



～地震・台風への心構えを再確認しましょう～

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。

本年3月11日に発生した東日本大震災では、マグニチュード9.0という巨大地震により、津波被害、原子力発電所事故を受けた東北地方はもとより、本市も震度6強を観測し、甚大な被害を受けました。ライフラインが寸断され、停電、断水が続き不自由な生活を送ることとなり、私たちは、この大震災で地震の恐ろしさを感じ知らされました。

東日本大震災で、私たちが学んだことは、自分の身は自分で守る「自助」の大切さ、そして地域住民やボランティアなど、人と人が助け合う「共助」の大切さではなかったでしょうか。

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、通常の生活に戻りつつある「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、ご家族で話し合ってください。「再び」への準備、今日から始めましょう。

地震が発生したら

地震発生後の行動の目安

■揺れが大きい最初の1分間 〔自分の身を守る〕

転倒のおそれのある家具などから離れ、テーブルなどの下に身を隠す。慌てて外に飛び出さない。

■揺れがおさまったら

〔出火防止・避難口確保〕

ガスの元栓を閉め、コンセントを抜く。火が出たら落ちて置いて初期消火。ドア・窓を開けて避難口を確保する。

■地震発生から3日目まで

〔安全確認、余震に注意〕

倒壊しかけた家屋に近寄らない。隣近所に声をかけ、状況により、徒歩で避難する。



〔隣近所で消火・救出・救護〕

隣近所で協力し、消火、けが人の救出・救護にあたる。

〔自力でのび〕

備蓄しておいた飲料水、食料などを利用する。デマに注意し、正しい情報をつかむ。

■地震発生から4日目以降

〔生活の維持と回復〕

災害（余震など）に注意し情報の収集にあたる。復旧に向け努力する。

居場所別地震発生時の行動心得

家の中では

- 揺れを感じたらテーブルなどの下に隠れ、身を守る。余裕がなければ、手近の座布団などで頭を守る。
- 揺れがおさまったら速やかに火の始末をする。コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに。



車を運転中の時は

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、路上の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認し、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要な時は、キーはつけたままで、ドアロックはしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

劇場・ホテル・デパート・スーパーなどにいたら

劇場では：

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。慌てず冷静な行動を。

ホテル・デパート・スーパーなどでは：

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドーや商品などから離れる。柱や壁際に身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動を。

路上では

- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。

- その場に立ち止まらず、窓ガラス・看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。近くに空き地などがない時は、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近付かない。



電車などの車内では

- つり革や手すりに両手でしっかりとつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動を心掛ける。

海岸付近にいたら

- 地震を感じたら、直ちに高台へ避難する。津波注意報・警報が解除されるまで海岸に近付かない。



3月11日東日本大震災 大洗町
写真提供 茨城県防災航空隊

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、二次避難場所は公園、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。

<http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>
にアクセスしてください。



「避難所情報」をクリック

くわやくしつ時のために

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おり、受講者には講習修了証を発行します。また、自治会や事業所へお伺いし、救命講習会も行っていますので、お気軽にお申し込み、ご相談ください。

消防本部警防課警防グループ

☎ 53-11153

東消防署救急グループ

☎ 53-11157

西消防署警防救急グループ

☎ 56-21119

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

は自分の職業や学業を持ちながら、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、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関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的体制です。現在市内には43の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

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が開始される声の伝言板です。事前契約は不要です。

- 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 × × × × × × × × × ×



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、無くて困っ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持ち出し品のチェックを
しましょう。

非常持ち出し品チェックリスト

- | | | |
|--|--|--|
| <p>【貴重品】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 現金(小銭も忘れずに) <input type="checkbox"/> 権利証書 <input type="checkbox"/> 預金通帳 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 身分証明書 <p>【応急医薬品】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 絆創膏 <input type="checkbox"/> 傷薬 <input type="checkbox"/> 包帯 <input type="checkbox"/> 消毒液 <p>【衣類】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 下着・上着・靴下 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 毛布 <input type="checkbox"/> 雨具 <p>【食器類】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 鍋・水筒等 <input type="checkbox"/> 缶切り・栓抜き <input type="checkbox"/> 割りばし <input type="checkbox"/> 紙コップ・紙皿 | <p>【食品】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 水(一人一日3ℓ目安) <input type="checkbox"/> 乾パン <input type="checkbox"/> 缶詰やレトルト食品 <input type="checkbox"/> 栄養補助食品 <input type="checkbox"/> アルファ米 <input type="checkbox"/> ドライフード <input type="checkbox"/> インスタント食品 <input type="checkbox"/> 梅干し <input type="checkbox"/> チョコレート <input type="checkbox"/> 菓子類(ビスケットなど) <input type="checkbox"/> 調味料 <p>赤ちゃんがいる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 粉ミルク・哺乳瓶 <p>【燃料】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 卓上コンロ <input type="checkbox"/> 固形燃料 <input type="checkbox"/> 携帯コンロ <input type="checkbox"/> ガスボンベ <p>【日用品】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 生活用水 <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> バケツ <input type="checkbox"/> □ウソク <input type="checkbox"/> □スコップ <input type="checkbox"/> □ロープ | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 底の厚い靴 <input type="checkbox"/> ヘルメット、
頭巾等頭を守るもの <input type="checkbox"/> ライター、マッチ <input type="checkbox"/> ドライシャンプー <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ <input type="checkbox"/> ガムテープ <input type="checkbox"/> キッチン用ラップ <input type="checkbox"/> 寝袋 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> さらし <input type="checkbox"/> バール <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 紙オムツ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> ビニールシート <input type="checkbox"/> ポリタンク <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <p>【その他】</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> () <input type="checkbox"/> () <input type="checkbox"/> () |
|--|--|--|

◆ あの日あの時を忘れずに災害に備えましょう ◆