

# 9月1日は防災の日



9月1日は「防災の日」です。大正12年（1923年）のこの日に発生した「関東大震災」を教訓に、防災を見直すために定められた日です。また、この時期に多く発生する台風への心構えの意味も含め昭和35年（1960年）に制定されました。

昨年発生した東日本大震災で、私たちは地震の恐ろしさを思い知らされました。いざという時、大切な命や財産を地震から守るには日頃から危機意識を持つことが大切です。東日本大震災での教訓を生かし、今の備えを再点検し、緊急時の連絡方法、帰宅経路の確認、食料品の確保など、ぜひご家族で話し合ってください。

## 地震が発生したら

### ●地震発生時

#### まず身の安全を

- ◆揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたりした時は、身の安全を最優先に行動する。
- ◆机やテーブルの下などに身を寄せ、揺れがおさまるのを待つ。



### ●地震直後

#### 火の元の確認

- ◆火を使っている時は揺れがおさまってから、慌てずに火の始末をする。
- ◆もし、出火しても燃え移る前なら、慌てずに消火器やバケツで消火する。

#### 慌てるとけがのもと

- ◆屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
- ◆瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。

#### 脱出口を確保

- ◆揺れがおさまった時に、避難ができるよう窓や戸などを開けて脱出口を確保する。



#### 門や扉には近寄らない

- ◆屋外にいる時は、ブロック塀や自動販売機などの倒れやすいものには近寄らない。



### ●地震後

#### 避難の前に電気やガスの確認

- ◆ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めてから避難する。



#### 確かな情報を入手する

- ◆ラジオやテレビ、行政などから正確な情報を入手する。



#### 近隣の安全安否確認

- ◆我が家の安全を確認するほか、近隣の家庭にも目を配る。



#### 協力し合おう救出・救護

- ◆転倒家具や倒壊家屋などの下敷きになった人を近所同士で協力し、救出・救護する。



## 非常時に必要なもの

東日本大震災の時、停電、断水となり食料等の流通が途絶えました。あつて良かったもの、無くて困つたものを思い出してみましょう。災害に備え、以下のチェックリストを参考に非常用品（持ち出し品や備蓄品）のチェックをしましょう。

次のリストを参考に、忘れないうちに、非常用品のチェックをしましょう。



### 非常用品チェックリスト

#### 【貴重品】

- 現金（小銭も忘れずに）
- 権利証書
- 預金通帳
- 健康保険証
- 印鑑
- 身分証明書

#### 【応急医薬品】

- 絆創膏
- 傷薬
- 包帯
- 消毒液

#### 【衣類】

- 下着・上着・靴下
- 軍手
- タオル
- 毛布
- 雨具

#### 【食器類】

- 鍋・水筒等
- 缶切り・栓抜き
- 割りばし
- 紙コップ・紙皿

#### 【食品】

- 水（一人一日3ℓ目安）
  - 乾パン
  - 缶詰やレトルト食品
  - 栄養補助食品
  - アルファ米
  - ドライフード
  - インスタント食品
  - 梅干し
  - チョコレート
  - 菓子類（ビスケットなど）
  - 調味料
- 赤ちゃんがいる場合**
- 粉ミルク・哺乳瓶

#### 【燃料】

- 卓上コンロ
- 固形燃料
- 携帯コンロ
- ガスボンベ

#### 【日用品】

- 生活用水
- 洗面用具
- バケツ
- ロウソク
- スコップ
- ロープ

- 携帯ラジオ
- 底の厚い靴
- ヘルメット、  
頭巾等頭を守るもの
- ライター、マッチ
- ドライシャンプー
- トイレットペーパー
- ティッシュペーパー
- ウェットティッシュ
- ガムテープ
- キッチン用ラップ
- 寝袋
- 使い捨てカイロ
- 使い捨てマスク
- さらし
- バール
- 新聞紙
- 電池
- 生理用品
- 紙オムツ
- ビニール袋
- ビニールシート
- ポリタンク
- 懐中電灯

#### 【その他】

- ( )
- ( )
- ( )

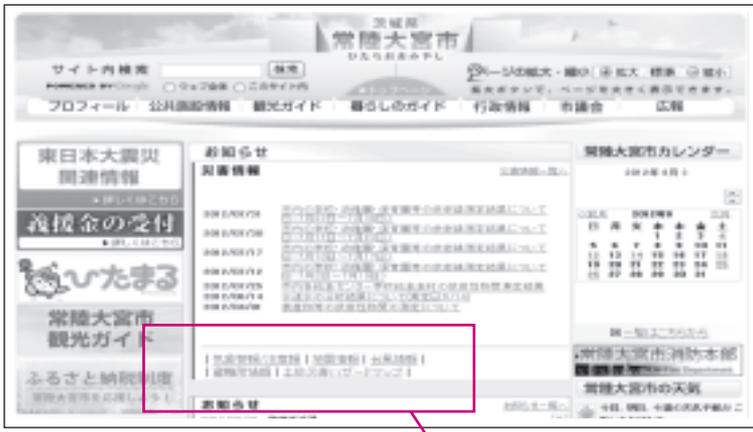
#### ◆1年に2回はチェック◆

飲料や食品の賞味期限、電池などの使用期限等をチェックして、新しいものに交換しましょう。

**避難場所・避難所は  
ご存知ですか**

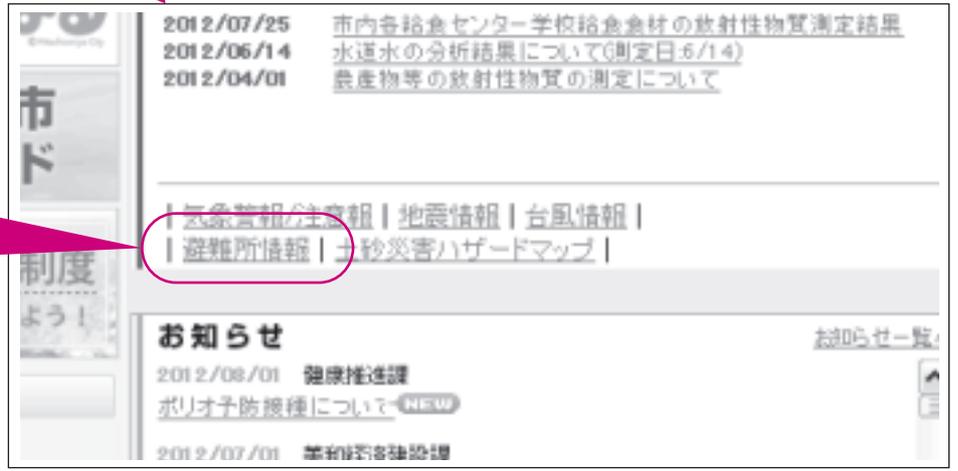
一次避難所は公民館や集会所、二次避難所は公園、二次避難所は学校などが指定されています。万が一に備え、事前にご確認ください。

常陸大宮市のホームページに、「避難所情報」として詳しい所在地等が記載されていますので、ご覧ください。



常陸大宮市ホームページ  
<http://www.city.hitachinomiya.lg.jp/>

**「避難所情報」  
をクリック**



**いざという時のために**

**救命講習会に参加しませんか**

応急手当の必要な心肺停止状態の傷病者に直面した時、その傷病者を助けられるのはあなたです。

消防署では、心肺停止状態の傷病者を救うため、毎月第4土曜日に15歳以上の方を対象に普通救命講習Ⅰを実施しています。心肺蘇生法を中心に※AEDの取り扱い方法や大出血の止血法、骨折の固定や異物による窒息の解除などの実技講習を行っています。受講者には講習修了証を発行します。

また、自治会や事業所を訪れ、救



▲救命講習会の様子

命講習会も行っていますので、お気軽にご相談・お申し込みください。

東消防署救急グループ

☎ 53-11157

西消防署警防救急グループ

☎ 56-2119



▲AEDの使い方も学べます



▲受講すると講習修了証が発行されます

◎一度、受講した方も、2年から3年間隔で定期的に講習を受けて、救命技能を維持向上させましょう。

※AED（自動体外式除細動器）血液を流すポンプ機能を失った状態になった心臓に対して、電気ショックなどを与えて正常なリズムに戻すための医療機器のこと。

## 郷土を守る消防団員を

募集しています

東日本大震災で、地域の消防団の重要性、必要性が再認識されたのではないのでしょうか。消防団は、普段は自分の職業を持ちながら、平常時には地域の防火・防災の担い手として、また、災害発生時には、消火・警戒などの消防活動を行い、地域の防災リーダーとしての役割を担っています。近年、消防団員数は減少傾向



向にあり、高齢化も進んでいることから、将来の担い手となる若い団員の確保に取り組んでいます。

消防団員の身分は特別職の公務員で、入団資格は、年齢18歳以上で常陸大宮市に居住または、勤務している人ならば、男性でも女性でも入団できます。入団を希望される方、詳しい内容を知りたい方はお気軽にお問い合わせください。

消防本部総務課地域消防グループ

☎ 53-11152

## 自主防災組織に参加しませんか

大災害が発生した場合、交通網の寸断、同時多発火災などにより消防などの防災機能が十分機能できない可能性があります。阪神・淡路大震災では、自力脱出困難者3万5千人のうち77%が近隣住民によって救助されました。自衛隊、警察、消防も懸命な救助活動を行いましたでしたが全体の19%に過ぎませんでした。いかに近隣住民の力が大切かを物語っています。このような時、力を発揮するのが地域ぐるみの協力体制です。現在市内には40団体を超える自主防災組織が結成されています。「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで自主防災組織の活動にご参加ください。

## 家族や知人との連絡方法

### NTT 災害用伝言ダイヤル（171）

地震などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供開始される声の伝言板です。事前契約は不要です。

毎月1日と15日には体験利用ができます。また、防災週間である8月30日～9月5日の期間中（9：00～17：00）も体験利用ができます。

- 利用できる端末 NTTの一般電話、公衆電話、携帯電話、PHS
- 録音時間 1伝言30秒以内
- 蓄積伝言数 1電話番号あたり1～10伝言
- 伝言保存期間 2日間（48時間）：自動消法
- 伝言の録音方法

**1 7 1** ⇒ **1**

ガイダンスのあとに、自宅の電話番号等連絡を取りたい方の電話番号をダイヤルしてください。

**0** × × × × × × × × × ×

- 伝言の再生方法

**1 7 1** ⇒ **2**

ガイダンスのあとに、自宅の電話番号等連絡を取りたい方の電話番号をダイヤルしてください。

**0** × × × × × × × × × ×

