

# 一から教えて防災

～災害から身を守る行動を～



昨年は大阪北部地震や台風により、市内各所で大きな被害を受け、また、他府県においては洪水による被害も発生しました。

いずれの災害においても、行政機関の援助が届いたものの、災害直後は近所の人と声を掛け合いながら避難することや自分の身は自分で守る行動を取る必要がありました。

このことから、災害時に落ち着いた行動が取れるよう、日頃から地域や自分でできる防災対策を心掛ける必要があります。

今回は、災害別に自らの命を守るための最低限の知識や地域で取り組んでいる防災対策、市がサポートする制度を紹介します。

今一度、防災対策を確認していきましょう。



# 地震が発生したら 突然の揺れから身を守る

周りの状況を確認し、落ちる物、倒れる物、動く物から身を守りましょう。



# 1 限

# 地震

落ち着いた行動を

## ■ 落ち着いて、身を守る行動をとる



丈夫なテーブルや机の下にもぐり、脚をしっかりとつかむ



身近な物で頭や体を守る



慌てて屋外に飛び出さない。屋根瓦や割れた窓ガラス、看板などが落下することがある

もしも身を守る物が周りに無い時は…

体勢を低くし、手で頭を守るようにしましょう。

## ■ 揺れがおさまったら



室内の移動には履物を履く



出口を確保。建物のゆがみで扉などが開かなくなる可能性がある



火の始末。電気器具のプラグを抜き、ブレーカーをおとす



近隣との安否確認・助け合いを行う

# 避難の有無を判断

- ▽火災の延焼がある
- ▽自宅が倒壊した、倒壊の恐れがある
- ▽室内に家具などが散乱して生活が継続できない

- ▽自宅に被害がなく生活が可能



指定避難所へ避難する



自宅にとどまる

## ● むやみな行動は控える

大規模地震の発生時は、鉄道などの公共交通機関の運行が停止します。



また、一齐に徒歩などで移動を開始すると、沿道建物の倒壊による怪我や緊急車両の妨げになることがあります。

むやみな移動は控えて、職場、事務所など安全な場所で待機することも大切です。

## ● デジタル防災行政無線

災害時の避難情報などを伝える防災行政無線のスピーカーを市内公共施設（全16カ所）に設置しています。



## ● デジタル防災行政無線応答サービス（自動音声）

デジタル防災行政無線の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ができます。

☎ 06 (6318) 2601 へ



## 大雨が降ってきたら 市が発令する避難情報に注意

集中豪雨などにより洪水が発生する危険性が高まった場合、対象エリアに対し、避難情報を発令します。

今年から住民がとるべき行動を5段階に分け発信しますので、気象庁のホームページなどで情報を確認し、早めの行動を心掛けましょう。



2  
限

水害

早めの情報収集を

大

危険度

小

警戒レベル	行動を促す情報	とるべき行動
5	災害発生情報	▽既に災害が発生している状況であり、命を守る最善の行動をする
4	避難勧告 避難指示（緊急） ※避難指示は緊急的または重ねて避難を促す場合に発令	▽避難を開始する ▽浸水前に緊急避難場所に避難する ▽避難所への道が浸水しているなど、避難が困難な場合は、自宅や周囲で、強固な建物の3階以上へ避難する ▽まだ避難していない場合は、直ちに身の安全を確保。周囲の最も安全な場所に避難する
3	避難準備・ 高齢者等避難開始	▽避難の準備を開始する ▽身の危険を感じる人は避難を開始する ▽洪水ハザードマップを確認し、浸水想定区域外に避難する ▽避難に時間のかかる人（高齢者、体が不自由な人など）は避難を開始する
2	注意報	避難に備え自らの避難行動を確認する
1	警報級の可能性	防災気象情報に注意するなど、災害への心構えを高める



## 河川が氾濫しそうな時は

### 河川から離れた3階以上の建物まで避難する

避難場所の確認を事前に行い、河川から離れた3階以上の建物まで早めに避難することが一番安全です。しかし、浸水後は無理に外へ避難せず、自宅や最寄りの建物の高層階へ避難しましょう。低平地を中心に広範囲が水没し、数日間浸水が続きます。



### ●防災タウンページ

「防災タウンページ」では、市内の川が氾濫した場合に各地域が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。

同冊子で、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）。



## ■ 台風が接近する前に

### 暴風警戒域に入る前から対策を

避難に時間のかかる人（高齢者、体が不自由な人など）は早めに避難をしましょう。

また、物が飛ばないかなど屋外での対策は、台風の近づく前日の明るいうちに行いましょう。



# 3 限

# 風害

早めの対策を

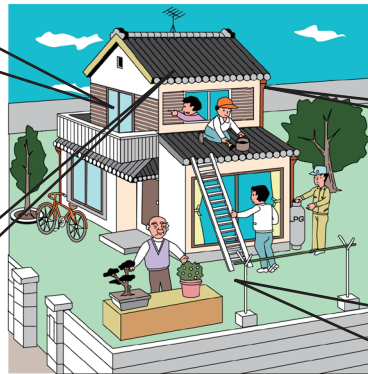
### ■ 家の周りをチェック

#### 窓を守る

- ▽雨戸・シャッターを閉め固定する
- ▽カーテンを閉める
- ▽窓ガラスにテープを貼る

#### 屋根の状況を確認

屋根瓦やトタンが、めくれたり壊れていないか



#### 雨どいを綺麗に

枯れ葉や砂がつまっていると排水がされません

#### 物を飛ばさない

- ▽物干し竿や台は寝かせる
- ▽植木鉢やゴミ箱は屋内に入れ、自転車など、屋内に入れられない物はロープで固定する

### ■ 台風の進路予想をこまめにチェック

台風の進路や大きさを事前に確認し、避難計画や対策を早めに行いましょう。



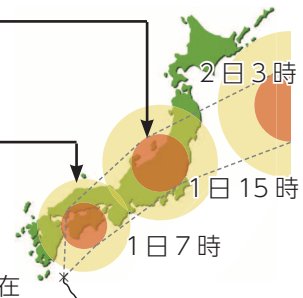
#### 予報円

(台風が中心が通る範囲)

#### 暴風警戒域

(暴風域に入る恐れのある範囲)

1日0時 現在



## ■ 台風が近づいてきたら

### ■ 外に出ない



台風による死者の多くが屋外で被害に遭っています。

### ■ もしガラスが割れたら

台風によるケガの多くは、ガラスによるものです。

ガラスが割れた場合は、屋内でも靴を履くなど十分注意しましょう。

また、割れた時に破片の少ない、合わせガラスや網入りガラスの使用も有効です。



## 市の取り組み

市では、昨年の台風による甚大な被害を踏まえ、次の視点から、専門家の指導による風害対策を検討していきます。

### 建物の補強

市の地形や建物の被害状況をもとに、風害発生メカニズムを調査・解析し、避難所や公共施設の補修・維持管理に役立てます。

### 市民啓発

出前講座などで台風接近時の注意点や家屋を新築する時のアドバイスなどを行っています。



## 地域で助け合い

地域では、防災マップ作りを通して、地域で助け合う仕組みが構築されています。また、昨年の災害においては、地域のボランティアの活躍が欠かせませんでした。災害時においては、迅速に対応するため地域で支え合う共助が大切です。

### 地域防災マップ作り・訓練

地域防災マップは、各自治会が地域の特徴を生かし独自に作成しているマップのことで、緊急一時避難場所や一人で避難が困難な人を地域で助け合う方法などが記載された冊子です。

今回は、他の自治会に先がけ、防災マップ作りに取り組み、避難訓練を実施した香和自治会の活動を紹介します。



香和自治会前会長  
石澤 徹 さん

#### 自治会主導の訓練

私が自治会長になったその年に、各役員の防災意識の高まりを受け、自衛隊などの公的機関との合同避難訓練を計画したところ、各部署にその熱意が伝わり、自治会のような小さな組織でも特別に参加してもらい、とても充実した訓練になりました。

この経験から、地域自らが主体的になって行動を起こす大切さを実感し、自治会独自の「洪水時の防災マップ」

放  
課  
後

せ  
っ  
つ  
で

防 災 活 動 を

作りにも取り組むことができました。

#### 垂直避難訓練を実施

今年1月に、「洪水時の防災マップ」に基づいて、一人では避難が困難な高齢者（お願い会員）を若い元気な4人が1チーム（まかせて会員）となり、車椅子で自宅へ迎えに行き、緊急一時避難場所のマンションに避難させる垂直避難訓練を実施しました。



垂直避難訓練の様子

訓練には、地域の若い元気な人たち、自治会役員、民生児童委員、子ども会の皆さんが参加し、人を助ける大切さを学んだ、有意義な一日でした。

#### 訓練を体験して

今後の課題としては、いつ発生するかわからない災害に対応するため、女性や子どもにも訓練に参加してもらうことが必要だと思います。また、災害発生時は行政を当てにせず「住民が自らの判断で避難行動をとる」そんな仕組みが必要であると思います。

### 災害時のボランティア

市ボランティアセンターでは、地震や台風で被災した家の片付けなどの支援をボランティアによって行っています。

同センターにボランティア登録し、昨年の災害時に活動した、子育て世代の声を紹介します。



ボランティア参加者  
吉住 理恵 さん

#### 被災者だからこそ

私は家族とともに、大阪北部地震に遭いましたが、幸い大きな被害はありませんでした。また、ママ友のコミュニティもあり、とても助けられたと感じています。一方、頼る人がいないため、支援情報が届かなかつたり、散らかったまま片付けられ

ない人が多くいることも知りました。こんな体験をしたからこそ、誰かの力になればと考え、ボランティアに登録しました。

#### 安心してボランティアができる

センターを通して活動する利点は、支援者と依頼者が、

安心して関わる点です。

自分たちだけで勝手に行くと、支援者がケガをした時や体調を崩した時には、依頼者が責任を感じてしまいます。その結果、気遣いからボランティアを依頼しなくなることがあります。

しかし、センターでは、ケガをした時はボランティア保険があります。

#### 自分にあったボランティアのスタイル

ボランティアでは高齢者宅の片付けに行く事が多かったです。真夏にベランダの掃除をすることもあり大変な時もありました。そんな中、依頼者と思い出話などをしながら作業をしていると学ぶことも多く、楽しく作業ができます。

ボランティアと聞くと、ハードルが高いイメージがありますが、誰にでもできる支援です。ボランティアの内容も選ぶことができ、「自分のできる範囲」「できること」「できる時間」に行うことができます。ぜひ、気軽に登録してみたいかがでしょうか。

#### ● ボランティア登録

市ボランティアセンター ☎ 06 (6318) 1128 へ



## 災害時に頼れる人づくり

市では、地域の防災活動を支えることができる人材を養成します。 **問合せ** 防災管財課へ

### 防災士資格取得補助

災害に対する知識や技術を習得していることを表す防災士資格の取得に補助金を支給します。

今年4月1日以降に防災士の資格を取得し、次の条件を全て満たす人に経費の半分（上限3万円）を補助します。

▽NPO法人日本防災士機構の認証登録者▽市が実施する指定講座の受講者▽市防災サポーター登録者

### 防災サポーターを養成

今年度から、自助・共助の重要性、女性視点の災害対応や避難所運営に携わることのできるスキルなどの習得を支援し、いざという時に地域の防災活動を支えてもらう、防災サポーターを養成していきます。

地域で備える

### 防災サミット

参加費・申込み  
不要

6/15 (土) 午後1時～4時

コミュニティプラザ・コンベンションホール



地域や企業、学校での防災の取り組み紹介や東京大学大学院特任教授・片田敏孝氏による講演を行います。

防災について一緒に考えてみませんか。

※備蓄食配布あり（数量限定）

※一時保育あり（6月11日(火)午後5時までに要予約）

**問合せ** 防災管財課へ

## 安心できる生活環境

ブロック塀の撤去や被災住宅の復旧工事を補助します。 **問合せ** 建築課へ

### ブロック塀の撤去到補助金

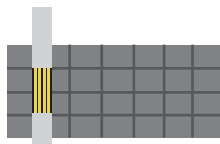
災害が発生した時、ブロック塀倒壊による被害を防ぐため、一定の高さ以上のブロック塀の撤去工事費用の一部を補助します。

**対象** 公道や公園に面した高さ80cm以上のブロック塀

**補助限度額** 最大20万円

**受付期間** 来年1月末まで

※申請前に事前相談してください。



### 被災住宅の復旧工事に補助金

昨年の地震や台風で損傷した住宅の修繕費の一部（最大25万円）を補助します。

**対象** 次の全ての条件に該当する人▽平成29年中の世帯の総所得が430万円未満▽修繕費が30万円以上▽自己所有住宅に居住▽市税の滞納がない

**支援金額** ▽上限10万円（内装工事は対象外）▽医療費助成（ひとり親家庭、重度障害者や老人医療）の対象者のいる世帯または住民税非課税世帯は上限20万円

※屋根を含む場合、上限をそれぞれ5万円上乗せ

**必要書類** ▽認め印▽振込み先の通帳（申請者本人）▽市税納付状況調査同意書▽工事前後の写真▽工事の明細がわかる領収書※今年6月末までに工事完了見込みのない場合は見積書にて申請可

**受付期間** 今年6月28日まで

### ●木造住宅

#### 耐震リフォーム講演会・相談会

災害から家を守るため、耐震診断や補強方法を学びましょう。

**日時** 6月12日(水)午後1時から

（講演会は午後1時～3時10分、個別相談会は午前11時～12時半、午後3時10分～4時10分）

**場所** 市役所7階・講堂

**内容** 「木造住宅の具体的な耐震診断・補強方法とリフォーム成功の秘訣と事例紹介」「ピノキオぶるる（倒壊模型）で考える木造住宅の耐震補強」「耐震化の補助制度について」

**申込み** 特定非営利活動法人 人・家・街 安全支援機構 ☎ 0120 (263) 150 へ



# 避難場所一覧

いつでも避難できるよう、自宅近くの避難場所を確認しておきましょう。また、避難の際は、食料や水などを入れた非常持ち出し袋を持参しましょう。

開設のタイミングは、その都度市ホームページ、テレビ（NHK d ボタン）でご確認ください。

# 補習

# 避難場所

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	○	○		○	○	○	○
正雀市民ルーム	○	○		○	○	○	○
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	○	○		○	○	○	○
烏飼西小学校	○	○		○	○	○	○
第二中学校	○	○		○	○	○	○
烏飼小学校	○	○		○	○	○	○
烏飼北小学校	○	○		○	○	○	○
新烏飼公民館	○	○		○	○	○	○
烏飼体育館	○	○		○		○	○
第五中学校	○	○		○	○	○	○
烏飼東小学校	○	○		○	○	○	○
烏飼東公民館	○	○		○	○	○	○
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				○	○	○	○

公共施設

提携施設など

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)					○	○	○
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）					○	○	○
東井高野小学校					○	○	
井高野中学校					○	○	
(株)かんでんエンジニアリング 大阪北工業所					○	○	○

提携施設など

※避難所 自宅で生活できなくなった場合に避難生活を送る場所

※緊急避難場所 切迫した災害の危険から逃れるための場所