

わが家の防災メモ

第1次避難所

第2次避難所

家族が離ればなれになった時の集合場所

緊急連絡先

火事・救急救助 119

警察 110

市役所	いわき市役所	TEL 22-1111
ライフライン	いわき市水道局	22-1221
	東北電力(株)いわき営業所	23-1441
	NTT東日本いわき支店(故障)	113
	NTT東日本いわき支店(災害用伝言ダイヤル)	171
	※最新でいれるガス会社をご記入ください。	
医療	市立総合医療センター	26-3151
	市立常盤病院	43-4175

家族などの連絡先

非常持出品

災害の場合に備えて、必要なものを準備しておきましょう。チェックリストで、定期的に点検をしましょう。

- 食料品
カンパン、缶詰、インスタント食品、飲料水など
□□□
- 雨具、ヘルメット
□□□
- 懐中電灯
□□□
- 衣類
下着類、セーター、手袋など
□□□
- 救急医療用品
(消毒薬、包帯、目薬、解熱剤、包帯、絆創膏など)
□□□
- 洗面道具
(歯ブラシ、タオルなど)
□□□
- 貴重品
(現金、通帳、印鑑、保険証など)
□□□
- 携帯用ラジオ
(FM付きがよい)
□□□
- その他
予備電池、ロープ、軍手、ナイフ、缶切りなど
□□□
- ろうそく、マッチ
□□□

緊急通報メモ

110番 あわてず、おちついて 119番 !!

氏名

住所

電話

通報時の自宅目標

災害情報

SEA WAVE FM いわき (いわき市民コミュニティ放送)

76.2 MHz

作成 / 平成16年3月 いわき市総務部消防防災課

日頃から緊急前後の対処を学ぼう

いわき市防災マップ

保存版



マップの使い方

このマップは、災害時の避難場所や防災関係施設の位置、注意すべき災害危険箇所などを取りまとめたものです。最寄りの「避難場所はどこか?」「問い合わせ先はどこか?」等を確認のうえ、わかりやすいところに保存または掲示して下さい。みなさんが災害について関心を持ち、いざというときに落ちついて行動できるよう日頃から正しい防災知識を身につけておくことが大切です。なお、避難場所については、必ずしも全ての災害に対応するものではありませんので、災害の種類等に応じた避難場所を確認しておいて下さい。

いわき市

地震が起こりやすい日本。その時あなたはどうしますか?

台風や大洪水が発生してからではおそい! 事前にチェックできていますか?

地震

もしも、災害が発生したら?

洪水

地震に備える!!

身の周りの環境を把握し、災害時の行動を想定してみましょう。



わが家の耐震診断

- 家の間取りから、水まわり、ガスの位置、電気のパネル、家具の配置を確認する。
- ひび割れや傾いているところはないか。特に通学路、避難路に面している所はしっかり補強する。



家具の転倒防止

- 寝室、居間、乳幼児のいる部屋にはできるだけ家具は置かない。
- 家具や屋外のガスボンベは、壁などにしっかり固定する。



食料・飲料水の備蓄

- 1人1日3リットルの水を最低3日分用意する。
- いつもお風呂に水をはって置く。
- 普段から非常食3日分を含む7日分程度の食料を準備しておき、食料品の点検、入れ替えを忘れない。



家族で話し合い

- 家族の役割分担や集合場所を決める。
- はぐれた時の落ち合う場所を決める。
- ※「わが家の防災メモ」に書き込んでください。



天気予報や気象情報に注意

- 台風や豪雨はある程度、襲来する時期や規模などを予測できます。ふだんから気象情報に十分注意して、風や雨に対する万全の対策を立てることが大切です。



家の内外を点検整備

- トタンのめくれや、アンテナが不安定になっていると、竜巻や台風時の被害の元になります。



避難場所を確認

- 防災マップに示されたあなたの近くの避難場所を確認しておきましょう。



安全な避難順路の確認

- 避難場所までの実際の道順を確認しましょう。
- 目印になるものを、おぼえておくとう便利です。

水害に備える!!

河川に接する低い土地や地盤がゆるぐ不安定な造成地は、水害による危険性が高い場所です。次の点に注意しましょう。

地震が起きたら?!

判断は難しいものです。次のことを参考に避難を心がけてください。

1. まず、身を守る

机の下などにもぐり、身を守りましょう。



2. かならず火の始末

コンロなどの火を消す。火が出ても落ち着いて初期消火。



3. 出口を確保

家が傾いてドアが開かなくならないように、すばやく窓や扉を開けましょう。



5. 徒歩で避難する

避難所への避難は徒歩で、持ち物は少なめに。

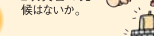
動きやすい服、ヘルメット、底の厚い靴。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る。家族への連絡メモを残す。

二次災害に注意を払い、デマに惑わされないよう落ち着いて避難しましょう。



4. わが家の安全確認

火災、家屋の倒壊の危険やガス爆発等、2次災害の兆候はないか。



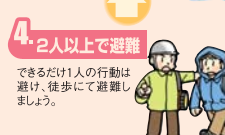
6. お年寄りなどの避難に協力を

避難させる場合は、老人、幼児、傷病者、身障者を優先的に避難させましょう。



5. 安全な避難を

避難にはできるだけ高い道路を選び、浸水があった場合は、溝や水路に十分注意しましょう。また、がけ地などでは、土砂災害の恐れがあるので注意しましょう。



4. 2人以上で避難

できるだけ1人の行動は避け、徒歩で避難しましょう。



1. 自主的に避難準備を

ラジオ・テレビで最新の気象・災害情報に注意し、危険を感じたら避難準備をしましょう。



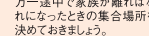
2. 呼びかけに注意

市役所、消防署、警察署からの避難の呼びかけに注意しましょう。



3. 避難する前に~

避難する前に、ガス、電気、火種を消し、避難場所を確認。万一途中で家族が離ればなれになったときの集合場所を決めておきましょう。



水害が起きたら?!

避難するときは、がけ崩れや地すべり、土石流等の二次災害を考慮に入れ、足元に注意して避難しましょう。

