

家族を守る防災のポイント



地震



震度5以上で安否確認

班や組の集合場所へ！
行けない時は組長に連絡。
園や学校に子どもを迎えに行きます。安否確認後、自宅が無事な人は自宅に戻り、在宅避難生活をします。

水害・台風

降り出す前に避難！

避難が必要な人は風雨が本格的になる前に避難しましょう。天気予報を見て必ず前日までに買い出しや庭の片づけ等を！



噴火



広域避難実施(沼津等)

火口に近い地域から順に指示された場所に各自マイカーで避難開始！必ず統制点を通ってから行くこと。防災無線等で指示されます。

大雪



除雪車は大きな道路優先です。家の前の生活道路は近所と協力して自分で雪かき。玄関のドアが開かなくなるのを防ぎ側溝転落に注意！通学路の確保も。



防災マップ

集合場所や避難場所、浸水やがけ崩れの恐れがあるところ等が書いてあるマップ。地域ごとにあるので必ずチェック！

御殿場市防災マップ



自治会に入ろう

自治会(町内会)は地区の組のことです。入っていないと防災名簿に名前が載らず、避難所に行っても身元確認ができず、行方不明になっても気づかれません。加入連絡先 市民協働課

在宅避難とは？

自宅や親戚宅等、在宅で生活を継続すること

避難所を使えるのは自宅が倒壊等で自力での避難生活が難しい人だけです。自宅に危険がない人は安否確認後家に戻り、在宅避難生活になります。子どもやペット、要介護者がいる家庭は特に避難所生活が難しいので、水・食料、災害用トイレ等の備蓄や家具の固定等、自宅の備えが大切です。親戚宅等の利用も相談しておきましょう。



防災お役立ちリスト

御殿場市役所	HP/ Facebook	
静岡県防災アプリ	インストール	
御殿場ほっとメール	あらかじめ登録	
富士山GOGOエフエム	86.3MHz	
御殿場ママ活情報局	Facebook	

お菓子リュック

子どもの避難生活の強い味方！

子どもの好きなお菓子やおもちゃ、トランプ等、家族写真や家族の連絡先を入れて不透明の袋に詰め、賞味期限を明記しあやとりにもできる毛糸の紐でリュックにして備えておきましょう。期限が来たら食べてまた作りましょ♪



ポリ袋クッキング 豆とわかめとツナのサラダ

☆ 全ての材料をポリ袋に入れ、30分でできあがり！

ミックスビーンズ(水煮)
ツナ缶(汁を切る) 1缶
乾燥わかめ 大さじ3
めんつゆ 大さじ1
水 大さじ2
ごま油 小さじ1



組長(班長)連絡先	職場・学校等連絡先	家族の連絡手段	家族の集合場所

知っておきたい家庭防災のポイント

停電になったら！ 水が止まり、携帯も使えない!?

マンション等に住んでいる人は特に備えを

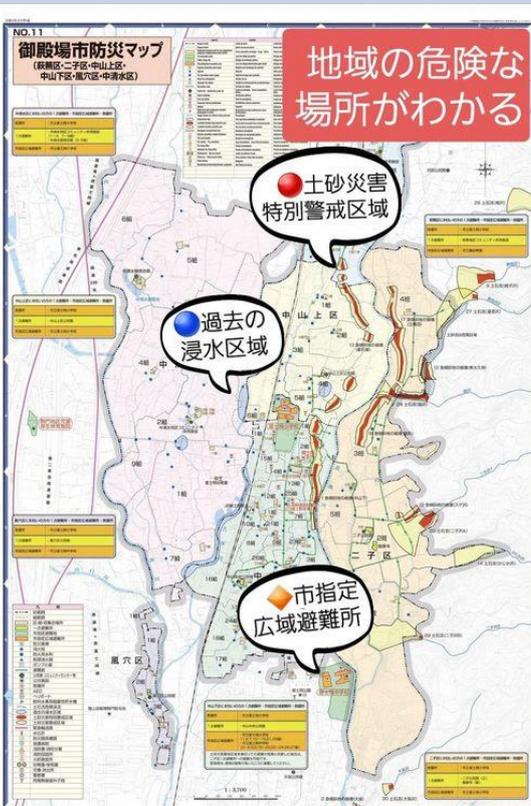
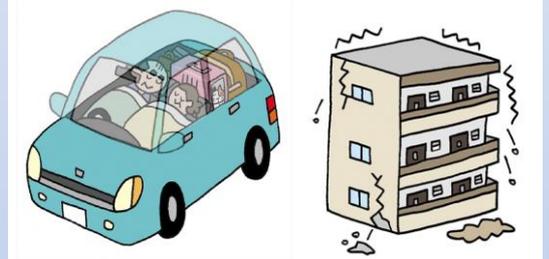
- ★地震や落雷等で停電になったらマンション等では断水し、トイレが使えなくなります。簡易トイレを備えましょう。エレベーターが停止し、電動の車庫は車が出せません。オール電化の場合は家庭用発電機や蓄電池があると安心です。
- ★携帯電話やインターネットが繋がりにくくなります。
- ★復旧時の火災を防ぐため、ブレーカーを落としましょう。

停電・断水に備えて

飲料水 懐中電灯 電池 ラジオ
携帯・モバイルバッテリーの充電
カセットコンロ ガスボンベ
トイレの水を流す為のバケツ
ガソリンを半分以下にしない
お風呂に水を入れておく
ペットボトルに水を入れて冷凍
現金（停電時の買い物は現金のみ）

車は災害時の強い味方 ガソリンは半分以下にしない

- 情報** がとれる。ラジオ・テレビ・携帯が使える。
- エアコン** が効いて夏は熱中症予防、冬は暖をとれる。
- 電気** が使える。車用携帯充電器やUSBケーブルは必須！
- 個室** になり、プライバシーが守れる。ペットも安心。
- 備蓄** ができる。着替え、毛布、タオル、携帯トイレ等。
- 移動** ができる。噴火の際は広域避難で自力で移動です。



断水?! トイレの備えは大丈夫?

トイレは
1日1人5回!
4人×5回×7日
=140回分!



簡易トイレの使い方

家庭用のトイレの上下にビニールをかぶせます。便座の上にかけてビニールの中におむつや猫砂、畑の土等を入れておき、排泄物を吸収させてビニールの口を縛って保管。凝固剤を使う時は排泄の後に入れます。簡易トイレはインターネットやホームセンターで購入できます。車にも携帯トイレを常備!

災害伝言
ダイヤル
171
(無料)

災害時に設置される、家族と連絡を取る為の無料サービス。自宅の固定電話番号をパスワードとして入力し、伝言を録音したり聞いたりできます。混線時でも比較的つながりやすく携帯、固定、公衆電話問わず利用できます（震度6以上で開設）災害時、公衆電話は自動的に無料になります。

御殿場市防災マップ

水害、がけ崩れ危険地域などが一目瞭然地区ごとにあり全戸配布済み。市役所HPでも確認できます。



御殿場ママ活情報局とは?

Facebookの公開グループ。子育て中の方を中心に、地元の生活情報を発信している。イベントや講座、防災、日用品や制服のリユース等様々な活動を展開。

