら、避難誘導を開始する

自分や家族の安全が確保できたら、まわりで「支え」を必要な人に声をかけてみてください。
(負傷者や高齢者、子どもが大人とはぐれていないか、妊婦や乳幼児を抱えた人、外国人、障がいのある人は困っていないか・・・など) 地域の方と協力し合い、複数で避難しましょう！

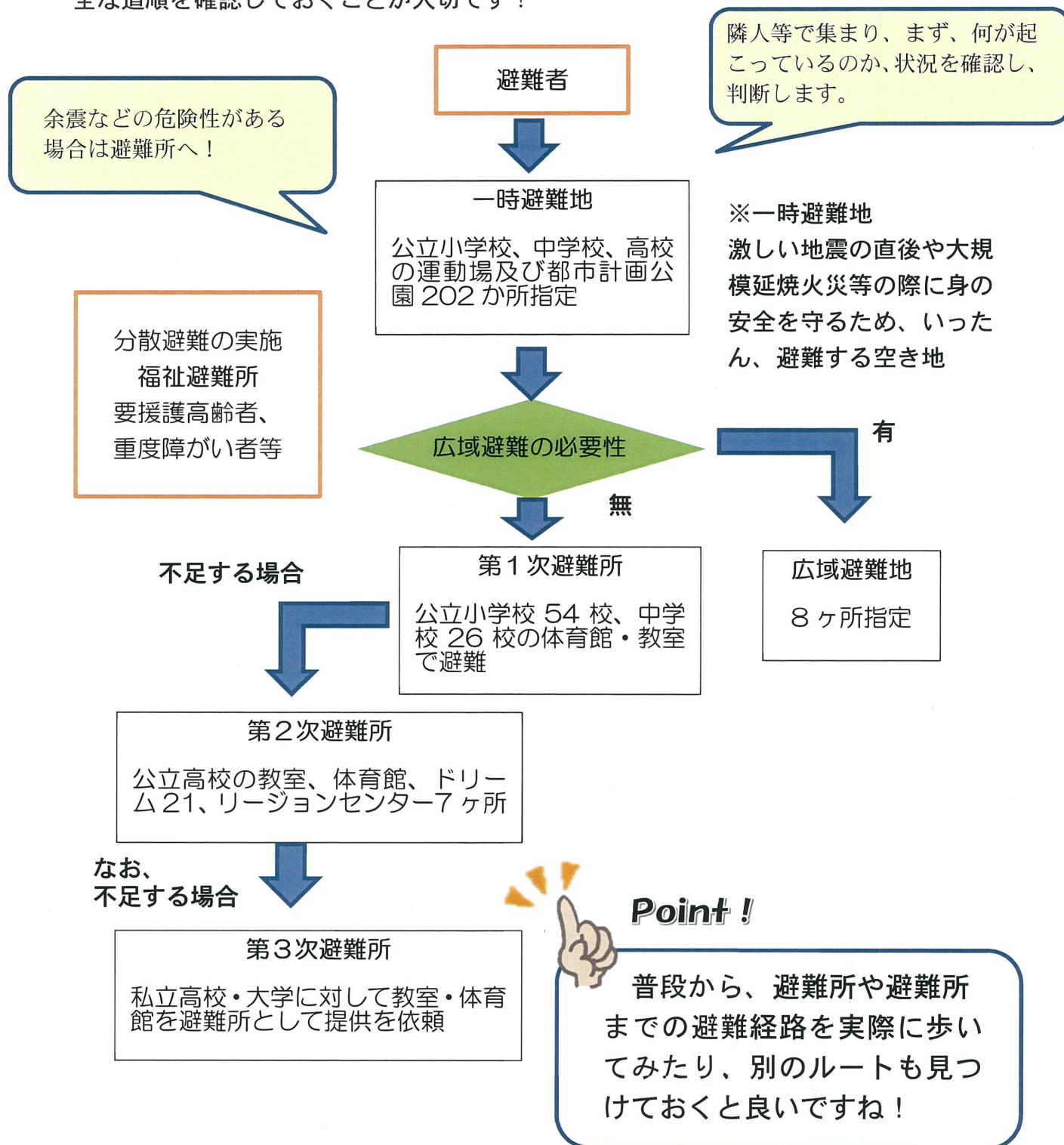
Point !

- ☐ 自分の安全を確保する
- ☐ 火元を確認 (ガスの元栓確認等)
- ☐ デマに惑わされず、テレビ・ラジオで、正しい情報を収集する
- ☐ 身の安全を確保し、家族や近所の人とまとまった行動をとる
- ☐ 高齢者・病人などの支援の必要な方は、自主防災組織など隣近所で協力し助けあう
- ☐ 避難時は、ブロックやコンクリートの塀の傍、狭い路地は出来るだけ避ける
- ☐ 必ず靴をはく (長靴より運動靴の方が望ましい)
- ☐ 荷物は最小限

2. 避難場所、避難所へ行く

もしも地震や風水害などが起こり、避難が必要になったら…あなたはすぐに行動できますか？また、地域の要援護者は、どこに避難誘導すればいいのでしょうか？

いざというときあわてないために、日頃から「防災マップ」などで、避難する場所と安全な道順を確認しておくことが大切です！



第1次避難所 一覧

避難所には何が備蓄されているか、どのようなスペースで寝食するのか、トイレは何か所あるのか等、一度地域で確認しておきましょう！また、学校によっては体育館が2階以上のところもあります。災害時要援護者（高齢者、障がい者、妊産婦など）への配慮など、みんなが出来るだけ過ごしやすい環境整備についても話し合っておくのも必要です。

<東地域>

校区自治連合会	第1次避難所
孔舎衙	孔舎衙小学校、孔舎衙東小学校、孔舎衙中学校
石切	石切小学校、石切中学校
石切東	石切東小学校
枚岡西	枚岡西小学校、枚岡中学校
枚岡東	枚岡東小学校
縄手北	縄手北小学校、縄手東小学校、縄手北中学校
縄手上四条	上四条小学校、縄手小学校、縄手中中学校
縄手南	縄手南小学校、縄手南中学校
池島	池島小学校、池島中学校

<中地域>

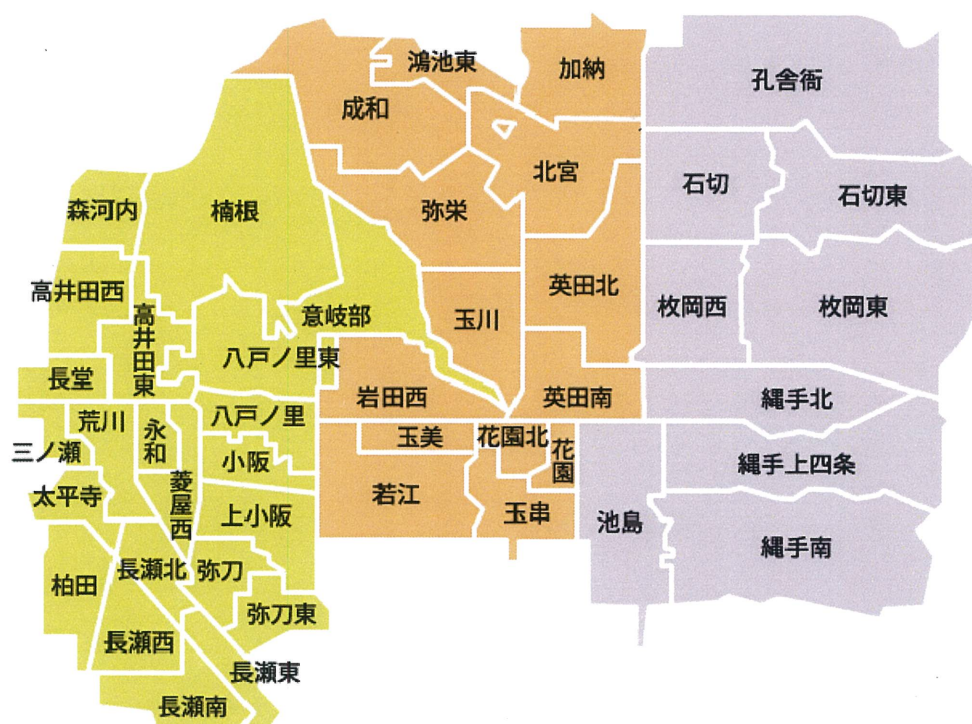
校区自治連合会	第1次避難所	校区自治連合会	第1次避難所
成和	成和小学校	玉川	玉川小学校
鴻池東	鴻池東小学校	岩田西	岩田西小学校、玉川中学校
弥栄	弥栄小学校、盾津中学校	玉美	玉美小学校
加納	加納小学校	若江	若江小学校、若江中学校
北宮	北宮小学校、盾津東中学校	花園北	花園北小学校
英田北	英田北小学校、英田中学校	花園	花園小学校
英田南	英田南小学校	玉串	玉串小学校、花園中学校

※災害時は、校区にとらわれず、最寄りの避難所に行ってください。

第1次避難所の他に、「一時避難地」、「広域避難地」、「第2次、第3次避難所」はどこにあるのかも確認しておきましょう。

＜西地域＞

校区自治連合会	第1次避難所	校区自治連合会	第1次避難所
森河内	森河内小学校	八戸の里	八戸の里小学校
楠根	楠根小学校、楠根東小学校、 藤戸小学校、西堤小学校、 楠根中学校	八戸の里東	八戸の里東小学校、 意岐部中学校
意岐部	意岐部小学校、 意岐部東小学校	小阪	小阪小学校、小阪中学校
高井田東	高井田東小学校、 新喜多中学校	上小阪	上小阪小学校、 上小阪中学校
高井田西	高井田西小学校、 高井田中学校	弥刀東	弥刀東小学校、 弥刀中学校
長堂	長堂小学校、長栄中学校	弥刀	弥刀小学校
三ノ瀬	三ノ瀬小学校	長瀬北	長瀬北小学校
太平寺	太平寺小学校、太平寺中学校	柏田	柏田小学校、柏田中学校
荒川	荒川小学校、俊徳中学校	長瀬西	長瀬西小学校
永和	永和小学校	長瀬東	長瀬東小学校、 金岡中学校
菱屋西	菱屋西小学校	長瀬南	長瀬南小学校、大蓮小学 校、大蓮東小学校、 長瀬中学校



3. 周囲と協力し合って、避難所での生活乗り切る

★第1次避難所（学校など）での生活

- 学校は、体育館を使わせてもらいます。それでも足りないときは会議室なども借ります。
- 体育館などの広い場所を使うときは、必ず通路を設けます。
- 居住する場所の一人あたりの広さは、通路などを除いて少なくとも畳一枚が目安です。
- 職員室や理科室などは「立入禁止」などの貼り紙を出します。
- 物資置き場や談話室など、みんなで使う場所も決めましょう。

★避難生活の心得

避難所では、大勢の人と共同生活を送ることになります。プライバシーの確保が難しいなど、不自由なことがたくさんありますが、お互いに協力しあい、譲り合うことが大切です。

避難所の自主運営体制づくり

（危機管理室作成 避難所運営マニュアルより抜粋）

避難所に派遣される行政職員はわずかしきません。避難所の運営すべてを行政のみで行うことは不可能です。住民・行政・学校・ボランティアなどが互いに協力し、助け合いながら避難所での生活乗り切りましょう！

①自主運営組織をつくる

避難所での生活が長期化する場合は、避難者自らが自主性を持って避難所を運営できるよう、避難者による「運営委員会」をつくります。

避難所に派遣されている行政職員は、運営が円滑に行われるように支援していきます。

②班長を選任し、班長会議を実施する

自治会ごとに班分けし、それぞれ班長を決めてもらいます。掃除などの当番、食事などの配布は、班単位で行います。また、班長会議を定期的に関き、被災者の意見、要望などは班長を通して述べてもらうとともに、必要事項の話し合いを行います。話し合いの結果は、掲示板などで広報するとともに、班長に避難者への伝達をお願いします。

③生活のルールをつくる

必要なルールとしては、起床や消灯時間、食事の時間、災害時要援護者への支援の方法、外部からの電話の取り次ぎ方、掃除当番、喫煙場所、ゴミの出し方、ペットへの対処などさまざまです。みんなで相談してルールを決めます。また、作ったルールは状況の変化に合わせて見直すことが必要です、

※生活ルールの取り決め事項（例）

班長・当番

- ☐ 食事当番
- ☐ 水くみ当番
- ☐ トイレ掃除当番

時間の取り決め

- ☐ 就寝時間（消灯時間）
- ☐ 清掃時間
- ☐ テレビ視聴時間等
- ☐ ガスコンロの使用時間
- ☐ 班長打ち合わせ時間

その他の生活ルール

- ☐ ごみの分別方法、収集場所等
- ☐ 電話の取り次ぎ時間
- ☐ 喫煙場所
- ☐ 就寝時間中の談話スペース
- ☐ 女子更衣室の設置
- ☐ 施設利用上の注意点

●避難所では、こんなことが起こります・・・

- ・ 寒くて眠れない ・ スペースがなく、廊下で生活した
- ・ 救援物資が届いたけど、人数分ない ・ 長期の集団生活で、周りの人とトラブルになる

●特に、高齢者や障がい者は・・・

- ・ 普通のトイレしかなく不便 ・ 物資の受け取りにひとりで行けない
- ・ 聞こえないことや見えないことで情報を受け取れない
- ・ 介助を受けたくても受けられない
- ・ いつも飲んでいる薬が手に入らない



一人ひとりのちょっとした配慮で、避難所の雰囲気が変わります！

●困っている人がいたら助けましょう



●生活のルールや役割を守りましょう



詳細はP. 20へ