

# 自主防 っつべ 第4号

## 内部地区総合防災訓練特集号

平成21年3月00日 内部地区自主防災協議会 TEL 347-1224

### 防災訓練

防災訓練は、非常時に的確な対応をとるために欠かせないものです。災害時の被害を最小限に抑えるために、地域内で一丸となって取り組みましょう。

#### 避難誘導訓練

火災、地震、水害など、災害の種類によって避難方法も異なります。また、災害時要援護者には避難時の支援が必要。地域内の全員が無事に避難でこるよう、しっかりと訓練を重ねましょう。



#### 救出・救護訓練

応急手当の方法や倒壊物の下敷きになった人の救出方法などを習得します。災害時には多数の負傷者が出るものと想定しておかなければなりません。救出・救護訓練は多くの生命を救う上で欠かせないものです。



#### 情報収集・伝達訓練

災害時の混乱する状況の中では、正確で迅速な情報の収集・伝達活動が欠かせません。公的防災機関や地域住民との的確な情報のやりとりができるように、伝達方法を習得しておきましょう。



## 給食・給水訓練

被災後の食料と水の確保や配給方法を訓練します。避難所などでは、協力して給食・給水活動を行う必要があります。多数の被災者に食料や非常物資を手配する手際よい活動能力がもとめられます。日頃からの地域内での備蓄も重要です。



## 災害時の心得

### 大地震が発生した時の非難の心得 10か条

大地震が起きた場合、市区町村や防災機関などの指示や、家屋の倒壊や火災、津波、がけ崩れの危険があるかなどの状況に応じて、避難が必要になります。すぐに外へ逃げる必要がない場合は、火の元を確認し、いつでも避難できる準備をしておきましょう。避難する時は、次の10か条を守って、避難しましょう。

1. 避難する前に、もう一度火の元を確認し、ブレーカーもきる。
2. 荷物は最小限に。
3. ヘルメットやずきんで頭を保護。
4. 防災カードを持つ。
5. 外出中の家族には連絡メモを。
6. 避難は徒歩で。
7. 災害時要援護者に協力して、安全な誘導を。
8. 避難場所へ移動する時は、狭い道、塀ぎわ、川べりなどは避ける。
9. 避難は指示された場所へ。
10. 近所の人たちと集団で避難する。