

【自助】自分の命は自分で守る

○各家庭で防災について考えましょう

①防災マップ（ハザードマップ）で自宅を確認しましょう

自分の住んでいる場所が、どのような災害（浸水・土砂崩れ）の可能性があるのかを理解しておきましょう。

※防災マップは、役場環境防災課で配付しています。また、町ホームページ等でも確認できます。

②洪水や土砂災害等が発生する気象情報等を確認しましょう

前線が停滞しているときや台風が接近してくるとき等、テレビやラジオの情報に注意するほか、パソコンやスマートフォンでも詳細な雨雲の動きや降水量、栗山川の水位なども確認できますので注意しましょう。

※的確な情報収集と避難行動ができるように、マイ・タイムライン（個別防災行動計画）を作成しましょう。

③浸水や土砂災害等から命を守る行動を確認しましょう

避難情報は、5段階の「警戒レベル」で発表されます。「警戒レベル3」、「警戒レベル4」で、危険な場所から確実に避難しましょう。

※命の危険を感じたら迷わず避難しましょう。

④災害備蓄品を確認しましょう

大規模災害が発生すると、水道、電気、電話などのライフラインが停止する可能性があります。復旧までの間、3日分程度は自宅に水や食料等を備蓄しておきましょう。災害の状況によっては、急いで自宅を出なければならぬこともありますので、非常持出品は前もってリュックに詰めるなどの準備をしておきましょう。



チェックリスト（災害共通）

非常持出品（例）	外出時に携帯したいもの
飲料水 <input type="checkbox"/>	身元や連絡先のわかるカード <input type="checkbox"/>
食 品 <input type="checkbox"/>	病院の診察券など <input type="checkbox"/>
貴重品（預金通帳、印鑑、現金） <input type="checkbox"/>	携帯ラジオ <input type="checkbox"/>
救急用品 <input type="checkbox"/>	メモ帳・筆記用具 <input type="checkbox"/>
軍 手 <input type="checkbox"/>	笛 <input type="checkbox"/>
懐中電灯 <input type="checkbox"/>	水 <input type="checkbox"/>
下 着 <input type="checkbox"/>	チョコレートなど <input type="checkbox"/>
予備電池 <input type="checkbox"/>	口を覆うハンカチなど <input type="checkbox"/>
マッチ、ろうそく（火を付けるもの） <input type="checkbox"/>	（あなたにとって必要なものを記入しましょう）
ウェットティッシュ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>
（あなたにとって必要なものを記入しましょう）	_____ <input type="checkbox"/>
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>
_____ <input type="checkbox"/>	_____ <input type="checkbox"/>
避難・安否確認	
1. 自宅からの避難場所を確認している。（避難場所を記入しましょう）	<input type="checkbox"/>
2. 会社や学校など外出先からの避難場所を確認している（避難場所を記入しましょう）	<input type="checkbox"/>
3. 避難場所までの経路を確認している	<input type="checkbox"/>
4. 家族の安否確認の方法を話し合っている。	<input type="checkbox"/>