

【NEXCO中日本】

防災出前講座

～御殿場市の防災を考える～



令和 8 年 1 0 月 2 3 日
御 殿 場 市 危 機 管 理 課

説 明 項 目

I 御殿場市の地形上の特性

II 御殿場市で起こりうる災害

1 地震

2 富士山噴火

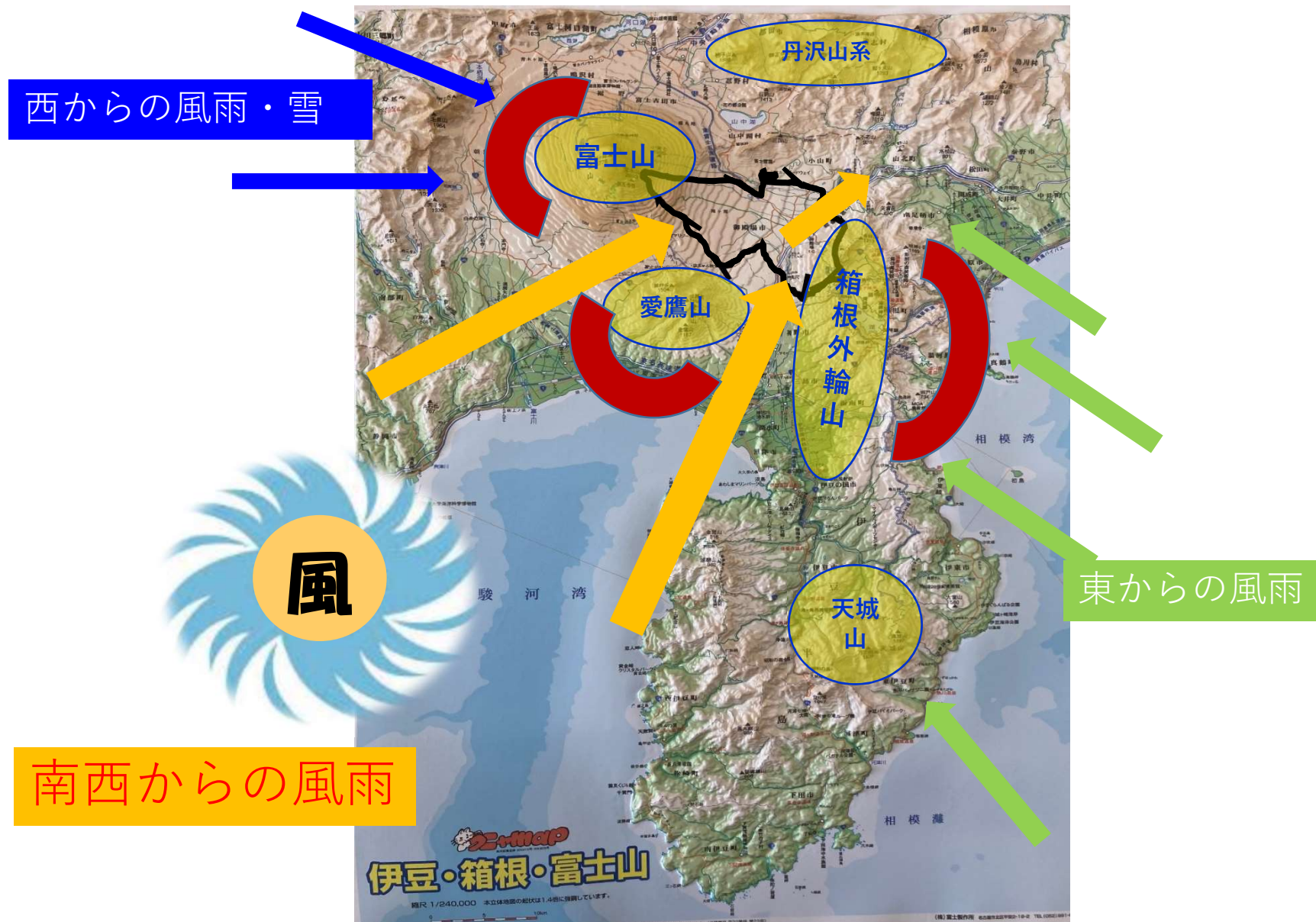
3 豪雨・土砂災害

III 日頃の備え

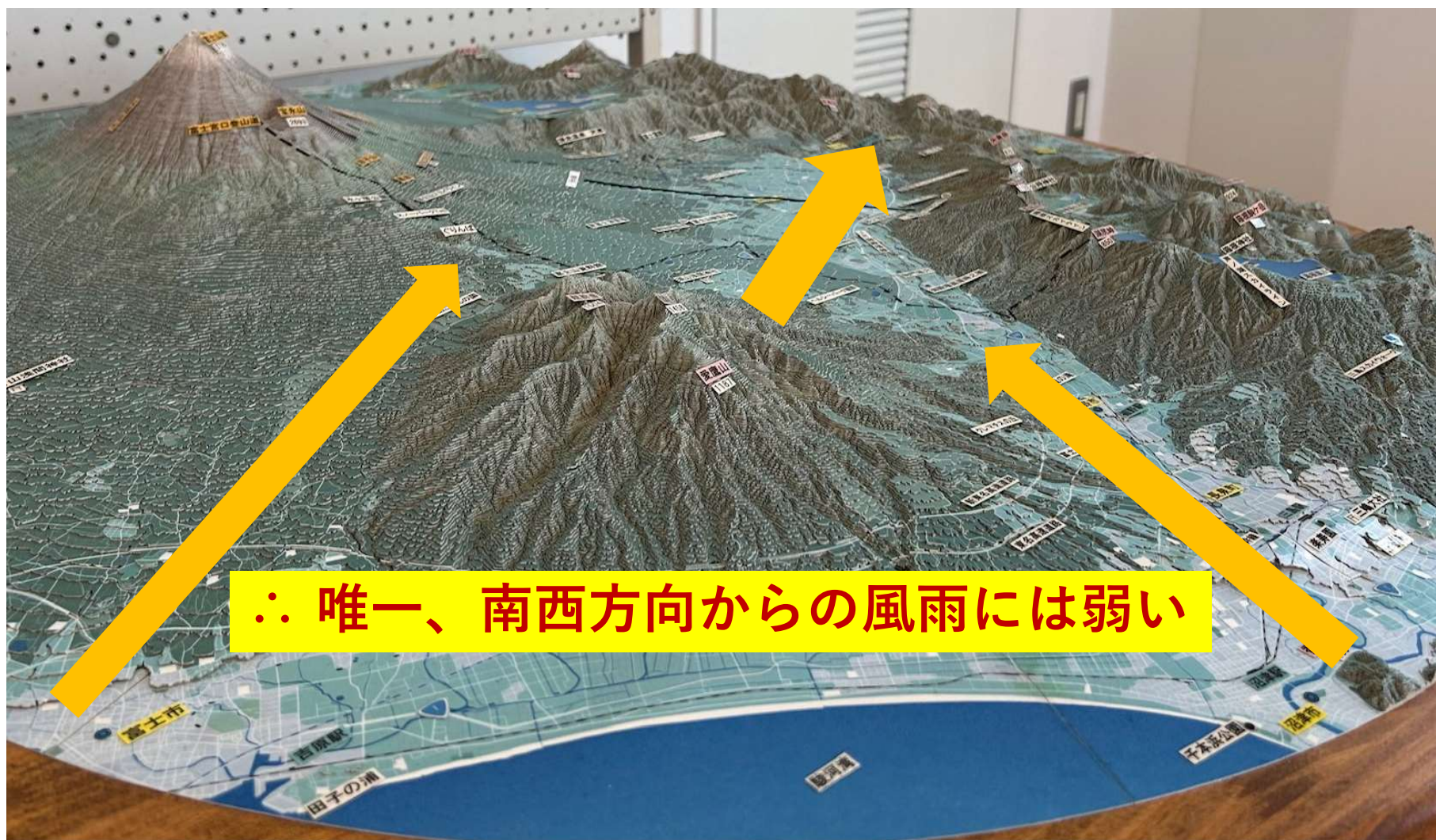
御殿場市の地形上の特性



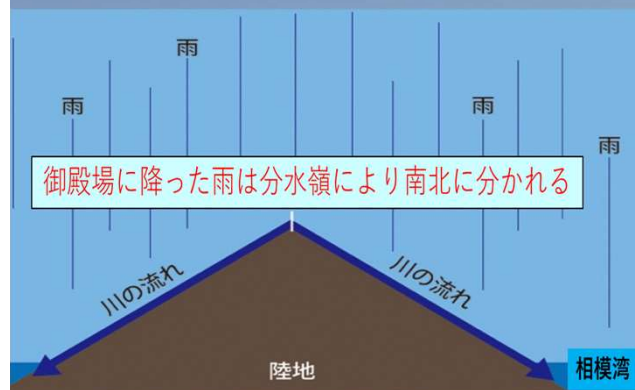
地形が風向に及ぼす影響



地形が風向に及ぼす影響



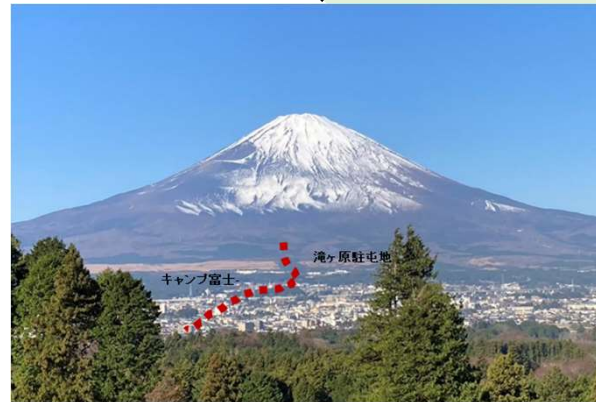
分水嶺（雨水が異なる方向へ分かれる境界・尾根）による影響



主要地区標高・河川の流れ



相模湾



降水は『南北に2分』される！
∴ 一ヶ所に集中しない◎



分水嶺

▲御殿場市内標高差：約400m
⇒ 降雪量に影響（豪雪災害）

駿河湾

説 明 項 目

I 御殿場市の地形上の特性

II 御殿場市で起こりうる災害

1 地震

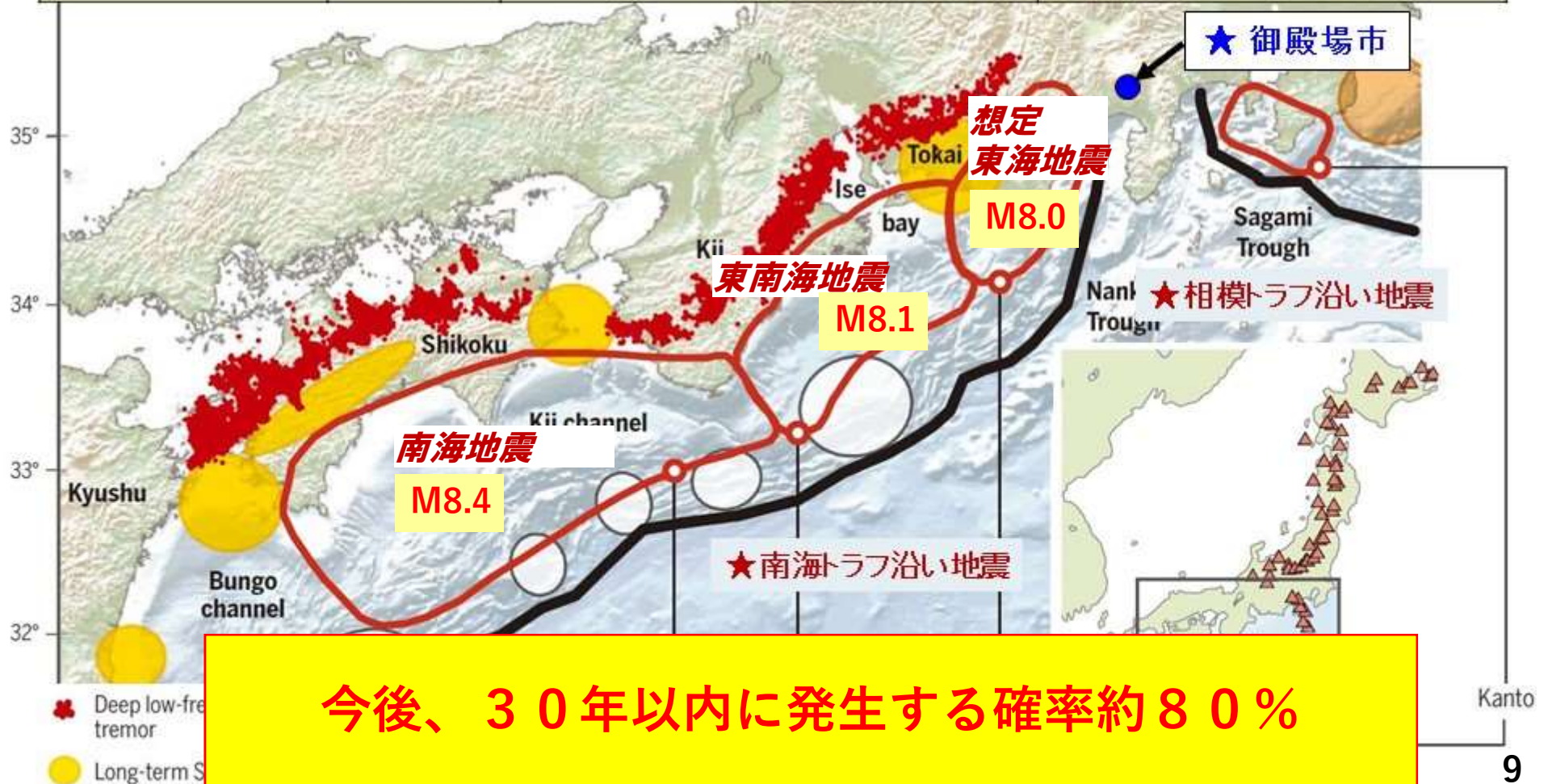
2 富士山噴火

3 豪雨・土砂災害

III 日頃の備え

静岡県巨大地震被害想定

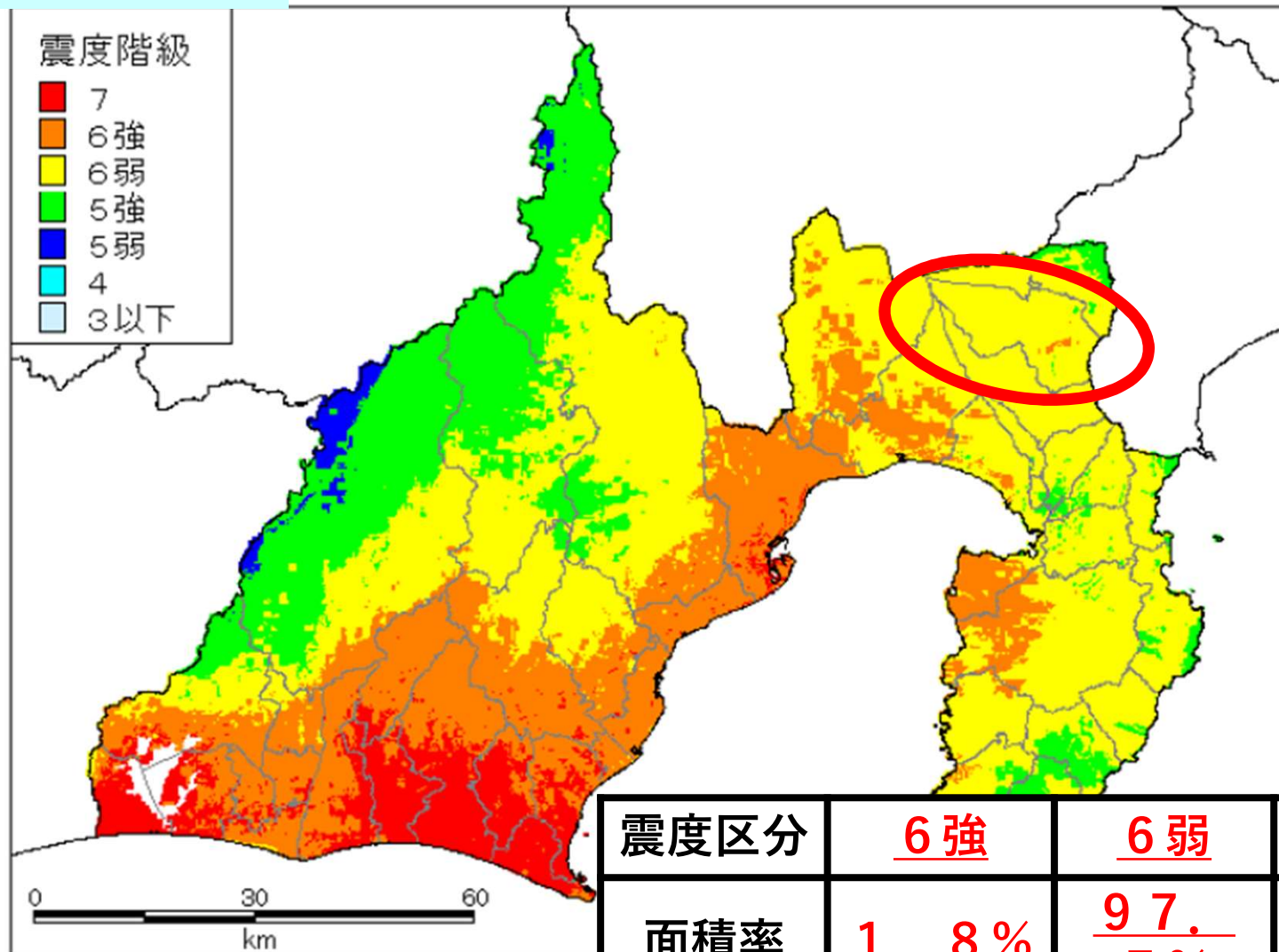
		南海トラフ沿い地震	相模トラフ沿い
マグニチュード		M9	M8.2
最大津波高		33m	10m
人的被害(死者数)	地震	約105,000人	約6,000人
	津波	約96,000人	約5,700人



御殿場市で想定される震度

(レベル2)

第4次地震被害想定（南海トラフ巨大地震 東側ケース）



震度区分	<u>6 強</u>	<u>6 弱</u>	5 強
面積率	<u>1. 8 %</u>	<u>9 7.</u> <u>7 %</u>	0. 5 %

図Ⅱ-1.14 (1) 震度分布図

御殿場市で想定される被害

- ◎ 建物被害（御殿場市）
レベル 2（冬・夕、予知なし）

区分	全壊	半壊	火災
棟数(棟)	約600	約2,500	約20

建物棟数・・・30,000棟

御殿場市内の10%(3,100棟)の建物に被害

避難者数:約8,000人(避難所:約4,000人、避難所外:約4,000人)

- ◎ 人的被害（御殿場市）
レベル 2（冬・深夜又は早朝、予知なし）

区分	死者	重傷者	軽傷者
建物倒壊	約10	約60	約500
（家具等の転倒）		（約10）	（約60）

人口(89,000人)・・・0.6%(1,000人中6人)が死傷又は重軽傷者¹¹

説 明 項 目

I 御殿場市の地形上の特性

II 御殿場市で起こりうる災害

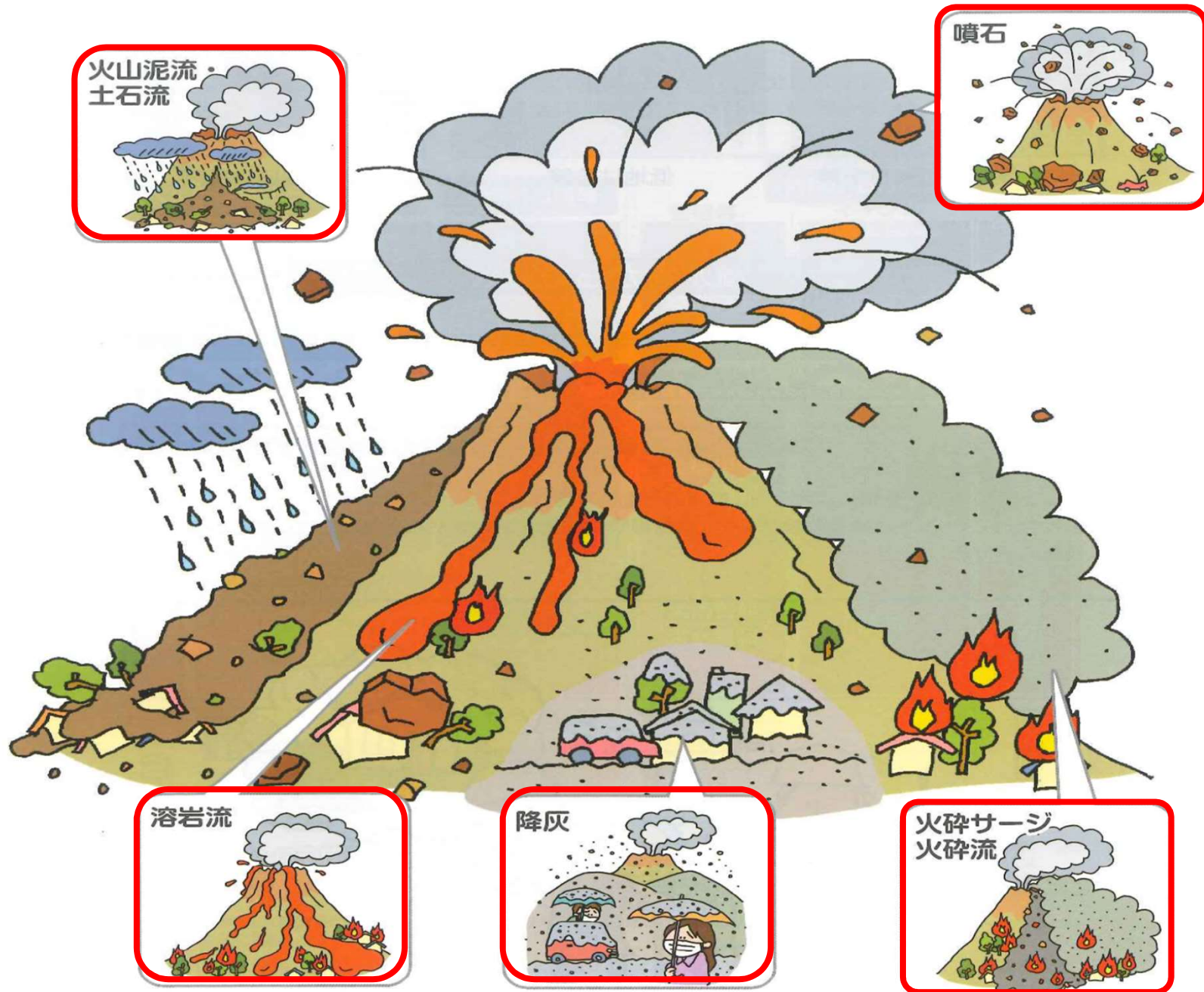
1 地震

2 富士山噴火

3 豪雨・土砂災害

III 日頃の備え

富士山で起こりうる噴火現象



富士山で起こりうる噴火現象

溶岩流



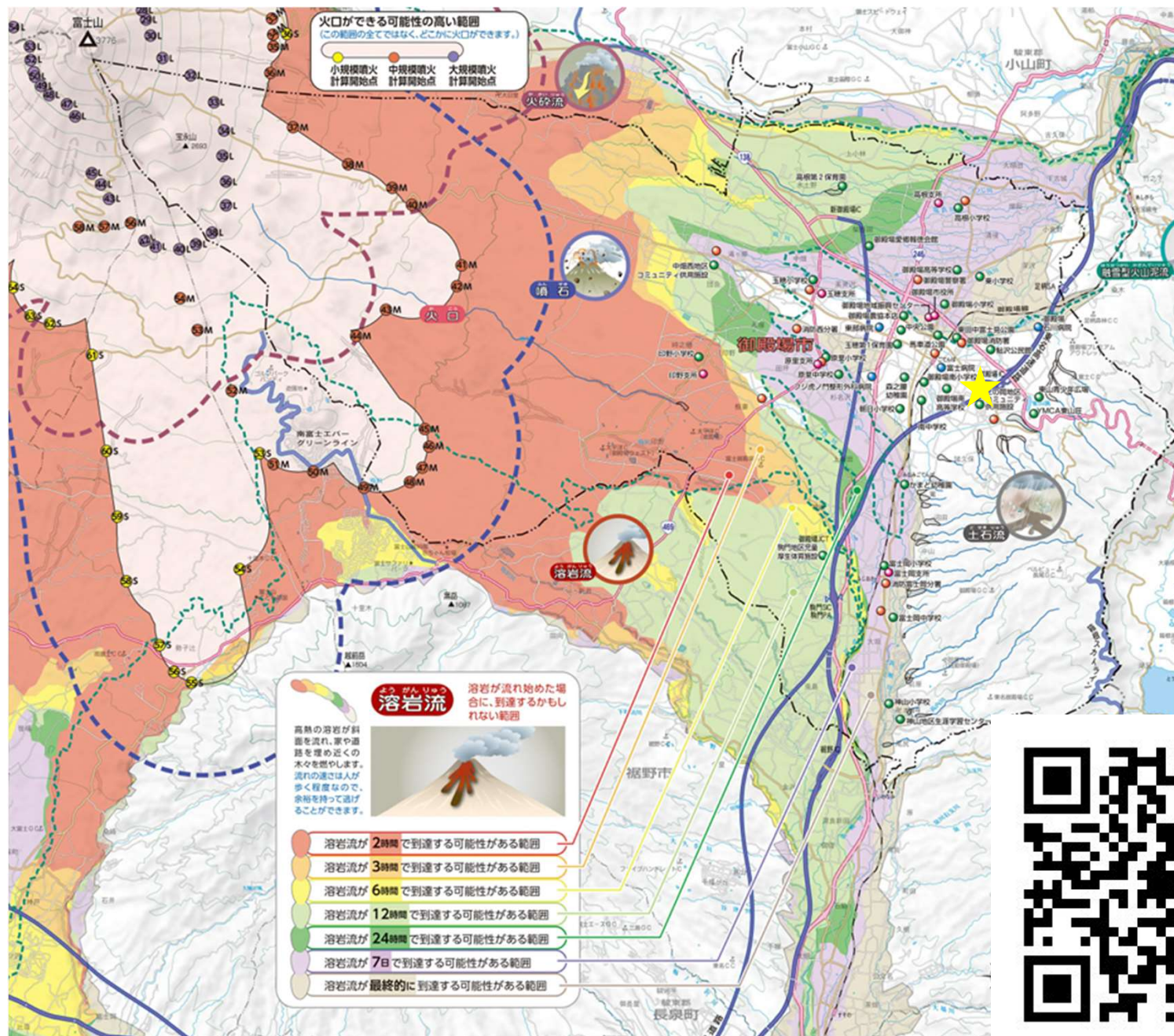
- ・ 溶岩が斜面を流れ下る現象
- ・ 噴出したばかりの溶岩の温度：900～1200℃
- ・ 木々を燃やし、水と触れ水蒸気爆発を起こす
- ・ 流下速度は、一般的に人が歩く速さ程度

市内(居住地区) **影響あり**

- ・ 人の避難は比較的容易

画像：ハワイ島・キラウエア火山の溶岩流の様子

引用：HUFFPOSTホームページ



富士山で起こりうる噴火現象

小さな噴石、降灰及び熱い降灰



写真：桜島の降灰（2009年9月）

- ・ 噴火により噴出した固形物のうち、
直径2mm以上：『小さな噴石』
直径2mm以下：『火山灰』
- ・ 小さな噴石は、火口から10km以上、
火山灰は、数十kmから数百km以上風
に流されて運ばれることも
- ・ 火山の風下側では爆発的噴火に気付
いたら屋内等に退避すること

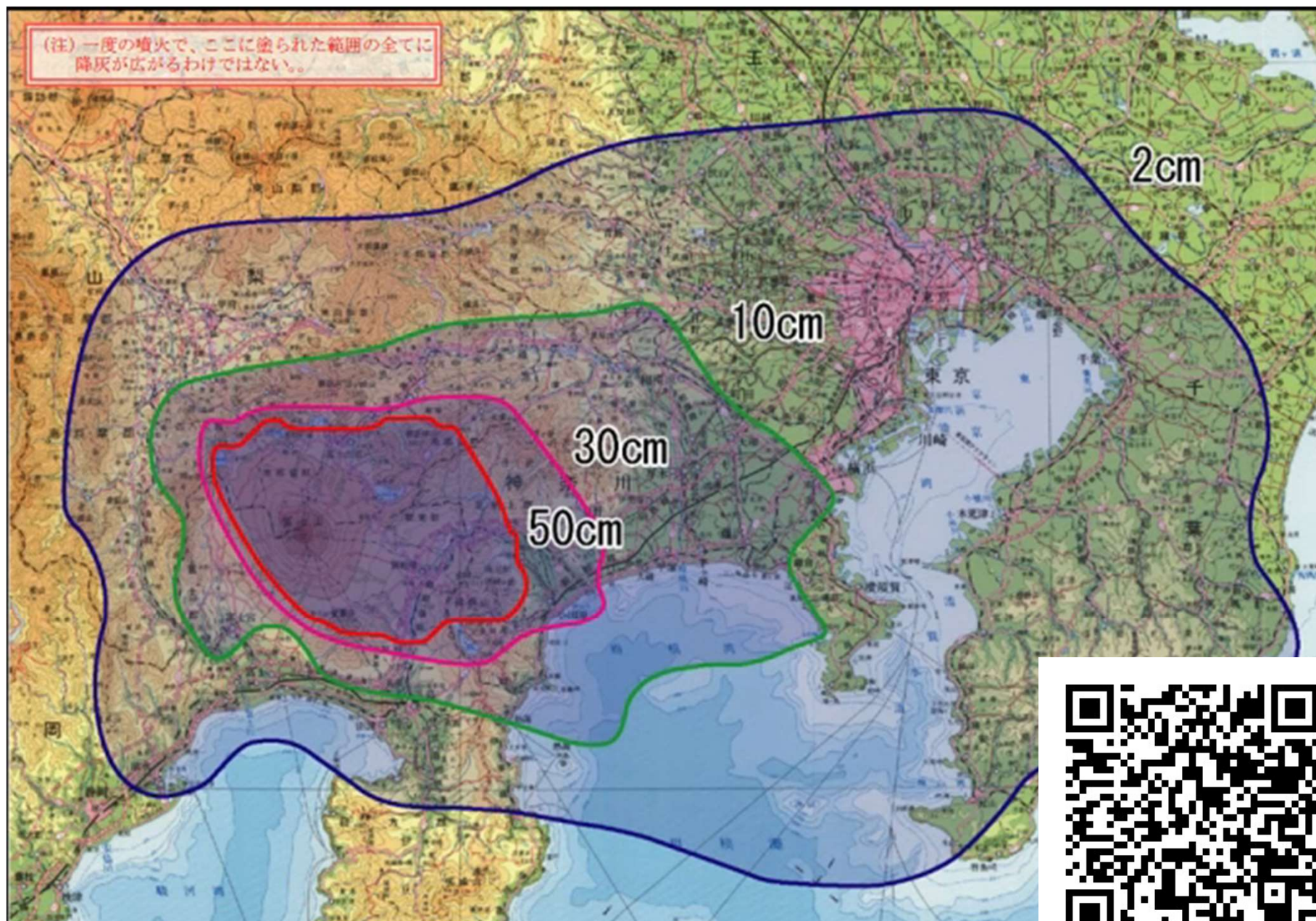
市内(居住地区) **影響あり**

- ・ 場合によっては、**立ち退き避難が必要**



写真：桜島昭和火口の爆発による小さな噴石

出典：気象庁ホームページ



静岡県 富士山ハザードマップ

富士山で起こりうる噴火現象

融雪型火山泥流

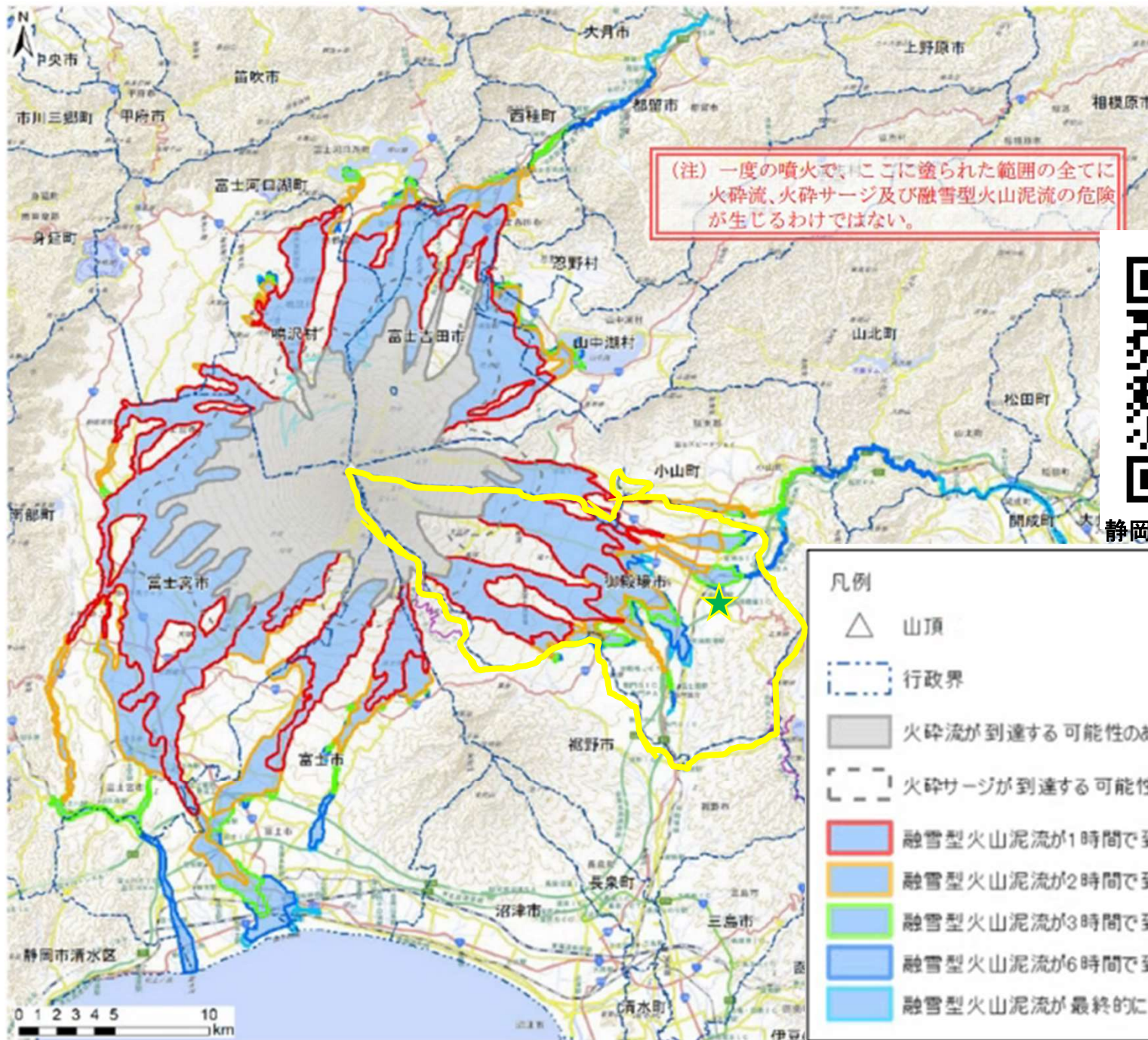


ネバデルルイス火山の融雪型火山泥流（1985年）
米国地質調査所のHPより

- ・ 雪の積もっている時期に、溶岩や火砕流の熱で雪が溶けて起きる泥流
- ・ 積もった雪が一気に溶ける
 - ⇒ 土石流よりも速く
大量の泥流が谷筋や沢沿いを遠方まで流下

市内（居住地区）**影響あり**

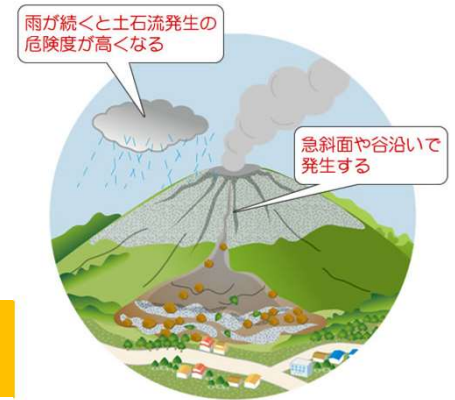
- ・ 積雪期の噴火時等には、**影響範囲は事前の避難が必要**



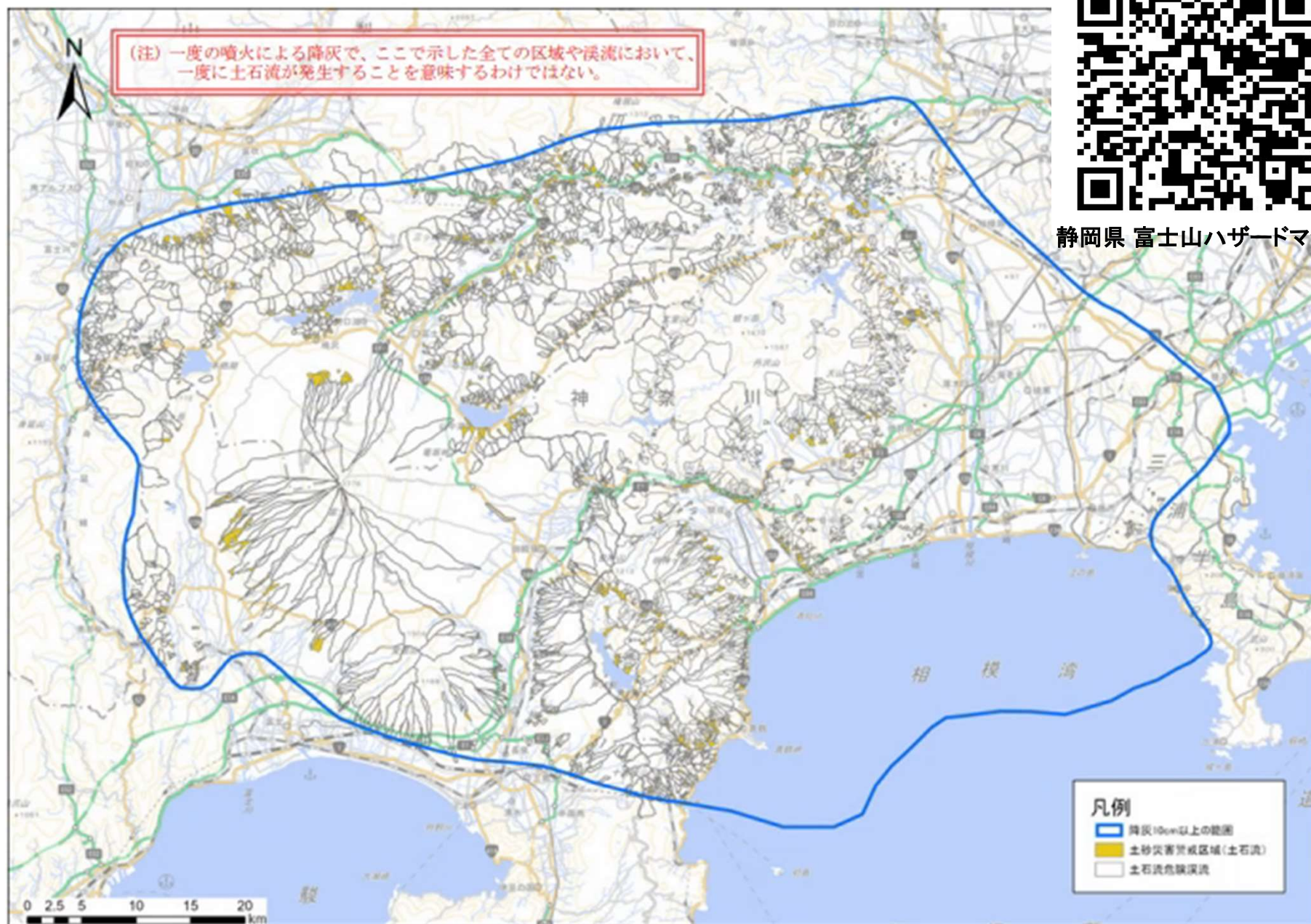
静岡県 富士山ハザードマップ

富士山で起こりうる噴火現象

土石流

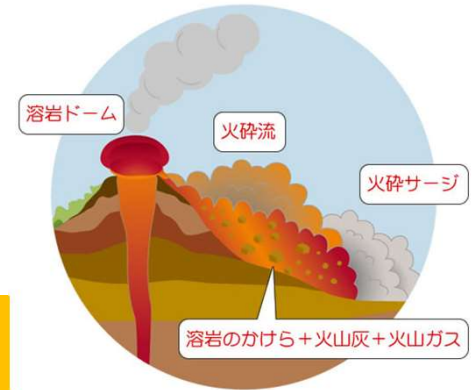


- ・火山の噴火後、火山灰の降り積もった地域に雨が降ると土石流が発生しやすくなります。
- ・こうした土石流や泥流は、高速で斜面を流れ下り、下流に大きな被害をもたらします。
- ・噴火後に雨が予想されている時は、川の近くや谷の出口に近づかないようにしましょう。
- ・**影響範囲は立退き避難が必要**



富士山で起こりうる噴火現象

火砕流

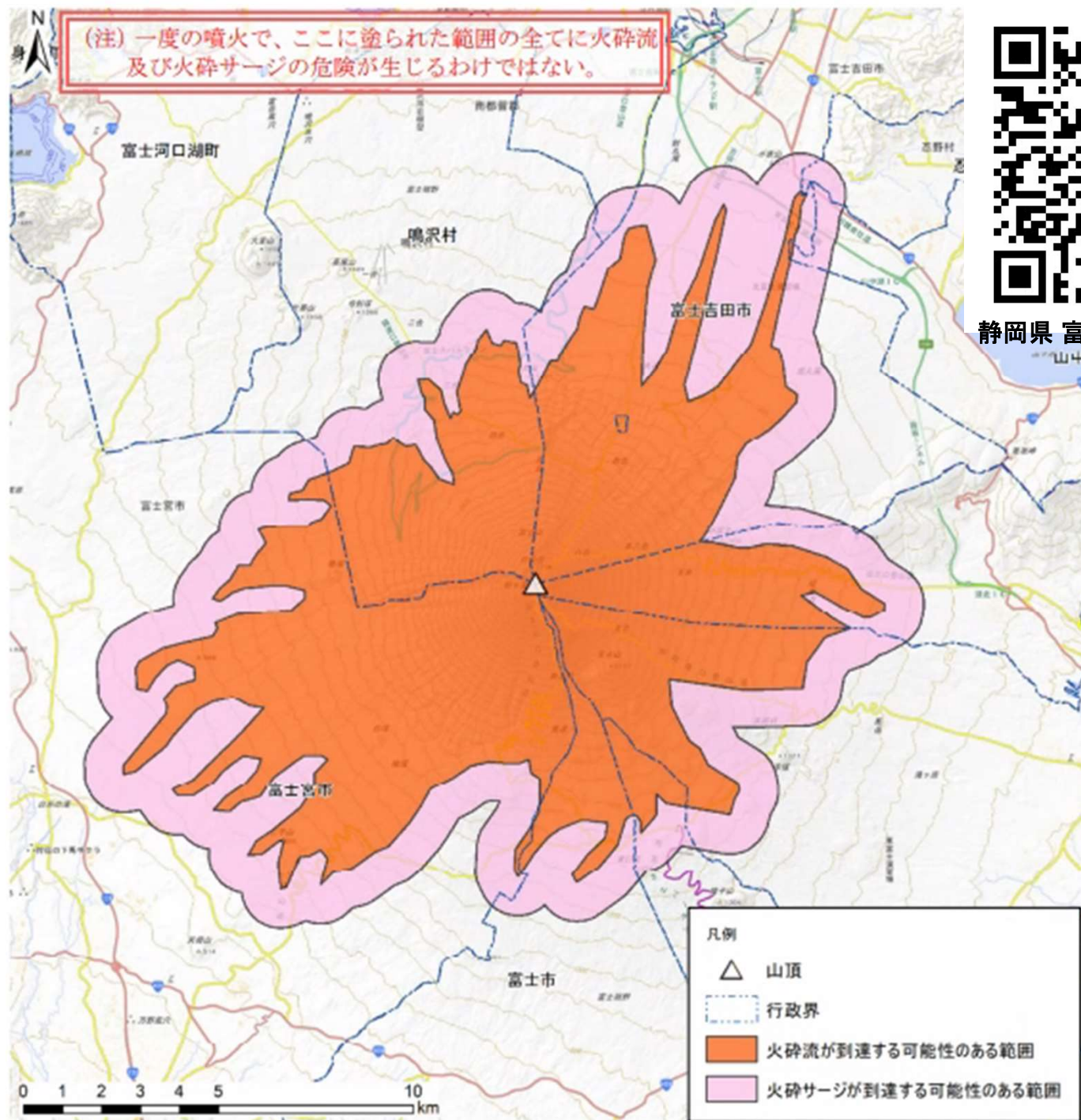


- ・ 噴火により放出された高熱の岩石や破片が、地表に沿って流れる現象
- ・ 火山灰と空気の混ざった高熱の爆風は火砕サージ
- ・ 火砕流や火砕サージの速度は時速百km以上、温度は数百℃
- ・ 速度も早いので、**事前の避難が必要**

市内(居住地区)**影響なし**

画像：雲仙普賢岳の火砕流の様子

写真：GIFMAGAZINE気象庁ホームページ



静岡県 富士山ハザードマップ

富士山で起こりうる噴火現象

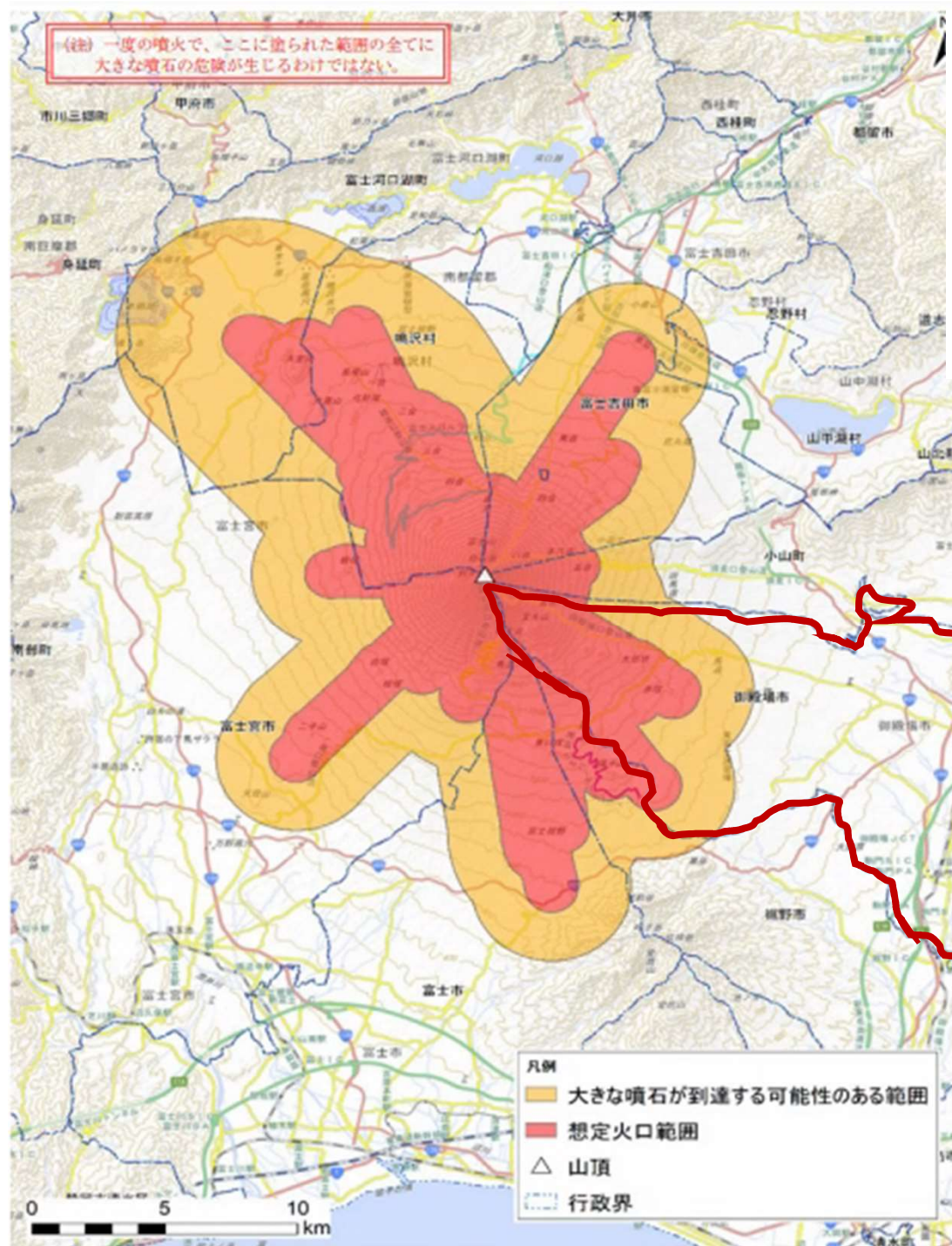
大きな噴石



- ・ 概ね20～30cm以上を大きな噴石と定義。
- ・ 特に大きな物は1m超
- ・ 小さい物でも家の屋根や壁を突き破る事がある
- ・ 登山中などに危険が増した場合は、丈夫な建物内に避難
- ・ やむをえず外出する場合にはヘルメットを着用

市内(居住地区) **影響なし**

「2000年有珠山噴火による噴石被害（岡田弘氏提供）
2000年4月16日撮影」



静岡県 富士山ハザードマップ

説 明 項 目

I 御殿場市の地形上の特性

II 御殿場市で起こりうる災害

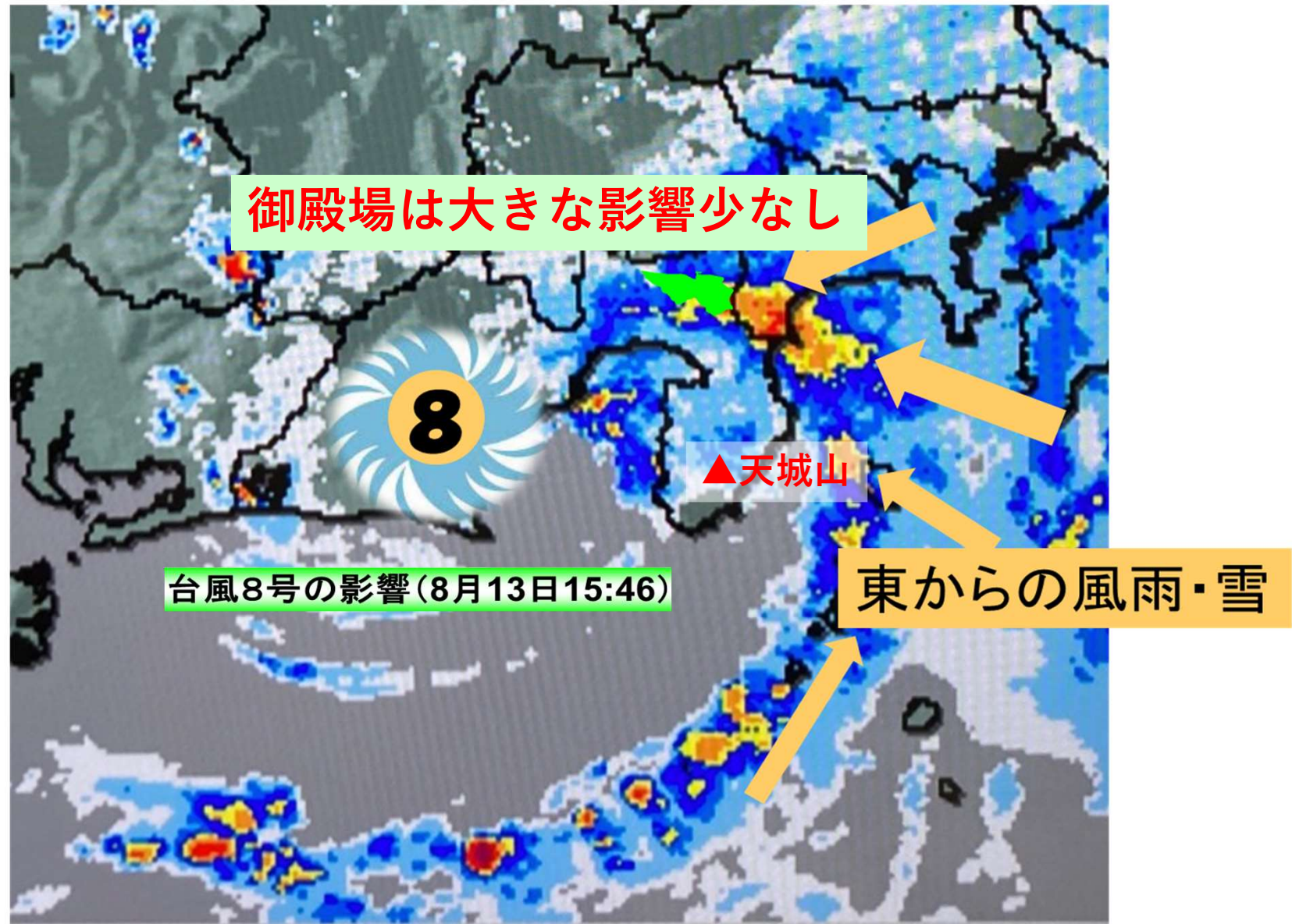
1 地震

2 富士山噴火

3 豪雨・土砂災害

III 日頃の備え

東からの風雨・雪は「天城山・箱根外輪山が守ってくれる！」
(令和4年8月13日)



熱帯低気圧の影響 ⇒ 『土砂災害警戒情報』 発令
(令和4年7月26日09:30)

御殿場は豪風雨
(線状降水帯⇒球状降水帯)

熱海は影響少なし

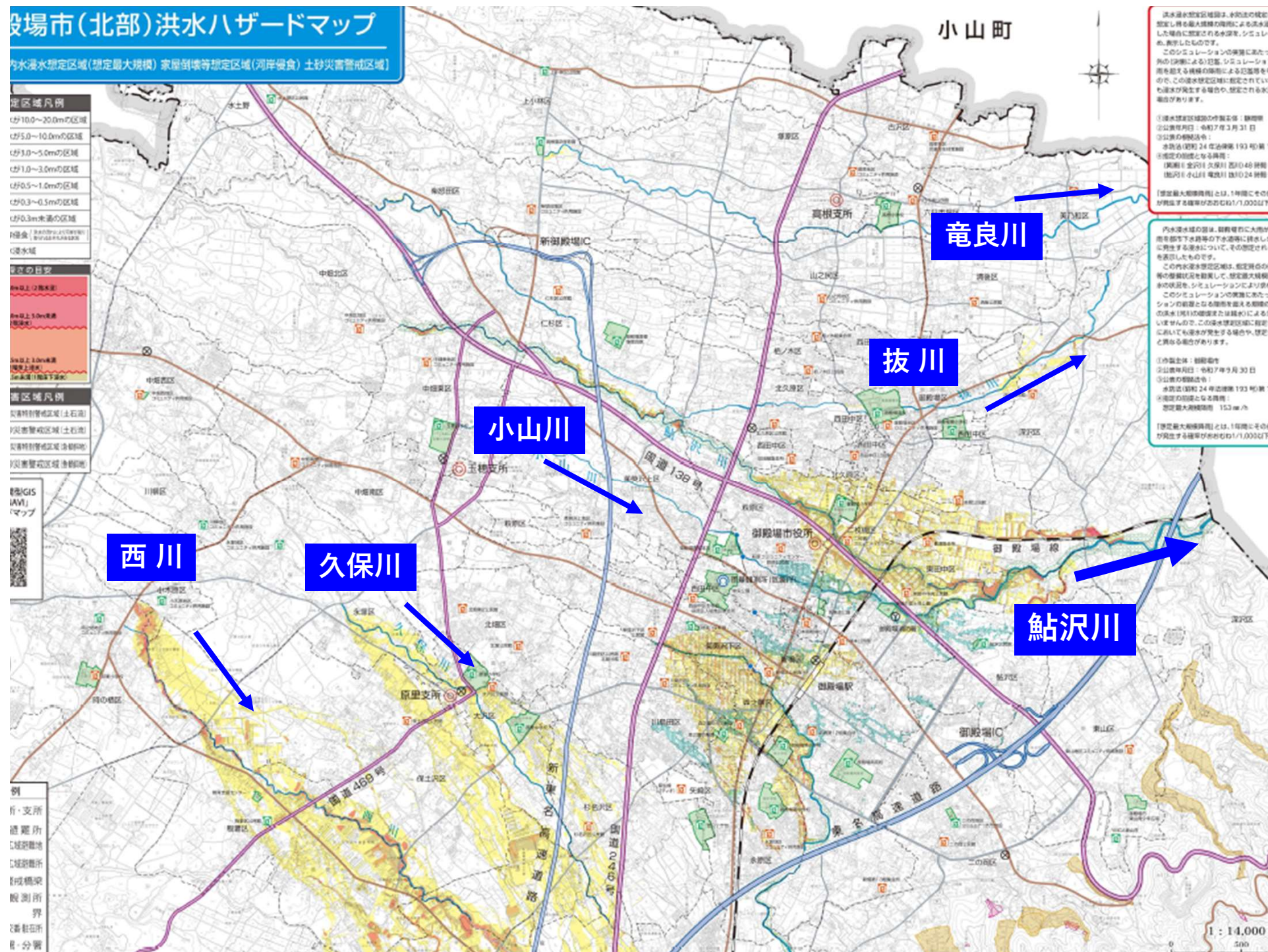
南西からの風雨



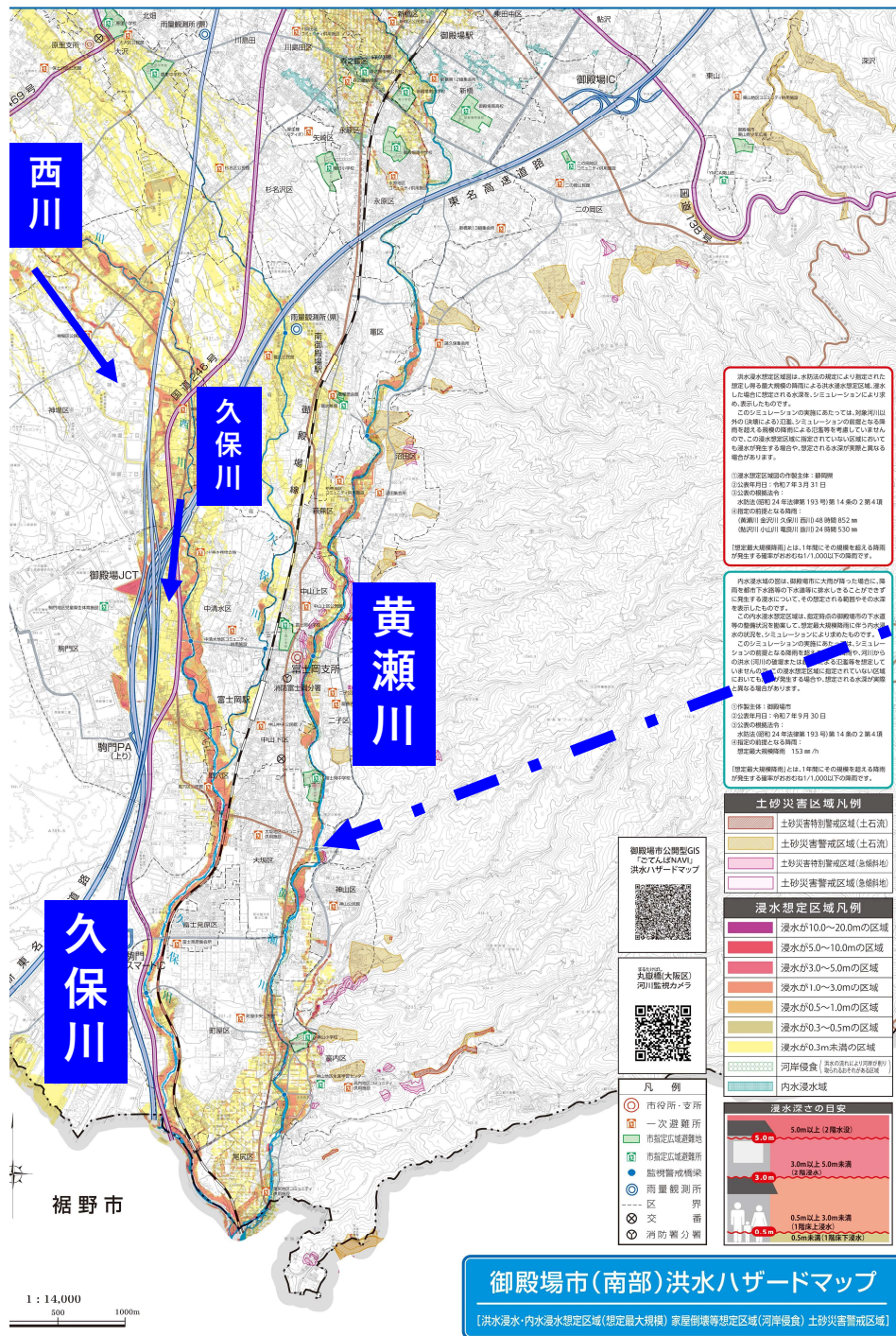
内水浸水想定区域(想定最大規模) 家屋倒壊等想定区域(河岸侵食) 土砂災害警戒区域



例
斤·支所
造難所
城遊難地
城遊難所
成橋梁
脫測所
界
番駐在所
分署







大坂区・丸嶽橋

がけ崩れ(21)



土石流(30)

◆ 土石流

※ 速度は、時速40~50 km/hにもなります。

※ 大きな岩も流されて危険



◆ がけ崩れ(急傾斜地)

豪雨によって急な斜面が
突然崩れ落ちるもの

※ 一瞬のうちに起こることが
多いため、家が壊れ、逃げ遅
れて亡くなる人が多い。

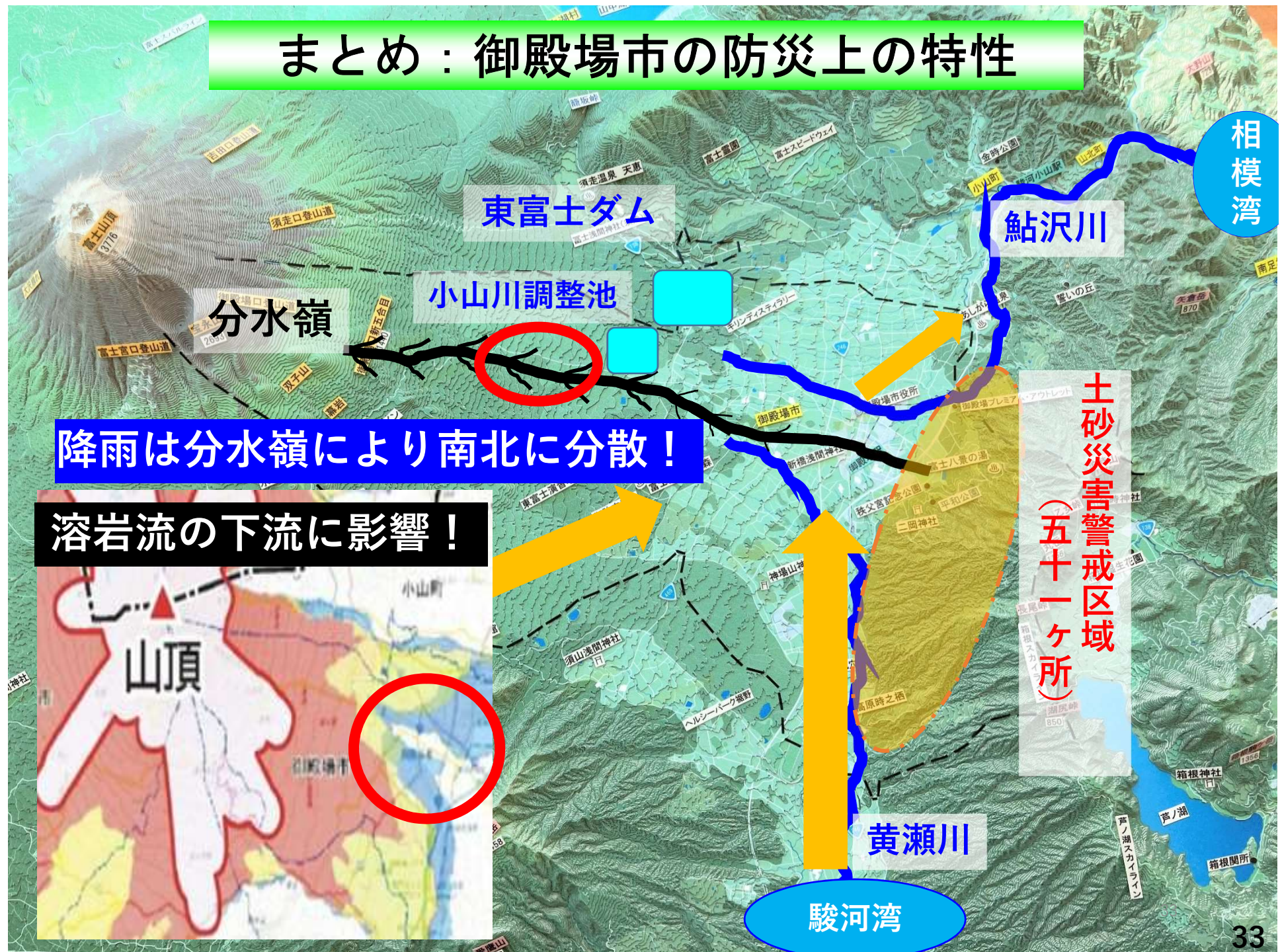


警戒区域該当区
11区

122世帯

310人

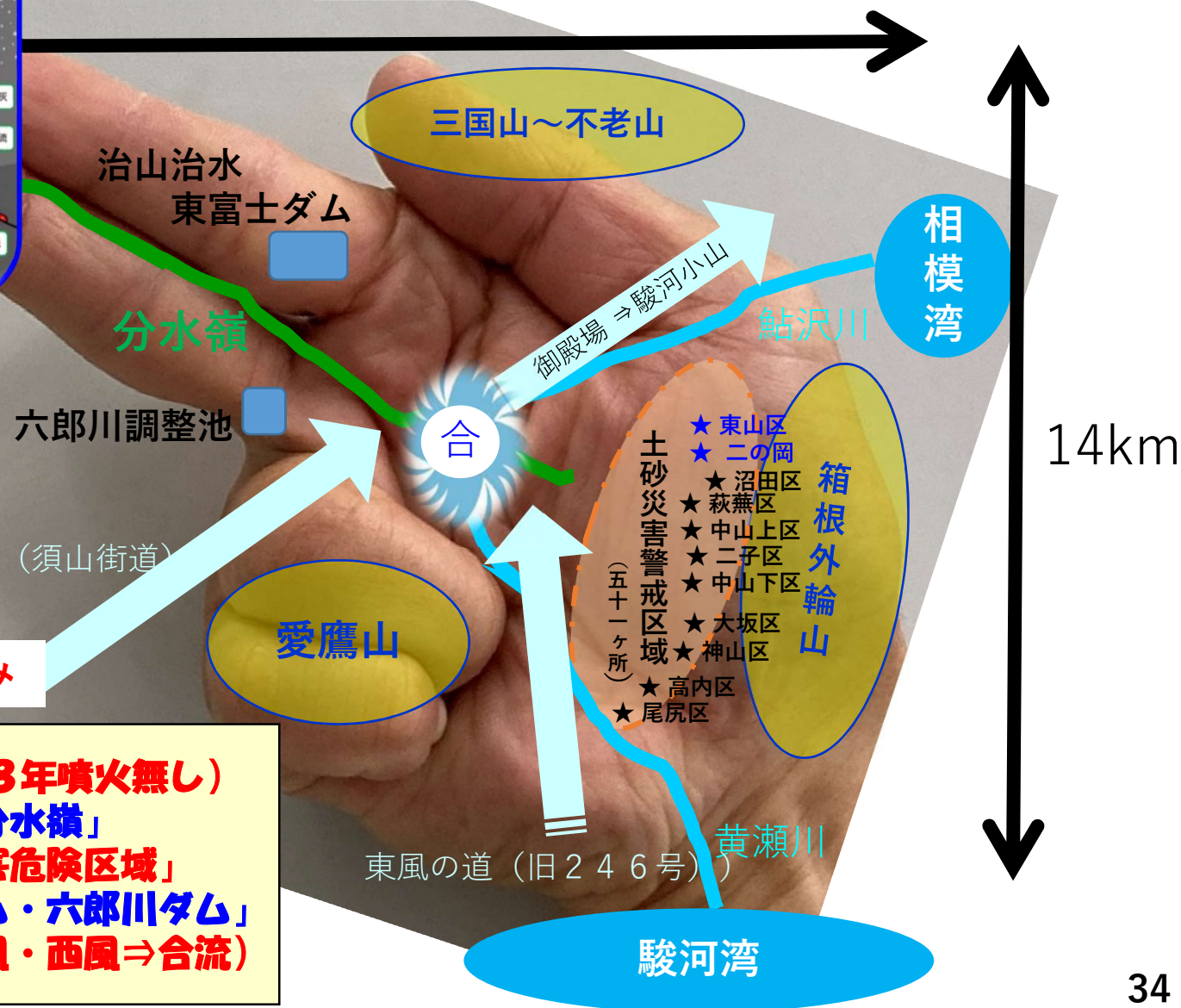
まとめ：御殿場市の防災上の特性



まとめ：御殿場市の防災上の特性『ハンドサイン』



24km（居住地は約10km）



☆御殿場市の強み・弱み

- 1 活火山・富士山（318年噴火無し）
- 2 市内中央部を走る「分水嶺」
- 3 箱根山西麓「土砂災害危険区域」
- 4 治山治水「東富士ダム・六郎川ダム」
- 5 見えない風の道（東風・西風⇒合流）

説 明 項 目

I 御殿場市の地形上の特性

II 御殿場市で起こりうる災害

1 地震

2 富士山噴火

3 豪雨・土砂災害

III 日頃の備え

災害時のトイレ、 「なんとかなる」 と思いませんか？

携帯トイレの備えがないと…

自宅でも…

家無事だったから
トイレも大丈夫
でしょ…

流

においがひどい!!
しばらくとれません

「ウチくらいなら
流しても大丈夫…」はダメ!
みんな同じことを考えていて
つまずきます!

下水管が破損すると
汚水があふれます!

集合住宅では
汚水が別の部屋の
天井や床を汚し
迷惑をかける
可能性も…

詳しくは東国
動画②を参照

ヤバ!
あふれて
きた!!

最初は流れても…

避難所でも…

避難所に行けば
なんとかなるでしょ…

避難所に行けば
トイレが使える…
とは限りません!!

ウチの地域の
避難所は大丈夫??

もっとヤバ!
使えない!!

**自宅でも避難所でも
携帯トイレの備えがとても大事です!!**

携帯トイレ備えガイド② 静岡県危機管理課(R3.3) イラスト:じょんじょん

水と食料の備えは当然必要! だけど… いちばん備えておきたいのは **トイレ** です!!

～トイレがないとこうなる～

自宅が

- 無事 → 携帯トイレの備えがある → 自宅の庭に家族で協力してトイレをつくる → たいへん! つまみ!
- 無事でない → 携帯トイレの備えがない → 自宅の庭に家族で協力してトイレをつくる → 大丈夫だろうと思って流す → たいへん! つまみ!

避難所へ

- 開設されている → 携帯トイレの備えが避難所にある → 携帯トイレを協力して使う → たいへん! つまみ!
- 開設されていない → 携帯トイレの備えが避難所がない → 携帯トイレを置いて避難所へ → 携帯トイレを置いて避難所へ → 穴を開けたり仮設トイレを立てたりするなど協力してトイレをつくる → たいへん! つまみ!

避難所が

- 開設されている → 携帯トイレの備えが避難所にある → 携帯トイレを協力して使う → たいへん! つまみ!
- 開設されていない → 携帯トイレの備えが避難所がない → 携帯トイレを置いて避難所へ → 携帯トイレを置いて避難所へ → 穴を開けたり仮設トイレを立てたりするなど協力してトイレをつくる → たいへん! つまみ!

災害がおこったあと、生きるために

**自分(家族)の暮らしのなかで
どれだけトイレが必要か?!
シミュレーションしてみよう**

ウチには何が
どれだけ必要?

トイレの準備 = 「自助」

- ・何人家族? トイレの数は?
- ・普段トイレ何回くらい使ってる?
- ・トイレ用ペーパーの消費はどれくらい?
- ・おなかをこわしたり気分が悪くなった時したら…
- ・においもおさえたい
- ・簡易トイレや仮設トイレを作ったりできる?
- ・生理用品やおむつの備えはある?
- ・長期避難トイレを使えないことを想定した携帯トイレの備えはある?

「マイ・トイレ・タイムライン」
いろいろな状態でトイレを使うことを想定して
家族構成や健康状態に応じた必要な備えを!

下の動画①も参考に!

**自分の地域の
避難所のトイレは大丈夫?!
普段から確認しておこう**

「自分のことは自分で
できるようにする
ための準備を」

- ・携帯トイレの備えは十分にある?
- ・清掃用具(ブラシ、洗剤、カップ等)はそろっている?
- ・トイレ用ペーパーや生理用品、おむつ等の備えは?
- ・ゴミ袋やポリバケツ等、ゴミをまとめる準備はある?
- ・携帯トイレの備えがあっても…
- ・はじめに誰がやるの? (避難所開設時から携帯トイレを使わないと意味がない)
- ・清掃は誰がやるの? (有事では使えない、やらぬ人はやらぬ)
- ・プライバシーは保たれている?
- ・「だれでも使いやすい」トイレになっている?

「誰でも使えるような備え」があること
「協力してキレイに保とうとすること」が大事!

気を
つけて!

携帯トイレを使用する「屋外のトイレ」と
仮設トイレやトイレトレーなどの「屋外のトイレ」
では、使用環境がまったくちがいます!
屋外トイレが設置されても「使いづらい」かも
しれないので、室内の携帯トイレはやはり必要!

絶対ダメ!!

生きのびるためには
「補給」も「排せつ」も
必要です!!

トイレに行く回数
減らすために
水飲むの
やめておこう…

「トイレの準備が足りない状態で」
水分を控えると…
→ 血圧などが下がり、「災害関連死」に
つながる恐れがある!

清潔な環境が保たれないと…
→ ノロウイルスやコロナなど感染症が発生しやすい!

緊急半島地震を体験された、橋本さんからのメッセージ

東海半島地震で我が家は全壊。家に入らずトイレを庭に作り、周りに開放しました。その後、避難所に行けばトイレがあふれ目を覆う光景が…。屋外の仮設トイレが到着すれば、川からの水の供給と排泄問題。災害時、トイレは最初に取り組み難題です。防災前からの準備が弱ければ、1日だけでも自宅や携帯トイレ生活を送ってみたい。そんなイザという時、きっと自分や大切な人を守る経験になると思います。

橋本 菜実さん
石川 龍太さん

**災害時のトイレ、「なんとかなる」は大間違い!
日頃の備えを万全にしよう!**

ぜひこちらも
ご覧ください!

NPO法人
日本トイレ研究所
YouTubeチャンネル

災害時の必要品
携帯トイレについて
(1:48)

マンション排水
設備の点検
(1:48)

給水と排水の
設備の違い
(1:13)

給水トラブル
再発防止
(1:20)

そうだ!! 「携帯トイレ」も 備蓄しよう!

災害時に備えた食料、飲料水の備蓄は少しずつ浸透してきましたが、「携帯トイレ」の備蓄も忘れてはいけません。生きる上で、**食**、**飲**、**住**、**排**の4つはセットです。もし、水道が止まってしまったら、いつもの様に水を流すことができませんし、下水道が破損した場合には、水を流しても排せつ物が流せなくなる場合もあります。トイレを気持ちよく使うことができないと、体調を崩したり、災害関連死につながる可能性があります。あなた自身と家族を守るため、「携帯トイレ」も備蓄しましょう!



携帯トイレ、どれくらいの数を備えたいの?



ホームセンター等で様々な製品がありますので、家族の人数や使用回数を想定して備えましょう。

※ 排せつ物の処理方法は各自治体で示すルールに従いましょう。

静岡県危機管理課 (0438)

※ 「携帯トイレ」とは災害用トイレのうち、避難のトイレ等に設置して使用するもので、便座に吸収シートが付いたもの、便座と吸収シートを別々に使用するもの、(「携帯トイレ」には様々な製品があります。)

災害用トイレの例

携帯トイレの種類はおおまかに2パターン

① 吸収シートで水分を吸わせるタイプ

② 粉末状の凝固剤で固めるタイプ

※ 90分で固まるならコレ!

携帯トイレの種類

携帯トイレ(電源不要)

携帯トイレ(電源必要)

マンホールトイレ

携帯トイレ(自立型)

携帯トイレ(ボックス型)

トイレトレーラー(富士市)

自己処理型トイレ

携帯トイレの使い方

① 便座を上げて、ごみ袋(大きめの)をかぶせる

② 便座の上から携帯トイレの袋をかぶせる ※はずれないよう携帯トイレの袋のふちを便座の下にくるむようにしてはさむ

③ 使用後、携帯トイレの袋のふちをしっかりと閉じる

④ 避難できる容器や袋に入れ、一般ごみと分別して保管

※ 排せつ物の処理方法は各自治体で示すルールに従いましょう。



いいえ!

避難所に行けば、快適なトイレを使えるとは限りません…

トイレのルールが決まっていなくて…そのまま使うと…

携帯トイレの備えやルールが徹底された避難所なら…安心してトイレに行ける!

※ 避難所のトイレの水が流れない!

※ 避難所に行けば、快適なトイレを使えるとは限りません…

体験談より…

せっかくの備蓄がトイレ問題で台無し!? 40歳男性(東日本大震災 H23.3)

うちは在宅生活が主だったので、最初はそんなに困ることはないかな…なんて前向きに考えていたんです。電気・ガス・水道は止まっていたけど、防災用のラジオや懐中電灯、カセットコンロ、食料・飲料水もたっぷりあったので、困ることはそんなにないだろうなと。最初は小遣いは流さずにトイレで使っていたのですが、悪臭を覚えることが出来ないのでリビングにまでアンモニアの臭いがするようになってしまいました。その時はいつもで排水が詰るか予測がつかなかったので、飲料水を使って流すのをためらってしまっていたんです。食事をとればトイレに行きたくなるのは目に見えていたのに、あんまり食べたり飲んだりしないようにしてしまっていました。臭いもあって食事もあまり進みませんでした。せっかくの食料品の備えもトイレの備えがなかったせいで、活用することができませんでした。トイレの重要さを思い知らされました。くたくたになりました。

内閣府(防災担当)「自助・自衛・自強」を推進する

災害時の備蓄は「食べ慣れた食品」も活用しよう!

大規模地震直後は、物流がストップすることが予想されるため、まず家庭で、1週間程度は自給するという備えが必要です。とはいえ、非常食を7日分備蓄するのは大変ですね。体調維持のためにも食べ慣れた食品の活用も考えてみませんか。



日常食品の活用のポイント

※これは一例です。ご家庭の実情に合わせて創意工夫してみてください!

●少し多めに購入



●簡易調理法



●冷蔵庫の活用

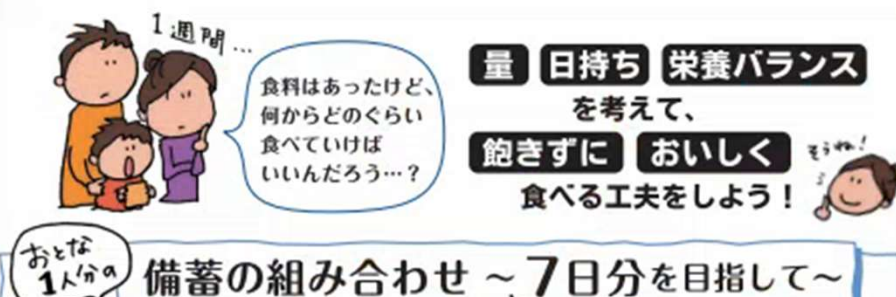


●コンロ等の準備



●静岡県が平成22年度に行ったアンケート調査では、備蓄をしていると回答した世帯は65%ですが、7日分の備蓄をしている世帯は6.3%という状況です。普段からの買い置きやローリングストック (回転備蓄) を習慣づけて、大規模災害に備えましょう!

静岡県危機管理課 0429.1



21食分

主食 エネルギーと炭水化物の確保

- 米 (精米・無洗米)
- 乾麺 (うどん・そば・パスタなど)
- パン
- その他...
- レトルトご飯・アルファ米
- 切りもち
- カップ麺・即席麺
- シリアル
- 乾パン・パンの缶詰
- 小豆粉 など

必須!!

主菜 たんぱく質の確保

- 肉・魚・豆などの缶詰
- レトルト食品 (レトルトカレーなど)
- 缶詰...
- 豆腐 (缶詰)
- 乾物 (かつお節・板揚げ・煮干し等)
- ロングライフ牛乳 など

必須!!

副菜 ビタミン等の確保

- 野菜・山菜・海藻類
- 梅干しや漬物
- のり・乾わかめ・乾燥ひじき
- 日持ちする野菜 (じゃがいも等)
- 野菜の缶詰 (トマト水煮等)
- 野菜ジュース など
- 汁物
- インスタントみそ汁
- 即席スープ など
- 果物
- 缶詰 (桃・パイナップルなど)
- 果汁ジュース
- 季節に応じた果物 (バナナなど)

その他の食品 食事をたのしむ

- 調味料 (塩・みそ・しょうゆなど)
- 嗜好品 (緑茶・紅茶・コーヒーなど)
- お菓子 (チョコレート・餅・ビスケットなど)
- 日常食べているもの (食料アレルギー対応食品など)
- その他味付け類 (ふりかけ・香辛料・ジャムなど)

7日分の組み合わせのしかた

主食 + 主菜 の組み合わせを 21食分 用意する

副菜 と その他の食品 で ふだんの食事のように 飽きない工夫 をしよう

例えば
このくらいの量が
家があれば...

おとな1人分の
主食と主菜
21食分を
確保できる!

※1食150gを目安

【主食】	【主菜】
米 700g (3食分)	魚の缶詰 4缶
レトルトご飯 7パック	肉の缶詰 4缶
パン 1個	豆の缶詰 1缶
乾麺 200g (2食分)	レトルトカレー 7パック
カップ麺 1個	豆腐 2パック
シリアル 50g (1食分)	牛乳 1杯分
計 21食分	計 21食分

高齢者、乳幼児、介護を要する方、
慢性疾患や食物アレルギーに
配慮した食料品は、
「いつも食べているものを」
多めに備えておきましょう。

不衛生な生活を避け、体調を崩さないように...
梅干し (塩分の補充、殺菌作用や疲労回復に) や
おやつ (精神的ストレスをやわらげエネルギー補給)
などを常時備えておくとうれしいでしょう。

資料: 静岡県「災害時に備える家庭の食料備蓄ガイド」(2) 備蓄食料品リストを参考に作成

避難行動



ひなん
「避難」って
何すれば
いいの？



小中学校や公民館に行くことだけ
が避難ではありません。
「避難」とは「難」を「避」けること。
下の4つの行動があります。



行政が指定した避難場所 への立退き避難

自ら携行するもの

・マスク
・消毒液
・体温計
・スリッパ 等



安全な親戚・知人宅 への立退き避難

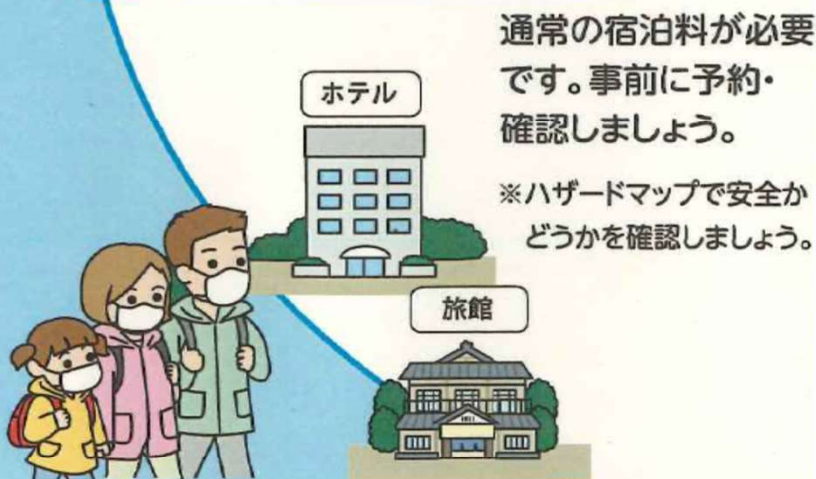
普段から災害時に避難
することを相談して
おきましょう。

※ハザードマップで安全か
どうかを確認しましょう。



普段から
どう行動するか

安全なホテル・旅館 への立退き避難



決めておき ましょう

ハザードマップで以下の「3つの条件」を確認し自宅にいても大丈夫かを確認する必要があります。

想定最大浸水深

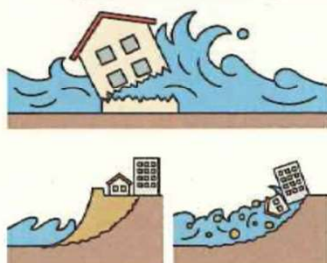
※土砂災害の危険がある区域では立退き避難が原則です。

屋内安全確保



「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない (入っていると…)



流速が速いため、
木造家屋は倒壊する
おそれがあります

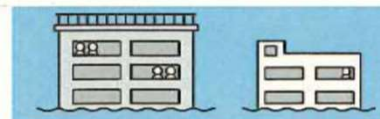
地面が削られ家屋は
建物ごと崩落する
おそれがあります

② 浸水深より居室は高い

3・4階	5m～10m未満 (3階床上浸水～4階軒下浸水)
2階	3m～5m未満 (2階床上～軒下浸水)
1階	0.5m～3m未満 (1階床上～軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢でき、 水・食糧などの備えが十分 (十分じゃないと…)

水、食糧、薬等の確保が困難になる
ほか、電気、ガス、水道、トイレ等の
使用ができなくなるおそれがあります



※①家屋倒壊等氾濫想定区域や③水がひくまでの時間(浸水継続時間)はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。

豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊する場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分に確認して下さい。

必要な物資等の備蓄

非常持出し品は、家族構成を考えて必要なものを用意しておきましょう。「わが家の非常持出し品リスト」を作り定期的に点検を行ない、非常持出し袋などに入れ、いつでも持ち出せる場所に置きましょう。また、備蓄しておき後で取り出す物と分けておきましょう。

ポイント



- 非常持ち出し品は、両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 自分に必要なものの優先順位を決めて準備しましょう。
- 定期的に中身をチェックしましょう。

貴重品

- ☐ 現金（小銭を含む）
- ☐ 車や家の予備鍵
- ☐ 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- ☐ 通帳、保険証、免許証のコピー
- ☐ 母子健康手帳
- ☐ お薬手帳



情報収集用品

- ☐ 携帯電話（充電器を含む）
- ☐ 携帯ラジオ（予備電池を含む）
- ☐ 家族の写真（はぐれた時の確認用）
- ☐ 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- ☐ 広域避難地図（ポケット地図でも可）
- ☐ 筆記用具・ノート



便利品など

- ☐ マスク
- ☐ ビニール袋
- ☐ アルミ製保温シート
- ☐ 毛布又は寝袋
- ☐ スリッパ
- ☐ 軍手か皮手袋
- ☐ マッチかライター
- ☐ 給水袋
- ☐ 雨具（レインコート、長靴など）
- ☐ レジャーシート
- ☐ テント
- ☐ バール・ジャッキ
- ☐ バイク・自転車
（できればノーパンク仕様）



食料など

- ☐ 食料品
(非常食3日分を含む7日分)
- ☐ 飲料水
(1人1日3リットルを7日分)



便利品など

- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ヘルメットか防災ずきん
- ☐ 懐中電灯 (予備電池を含む)
- ☐ 笛やブザー
(音を出して居場所を知らせるもの)
- ☐ 万能ナイフ
- ☐ スプーン・はし・カップ
- ☐ ラップ類
- ☐ 使い捨てカイロ



清潔・健康のためのもの

- ☐ 救急セット
- ☐ 常備薬・持病薬
- ☐ タオル
- ☐ トイレットペーパー・ティッシュペーパー
- ☐ 着替え (下着を含む)
- ☐ ウェットティッシュ・汗取りシート
- ☐ 予備の入れ歯・補聴器
- ☐ 歯みがきセット



その他

- ☐ 紙おむつ (幼児用・高齢者用など)
- ☐ 生理用品
- ☐ 粉ミルク・哺乳瓶
(赤ちゃんに必要なもの)
- ☐ ペットフード
- ☐ その他自分の生活に欠かせないもの



ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

3支部作成「非常時の持ち出し品・備蓄品チェックリスト」参照

飲料水

1人1日 **3ℓ** × 家族人数分 × **7日以上**

食料

1人1日 **3食** × 家族人数分 × **7日以上**

携帯トイレ

1人1日 目安**5回** × 家族人数分 × **7日以上**

富士山噴火時 避難する時は・・・

火山灰や噴石から、
身を守る。

熱が籠っている
噴石などから、守る。

上から降ってくる
火山灰から、身を守る。

噴煙で太陽が遮られると、昼
間でも真っ暗になるため、懐
中電灯も必要になる。

噴火時に避難する時の服装



火山灰を吸い込まない
ように又、眼に入らな
いようにする。

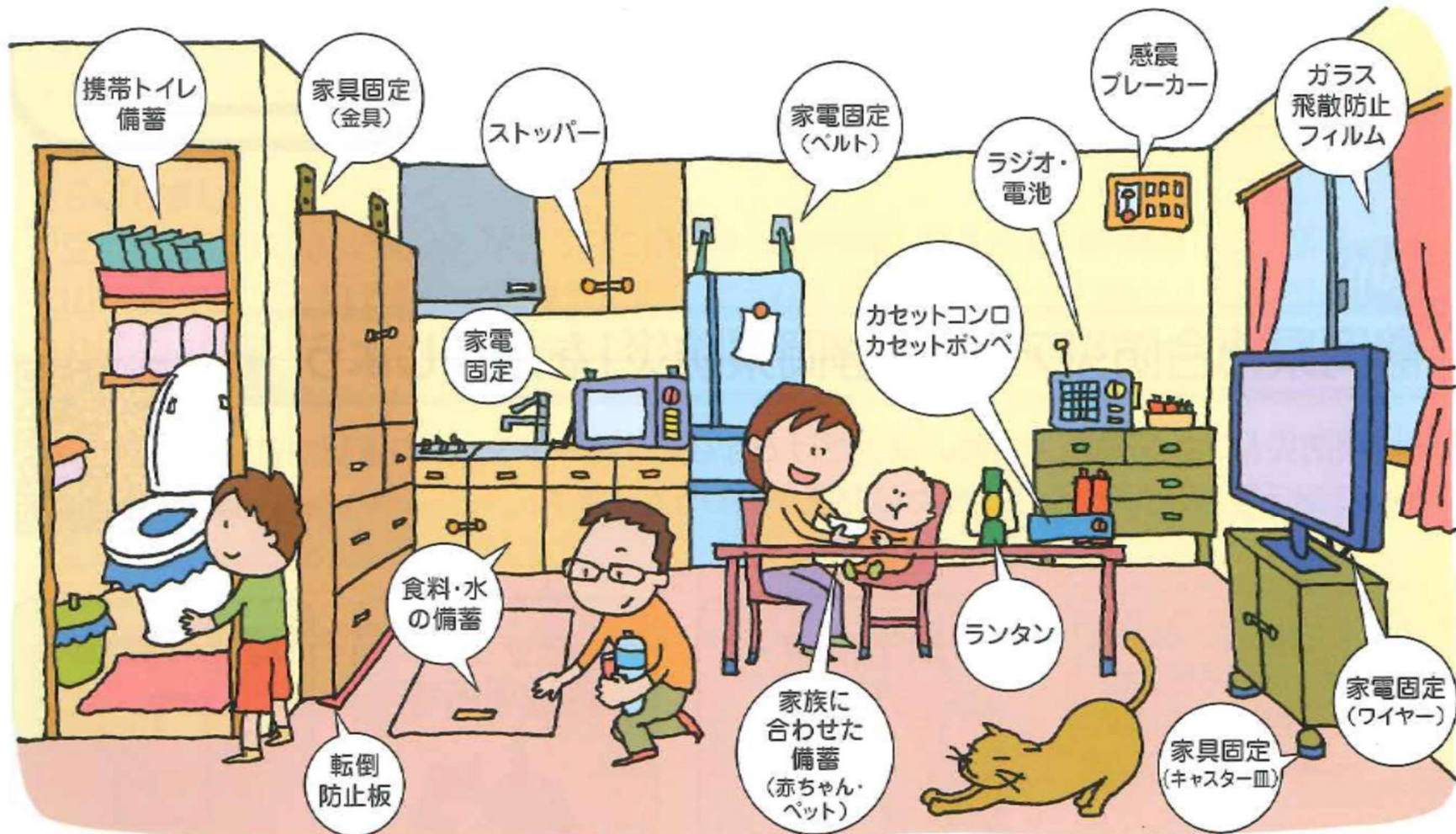
非常持出し品など

堆積した、火山灰により、
滑りやすくなっているため、
なるべく滑り止めのついている靴

いずれも県富士山科学研究所まとめ

自宅での避難生活

自宅の被害が軽微で、備蓄もしてあれば、自宅での生活を続けることができます。発災直後は、電気・上下水道・ガスなどのライフラインが止まるなどの不便はあっても、プライバシーを守ることができます。また、避難所などでの避難生活に比べ、速やかな生活再建に向け動き出すことができます。



在宅生活継続（在宅避難）が最良



ごてんばNAVI



御殿場市 防災・安全



静岡県 富士山ハザードマップ