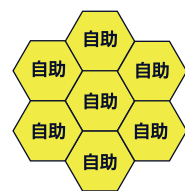


「自助」で備え、 「共助」でつなぐ 地域の防災・減災は 自分たちの手で!!



災害時に地域で活躍するのは自治会役員や自主防災組織のかたがただではありません。自宅が無事で備蓄もあり、けがを免れたかたは、地域の助け合いにご協力ください。そのためにも備えは万全にし、防災訓練などでスキルを磨いておくことが大事です。

もしもに備えてしっかり準備!!

避難所や自宅、車中泊避難の際に困ったことなど、平成30年以降の自治体・民間の避難所環境調査を基にまとめました。万が一に備えて確認しておきましょう。

避難所・避難生活で困ったこと

- ①トイレ(汚れ・臭い・数不足・夜間の不安)
- ②プライバシー(間仕切り不足、着替え・授乳の場所)
- ③入浴・洗面・洗濯
- ④飲料水(量・配布方法、行列)
- ⑤寝具・スペース(硬い床、狭さ、寒さ、暑さ)

自宅避難で無くて困ったもの

- ①カセットコンロ・ガスボンベ
- ②簡易トイレ
- ③懐中電灯・ランタン
- ④ポータブル電源
- ⑤飲料水・生活用水

避難所で無くて困ったもの

- ①耳栓・アイマスク
- ②スリッパ
- ③マスク・除菌グッズ
- ④貴重品用ポーチ
- ⑤衣類収納袋

車中泊避難で無くて困ったもの

- ①着圧ソックス・ストレッチ用品
- ②カーテン・サンシェード
- ③モバイルバッテリー・車載充電器
- ④毛布・冷却グッズ
- ⑤簡易トイレ

どこに避難しようかな…

非常用持出袋の中身は…

備蓄はどのくらいあったかな？



「まさか」は必ずやってくる ～あなたの備えは大丈夫？～



▲地震で倒壊した熊本県八代市の指定有形文化財

令和8年熊本地震から考える災害への備え

令和8年7月28日熊本県熊本地方の日奈久断層を震源とする最大震度7の地震が発生しました。猛暑の中の過酷な避難生活。熊本の地震災害を自分事として捉えて、いざというときに何をすべきか、何を準備しておくべきか。一人一人が常日頃から防災意識を持ち、物心両面の備えをしておきましょう。

問い合わせ 市危機管理課 ☎0940-43-8107

再び起きた大地震
令和8年熊本地震が発生

平成28年4月、熊本県熊本地方を中心に、最大震度7を2回観測した大規模地震が発生しました。そして令和8年7月28日午後4時27分ごろ、熊本県熊本地方を震源とする地震があり、再び最大震度7を観測しました。

橋が崩落し、工場の煙突が折れ、列車が脱線。9月25日現在、この地震によって38人のかたが犠牲となり、住家被害は7万棟を超えています。猛暑日が続く中での避難生活、ライフラインの寸断、被災した家屋の片付け、家財道具の搬出、停電や断水が続く、被災者は「トイレが使えない」「風呂に入りたい」と疲労をにじませます。平成28年の熊本地震では、避難生活で体調を崩すなどして亡くなった災害関連死が犠牲者の約8割を占めました。

私たちは、この現状を自分事として受け止め、いざというときのための対策や備えを再確認しておかなければなりません。

ません。

市一斉防災訓練に
参加しましょう

11/7
(土)

市一斉防災訓練は、毎年11月5日の「世界津波の日」直後の土曜日に実施していて、今年11月7日に実施します。西山断層を震源とした地震の発生を想定し、安全確保行動から地域の避難所で集合点呼を行う全市民が対象の必須訓練と、各地域郷づくりや自治会が独自で創意工夫して実施する任意訓練の2部構成となっています。

安全確保行動とは「まず低く、頭を守り、動かない」を実施することが大切です。地震発生時、激しい揺れに襲われるまで、または何かが落下したり、家具が転倒したりするまで、自分の身を守るためには数秒の猶予しかないかもしれない。いざというときに備えておくためには日頃の訓練が必ず不可欠です。



いざというときの
命を守る行動

自然災害が多い日本では平時の備えが欠かせません。地震・火災・水害など、災害の種類はさまざまですが、どんな状況でも「迷わず行動できるかどうか」が安全性を左右するポイントです。「いつかやらない」と感じていたままでは、とっさに動けず身を守れない場面が増えてしまうかもしれません。大規模な自然災害に

よる被害を減らし、大切な命を守るためには、消防や警察、自衛隊、自治体による「公助」だけでなく、自分や家族の命は自分たちで守る「自助」、近隣住民など、みんなで助け合える「共助」が欠かせません。

自然災害は何の予兆もなく突然発生し、誰しもが被害に遭う可能性があります。住民一人一人が自分の身の安全を守るためにも、防災訓練を通じて防災に関する意識を高め、正しい知識や行動を身につけておく必要があります。

能登半島地震の被災者が語る 「災害時無くて困った」必需品15項目

※避難場所・季節によって異なります

被災者の経験を基にした必需品15項目を紹介します。

- ☐毛布・布団などの寝具(アルミブランケット・寝袋)
- ☐飲料水(断水時飲料、調理、衛生管理)
- ☐食糧(調理不要で食べられるもの)
- ☐マット
- ☐簡易トイレ(断水時)
- ☐ポータブル電源(停電時)
- ☐乾電池(停電時)
- ☐懐中電灯(停電時)
- ☐救急セット・常備薬(けがや体調不良への対応)
- ☐防災ラジオ(災害時の正確な情報収集)
- ☐モバイルバッテリー(スマートフォンの充電確保)
- ☐ウェットティッシュ(断水時の衛生管理)
- ☐現金(小銭 ※停電時対応)
- ☐ビニール袋(ゴミ袋、防水対策)
- ☐防寒具(アルミブランケット、カイロ、防寒衣類)