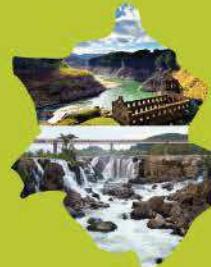




伊佐市
ISA City, Kagoshima

防災ハンドブック



保存版

避難するときは
一緒に持ち出しましょう !!



いざというときに備えて、
日頃から避難場所・避難経路・家族の
連絡先・避難時の心得などを
この防災ハンドブックと防災マップを
もとに話し合っていただき
緊急時に役立ててください。



伊佐市役所

【大口庁舎】〒895-2511 鹿児島県伊佐市大口里 1888 番地

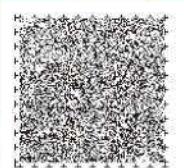
ISA City, Kagoshima

TEL : 0995-23-1311 / FAX : 0995-22-5344

【菱刈庁舎】〒895-2701 鹿児島県伊佐市菱刈前目 2106 番地

TEL : 0995-23-1311 / FAX : 0995-26-1202

【伊佐市代表 E-mail】info@city.isa.lg.jp





はじめに

防災ハンドブックの
バリアフリー化について

この防災ハンドブックは、市民のみなさんが安全な行動をとるために必要な文字情報を音声で読み上げる『**視覚障がい者・高齢者のための文字情報音声読み上げ用バーコード**』を採用しています。

文字情報を音声で読み上げるためには

- 視覚障がい者用専用機「スピーチオ」または「テルミー(tellme)」
- 携帯電話らくらくホンベーシック3 (NTTドコモ)
- 簡単ケイタイ (au)
- スマートフォン「Android・iOS 対応のアプリ」(Uni-Voice)
いずれかが必要です。



音声コード（SP コード）とスピーチオについて
詳しくは、下記の株式会社廣済堂ホームページでご確認ください。

SPコード公式ホームページ
<http://www.sp-code.com/index.html>

テルミー(tellme)について詳しくは、下記の
日本福祉サービス株式会社ホームページで
ご確認ください。

Tellme 公式ホームページ
<http://www.tellme.jp/index.html>

※「スピーチオ」と「テルミー(tellme)」は視覚障がい者用の日常生活用具に指定されています



一般用多言語対応「Uni-Voice」スマホ用無料アプリ提供
※視覚障がい者向けアプリ(Uni-voice BL)は、平成27年度厚生労働省自立支援開発事業で採択された製品です。

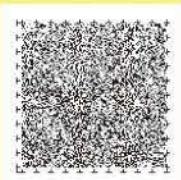
※スマートフォンアプリの入手は [Uni-Voice](#) で検索。

視覚障がい者・高齢者のための 文字情報音声読み上げ用バーコード

※QRコードではありませんので、携帯電話では読むことはできません。

この冊子(ハンドブック)の下部にある半〇穴は？

音声コードの位置を示すために、音声読み上げ用バーコード印刷部分に切り欠きを入れています。※各ページの下部にあります。





この防災ハンドブックは、河川のはん濫や土砂災害などにおける人的被害を軽減することを目的として、市民のみなさんが安全な行動をとるために必要な情報を掲載しています。

後ろのポケットに収めてある防災マップには、市民のみなさんが安全に避難するために必要となる情報として、鹿児島県がシミュレーションした浸水の範囲や深さ(浸水想定区域図)や土砂災害(土砂災害警戒区域) また、避難所、避難場所などの情報が記載されています。なお、地図に示した区域以外の場所でも、場合によっては浸水や土砂災害の発生することがありますので、十分注意して行動してください。

地域防災推進『3原則』

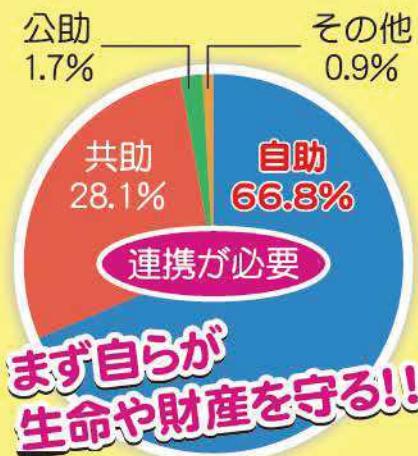
自助 「自助」とは、自ら(家族も含む)の命は自らが守ること、または備えること

共助 「共助」とは、近隣が互いに助け合って地域を守ること、または備えること

公助 「公助」とは、市役所や消防・警察による救助活動や支援物資の提供など、公的支援のこと

調査

阪神淡路大震災で生き埋めになった人たちが、誰によって救出されたか？

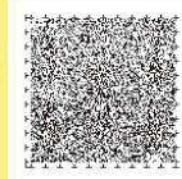


出典：(社)日本火災学会
「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」

大規模な災害であればあるほど、「市役所や消防・警察が何とかしてくれるハズ」と期待しがちですが、公助にも限界があります。防災対策・災害対応においては、まず自らがその生命や財産を守り、そこから共助・公助に期待される役割を大きな団体・組織がしていくという考えが基本となっていると言えるでしょう。

左記は、阪神淡路大震災で生き埋めになった方々が誰によって救出されたかを調査した結果です。これを見ても、災害対応における自助・共助の果たす役割の重要性が分かります。

※13 ページ(自主防災対策)で詳しい内容を記載しております。



風水害について

台風の大きさと強さ

気象庁は、台風のおおよその勢力を示す目安として、風速をもとに台風の「大きさ」と「強さ」を表現します。

「大きさ」は、強風域(風速15m/秒以上)の半径で、「強さ」は最大風速で区分しています。

また強風域の内側で、風速25m/秒以上の風が吹いていると予想される範囲を「暴風域」と呼びます。

台風に関する情報では、これらを組み合わせて「大型で強い台風」のように呼びます。



■台風の大きさ

階級	風速15m/秒以上の強風域の半径
大型 (大きい)	500km以上～800km未満
超大型 (非常に大きい)	800km以上

■台風の強さ

階級	最大風速
強い	33m/秒以上～44m/秒未満
非常に強い	44m/秒以上～54m/秒未満
猛烈な	54m/秒以上

雨の強さと降り方(1時間雨量)

10~20mm未満

やや強い雨



20~30mm未満

強い雨



30~50mm未満

激しい雨



50~80mm未満

非常に激しい雨



80mm以上

猛烈な雨



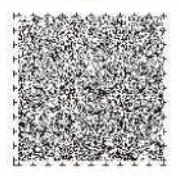
地面一面に水たまりができ、話し声が聞き取りにくくなります。長雨になりそうなら注意が必要です。

土砂降りの雨。傘をさしていても濡れてしまうほどの雨です。小河川ならばん濫、また、がけ崩れの心配もあります。

がけ崩れが起こりやすくなり危険地帯では避難の準備が必要です。道路規制が行われることがあります。

滝のように降り、あたりが水しぶきで白っぽくなり、傘は全く役に立たなくなります。土石流が起こりやすくなり、多くの災害が発生する可能性があります。

息苦しくなるような圧迫感があります。大雨による大規模な災害が発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要です。



大雨(洪水)の前兆

洪水はん濫はどうやって起こるのか

舗装が普及した地域では、雨水が地中にしみ込みにくくなっていることも影響し、集中豪雨等により河川や排水路の排水処理能力を超えた雨水は低い場所に集まり、短時間のうちに浸水します。たとえ近くに川がなくとも「水害」への注意が必要です。



*排水路の排水能力を超える雨が降った場合にも、内水はん濫が発生するおそれがあります。

川内川流域浸水想定(国土交通省) <http://www.qsr.mlit.go.jp/sendai/bousai/sinsui/>

*概ね100年に1回程度起こる大雨が降った場合に川内川が氾濫し、想定される浸水の状況です。

浸水の目安と心得



浸水深 3.0m 以上のエリア

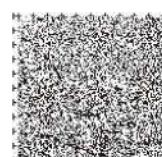
- 2階床面が浸水する2階建て住宅では、避難が遅れると危険な状況に陥るため、住民は避難情報のみならず、出水時の水位情報等にも注意し、必ず避難所等の安全な場所に避難
- 高い建物の住民でも、浸水深が深く、水が退くのに時間を要することが想定されるため、事前に避難所等の安全な場所に避難

浸水深 0.5m ~ 3.0m 未満のエリア

- 平屋住宅または集合住宅1階の住民は、1階床上浸水になり、避難が遅れると危険な状況に陥るため、避難情報のみならず、出水時の水位情報等にも注意し、必ず避難所等の安全な場所に避難
- 2階以上に居室を有する住民は、浸水が始まてからの避難は水深0.5mでも非常に危険なため、避難が遅れた場合は、無理をせず自宅2階等に待避、ただし、浸水が長時間継続した場合や孤立した場合の問題点について認識しておくことが必要

浸水深 0.5m 未満のエリア

- 避難が遅れた場合は自宅上層階で待避、ただし、浸水が長時間継続した場合や孤立した場合の問題点について認識しておくことが必要



■ 土砂災害について

土砂災害の種類

**斜面崩壊
(がけ崩れ)**

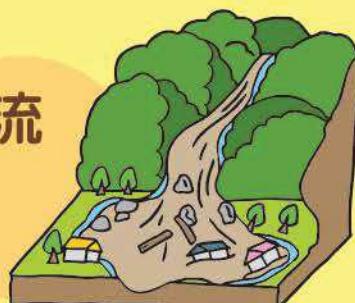


急ながけ地や山の斜面が突然崩れ落ちる現象を、斜面崩壊(がけ崩れ)といい、国内で最も件数の多い土砂災害です。

一瞬にして崩れ落ちるので、逃げ遅れる人も多く、被害が大きくなります。

このような被害を生じる恐れのある箇所を「急傾斜地崩壊危険箇所」といいます。

土石流



土石流とは、谷や斜面の土・石・砂が大雨による水とともに、一気に谷を流れ下る現象です。

スピードが速く破壊力も大きいため、大きな被害をもたらします。

このような被害を生じる恐れのある渓流(渓谷や小川)を「土石流危険渓流」といいます。

地すべり



粘土などの滑りやすい層の上にある斜面部が、しみ込んだ雨水等の影響などでゆっくり動きだす現象です。

一度に広い範囲が動くため、大きな被害をもたらします。このような被害を生じる恐れのある箇所を「地すべり危険箇所」といいます。

最低限知つておくべき3つのポイント



□ 住んでいる場所が「土砂災害危険箇所」かどうか確認する

自分の家が土砂災害危険箇所にあるかどうか確認しましょう。

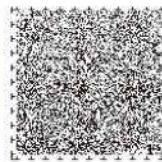
※ただし、土砂災害危険箇所でなくとも、付近に「がけ地」や「小さな沢」などがあれば注意が必要です。

□ 雨が降り出したら土砂災害警戒情報に注意する

鹿児島県の砂防課などのホームページで確認できるほか、テレビやラジオの気象情報でも発表されます。

□ 土砂災害警戒情報が発表されたら早めに避難する

土砂災害警戒情報が発表されたら、早めに近くの避難場所など、安全な場所に避難しましょう。





土砂災害の前兆

土砂災害が発生するときには、何らかの前兆現象が現われることがあります。下に挙げたものは主な前兆現象です。

こうした前兆現象に気づいたら、周囲の人にも知らせ、いち早く安全な場所に避難することが大事です。



山鳴りがする。



雨が降り続いているのに、川の水位が下がる。



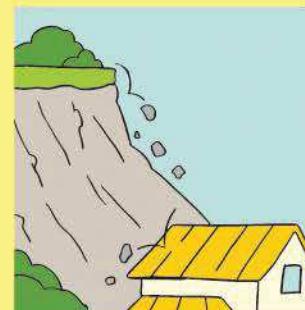
川の水が濁り、流木が混ざり始める。



斜面から水が噴き出す。



沢や井戸の水が濁る。地面にひび割れができる。小石がパラパラ落ちてくる。



最低限覚えておくべき3つのポイント



雨に注意しましょう

1時間に 20 ミリ以上、または
降り始めてから 100 ミリの降
雨量になつたら注意が必要で
す。



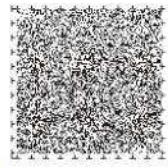
逃げ方を覚えましょう

土石流は速度が速いため、土
砂の流れる方向に対して直
角に逃げるようにないましょう。



避難場所を決めておきましょ

日頃から家族全員
で避難場所や避
難する道順を決め
ておきましょう。



地震について



地震発生時の行動

地震発生

まず、身の安全

- ・机の下に入る。
- ・クッション、雑誌などで頭を保護する。
- ・家具から離れる。
- ・ガラス面から離れる。

大きな揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたら、まず身を守り、揺れがおさまるまで待ちましょう。

普段から家の中の安全チェックをしましょう。住宅用火災報知器も設置しておきましょう。



2分～5分

大揺れがおさまった

- 台所やストーブなど、火の始末をしましょう。
避難の時は、ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。



5分～10分

家族の身の安全を確認、確保

- ・家族の安全の確認、確保
- ・災害情報、避難情報の入手
- ・避難のための出口の確保
- ・ガラス片や転倒家具に注意



10分～半日

隣近所の安否確認、助け合い

- ・倒壊家屋や転倒家具の下敷きになっている人の救出
- ・火災発生時の消火活動
- ・けが人の救護



半日～3日

2、3日分は自分でしのぐ

- 地震発生後数日間は、水道、ガス、電気、電話等ライフラインをはじめ、食糧の供給が途絶えます。
2～3日は自分でしのげるよう、生活必需品（非常用品）を備えておきましょう。

地震は突然やってきます

・ 地震だ！ まず身の安全

揺れを感じた時は机の下などに頭をかくし、わが身と家族の身の安全を優先しましょう。



・ 落ち着いて火の始末をしましょう

まず身の安全を守ることを優先し、火の始末をしましょう。

・ あわてて外に飛び出さない

すぐに外に飛び出すのは危険です。状況をよく確かめ、落ち着いて行動しましょう。



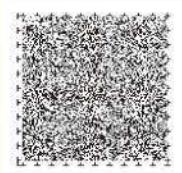
・ 戸を開けて出口の確保をする

ドアがゆがみ、部屋に閉じ込められることがあるので戸を開けて出口を確保しましょう。

・ 正しい情報で行動する

災害時はデマなどに惑わされやすくなります。

報道機関や市役所、消防・警察からの情報に注意しましょう。





震度による感じ方の目安

震度 0	人は揺れを感じないが、地震計には記録される。	震度 5 強	大半の人が、物につかまらないと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。棚にある食器類や書棚の本で、落ちるものが多くなる。テレビが台から落ちることがある。
震度 1	屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。	震度 6 弱	立っていることが困難になる。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。
震度 2	屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。電灯などのつり下げ物が、わずかに揺れる。	震度 6 強	立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることがある。
震度 3	屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。歩いている人の中には、揺れを感じる人もいる。棚にある食器類が音を立てることがある。	震度 7	固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたりし、飛ぶこともある。壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する建物がさらに多くなる。補強されているブロック塀も破損するものがある。
震度 4	ほとんどの人が驚く。歩いている人のほとんどが、揺れを感じる。電灯などのつり下げ物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。		
震度 5 弱	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。電灯などのつり下げ物は激しく揺れ、棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。		

地震に備える（身の安全の備え）



■ 家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておきましょう。

けがの防止や避難に支障のないように家具を配置しておきましょう。家具やテレビ、パソコンなどを固定し、転倒・落下・移動防止措置をしておきましょう。



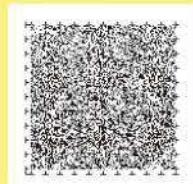
■ けがの防止対策をしておきましょう。

食器棚や窓ガラスなどには、ガラスの飛散防止措置をしておきましょう。停電に備えて懐中電灯をすぐに使える場所に置いておきましょう。散乱物でケガをしないようにスリッパやスニーカーなどを身近に準備しておきましょう。



■ 家屋や塀の強度を確認しておきましょう。

家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておきましょう。ブロックやコンクリートなどの塀は、倒れないよう補強しておきましょう。





火災について

出火原因の第1位は「放火」、続いて「たばこ」

出典：総務省 平成28年8月19日「報道資料より」

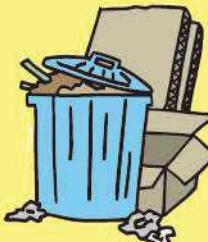
総出火件数の39,111件を出火原因別にみると、「放火」4,033件(10.3%)、「たばこ」3,638件(9.3%)、「こんろ」3,497件(8.9%)、「放火の疑い」2,469件(6.3%)、「たき火」2,305件(5.9%)、の順となっています。
「放火」及び「放火の疑い」を合わせると6,502件(16.6%)となります。

放火をされないために

平成8年以降の全国火災発生原因の第1位は放火です。
また、全国統計では深夜帯の放火が一番多くなっています。



郵便受けに新聞紙や郵便物などを溜めておかない。



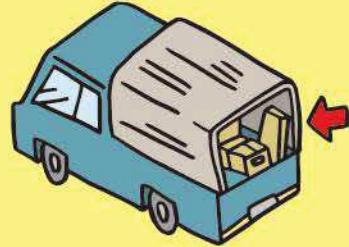
家の周囲には段ボールや雑誌束など、燃えやすいものは置かない。



自転車やバイクのカバーには難燃性のものを使用する。



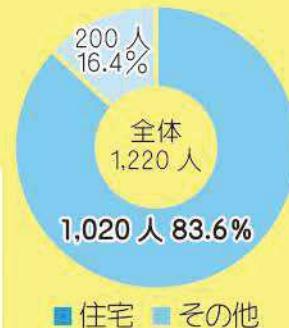
建設中の建物のそばに資材が置かれたままだと注意が必要。



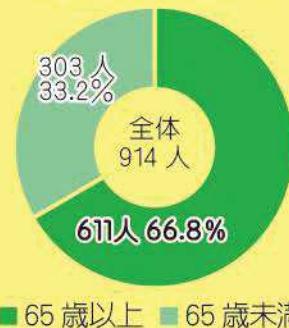
カギやトランクが開いた状態のまま車のそばを離れない。

特に高齢者は火災に気を付けましょう。

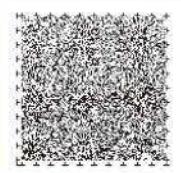
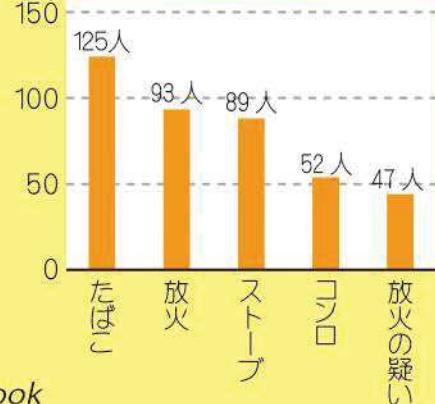
建物火災死者数の
約9割が住宅火災



住宅火災の死者数
約7割が高齢者
(放火自殺者等を除く)



住宅火災の出火原因別
死者数の発生状況
(多い順で5つ)



避難の方法

火災から身を守るために初期消火も必要ですが、炎が天井に届いてしまった場合や高齢者、子ども、障がいの方などは避難し生命を守ることが何より大切です。また、火災から発生する煙には有毒ガスが含まれており大変危険です。少しでも危険だと思ったらすぐに避難を開始しましょう。



消火器の正しい使い方

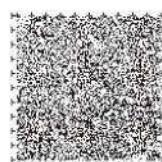


使い方のポイント

初期消火で火災を最小限に防げるよう、消火器の使い方はしっかり覚えておきましょう。

- ・ 消火器は炎ではなく、火元をねらって放射する。
- ・ 火元からは1.5~2m離れて放射する。
- ・ 姿勢を低くする。※放射の勢いで炎の吹き返しがあります。
- ・ 油鍋などに放射するときは、鍋などがひっくり返らないように注意して放射する。
- ・ 消火器で消火できる目安は炎が天井に移るまで。
炎が天井に移ったらすぐに避難する。

*消火器の有効期限は5年又は8年で消火器により若干違います。手持ちの消火器をしっかりと確認して適切に取り替えましょう。容器の腐食した消火器は爆発などの危険もありますので絶対に使用しないでください。その場合は購入先か防災設備業者に相談をし、確実に廃棄してください。



避難情報について

伊佐市の災害情報を
メール配信！
携帯電話から登録しましょう。



基本は情報収集

メール登録方法・利用手順については
最終ページ(裏表紙)をご確認ください。

災害を完全に防ぐことはできませんが、その被害を最小限にとどめることは可能です。

そのためには

「日頃からの備え」

自宅付近で起こるかもしれない災害についての知識を深めたり、避難場所とそこに至る経路の確認、非常持ち出し品の準備などをしましょう。

「正しい情報入手」

報道機関や市役所からの災害に関する情報に耳を傾け、思い込みやデマなどに惑わされないようにしましょう。



避難情報の「新たな名称」と「とるべき避難行動」

避難情報が変わりました。避難勧告は廃止し避難指示の一本化になりました。

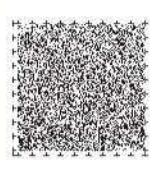
警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等	とるべき避難行動
5	災害発生 又は切迫	災害発生情報 (発生を確認するとときに発令)	5 命を守るために最善の行動 をとってください
4	災害の おそれ高い	・避難指示(緊急) ・避難勧告	4 災害発生のおそれが極めて 高いときに発表する情報です。 危険な場所にいる人は、 ただちに安全な場所へ避難して ください
3	災害の おそれあり	避難準備 ・高齢者等避難開始	3 避難に時間を見る人に避 難を始めてもらうときに発表 する情報です。 いつでも避難できるように 準備を整え、高齢者や乳幼 児・体の不自由な人・避難 に時間がかかる人とその避 難を支援する人、避難が困 難な場所にお住いの人は、 避難を開始してください。
2	気象状況 悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	
1	今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意報 (気象庁)	

避難情報の種類

災害が発生し、または発生のおそれがある場合においては、皆様の安全を守るために避難の指示を行うことがあります。避難指示が出されたら、速やかに最寄の避難所に避難してください。
※伊佐市指定避難所は、必要に応じて順次開設します。
避難情報に注意してください。

緊急の度合い
高い

避難情報	住民の行動
自主避難	身の危険を感じた場合、避難情報の発令の有無にかかわらず、速やかに安全な場所へ避難してください。
高齢者等 避難	避難行動に時間を要する災害時要配慮者などは、避難場所等の安全な場所への避難行動を開始し、その他の方は、家族等との連絡や非常持出品の用意など避難の準備を開始する。
避難指示	直ちに避難行動に移るとともに、そのいとまがない場合は生命を守る最低限の行動をとる。



■ 避難時の心得



正確な情報収集と 早めの行動を取りましょう

ラジオ・テレビ・インターネットなどで最新の気象情報や避難情報などの災害情報を入手しましょう。

危険を感じたら早めの行動を心がけましょう。火元等の確認も忘れずに。



お年寄りなどの 避難に協力しましょう

お年寄りや子供、病人、障がいのある方は、早めの避難が必要です。近所のお年寄りや子供、病人などの避難に協力しましょう。



避難の呼びかけに 注意しましょう

危険が予想される状況となった場合には、市役所や消防団などから避難の呼びかけをすることがあります。避難の呼びかけがあった場合には、それに従いましょう。



自動車での 避難は控えましょう

自動車での避難は、緊急車両の交通の妨げになりますので、特別な場合を除きやめましょう。



動きやすい服装、 2人以上で避難しましょう

避難するときは、動きやすい服装で、2人以上の行動を心がけましょう。その際には、さぐり棒を持ち、側溝や排水路に転落しないように注意しましょう。



自主防災対策

自主防災組織の活動に参加しましょう！

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

平常時の活動

□ 地域内の防災点検

災害発生時に、地域内に被害の拡大につながる要素はないか、確認を行う。



□ 防災訓練の実施

災害を想定した防災訓練（避難訓練、図上訓練、消火器の使用方法や応急手当訓練など）を実施する。



□ 防災知識の普及

防災マップの作成など、住民一人ひとりの防災意識の高揚を図る。



□ 防災資機材の整備

災害発生時に必要とされる資機材を、地域の実情に応じて準備し、定期的に点検や使用方法の確認を行う。



災害時の活動

□ 情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。



□ 初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツリレーなどによる初期消火活動など。



□ 救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。

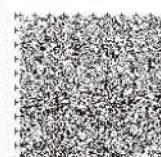
□ 医療救護活動

負傷者の応急手当、救護所への搬送など。



防災活動に参加しよう

大規模な災害の場合には、防災関係機関による活動が困難になる場合も考えられます。地域の皆さんのが「自分たちの地域は自分たちで守る」という連帯意識を持ち、自主的な防災活動を行うことも大切なことです。地域の自主防災組織活動を積極的に行い、日ごろから訓練などに参加しましょう。





要配慮者への支援

※要配慮者とは、高齢者・障がい者・乳幼児等の防災施策において特に配慮を要する方です。

災害に対して、高齢者や障がいのある方などは、

- 身に迫った危険を察知しにくい**
- 助けを求めたり、助けてほしい内容を伝えにくい**
- すぐに身を守る行動をとりにくい**

ご自身が備えておくことはもちろんですが、地域ぐるみの温かい支援が必要です。



■ 地域の皆さん

要配慮者との交流を密にする

日頃から近隣に住む要配慮者とあいさつを交わすなど交流を深めておく。また、プライバシーや本人の意思などに配慮しながら、支援のニーズを聞いておく。

要配慮者を把握する

地域において、要配慮者の把握、情報共有等を進めておく。

要配慮者の視点で まちなかを点検する

避難路は車いすで通れるか、障害物がないかなど、要配慮者を安全に避難誘導できるよう、確認する。

防災訓練への参加を促す

要配慮者の方に防災訓練に参加してもらう。その際に、安否確認や避難誘導など、具体的な支援体制を決めておく。

■ 要配慮者の皆さん

コミュニケーションを図る

自分や家族だけでは十分な対応ができない場合は、近隣の方や自主防災組織に、安否確認や支援に来てもらえるよう頼んでおきましょう。日頃から地域の防災訓練や行事などに進んで参加し交流を深めておくことが大切です。



AED 使用方法

すべて機械が音声メッセージを出してガイドしますので、音声メッセージのとおりに行えば一般の人でも簡単に操作ができます。



1. 電源を入れる。 2. パッドを貼る。

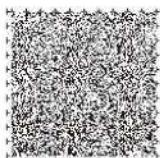
電気を使用しますので、感電防止のために皮膚がぬれていなことを確認しましょう。

3. コネクターを指定された場所に差し込む。

機械が心電図を解析し、心室細動(心臓のケイレン)を検出すると、自動的に充電します。

4. 放電ボタンを押す。

このとき必ず自分と周りの人も離れ、患者に触れないようにしましょう。



持ち出し品

最低限揃えておきたいもの



懐中電灯

できれば一人にひとつ用意。
予備の電池と電球も忘れず
に。



非常食・水

缶詰など、火を通さずにたべら
れるものを。乳幼児がいる場合
には粉ミルクなど。



携帯ラジオ

小型で軽く、AMとFMの両方を
聞けるものを用意。予備の電池
は多めに。



救急薬品
常備薬

キズ薬、ばんそうこう、解熱
剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬な
ど。常備薬があれば忘れずに。



貴重品

現金、預金通帳、印鑑、免許証、
健康保険証など。現金は硬貨
も便利。



その他

ヘルメット（防災ズキン）、衣
類、ライター（マッチ）、ナイフ、
ビニール袋、紙おむつやほ乳
びんなど。

災害復旧までの数日間自活するために用意するもの

非常食

缶詰やレトルト食品、ドライフルーツや栄養補助
食品、チョコレート・アメなどの菓子類、調味料
など。

飲料水

一人当たり、1日3リットルが目安。缶入りやペッ
トボトルのミネラルウォーターのほか、ポリ容器
にも水をためておく。

【二次持ち出し品】

その他の持ち出し品

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベのほか、毛布、寝袋、洗面用具、ラップ、使い捨てカイ
ロ、ロープ、バール・スコップなどの工具、マスク、トイレットペーパー、新聞紙、簡易トイレ、予備のめ
がね、バイク・自転車、ドライシャンプーなど。

必要な防災グッズは必ず揃えてバッグの中にしまってすぐに持ち出せる状態にしておくことが
大切です。

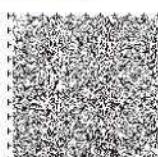
避難する時は一分一秒を争っている状態なので、押し入れの中や棚を探している暇はありません。
揃えた防災グッズは、玄関などのすぐに取り出せるところに置いておくことが一番重要です。



最低でも3日分、できれば
1週間分を目安に備蓄を行いましょう。



非常に広い地域に甚大な被害が及ぶ大災害の場合、食糧などの支援物資
がすぐに届かないおそれがあります。そのため、ご家庭で非常食などを備え
ておく事も大切です。



チェックリスト



特に重要な持ち出し品には、チェックを入れて日頃より準備をしておきましょう。

最低限揃えておきたいもの

- 懐中電灯(乾電池)
- 非常食
- 水
- 携帯ラジオ
- 救急薬品
- 常備薬
- 現金(硬貨も便利)
- 衣類
- ライター(マッチ)
- ナイフ
- ビニール袋
- 預金通帳
- 印鑑
- 免許証
- 健康保険証
- ヘルメット(防災ずきん)

二次持ち出し品

- 缶詰
- レトルト食品
- ドライフーズ
- 栄養補助食品
- チョコレート、アメ(お菓子類)



その他の持ち出し品

- 毛布
- 卓上コンロ
- ラップ
- 予備のガスボンベ
- 寝袋
- 固形燃料
- 洗面用具
- バール・スコップなどの工具
- 使い捨てカイロ
- マスク
- ロープ
- トイレットペーパー
- 新聞紙
- 予備のめがね
- 簡易トイレ
- バイク・自転車
- ドライシャンプー

その他、追加の持ち出し品

※ 記載がないものでも大切な持ち出し品は下に書いて準備しておきましょう。

-
-
-
-

最低限準備しておくと安心な持ち出し品です。

※家族構成や地域性により、最低限準備しておきたい持ち出し品は異なります。

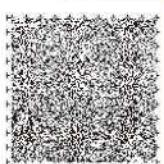
家族でしっかりと話し合い、必要な持ち出し品を決めることがとても重要です。



準備していないとどうなるの!?

災害はいつ起こるか分かりません。その時は突然やってきます。そんな時のための備えをしっかりと行っていますか？その備えがしっかりと出来ているかどうかであなた自身はもちろん、家族を守ることが出来るかどうかが決まると言っても過言ではありません。

必要なもの・準備しておきたいものをリスト化し、防災グッズとして欠かすことのできないものの一つである持ち出し品をしっかりと揃えておきましょう。



指定避難所・緊急避難場所一覧

● 指定避難所 市外局番はすべて「0995」です。

マップNo	避難場所	地区名	所在地	電話
①	大口ふれあいセンター	大口	大口里 2845-2	22-1613
②	大口東小学校体育館	大口東	〃 目丸 1286-2	22-0263
③	大口温泉高熊荘	牛尾	〃 木ノ氏 1278-12	22-6200
④	山野基幹集落センター	山野	〃 山野 5156	22-0407
⑤	十曾フレンドハウス		〃 小木原 688	22-0959
⑥	山野西文化交流館	山野西	〃 小川内 573-99	29-3355
⑦	布計地区多目的集会施設	布計	〃 山野 3195-1	-
⑧	平出水「いなほ館」	平出水	〃 平出水 1632-1	22-6653 (土地改良)
⑨	羽月地区公民館	羽月	〃 下殿 556	22-0355
⑩	伊佐市総合交流拠点施設 (旧大口南中)		〃 下殿 1678-10	-
⑪	旧羽月北小学校体育館	羽月北	〃 白木 1354-37	-
⑫	羽月西青少年センター	羽月西	〃 田代 277-10	28-2111
⑬	曾木小学校体育館	曾木	〃 曾木 1753	25-1152
⑭	針持青少年センター	針持	〃 針持 4275-2	25-1140
⑮	南永小学校体育館	南永	菱刈南浦 1002-5	26-3980
⑯	本城校区集会施設	本城	〃 南浦 3470-1	26-4639
⑰	湯之尾校区公民館	湯之尾	〃 川北 2148	26-4261
⑱	菱刈ひまわり館	菱刈	〃 前目 3650-34	-
⑲	新川地区集落センター		〃 前目 3903-133	-
⑳	ふるさといきがいセンター		〃 前目 2019-1	26-3000
㉑	菱刈人権文化センター		〃 前目 3133	26-4185
㉒	田中ふるさと館	田中	〃 重留 1214	26-5288
㉓	大口元気こころ館	福祉	伊佐市大口里 3054-1	23-2361
㉔	まごし館	避難所	伊佐市菱刈前目 711-1	26-4120
計			避難場所 24	

● 緊急避難場所

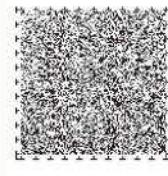
マップNo	避難場所	地区名
①	大口小学校校庭	大口
②	大口東小学校校庭	大口東
③	牛尾小学校校庭	牛尾
④	山野小学校校庭	山野
⑤	旧山野西小学校校庭	山野西
⑥	布計地区多目的集会施設広場	布計
⑦	平出水小学校校庭	平出水
⑧	羽月小学校校庭	羽月
⑨	旧大口南中学校校庭	
⑩	旧羽月北小学校校庭	羽月北
⑪	羽月西小学校校庭	羽月西
⑫	曾木小学校校庭	曾木
⑬	針持小学校校庭	針持
⑭	南永小学校校庭	南永
⑮	本城小学校校庭	本城
⑯	湯之尾小学校校庭	湯之尾
⑰	菱刈中学校校庭	菱刈
⑲	菱刈小学校校庭	
⑳	田中小学校校庭	田中
計	避難場所 19	



※福祉避難所とは、避難をした際に手助けが必要な人が避難する場所です。

※指定避難所は、施設の状況によって変更になっている場合があります。

データ放送（MBC 総合テレビ）や防災メール、ホームページで確認できます。



防災マップの活用方法

この防災マップは、災害の発生により被害が想定される内容、場所を事前に知り、災害に備えていただくことを目的としています。

まず、自宅の位置を確認しましょう。

災害が想定される位置を確認しましょう。自宅がある場所は、どのような災害が予想されるのかを、地図をみて確認しましょう。



次に、自宅付近の避難所を確認しましょう。

自宅に一番近い災害に応じた避難所を地図で確認しましょう。



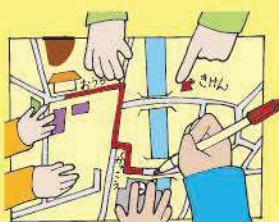
災害想定区域を避け、避難経路を決めましょう。

避難経路を地図で確認し、土砂災害や津波などの災害が想定される場所を避けて避難できるようにしましょう。



実際に避難経路を歩いてみて、安全を確認しましょう。

家庭や地域で話し合いながら、実際に歩いてみましょう。避難経路に危険な場所がある場合には、避難経路を見直しましょう。



緊急避難場所と指定避難所の違い

■ 緊急避難場所とは

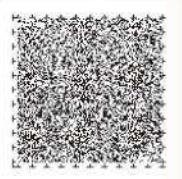
伊佐市では、「大地震が起きてしまい家屋が倒壊しそうな場合やそこに留まると危険なときに、その危険から逃れるために避難する場所」のことを緊急避難場所と指しています。

※もし、逃げ遅れたら状況に応じて近くの安全な場所に避難してください。

■ 指定避難所とは

「災害で家に住めなくなったり、家に危険性がある場合に滞在できる所」を指定避難所と指しています。

※指定避難所は必要に応じて開設します。



災害時の連絡先

警察は
110番

火事・救急は
119番

災害時は正しい情報を入手することが大切です。報道機関や市役所からの災害に関する情報に耳を傾け、思い込みやデマなどに惑わされないようにしましょう。

緊急時の
テレホンガイド

伊佐市役所 総務課交通消防防災係	23-1311
大口消防署・消防本部	22-0119
菱刈分遣所	26-0085

川内川
沿川内
河川内
見や
よ見や
川内川

携帯電話から手軽にいつでもどこでも、レーダー雨量、河川水位やダム情報がリアルタイムでわかります。
<http://www.qsr.mlit.go.jp/sendai/bousai/keitai/index.htm>



QRコード

基本は情報収集 伊佐市災害情報メール・LINE

緊急情報を市民の皆さんにいち早くお知らせするために、「伊佐市災害情報メール」を配信しています。メールを受信するためには、登録が必要です。※メールサービスの利用料は無料です。

メールの登録方法

- ① 携帯電話から次のURLに接続してください。
PC・スマホ
<https://plus.sugumail.com/usr/isa-city>
スマートフォン(ガラケー)
<https://m.sugumail.com/m/isa-city>
- ② 【空メールを送信する】をクリック
- ③ 届いたメールに記載されたURLをクリック
利用規約を確認の上【同意する】をクリック
- ④ 配信カテゴリーを確認の上、【確認画面】をクリック
- ⑤ 入力内容を確認の上、【登録】をクリック
- ⑥ メールの登録完了



ガラケー

LINEの登録方法

- ① LINEアプリからQRコードを読み取り友達(伊佐市)【追加】をクリック
- ② LINEに通知が届きます。
- ③ メッセージ記載されたURLをクリックします。
会員登録をクリックしてください。
- ④ 利用規約を確認の上、【同意する】をクリック
- ⑤ 配信カテゴリーを確認の上、【確認画面】をクリック
- ⑥ 入力内容を確認の上、【登録】をクリック
- ⑦ LINEの登録完了



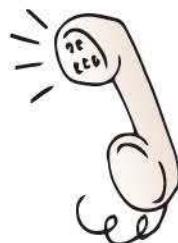
QRコード

災害用伝言ダイヤル(171)

災害用伝言ダイヤル(171)は、安否等の情報を音声により伝達する声の伝言板です。

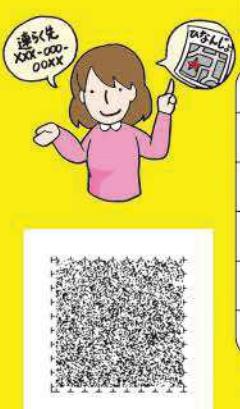
NTT西日本(NTT東日本)のシステムが伝言を蓄積することで、

- ① 被災地の方の無事を知らせる事ができる
- ② 停電、被災により自宅の電話が使えない場合の連絡が可能となる等、安否情報の伝達が確保できます。



災害用伝言ダイヤル(171)の利用方法

「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従ってダイヤルし、伝言の登録、再生を行ってください。



【家族・関係者連絡先】

一人に2つ以上の連絡先を控えて置くと安心です。
まずは、下の表に記入しましょう。

氏名	緊急連絡先①	携帯電話などの連絡先
()	—	
()	—	
()	—	
()	—	
()	—	

監修：防災士(登録No.099821) 北村直樹

制作会社：久永情報マネジメント株式会社