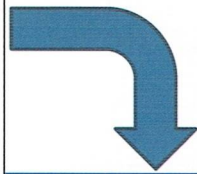
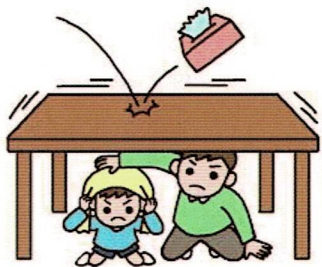


# グラっときたら 生きのび方

## ① 地震警報

→グラっときたら

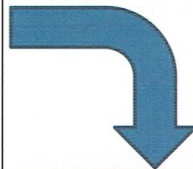
- ①頭と首筋を守る  
テーブルの下などにもぐる
- ②揺れがおさまるまで待つ
- ③スリッパや靴をはく
- ④すばやく火の始末
- ⑤戸を開けて出口の確保
- ⑥火が出たらすぐ消火



## ② 大津波警報

→ただちに避難！

- ①ただちに徒歩で避難
- ②辻堂駅、テラスモール方面、途中で入れる高いビルへ避難
- ③ブロック塀の倒壊、ガラス、瓦の落下、車に注意



## ③ 大規模火災

→慎重に避難！

- ①火の始末
- ②ブレーカーを落とす
- ③戸締りをして、徒歩で
- ④ご近所、要支援者と一緒に
- ⑤津波、風向きを考え、左図の神台(かんだい)公園または他の広域避難場所へ
- ⑥ブロック塀の倒壊、瓦、ガラスの落下、車に注意
- ⑦風向き考え、安全に避難

## 余震・津波・火災の3つの安全確認後

自宅が安全!



自宅避難

原則

自宅が危険?



松浪中学校 避難所

(不在も含む) 家族の安否・安全確認、ご近所の救出・救助・救護、消火活動、情報収集

兵金山会館(または代替場所)に浜四災害対策本部を設置

### 生きのび方の基本の考え方

自分が生きのびる

家族も生きのびる

ご近所も生きのびる

みんなも生きのびる

# 浜四からの避難ルート・マップ

## 浜竹四丁目から広域避難場所への避難ルート

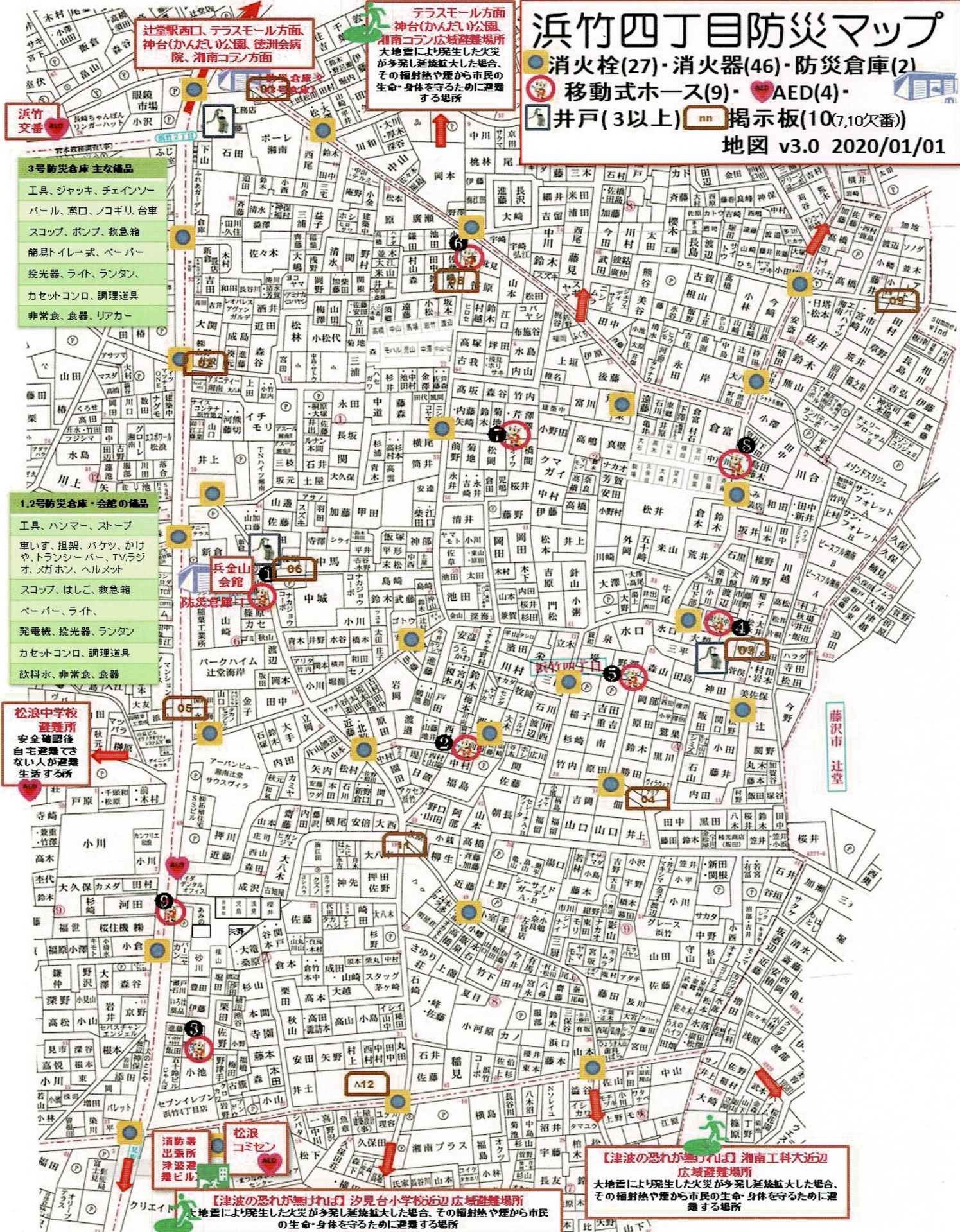


# 浜四防災マップ

## 浜竹四丁目防災マップ

- 消火栓(27)・消火器(46)・防災倉庫(2)
- 移動式ホース(9)・AED(4)
- 井戸(3以上) ● 掲示板(10(7,10欠番))

地図 v3.0 2020/01/01



テラスモール方面  
 神台(かんた)公園  
 湘南コナン広域避難場所  
 大地震により発生した火災が多発し延焼拡大した場合、その輻射熱や煙から市民の生命・身体を守るために避難する場所

辻堂駅西口、テラスモール方面  
 神台(かんた)公園、徳洲会病院、湘南コナン方面

- 3号防災倉庫 主な備品
- 工具、ジャッキ、チェーンソー
  - ボール、缶、ノコギリ、台車
  - スコップ、ポンプ、救急箱
  - 簡易トイレ式、ペーパー
  - 投光器、ライト、ランタン、
  - カセットコンロ、調理道具
  - 非常食、食器、リアカー

- 1,2号防災倉庫・会館の備品
- 工具、ハンマー、ストーブ
  - 車いす、担架、バケツ、かけや、トランシーバー、TVラジオ、メガホン、ヘルメット
  - スコップ、はしこ、救急箱
  - ペーパー、ライト、
  - 発電機、投光器、ランタン
  - カセットコンロ、調理道具
  - 飲料水、非常食、食器

松浪中学校  
 避難所  
 安全確認後  
 自宅避難できない人が避難生活する所

【津波の恐れが無ければ】湘南工大近辺  
 広域避難場所  
 大地震により発生した火災が多発し延焼拡大した場合、その輻射熱や煙から市民の生命・身体を守るために避難する場所

【津波の恐れが無ければ】沙見台小学校近辺  
 広域避難場所  
 大地震により発生した火災が多発し延焼拡大した場合、その輻射熱や煙から市民の生命・身体を守るために避難する場所

# 日頃のそなえ\_わが家の防災

## 生きのび方

①地震→頭と首筋を守る




②大津波警報→ただちに避難!





③火災→慎重に避難!

## 1.身を守る-日頃-個人

個人の防災(特に寝室で):

- 倒れる物の前に寝ない 
- 物が落ちてこない所に寝る
- 寝室に(避難用)靴を置く
- 緊急用呼び笛(ホイッスル)
- 懐中電灯(常夜灯、スマホ)
- ヘルメットまたは防災ズキン
- 軍手または手袋の用意

## 4. 非常時用備蓄

- 水(7日×2~3リットル/人) 
  - 食料(7日×3食/人) 
  - 簡易トイレ用品(7日分/人)
  - 携帯・スマホ充電器と電池
  - 車のシガーライターでの充電器
  - 風呂の水は抜かずに貯めて
  - いつも飲む薬2週間分
  - 20~50リットル・ポリ袋50枚
  - カセットコンロ、ボンベ
  - マッチ、ライター
  - トイレトペーパー、ウエットティッシュ
  - ガムテープ、ラップ、レジ袋
- 食品、水、薬は日常で使い、新しいもので入れ替える(ローリングストック)

## 7. ご近所(要支援含む)情報

日頃のお付き合いを大切に!

ご近所・要支援者情報


番地 名前 電話 持病など




## 2.身を守る-日頃-自宅

自宅の耐震対策:

1981(昭和56)年以前築は危険

- 耐震診断を!
- 耐震補強工事
- 棚、家具の固定 
- テレビ、冷蔵庫などの固定
- ガラスの飛散対策など
- 地震保険も検討(お勧め)

自宅の防火対策:

- 火災、煙警報器(義務付け)
- 消火器(設置で安心)
- 感震ブレーカー(お勧め)

## 5. 情報収集と連絡

災害用伝言ダイヤル(171)

録音:171⇒1⇒電話番号(市外局番から)

⇒1⇒メッセージ入力⇒9

再生:171⇒2⇒電話番号(市外局番から)

⇒1⇒メッセージを聞く

手段:スマホ、携帯、携帯ラジオなど

## 8. 自治会としての役割

震度5強以上の地震で、余震・津波・火災の3つの安全確認後、2時間以内に浜四災害対策本部(または代替場所)に浜四災害対策本部(災対本)を設置し、活動を開始します  
自治会・防災会役員は自動参集

組長は自身、家族の安全確保後

ご近所の救助・救護、消火を

その後、自組の安否確認・会館報告

余裕があれば浜四災対本へ参加

組員は自身、家族の安全確保後

組員は近所で消火、救助・救護を

余裕があれば浜四災対本へ参加

## 3. 非常持出し(リュック詰め)

◆:その時入れる、□:常時入れておく

◆貴重品-現金、カード、印鑑

◆パスポート、健康保険証

◆携帯、スマホ、充電用具



□最低限の水、食料、常用薬、生理用品

□懐中電灯、携帯ラジオ、電池

□ポリ袋、ラップ、ライター、マッチ

□予備メガネ、コンタクトレンズ

□手袋、ヘルメット、防災ズキン等着用

❖ 子供用:おもちゃ、本、菓子、迷子札も

## 6. 家族の情報、持病と薬

安否確認(下に書き携帯等に登録)

例-山田太郎:携帯メールxxxxxx 

携帯電話またはLINE-id

血液型AB、Rh+ 

持病: 糖尿病、高血圧

いつも飲む薬: セイブル25mg毎食前

救急箱: 居間の右側の棚

## 9. 家族の話し合い

・左ページの生きのび方を皆で確認

・寝室・各部屋の安全確認 

・安否確認方法(メール、ライン他)

・避難の時の集合場所

・広域避難場所(神台(かんだい)公園等)

への安全な行き方(避難ルート)

・備蓄品の種類と量の確認と補充

## 10. 自宅の台風(強風)対策

□家の周りの点検(塀、植木の補強)

□風に飛ばされそうな植木鉢や材木などは家の中にしまうか、固定

□側溝や排水口は掃除して水はけを良く

□窓や雨戸を閉め、補強する

□カーテンやブラインドをおろしておく 