

東恋ヶ窪六丁目自治会地区防災計画書

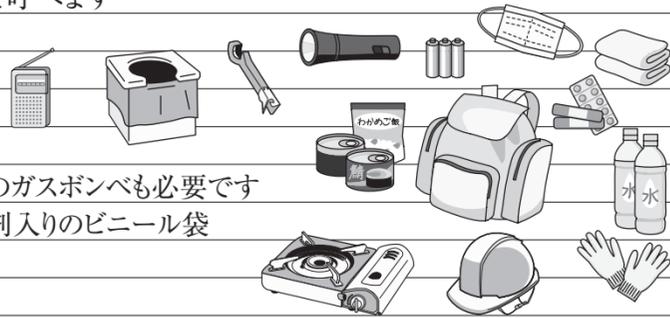
平常時の心得

- ① 一家に一台消火器を備えましょう
- ② 家具類を固定しましょう
- ③ ガラスに飛散防止フィルムを貼りましょう
- ④ 食品・飲料水・生活用品等を少し多めに備えておきましょう(日常備蓄)
- ⑤ ご近所とあいさつをしましょう
- ⑥ 防災訓練に参加しましょう
- ⑦ 避難場所の確認をしておきましょう
- ⑧ 非常用品の備えをしましょう



備えておきたい物

1 非常食	缶詰、インスタントラーメン、レトルト食品、乾パン、ビスケットなど7日分
2 飲料水	1人1日3リットル×7日分
3 マスク・生理用品・医薬品	お薬手帳に、血液型を書いておきましょう
4 懐中電灯	LEDタイプがお勧めです
5 小型ラジオ	うわさやデマにまどわされないように正確な情報を入手するため
6 携帯電話	地震速報や様々な情報が入手できます
7 予備の電池	携帯の予備の充電器も必要。震災時は入手困難になります
8 笛	助けを呼びます
9 ライター、マッチ、ロウソク	
10 ナイフ、缶切り、裁縫セット	
11 雨具、長靴、軍手、ヘルメット	
12 防寒具、毛布、ブルーシート	
13 カセットコンロ	予備のガスボンベも必要です
14 簡易トイレ	吸湿剤入りのビニール袋
15 ロープ、簡単な工具	
16 ポリ容器	



《平時における防災委員会の体制》

防災委員会	総務部	委員会の運営と事務処理、自治会・市との連絡調整
	環境対策部	安全で住みよい街づくりの推進、危険箇所の点検と改善等
	防火対策部	消火器具等の普及、防火対策(防火管理、消火活動)の啓発と推進等
	救護対策部	救急法等の啓発と推進等

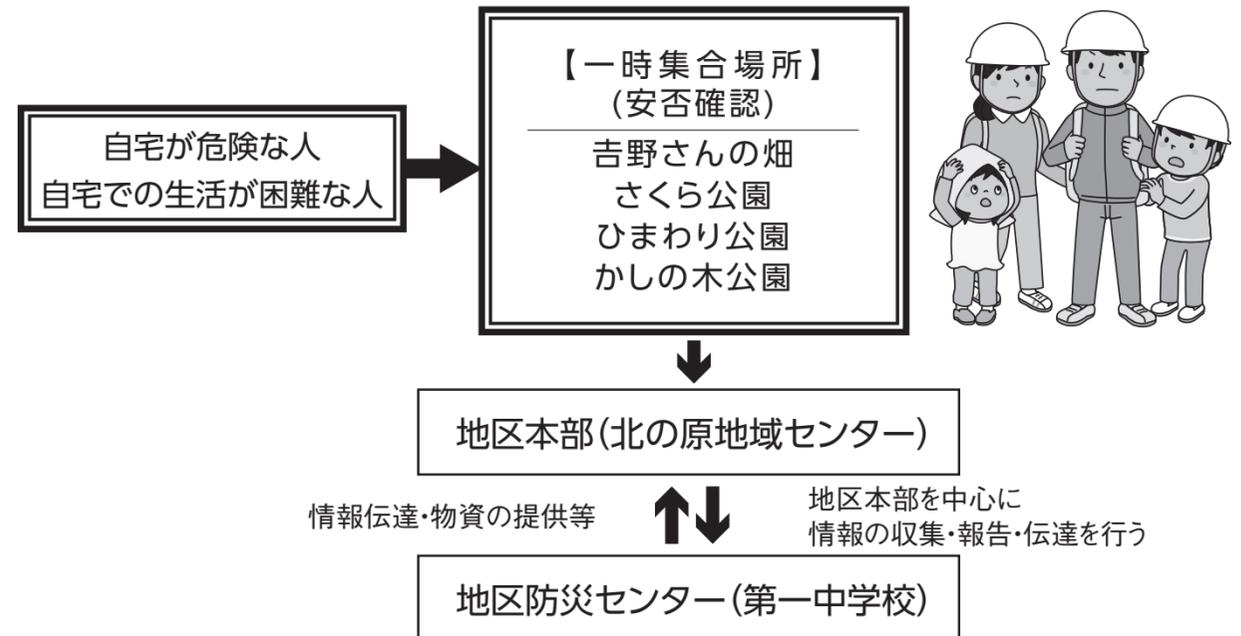
《防災活動について》

- ① 「防災のつどい(避難訓練)」、「親子防災まち歩き」を充実させます(10月頃)
- ② 「応急救護講習会」を充実させます(2月頃)
- ③ 街頭消火器点検・清掃、環境点検、防災倉庫の点検・清掃を実施します

震度5弱以上の大きな地震が起こったら

避難手順

- ① 身の安全を最優先に行動
- ② 揺れが収まったら、火元を確認
- ③ おちついて戸を開け、出口を確保
- ④ あわてて、外に飛び出さない
- ⑤ 正しい情報、確かな行動
- ⑥ 確かめ合おう、我が家の安全、隣の安否
- ⑦ 避難の前に、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締める
- ⑧ 門や塀には近寄らない



《災害時における防災委員の役割》

- ① 自宅から動けない人を地区本部に報告
- ② 必要に応じて救急隊到着まで応急救護を行なう
- ③ 給水施設を確保する
- ④ 炊き出しの準備を行なう
- ⑤ 状況により仮設トイレを設置する