

下諏訪町 第二区 自主避難ルール

災害に備えて日常から行っておくこと

1. 家族会議で「災害時の我が家のルール」を話し合っておく

避難経路を夜間に歩いてみる
(暗い場所や歩くのに危険な場所は無いか確認)

非常時用備蓄品、非常持出品と保管場所を確保しておく
(季節による入替えも必要)

消火、防災救護資材の準備をしておく
(消火器、バケツ、ジャッキ、バール、ロープ、スコップ、手袋等)

災害時における家族の連絡方法の確認しておく
(非常用伝言ダイヤル、災害用伝言等の安否確認方法の確認)

避難する際の対応を確認しておく
(ガス栓、電源ブレーカーの確認等)

班長への連絡方法・連絡先の確認しておく

2. 班毎に連絡網等の連絡方法を決め、訓練を行う

要配慮者の支援方法と担当等の役割を決め、班内で共有する。
(要配慮者とは、独居高齢者、高齢者夫婦、身体の不自由な方々等)

毎年、総合防災訓練の際にその年の自主防災会の役割に応じた活動を確認しておく。各家庭の代表だけでなく、家族全員が参加して訓練を行う。

各班毎に連絡方法を決めておき、災害時の安否確認が出来るようにしておく。

3. 災害時持出品リスト

(下記以外でも必要のある物は個人で準備すること)

【非常食・水】

缶詰・レトルト食品・お菓子等・飲料水(必要により粉ミルク、離乳食)

【衣類】

下着・上着(季節に合わせる)・手袋・毛布・タオル・レインコート

【生活用品】

洗面用具、ビニール袋、大きなゴミ袋、ティッシュペーパー、トイレトペーパー
ウエットティッシュ、筆記用具、はさみ、生理用品、紙おむつ、ほ乳瓶

【安全具・救急薬品】

ヘルメット、ガーゼ、包帯、三角巾、薬、毛抜き、綿棒、爪切り、カミソリ
安全ピン、体温計

【道具類】

携帯電話、携帯ラジオ、懐中電灯、電池、マッチ(ライター)、ローソク
ロープ、ナイフ(缶切り)、時計

【貴重品】

現金(おれと小銭に分けて)、預金通帳、印鑑

災害の発生しそうな時は警戒体制を取る

1. 災害が発生しそうな時の対応

■家庭では・・・

①テレビ、ラジオ、Web等からの雨量・気象・その他災害情報を入手する。

②非常時の持ち出し品の確認を行う。

③家族間の居場所や行動の確認を行う。

④自宅周囲の異常な現象・災害等を発見したら町内会長へ連絡する。

2. 災害が発生した際(避難時)の対応(地震発生時も同様)

①町からの避難準備情報、または区からの避難指示が発令されたら避難を開始する。(避難経路は、自宅→1次集合場所→町指定緊急避難所)

②避難する際は徒歩で移動し、裏が丈夫な靴を履く。

③家財や金品には固執しないで速やかに行動を起こす。

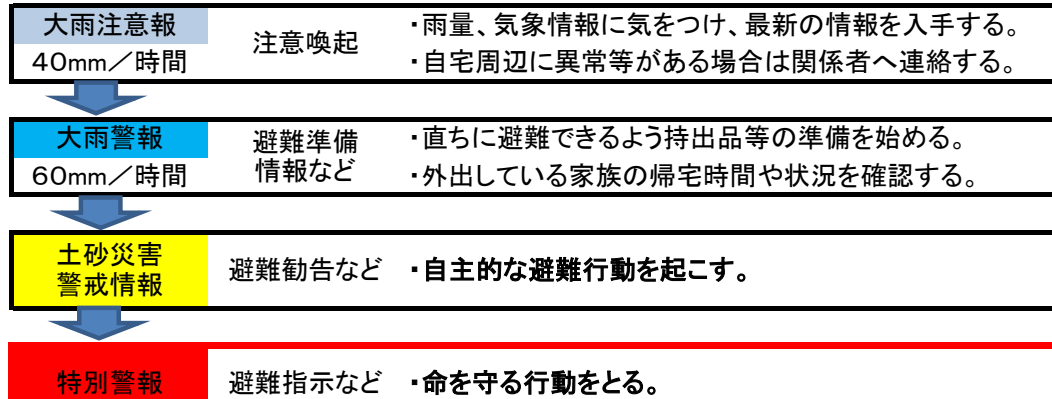
④水害時には長靴は水が入ると歩きづらくなるので使用しない。

⑤避難する際にはヘルメットを着用する。

⑥旅館の宿泊者は、旅館従業員等の指示により従業員等と一緒に避難する。(旅館は予め、避難方法を明確にし宿泊者の安全を守る責務を有する)

⑦「自らの命は自らが守る」ことを基本にした行動を起こす。
・火の元(ガスコンロ、ストーブ、タバコの火等)を消火する。
・ガスは元栓とボンベのバルブを閉める。
・電気はブレーカーを切り、電化製品のコンセントは抜く。
・避難する際は、丈夫な靴、動きやすい服装で、安全な経路をとおり徒歩で避難する。
・外出中の家族が居る場合は、伝言メモ等を残しておく。
・非常持出品は、背負い両手は開けておく。
・家の戸締まりは忘れない。
・家族と連絡を取り合い、居場所や行動の確認を行う。
・日頃から、我が家の避難ルールを家族みんなで話し合い徹底する。

3. 情報を収集し状況を把握する



■班長は・・・

①各班の構成世帯へ避難を促す準備を行う。
②要配慮者に対しては、対応について正副区長と連絡を取り合う

■町内会長は・・・

①班長と連絡を取り合い、各世帯の状況を把握する。

②要配慮者に対しては、対応について正副区長と連絡を取り合う。
(要配慮者の避難については、災害の状況に配慮しつつ早めの対応をとる。住民同士での対応が難しい場合は、消防や警察へ早めの連絡を入れる。)

③異常が発見された場合は、町(危機管理室)へ連絡する。

■区長(自主防災会会長)は・・・

①町(危機管理室)に連絡し防災行政無線、広報車による巡回広報、自主防災会役員等へのメール配信を依頼する。

②第二区災害対策本部を招集し、設置する。

③第二区の防災無線による広報を行う。

④町内会長と連絡を取り合い、各世帯の状況を把握する。

緊急連絡先(市外局番:0266)

■下諏訪町役場(危機管理室)	27-1111
■諏訪広域消防本部(火災・救急)	119
■下諏訪消防署	28-0119
■諏訪警察署	57-0110
■下諏訪町交番	27-0110
■長野県諏訪建設事務所(整備課)	57-2936

【重要連絡先】

(その年の区役員への連絡先を記入してください。)