

日頃からの防災・減災への心構え（自助）

自らの身は自らで守る。

- 家屋の倒壊を防ぐ
- 家具の転倒を防ぐ…転倒防止金具や用具の活用
- 初期消火の準備…消火器・火災報知器・感震ブレーカーの設置
- 広域避難場所・一時退避場所・津波一時避難場所・避難所・避難ルートの確認
- 非常持ち出し品準備
- 自宅避難生活のため7日分備蓄品準備
- 家族やご近所と災害発生時の対応策を話しておく
- 防災訓練等に参加し防災知識や行動の確認
- 高齢者や障がい者は災害時要援護者支援制度を活用しましょう



大地震発生時の行動

自助

自らの身は
自らで守る

- ・避難時の安否確認
カードの掲出
- ・ご近所への声掛けや
安否確認
- ・安全な場所への避難

共助（近助）

近所と地域の人
互いに助け合う

- ・延焼阻止活動
- ・避難誘導活動
- ・東海岸北一丁目自主防災会活動
震度5弱以上で緊急対策
本部設置
(原則会長宅)

公助

行政（市役所・消防・県・国など）
による防災・救助活動

- 防災広報活動、緊急
地震速報、津波警報、
避難所開設、ライフ
ラインの復旧、救援
物資の配布

東海岸北一丁目防災マップ

平成30年版 (H30.8作成)



- 避難所**
 - ・茅ヶ崎小学校 (ただし医療班は第一中学校)
- 広域避難場所**
 - ・中央公園 (市役所東側)
 - ・茅ヶ崎公園 (野球場北側)
- 一時避難場所**
 - ・高砂緑地
- 津波一時避難場所**
 - ・茅ヶ崎美術館 (高台) … ①
 - ・スリーウッド湘南 … ②
 - ・クリオ茅ヶ崎中海岸壱番館 … ③
 - ・ライオンズプラザ湘南茅ヶ崎 … ④
 - ・ライオンズプラザ茅ヶ崎駅前 … ⑤
 - ・サザンマンションA・B … ⑥
 - ・高砂コミュニティセンター … ⑦

防災一口メモ

1. 発災時、まずは自助 (自分の命は自分で守る)。これなくしての共助 (地域での助け合い) なし。
2. 茅ヶ崎は全国屈指のクラスター地区 (延焼被害の運命共同体)。これを肝に銘じて火の用心。万一の時は初期消火に全力を。
3. 窒息死・圧死の殆どは即死。また負傷原因の大半は家具とガラス。家具などの固定化は必須です。

- カギ保管者**
 - 防災倉庫
 - 会長、防災部長、防災リーダー
 - 美術館高台入口扉
 - 会長、防災部長、近隣者

- 防災倉庫**
- 防火水槽**
- 消火栓**
- 移動式消火ホース格納箱**

(注) 美術館うら高台からの距離表示 (300m) 及び海抜表示については、茅ヶ崎市津波ハンドブック及び電柱等に表示してある海抜等を参考に作成。

被災時の **非常持ち出し品** 荷物は必要最小限に！

各家庭それぞれの優先順位を考えましょう。



- 貴重品 現金（硬貨も） 身分証明等のコピー
- 情報収集 携帯ラジオ 携帯電話（充電器）
筆記用具 懐中電灯（予備の電池も）
- 食料関係 飲料水500ml/人 栄養機能（調整）食品
非常食（すぐに飲んだり食べたりできるもの）
- 衛生用品 衣類一式 タオル 生理用品 マスク
ティッシュ・ウェットペーパー 携帯トイレ
おむつ（大人用・子供用・尿とりパット等）
- 救急薬品 常備薬（ばんそうこう・ガーゼ・包帯・消毒薬）
処方薬（おくすり手帳）
- その他 靴 ヘルメット 雨具
笛（ホイッスル） 手ぶくろ ラップ
アルミ温熱シート カイロ ライター

被災時の **備蓄品** 乳幼児・要介護者・障がいのある方は各家庭で必要なものを揃えましょう

3～7日分はご用意を!!

- 食料品 飲料水（1日3ℓ/人）
非常食プラス日常の買い置き（缶詰・野菜ジュース・カップ麺等）
- 衛生用品 上着・下着・くつ下・季節に合わせた衣類
タオル 生理用品 おむつ マスク
ティッシュペーパー・トイレットペーパー 使い捨て手袋
- 救急薬品 常備薬（ばんそうこう・ガーゼ・包帯・消毒薬） 常用の薬
- その他 雨具 ビニール製タンク 簡易トイレ
卓上コンロ（予備ガスボンベ） ラップ 新聞紙
ポリ袋（大・小） ガムテープ

安否確認カード

わたし(たち)は
無事
です



震度5弱以上の大地震発生後
外から見える場所に掲出してください
ご近所の皆さんと安否確認を行ってください

東海岸北一丁目自主防災会

世帯名

大震災時の避難行動のフローチャート

