

一人ひとりが備えておくべきことに、まずは取り組みましょう！
そして、それを周りの人にも広めていきましょう！！



STEP 1. 災害対策をすすめる！

1. 東大阪市における災害被害の想定を知る



Point!



危機管理室が発行している「洪水・土砂災害ハザードマップ」などで、水害が起こりやすい場所や、危険な地域を確認してみましょう！まち歩きしながら、独自の防災マップを作成されている地域もあります。

東大阪市では、最も大きな影響を及ぼす生駒断層帯地震を想定し、避難所や緊急物資の整備等が行われています。東南海・南海地震についても、近隣の市町村での被害が心配されます。

また、地震以外にも、近年各地では豪雨水害が多発しています。特に、東地域では集中豪雨による土砂災害、西地域では浸水被害対策をしておく必要があります。

～市内の被害想定～

●生駒断層帯地震が発生した場合

死者	2, 3 6 4 人	負傷者	7, 9 9 9 人
避難所生活者	9 7, 4 4 4 人		

※東大阪市地域防災計画より抜粋

●東南海・南海地震が発生した場合

死者	6 0 人	負傷者	2, 3 8 9 人
避難所生活者	4 9, 3 2 5 人		

※大阪府被害想定より抜粋

2. 命を守るための情報収集

災害時には、市から3種類の避難情報が発表・発令されます。避難情報とは、災害が迫った際に、住民の生命を守ることを第一に、市長が発表・発令する情報です。

市が発表・発令する避難情報の種類と行動の目安

内閣府ホームページを参考に作成

発表・発令種別	発表、発令時の状況	市民に求める行動	目安
高齢者等避難準備・避難開始	■避難勧告や避難指示（緊急）を発令することが予想される場合	■いつでも避難ができるように準備をしましょう。身の危険を感じる人は、避難を開始しましょう。 ■避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児をお連れの方等）は避難を開始しましょう。	援助の必要な人は 早めに避難
避難勧告	■災害による被害が予想され、人的被害が発生する可能性が高まった場合	■避難場所へ避難 ■地下空間にいる人は、速やかに安全な場所に避難をしましょう。	早急に避難！
避難指示（緊急）	■災害が発生するなど状況がさらに悪化し、人的被害の危険性が非常に高まった場合	■まだ避難していない場合は、直ちにその場から避難しましょう。 ■外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	即刻避難！



★少しでも危険を感じたら、早めの避難を心がけましょう！

※特別警報について

気象庁では、これまでの大災害を教訓に、平成25年8月から「特別警報」を創設しました。これまでに経験したことのない危険が迫っている場合、テレビやラジオ、インターネットなどを通じて、ただちに命を守る行動をとるよう伝えられます。

★いち早く災害情報を入手するためには

特別警報はじめ、避難情報などは、自治体や報道機関を通じて伝えられます。日頃から、大阪府の防災情報メールに登録するなど、早め早めの行動に移せるようアンテナを張っておきましょう

平
時
か
ら
確
認
し
て
お
き
ま
し
よ
う
！

おおさか防災ネット「防災情報メール」に登録しよう

市では、住民のみなさんに直接情報を届ける手段として、おおさか防災ネット「防災情報メール」の登録を推進しています。「防災情報メール」に登録すると、市に関する気象情報や避難情報が携帯電話にメール配信されます。いざという時の自主的な情報収集手段として、登録をしておきましょう。



携帯版QRコードはこちら



おおさか防災ネット(東大阪市・携帯版)

<http://www-cds.osaka-bousai.net/mobile/higashiosaka/index.html>

インターネットでの防災情報はここから！



気象庁 気象警報・注意報

<http://www.jma.go.jp/jp/warn/>



おおさか防災ネット(東大阪市)

<http://www-cds.osaka-bousai.net/higashiosaka/index.html>



大阪府 土砂災害の防災情報

<http://www-cds.osaka-bousai.net/sabou/Index.html>



大阪府 河川防災情報

<http://www-cds.osaka-bousai.net/suibou/index.html>



国土交通省 川の防災情報

<http://www.river.go.jp/>

※災害時は、テレビやラジオ、気象庁ホームページ、インターネット、広報車、防災無線から情報が発信されます



3. 家庭・職場・地域で話し合っておく

家族や職場、近所、所属するグループなど、身近な人と話し合い、一緒に災害対策の準備を進めましょう。

①連絡方法・待ち合わせ場所を決めておく

災害時、離ればなれになることがあります。もしもの場合に備えて、落ち合う場所や連絡方法について話し合っておきましょう。いつも緊急連絡カードをカバンに入れるなど、携帯しているといざという時に役立ちます。

②住まいの安全性を高めておく

大地震のときのケガの原因として最も多いのが、家具類の転倒や落下物によるものです。家具を固定するなどの対応をしておくと、ケガや死亡を未然に防げる割合が高まります。また、家から外へ避難しやすくなります。（※耐震診断についてはP. 32～33を参照）

③避難する場合に備えて、非常持出品を用意しておく

非常持出品は、避難するときに両手が使えるようにリュックサックなどに入れて、取り出しやすいところに保管しておきましょう。

重さの目安
成人男性 15キロ
成人女性 10キロ



非常持出品の例



Point!

災害時要援護者の方は、身分証や緊急連絡カード、お薬手帳なども用意しましょう！

※参考

- 要介護の方…紙おむつなどの介護用品
- 目の不自由な方…白杖、ラジオ、携帯電話
- 耳の不自由な方…メモ用紙、筆記用具、補聴器用の電池、電子メール機能付き携帯電話
- 妊産婦の方…脱脂綿、さらし、T字帯、新生児用品
- 赤ちゃんがいる家庭…ほ乳瓶や粉ミルク、紙おむつ、衛生用品、離乳食、母子手帳
- 子どもがいる家庭…お気に入りのぬいぐるみ、トランプ等、いつも遊んでいるおもちゃ

④備蓄は1週間分備えておく

地震の直後は食料・水の確保が十分にできません。救援活動・物資が受けられるまでの間の必需品は各家庭に置いておく必要があります。



※参考

- ☐ レトルト食品・乾パン・缶詰など
- ☐ ペットボトル（1日分ひとり3ℓが目安です）
- ☐ 携帯用トイレ
- ☐ いつもお風呂に水をためておく
- ☐ 懐中電灯 ☐ ろうそく・マッチ・ライター ☐ 予備の電池
- ☐ 携帯電話のバッテリー ☐ 太陽光などの家庭用発電
- ☐ 常備薬 ☐ サランラップ
- ☐ 医療器具・車いすなどの予備バッテリー（※高齢者や障がい者のいるご家庭）

⑤日頃から身につけておく（持ち物）

◆自分に関する情報

- ☐ 身元や連絡先を記したカード、必要な医療情報を記したカード
- ☐ 支援者であることを示す名札等

◆状況を把握するため

- ☐ 携帯電話・携帯ラジオ
- ☐ 筆記用具、メモ帳

◆万が一に備えて

- ☐ 救助笛
 - ☐ 携帯用ライト
 - ☐ 飲料水
 - ☐ 食料・簡易食材（チョコ等）
 - ☐ 救急用品セット、常備薬
 - ☐ 生理用品（女性）
 - ☐ 防災マップ・地図など
- （そのほか、マスク、雨具、冬季は使い捨てカイロなど）



※災害に備える民生委員・児童委員活動ハンドブック 参考

⑥防災会議を開いてみる

「防災の日」（９月１日）などを利用して、定期的に家庭や職場内、近所などで防災について話し合いましょう。また、話し合いだけでなく、避難場所まで実際に歩いたり、近所の高齢者や障がい者、妊産婦、乳幼児、病人などの避難方法について確認しておきましょう。



Point !

※話し合いのテーマ（例）

- ☐ 災害が起こったときの各自の役割
- ☐ 災害時、リーダーが不在の場合の各自の役割
- ☐ 消火器、バケツなど、消火の備え
- ☐ 家族間、職場、地域住民同士の連絡方法
- ☐ 備蓄の入れ替え、非常用持出品のチェック
- ☐ 家具転倒防止対策や家庭、職場内の整理整頓
- ☐ 高齢者や障がい者、妊産婦、乳幼児、病人などの避難方法
- ☐ 情報の入手方法

もしもに備えて、事前の確認が重要です！

避難所まで
一番早く行く道は？

他のルートは？

土砂災害を
避けて通るには？

周りにがけや
谷はない？

