

■ 持ちだしリュックの準備を

常にリュックに準備しておくもの

- 飲料水 (500ml家族各人1本以上)
- 非常食 (家族各人3日分)
- タオル・下着・靴下・スリッパ
- 衛生用品・生理用品
- 雨具
- 防寒シート
- 嗜好品
- 懐中電灯
- 現金
- 携帯ラジオ
- ビニール袋



あったら便利なもの

- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ
- 簡易食器 (紙皿・紙コップ)
- スプーン・箸
- 缶切り・栓抜き・ナイフ
- 筆記用具・メモ帳
- アイマスク・耳栓
- ラップ・アルミホイル
- ガムテープ
- 洗面用品
- 携帯カイロ
- ライター類
- 軍手

持ちだし時に準備するもの

- 携帯電話
- 保険証
- 日常服用している薬

■ 自宅に備えておこう

- 飲み物 (1人1日3ℓ × 7日分×家族数)
- 食料 (7日分程度)
- 使い捨てカイロ
- 携帯用トイレ・ポリ袋
- カセットコンロ
- スコップ
- パール
- のこぎり
- ジャッキ
- ブルーシート
- ウォータータンク
- 荷物運搬カート
- スリッパ

食料の備蓄には、日常生活で保存食の消費と購入を繰り返して、常に備蓄しておくのが、お勧めです (ローリングストック方式)。  
備蓄品は賞味期限が短いものであっても、定期的 (1ヵ月に1〜2度) に食べて、食べた分を買い足して備蓄しておけば、非常食として使用で

**Q 賞味期限を見て食べて入れ替えを**  
賞味期限を見て食べて入れ替えを

**Q 食料の必要量は?**  
「3日から1週間分は備蓄しましょう」  
大規模災害時には流通経路が遮断され、すぐには食料品の調達や支援助力が届かない可能性があります。  
3日から1週間程度の非常食を準備しておきましょう。

**Q 嗜好品は必要?**  
「ストレス軽減に役立ちます」  
災害時は、平穩な暮らしが一変し、大きなストレスを抱えることとなります。ストレスから体調不良を訴える人や、精神的にバランスを崩す人も出てきます。そんな時は、日頃食べ慣れた嗜好品を口にすることで、ストレス解消に繋がります。

非常時持出品の備えは大丈夫?

今回の地震発生後、スーパーやコンビニなどで食料品や飲料水などの買い出しが殺到し、品薄となる所が多くありました。災害が発生してから、慌てて準備をするのではなく、普段から万全の準備を整えておきましょう。

**Q トイレが心配です**  
「携帯トイレの準備を」  
災害が発生し、ライフラインが止まった時は、トイレが使用できなくなることがありますので、携帯用トイレを用意しておくことも重要です。  
避難所で設置される仮設トイレもすぐに設置されるとは限りません。そのため、トイレを我慢するあまり食事を制限し、体調を崩すなど悪循環に陥ることも考えられます。

きます。

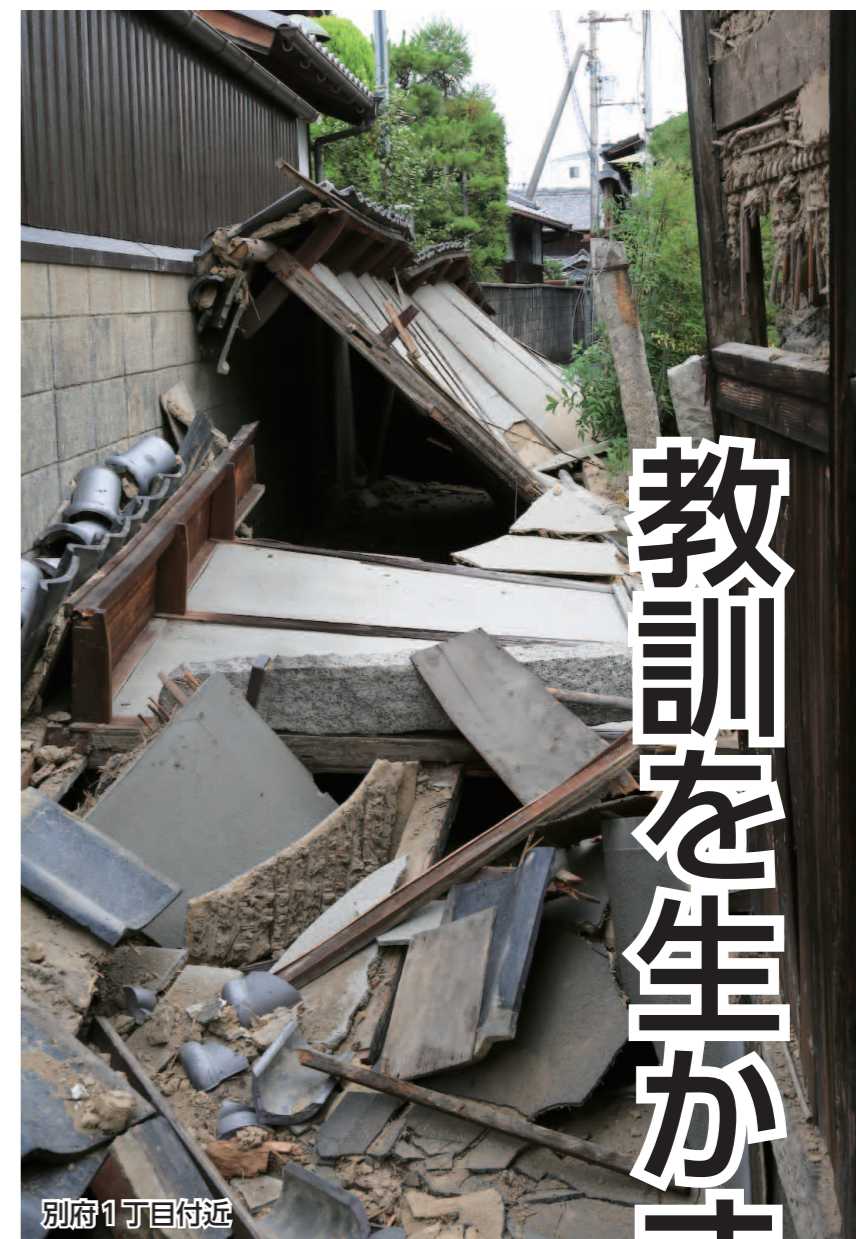
【例】▽レトルト食品▽インスタント食品▽米類▽麺類▽ガムや菓子類▽栄養補助食品▽乾物▽缶詰類▽瓶詰め加工食品、など



閉鎖されたモノレール根津駅



中真神社



別府1丁目付近

教訓を生かす備えを

6月18日午前7時58分、大阪府北部を震源とするマグニチュード6.1の地震が発生し、府内で4人の死者・331人の負傷者や家屋の被害を生じさせたほか、停電・ガスの停止・漏水、鉄道の不通などで、都市機能に影響を与えました。本市の震度は5強で、被害状況は、負傷者6人、家屋被害が71件、水道水の濁りやガス漏れの発生などがありました (6月19日現在)。  
いつ来るかわからない災害がまさに来た瞬間でした。地震の際、必要な備えはできていたでしょうか。自分や家族は適切な行動を取ることができたでしょうか。  
今回の地震は、有馬―高槻断層帯近くで発生しましたが、大阪を南北に走る上町断層による活断層地震の発生も懸念されることです。その場合、本市の被害は最大で避難市民が1万1千人にもなると想定されています。地震の教訓を忘れず、災害は必ず来ると考え、事前に備えましょう。

# 水害対策

## 水害から身を守るための心得

- ① 川が氾濫する前に安全な場所へ  
浸水しない避難所を確認し、家族で共有しておきましょう。
- ② 逃げ遅れた場合高い建物へ  
いざという時、避難できる場所を確認しておきましょう。
- ③ 浸水後は無理に避難しない  
外に出る方が危険な場合があります。状況を見て判断を。



## 防災タウンページで地域の浸水想定を確認

3月に市内全戸に「防災タウンページ」を配布しました。同冊子では、市内の川が氾濫した場合に各地域にどの程度浸水するかを示した「洪水ハザードマップ」や、淀川が氾濫し避難が困難となる浸水深が続く時間を表した「浸水継続時間マップ」、家屋の流出・倒壊の恐れがある地域を表した「家屋倒壊等氾濫想定区域マップ」を掲載しています。

防災タウンページで、自宅などがどの程度浸水するか、最寄りの避難場所がどこにあるかを事前に確認し、避難に備えましょう。

届いていない場合は、タウンページセンター ☎ 0120 (506309) へお問合せください（市ホームページからも取得可）。

## 知っておこう3つの避難情報

市では、洪水による被害が発生する危険のある地域に対して、次の避難情報を発表します。テレビやラジオ、インターネットなどで、こまめに避難情報を収集しましょう。

### 危険度

#### 避難準備・高齢者等避難開始

➡高齢者は避難を  
高齢者など、避難に時間が掛かる人は避難の開始を。それ以外の世帯も早期避難、または避難準備を。

#### 避難勧告

➡避難開始を  
避難の開始を。ただし、道の浸水などで、避難が困難な時は、自宅や周囲の強固な建物の高層階へ避難を。

#### 避難指示（緊急）

➡直ちに安全確保  
ただちに避難完了を。避難していない市民は、生命を守るために、自宅や周辺の強固な建物の高層階に避難を。

# 水害発生時には迅速な避難行動を

水害は、早い段階で安全な場所に避難することが大原則です。特に、高齢者など避難に時間がかかる世帯は、いち早く避難の準備をする必要があります。豪雨などで河川が一定水位に達した場合に、インターネットやテレビなどさまざまな方法で発信される情報を積極的に入手しましょう。

# 地震対策

## 一人で避難できるよう家族会議を

地震は、家族が一緒にいる時に発生するとは限りません。いつ、どこで地震に遭っても、それぞれが一人で避難行動が取れるよう、家族でさまざまな状況を想定し、避難経路や避難所を確認しておきましょう。



## 家の危険を取り除こう

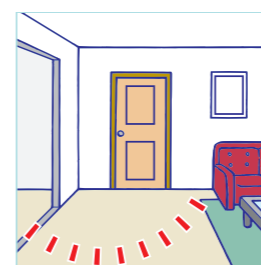
寝室や子ども・高齢者がいる部屋には倒れそうな家具を置かない



出入り口や通路にモノを置かない



背の高い家具がない安全なスペースを確保する



窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る



家具の転倒や落下を防止する対策をする



テレビやガラス類を高い場所に置かない



### ★市の住宅耐震化補助制度が利用できます

市では、昭和56年5月31日以前に建てられた木造住宅に対して、耐震診断や耐震改修費用等の一部を補助する制度があります。

詳しくは、摂津市役所建築課指導係 ☎ 06 (6383) 1407 へお問合せください。

## 緊急地震速報が届いたら

緊急地震速報は、大地震の直前に、防災行政無線やテレビ、携帯電話などでお知らせするシステムです。お知らせが届いたら、慌てず落ち着いて、身を守る行動をしましょう。

# 地震はいつ起こるかわかりません

地震の発生は前もって知ることができません。いつ地震が発生しても大丈夫なよう、日頃から対策をしておくことが重要です。地震発生時の家族の動きや、屋内の家具などの安全確保、緊急地震速報が届いた際にどういった行動を取れば良いかなど、事前に確認しておきましょう。

# 避難場所を確認

※それぞれの災害の時に○の付いている所を避難所・緊急避難場所として開設する予定です。

施設名	地震		洪水					
	避難所	緊急避難場所	避難所	緊急避難場所	淀川	安威川	山田川・正雀川	大正川・境川
千里丘小学校	○	○	○					
子育て総合支援センター 遊戯室（旧三宅スポーツ センター）	○	○	○					
千里丘公民館	○	○	○					
第三中学校	○	○	○					
三宅柳田小学校	○	○	○					
摂津小学校	○	○	○					
第一中学校	○	○	○					
コミュニティプラザ	○	○	○					
味舌小学校	○	○	○					
正雀体育館	○	○	○					
安威川公民館	○	○	○					
市民図書館	○	○	○					
別府コミュニティセン ター	○	○	○					
別府小学校	○	○	○					
第四中学校	○	○	○					
味生体育館	○	○	○					
味生小学校	○	○	○					
味生公民館	○	○	○					
鳥飼西小学校	○	○	○					
第二中学校	○	○	○					
鳥飼小学校	○	○	○					
鳥飼北小学校	○	○	○					
新鳥飼公民館	○	○	○					
鳥飼体育館	○	○	○					
第五中学校	○	○	○					
鳥飼東小学校	○	○	○					
鳥飼東公民館	○	○	○					
<b>公共施設</b>								
芦森工業大阪工場		○	○					
摂津高等学校		○	○					
ポリテクセンター関西 J 棟			○					
市営三島住宅			○					
府営摂津正雀住宅			○					
<b>提携施設など</b>								

施設名	地震		洪水					
	避難所	緊急避難場所	避難所	緊急避難場所	淀川	安威川	山田川・正雀川	大正川・境川
大阪経済大学摂津キャン パスクラブハウス		○						
府営摂津南別府住宅								
(株)ダイキンサンライズ摂 津【使用時間】8:15～ 17:15（土日祝除く）								
府営摂津味生住宅								
市営一津屋第1団地								
市営一津屋第2団地								
大阪漁具(株)								
アトリウム南摂津								
大阪人間科学大学 A、B 号館								
アドリーム千里丘								
府営摂津鳥飼西住宅								
アーバンハイツ								
特別養護老人ホーム摂津 いやし園								
小規模特養摂津いやし園								
摂津モラロジー事務所								
教育センター【使用時間】 9:00～17:00（土日祝除く）								
文化ホール(いきいきプ ラザホールを含む)【使用 時間】9:00～22:00(第 4月曜 年末年始除く)								
マンハイム淀川公園								
太中浄水場								
摂津支援学校・とりかい 高等支援学校								
薫英学園(体育館)								
星翔高等学校	○	○						
摂津市立葬儀会館(せつ つメモリアルホール)								
塩野義製薬(株)摂津工場								
東井高野小学校								
井高野中学校								
<b>提携施設など</b>								

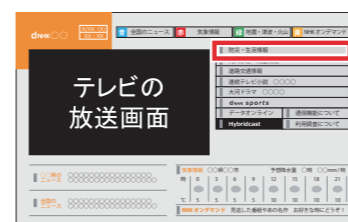
# 情報収集の方法を確認

## 防災情報の確認方法

### ●テレビ

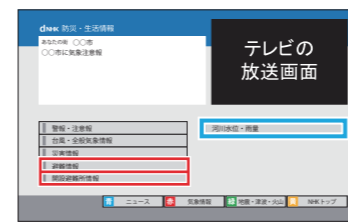
NHK(地デジ1ch)を選択し、リモコンの①ボタンで見ることができます。

- ① 防災・生活情報を選択



- ② 避難情報 開設避難所情報を確認できます。

河川水位・雨量などを確認できます。



▲淀川・安威川の水位

### ●インターネット

パソコンやスマートフォンで、府の防災ページを確認しましょう。

- ① 「おおさか防災ネット」を検索・アクセス

- ② 避難情報 開設避難所情報を確認できます。

大阪府河川防災情報 から河川水位・雨量なども確認できます。



## 情報の収集を

災害時の情報収集にはさまざまな方法があります。受け身にならず、積極的に入手するようにしましょう。

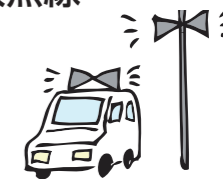


### インターネット

市やおおさか防災ネット(下記QRコード)など



### 防災行政無線・広報車



### 知り合いに聞く

家族・ご近所など



### メール

緊急速報メール・防災情報メール(下記QRコードへ空メールを送信)



### ●防災行政無線

小学校などに設置している防災行政無線のスピーカーから避難情報などを発信します。内容が聞き取りにくい場合は、電話で内容を確認することもできる「デジタル防災行政無線応答サービス(自動音声)」があります。

同応答サービス ☎ 06 (6318) 2601