

友が丘防災福祉コミュニティ 地域おたすけガイド

災害時初動対応マニュアル

地域おたすけガイドの作成にあたって

- ◎地域おたすけガイドは、地域の皆さんが災害時に活動する際に、活用するものです。
- ◎災害時は周囲の状況をよく確認し、自らの安全を確保し、無理をせず、自分たちのできる範囲で活動を行うことが大前提です。
- ◎防コミで訓練を通して繰り返し検証して、友が丘地域に適したガイドにするために、どんどん見直していきましょう。
- ◎毎年一回は総会等で確認する機会を設けましょう。

2022年3月作成

友が丘防災福祉コミュニティ

目 次

友が丘地域の主要施設・設備等	1
北須磨団地自治会館防災資機材庫収納品リスト	2
災害対応活動のイメージ	3
地域で準備しておくべきこと	4
風水害発生時における災害対応	5
地震発生時における災害対応	6
簡易避難者カード・避難者調査票・避難世帯リスト	8
活動の事前指示書	11
* 情報収集・伝達	11
* 安否確認	12
* 自力での避難が困難な人の避難支援	13
* 救出・救護活動	14
* 消火活動	15
* 災害時臨時給水栓の設置・運営	16
友が丘防災福祉コミュニティ役員名簿	17
災害発生時の連絡体制案	18
【巻末資料】各家庭向け資料・北須磨団地自治会区域マップ	

災害発生時や緊急時の連絡先

須磨区役所	☎731-4341	北須磨団地自治会館	☎792-3917
須磨区役所(夜間受付)	☎731-8833	友が丘地域福祉センター	☎793-5188
須磨区北須磨支所	☎793-1212	すこやか友が丘	☎797-8036
須磨消防署	☎735-0119	多井畑小学校	☎792-0450
北須磨出張所	☎791-0119	友が丘中学校	☎792-5567
須磨警察署	☎731-0110	菅の台小学校	☎791-0233
西部建設事務所	☎742-2424	竜が台小学校	☎793-1833
NTT	☎113		
水道(西部センター)	☎733-6601		
下水(水環境センター)	☎641-2711		
大阪ガス	☎0120-7-19424		
関西電力	☎0800-777-3081		

■友が丘地域の主要施設・設備等

防コミ運営本部 設置場所	北須磨団地自治会館 ☎078-792-3917 【防コミ運営本部設置基準】 ・震度5弱以上の地震が発生した場合 ・風水害による大規模な被害が発生すると予想される場合 ・その他、委員長と役員が協議し、設置が必要であると判断した場合
近隣の 避難所	多井畑小学校 ☎078-792-0450
	友が丘中学校 ☎078-792-5567
	菅の台小学校 ☎078-791-0233
	竜が台小学校 ☎078-793-1833
福祉避難所	友が丘地域福祉センター ☎078-793-5188
	特養 友が丘YUAI ☎078-792-2340
ブロック連絡所	1丁目：A棟集会所 2丁目：B棟集会所 3丁目：C棟管理組合事務所
	4・5丁目：D1棟集会所
	7・8丁目：北須磨団地自治会館 ☎078-792-3917
	6・9丁目：すこやか友が丘 ☎078-797-8036
災害時臨時給水栓	多井畑小学校いつでもじゃぐち
防災資機材庫 設置場所	北須磨団地自治会館
要援護者支援名簿 保管場所	

北須磨団地 自治会館 鍵保管者		
多井畑小学校 鍵保管場所		
友が丘中学校 鍵保管場所		

友が丘地域福祉センターは「福祉避難所」に指定されています

神戸市では、避難所での生活において、何らかの特別な配慮を要する高齢者、障害者、妊産婦、乳幼児、病弱者等の要配慮者のうち、介護保健施設や医療機関等に入所・入院するに至らない程度の方を受け入れる施設として、市内の地域福祉センター等を「福祉避難所」に指定しています。

福祉避難所の対象者は、市の保健師が避難所で行う健康調査等をもとに、ご本人やご家族の意向や状況を踏まえ、市が決定します。

※福祉避難所の開設は、対象者の人数や施設の状況、対応可能な人員や物資の確保の状況等を踏まえて、市が判断します。災害時に常に開設される訳ではないため、要援護者の方を含め、まずは一般避難所へ避難することになります。

■北須磨団地自治会館防災資機材庫収納品リスト

(点検日：2021年9月)

資機材名	個数	備考	資機材名	個数	備考
布バケツ	58		ヘルメット	51	
スコップ	27		手袋	708	
バール	8		携帯用電灯	6	
折りたたみノコギリ	5		トランジスタメガホン	11	
斧	1		土のう袋	50	
ハンマー	5		防コミ旗	2	
つるはし	3				
ボルトクリッパー	2				
ジャッキ	1				
簡易ジャッキ	4				
折りたたみ担架	4				
折りたたみリヤカー	1				

■災害対応活動のイメージ

友が丘地域

各家庭・ご近所

※巻末「各家庭での災害対応」参照

台風や大雨が接近した場合

- * 自宅の安全な場所で情報収集
- * 土砂災害警戒区域内の住民は「高齢者等避難」「避難指示」の発令等で避難



地震が発生した場合

- * 自分と家族の身の安全の確保
- * 近所の人の安否確認・避難の呼びかけ（可能な範囲内で）

各ブロック・管理組合

- * 防コミ役員、管理組合役員が中心となりブロック内の情報を集約する

情報収集・伝達

- * 被害状況や安否確認情報の収集・整理
- * 防コミ運営本部への情報伝達



安否確認・避難支援

- * 安否不明者の確認
- * 自力での避難が困難な人の避難支援



救出・救護・初期消火

- * 被災者の救出
- * 負傷者への応急手当
- * 初期消火



情報を本部へ伝達

活動を通じて得た情報を集約

避難

避難所の運営を支援する人を派遣

必要な場所へ人員を派遣

集合

予め決められたメンバーは北須磨団地自治会館へ駆けつける

地区の被害状況
安否確認の情報を
持ち寄る

避難所

- ・ 多井畑小学校
- ・ 友が丘中学校



避難所運営

- * 避難者名簿の作成・整理
- * 避難者からの被害状況や安否確認情報の収集・整理
- * 災害対応活動の人員の募集
- * 支援物資の配布（自宅待機者含む）



- ・ 菅の台小学校
- ・ 竜が台小学校

情報を本部へ集約

避難してきた人に
災害対応活動への
協力を要請する

ある程度落ち着いた段階で
地域外への避難者の
安否や意向を確認する

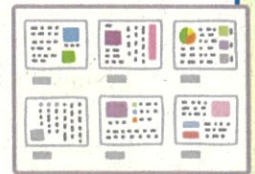
防コミ運営本部

北須磨団地自治会館

- * 予め決められたメンバーで防コミ運営本部を開設する

災害対応活動統括

- * 各ブロックの役員や幹事、避難所からの情報の集約・整理
- * 各地区の課題に対応するための人員の調整・派遣
- * 区役所・消防署・警察署等への情報伝達




地域で集約した情報を
行政へ伝達・支援要請

行政機関

区役所・消防署・警察署等

■地域で準備しておくべきこと

友が丘防災福祉コミュニティ		確認欄
非常時に北須磨団地自治会館に駆けつけ、防コミ運営本部を立ち上げるためのメンバーを決めておく。 ※P. 18「災害発生時の連絡体制案」参照		
非常時に連絡が取り合えるよう、防コミ役員やブロック、各管理組合の名簿・連絡網等を整理する。 ※P. 18「災害発生時の連絡体制案」参照		
多井畑小学校・友が丘中学校の鍵について、どの場所の鍵をどのように保管するか、施設管理者や区役所と協議する。		
多井畑小学校・友が丘中学校の避難所の開設（門や体育館の開放手順等）や運営について、施設関係者や区役所と協議する。		
防災資機材庫の鍵の所有者や収容品を確認し、使用できるか点検する。 ※P. 2「北須磨団地自治会館防災資機材庫収納品リスト」参照		
防災訓練等を通じて、防災資機材庫の収容物の補充や追加を行う。		
訓練等を通じて、多井畑小学校いつでもじゃぐち仮設給水栓の設置手順を確認しておく。		
民生委員等と協力し、各ブロック・管理組合等で避難支援が必要な人の対応について協議しておく。		
災害時要援護者の情報が整理された場合は、その名簿の保管場所や取り扱い方法を決めておく。		
日頃から各家庭で災害への備え（土砂災害警戒区域や避難場所の確認、備蓄品の確保等）をしておくよう意識啓発を行う。		
倒木のおそれや道路のひび割れ等、災害発生時に気になる場所があれば、情報共有アプリ「KOBEぽすと」等を活用し、関係部署へ知らせておく。 ※右記QRコードよりダウンロード可能		

■風水害発生時における災害対応

【災害発生前】

防コミ役員間のやりとり及び情報の収集等	確認欄
防コミ役員は気象情報、土砂災害警戒情報等を収集し、地域の状況を整理する。	
大規模な風水害が発生すると予想される場合、役員同士で連絡をとりあい、災害対応の方針について確認を行う。	
各避難所（多井畑小学校・友が丘中学校）と連絡をとり、避難所の開設状況や避難した人の情報等を収集・整理し、必要に応じて防コミ運営本部を開設する。	

■神戸市が発表する避難情報について

警戒レベル	避難情報	対象者	求められる行動
警戒レベル 3	高齢者等避難 大雨や台風の接近に伴い、区域内で土砂災害や洪水が発生する恐れがある状況	土砂災害警戒区域・浸水想定区域内（以下、区域内）にいるお年寄りの方、体の不自由な方、小さな子供がいらっしゃる方など、避難に時間のかかる方と、その避難を支援する方	対象者は避難を開始し、それ以外の方もすぐに避難できるように備える。 ハザードマップ等を確認し、身の安全を確保できると判断した場合は、自宅の2階以上の安全な部屋（土砂災害の場合は山と反対側）などの屋内に留まることも可能。
警戒レベル 4	避難指示 災害が発生するおそれが高まった状況 区域内の危険な場所から避難すべき状況	区域内にいる全員	危険な場所から避難する。 ハザードマップ等を確認し、身の安全を確保できると判断した場合は、自宅の2階以上の安全な部屋（土砂災害の場合は山と反対側）などの屋内に留まることも可能。
警戒レベル 5	緊急安全確保 災害が発生、又は切迫している状況	まだ危険な区域にいる方	命を守る最善の行動を行う。 今いる場所よりも相対的に安全である場所へ直ちに移動。

※警戒レベル1及び2は気象庁が発表

【災害発生後】

※安否確認、自力での避難が困難な人の避難支援、救出活動等具体的な災害対応活動については、次ページ以降の「地震発生時における災害対応」参照

※ただし、特に風水害発生時には二次的被害に巻き込まれる危険も伴うことから、自身の安全を最優先して、できる範囲内での活動に留めること。

■地震発生時における災害対応

【災害発生直後】

防コミ運営本部の立ち上げ		確認欄
予め決められたメンバーは、北須磨団地自治会館に集まり、防コミ運営本部を開設する。		
地域の地図や名簿、メンバーで情報を共有するための機材（ホワイトボードや模造紙等）を準備する。		
各地区の防コミ役員や避難所である多井畑小学校・友が丘中学校の教職員と連絡を取り合い、被害状況や避難者の情報を収集・整理する。		
収集・整理した情報を区役所、消防署、警察署等に連絡する。		
ブロックごとの災害対応		確認欄
防コミ役員を中心に、ブロックごとに集まる（ブロックの活動拠点があらかじめ決まっている場合は、そこを集合場所とする）。		
活動が可能な住民に協力してもらえよう呼びかける。		
防コミ役員が中心となり、必要に応じて以下のような災害対応活動を行う。		
情報収集・伝達		確認欄
地区内の被害状況や安否確認情報をブロックごとに収集・整理する。		
収集・整理した情報を防コミ運営本部へ伝達する。電話が通じないといった状況によっては、情報をやり取りするための伝令を派遣する。		
安否確認・避難支援		確認欄
民生委員等と協力し、安否不明者の確認を行う。特に災害時要援護者名簿を事前に用意している場合は、それを活用する。		
自力での避難が困難な人（災害時要援護者や障がい者、お年寄り、妊婦、負傷者等）の避難支援を行う。		
救出・救護・初期消火		確認欄
二次災害に注意しながら、防災資機材等を活用し、被災者を救出する。		
被災者が負傷している場合は、止血等の応急手当を実施し、避難所や医療機関へ搬送する。		
地区内の出火場所を確認し、消火器や小型動力ポンプ等、あらゆる消火器具を活用して初期消火を行う。		
避難所の立ち上げ		確認欄
多井畑小学校・友が丘中学校の教職員や区役所職員と協力して避難所を開設する。		
簡易避難者カードや避難者調査票等を活用し、避難者名簿を作成する。		

※P.8～10 参照

【災害発生から数時間～3日（72時間）くらい】

防コミ運営本部の運営		確認欄
各地区の防コミ役員や多井畑小学校・友が丘中学校避難所等との連絡を通じ、地域内の被害状況等を収集・整理する。		
地域外の避難所（菅の台小学校や竜が台小学校）に友が丘地域からの避難者がいる場合は、連絡を通じて安否や意向を確認する。		
収集・整理した情報を区役所、消防署、警察署等に連絡し、支援の要請を行う。		
各ブロックで必要な災害対応活動の人員が不足している場合は、防コミ運営本部で調整し、応援を派遣する。		
避難所の運営		確認欄
避難者調査票を活用し、避難者のより詳細な情報を名簿にまとめる。		
避難所に来た人々から、地域の被害状況や安否確認情報を収集・整理し、防コミ運営本部へ伝達する。		
各ブロックで必要な災害対応活動に関して、避難所に来た人々から協力者を募る。		
災害時要援護者に配慮する。 ※特に、知的や精神、発達障がい者のうち、集団生活に対応することが困難な人、透析患者やオストメイト（人工肛門など）などの内部障がい者について、特別な配慮が必要であることを他の避難者に理解してもらうことが重要。		
女性や子育て家庭、一緒に連れて避難してきたペットなどにも配慮する。		
福祉避難所を必要とする方について、避難所を巡回する市の保健師へつなぐ。		
支援物資は避難所にいる人だけでなく、自宅で待機している人へも行き渡るよう管理・配布する。		
生活情報の収集・周知		確認欄
生活情報を収集し、地域住民へ周知する。		
防火・防犯パトロール		確認欄
パトロール班を結成し、二次災害に注意しながら、交代で地域内のパトロールを行う。		

簡易避難者カード

<small>ふりがな</small> 世帯代表者氏名	(歳)																																																						
情報の使用 どちらかに○	安否確認があった場合、この情報を使用することに… 同意する ・ 同意しない																																																						
住所																																																							
家族 (ここにいる方)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%; padding: 5px;"><small>ふりがな</small> 氏名</th> <th style="width: 10%; padding: 5px;">性別</th> <th style="width: 10%; padding: 5px;">続柄</th> <th style="width: 10%; padding: 5px;">年齢</th> <th style="width: 20%; padding: 5px;">連絡先</th> <th style="width: 25%; padding: 5px;">備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td style="height: 20px;"></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>	<small>ふりがな</small> 氏名	性別	続柄	年齢	連絡先	備考																																																
<small>ふりがな</small> 氏名	性別	続柄	年齢	連絡先	備考																																																		

簡易避難者カードの活用例

①簡易避難者カードの配布

- *自治会役員等が中心となり、丁名ごとにカードを配布する。
- *同時に避難者の数を数える。

②避難者の数の把握

- *自治会役員等が数えた避難者数から、避難者の総数を把握する。

③簡易避難者カードの収集

- *自治会役員等が中心となり、世帯代表者が記入した簡易避難者カードを地区ごとに収集する。
- *安否がすぐに分かるよう、掲示板などにカードを貼ってもよい。

④より詳細な避難者情報の収集

- *避難所の状況が落ち着いてから、避難者調査票（次ページ）を改めて配布・収集する。

避難者調査票

※太枠部分は必ずご記入下さい。

避難所名 ()

①記入時点	年 月 日 時 分	②入所日	年 月 日	
③代表者氏名		③親族などの連絡先	氏名	
④住所	〒 -		住所	
			連絡先 () -	
⑤電話番号	() -	⑤自宅の被害状況	<input type="checkbox"/> 全壊 <input type="checkbox"/> 大規模半壊 <input type="checkbox"/> 半壊 <input type="checkbox"/> 一部損壊 <input type="checkbox"/> その他 ()	
⑥電話番号(携帯)	() -	⑩避難場所	<input type="checkbox"/> 建物内 <input type="checkbox"/> 車中泊(避難場所敷地内) <input type="checkbox"/> 持参テント(避難所敷地内) <input type="checkbox"/> その他 ()	
⑦車種・ナンバー				
⑧避難場所滞在理由	<input type="checkbox"/> ライフライン不通(電気・ガス・水道・電話) <input type="checkbox"/> 余震が不安 <input type="checkbox"/> 自宅の片づけができない <input type="checkbox"/> 必要な物資が手に入らない <input type="checkbox"/> その他 ()			
⑨家族構成など		⑩以下に該当するものがあれば項目を○で囲ってください	⑪備考欄 (病気や食物アレルギーなど)	
	フリガナ 氏名			年齢 続柄
代表者				
	年 月 日生 歳			
ご家族様等				
	年 月 日生 歳			
ご家族様等				
	年 月 日生 歳			
ご家族様等				
	年 月 日生 歳			
聞き取りメモ(職員記入用)		記入者名 ()		

避難世帯リスト

No.	世帯主氏名	住所（須磨区以降の住所）	男性（人数）	女性（人数）	合計（人数）	到着時間	帰宅時間
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

※須磨区以外の避難者は都道府県名から住所を記入すること ※避難者が20世帯を超える場合は2枚目以降に記入すること

情報収集・伝達

1. ラジオ、テレビ、スマートフォン等で地震情報等の収集を行う。
2. 地域内の災害情報を把握する。

情報収集・伝達手順

1. 情報収集

収集した情報はホワイトボード等に時系列で記載する。

①ラジオ等での情報収集

通信手段が確保されている場合は、ラジオ、テレビほか、スマートフォン等も活用する。

②行政からの情報収集

各種機関へ直接連絡を取り、必要な情報を収集する。また、定期的に区役所等に出向くなどして、公開されている情報を収集する。

③各ブロックからの情報収集

地区内の被害状況や避難状況等の情報を収集する。

2. 情報伝達

情報を伝える手段として、ハンドマイク、広報掲示板、回覧板も効果的に活用する。

安否確認

民生・児童委員等と協力し、安否不明者の確認を行う。

訪問先での確認手段

1. 外観の確認

建物に甚大な被害がないかを確認する。

2. 声かけ・呼びかけ確認

門の外側で大きな声で呼びかけ、安否を確認する。

3. ドアをノックする

応答がないときは、呼びかけと一緒にドアをノックする。

4. 庭、勝手口等の確認

状況が把握できないときは、庭、勝手口などを確認する。

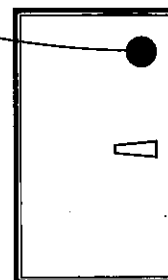
5. 確認シール貼付

確認した状況に応じて、玄関ドアの右上にシールを貼付

① 救助支援の必要あり → 赤色のシール

② 安否確認できず → 黄色のシール

③ 確認済・支援必要なし → 緑色のシール



自力での避難が困難な人の 避難支援

1. 自身の安全を確保した上で、二次災害に気をつけながら可能な限りで、避難する必要がある人の支援を行う。
2. 自治会館や避難所に集まった人々から協力者を募り、支援者の割り振りを行う。

避難支援のポイント

1. 一人暮らし高齢者
迅速な情報伝達と避難誘導、安否確認および状況把握が必要。
2. 寝たきりの要介護高齢者
避難時は車いす、担架、ストレッチャー等の補助器具が必要なことがある。
3. 認知症の人
安否確認、状況把握、避難誘導の援助が必要。
4. 視覚障がい者
音声による情報伝達や状況説明、避難誘導等の援助が必要。
5. 聴覚障がい者
補聴器の使用や、手話、文字、絵図等を活用した情報伝達および状況説明が必要。
6. 言語障がい者
手話、筆談等によって状況を把握することが必要。
7. 在宅人工呼吸器使用者
避難所での電源確保が必要。
8. 負傷者
避難時は車いす、担架、ストレッチャー等の補助器具が必要なことがある。

救出・救護活動

1. 防災資機材（ジャッキ、のこぎり、バール等）を活用し、協力して救出活動を行う。
2. 救護（応急手当）を実施する。
3. 自治会館や避難所に集まった人々から協力者を募り、救出・救護活動人員の割り振りを行う。

救出・救護手順

1. 被害の実態把握

- ①倒壊建物に取り残されている人がどのような状態か（けがの程度も含めて）確認する。
- ②建物の倒壊状況および内部に進入するスペースがあるかを確認する。
- ③二次災害が発生する危険要因がないか確認する。

2. 二次災害の防止

- ①木片、トタン、ガラス等の軽量物を除去する。
- ②柱、梁等の大きな物の周辺物を除去するときは、これらの大きな物がずれたり倒壊しないようにロープ等で支持、固定する。
- ③火災の発生に備え、消火器や水バケツを用意する。ガスの元栓や電気のブレーカーは早期に閉止や遮断を行う。

3. 要救助者の救出

- ①要救助者の近くまで掘り進んだ後は資機材を使わずに手作業にする。
- ②要救助者を無理に引き出そうとしない。

4. 応急手当

出血しているときは清潔なガーゼ等で傷口を圧迫止血する。

消火活動

1. 研修を受けた人が中心となり、防火水槽の小型動力ポンプ等を活用し、初期消火を行う。
2. 出火場所を確認し、消火活動人員を割り振る。

消火活動手順

1. 消火用水の選定

- ①火元に近い消火用水を選定し、強風時には風上側を使うなど風向きに注意する。
- ②河川使用時はストレーナーを水の流れに向けて投入し、浮かばないようにする。
- ③ポンプから水面までの高低差は7m以内を目安とする。

2. ホースの延長要領

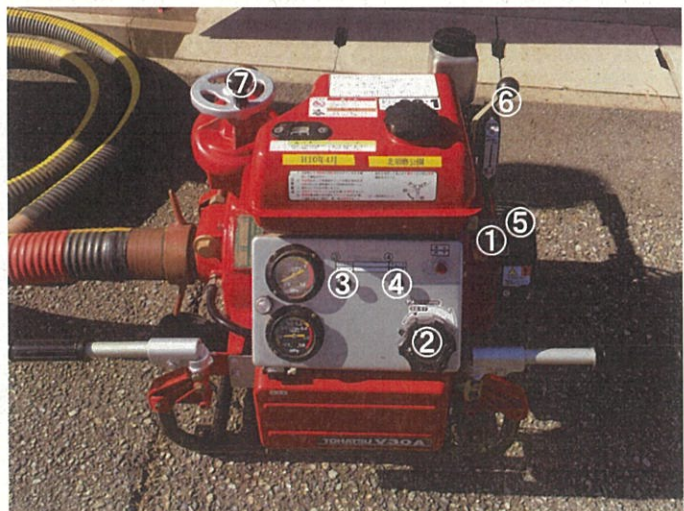
- ①道路、建物の曲がり角では大きく曲げて、折れやねじれ、引きずりを避ける。
- ②ホースの結合は漏水しないように確実に行う。

3. 送水の時期

- ①ホースの延長状況や筒先担当の「放水始め」の合図があってから送水する。
- ②放水口コックを開けるときはノズルの反動力を考え徐々に行う。

小型動力ポンプの使い方

- ①燃料コックレバーを開く。
- ②スロットルダイヤルを「給水・始動」の位置に合わせる。
- ③左側（ティクラー）のノブを引く。
- ④右側（チョーク）のノブを引く。
- ⑤ハンドルを強く引っ張り、エンジンを始動させる。
- ⑥給水レバーを引き上げ、水を吸い上げる。
- ⑦放水弁ハンドルを左に回し、放水を開始する。



災害時臨時給水栓の設置・運営

研修を受けた人が中心となり、災害時給水拠点である多井畑小学校内の仮設給水スタンドを設置する。

多井畑小学校 仮設給水栓設置手順

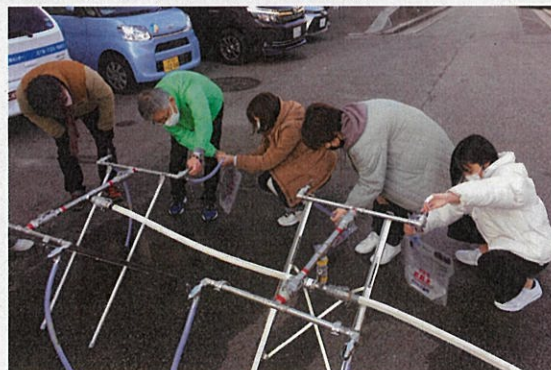
①多井畑小学校の「応急給水栓」と「資材倉庫」を確認する。



②機材を取り出し「応急給水栓」と「仮設給水スタンド」を組み立てる。



③組み立てた「応急給水栓」と「仮設給水スタンド」をホースでつなぐ。



非常時を見越した食料や物資の準備

安心ストック

ライフラインが途絶えても、何日間かは自給自足してしのぐための物品を備蓄しておきましょう。

- 調理のことも考えて 1人1日のリットルを目安に
- **水** 1人1日のリットルを目安に
- **主食** ご飯の残りは、レトルト、多めに炊いたご飯を冷凍しておくなど
- **缶詰** 長期保存に適しています
- **インスタント食品** 缶詰に比べて必要なタイプもあるので注意
- **フリーズドライ食品**
- **漬物** 梅干しなど
- **乾物** 不足しがちなビタミン、食物繊維の摂取に役立ちます
- **菓子類** チョコレート、キャンデーなど
- **調味料**



準備
ローリング
ストック法
食べ残

準備不足と
食べ残

準備不足と
食べ残

準備不足と
食べ残

準備不足と
食べ残

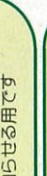
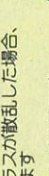
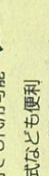
準備不足と
食べ残

準備不足と
食べ残

いつもケータイ

災害はいつ起きるかわかりません。いつも使うバッグやポケットに入れて身に着ける、あるいは枕元に置いておきましょう。

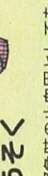
- **家、車の鍵**
- **財布** 小銭も入れておく
- **身分証明書**
- **健康保険証**
- **携帯電話** できれば充電器も
- **筆記用具** できれば油性ペンも
- **ハンカチ、手ぬぐい**
- **マスク** ふんじんを防ぎましょう
- **懐中電灯** ペンライト、携帯電話でも代用可能
- **携帯ラジオ** 手回し・ソーラー式なども便利
- **スリッパ** 真器類等が倒れ、ガラスが散乱した場合、足を守ることが出来ます
- **緊急ホイッスル** 居場所を知らせる用です



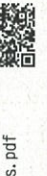
非常持ち出し品

家の倒壊や火災等によって避難が必要となった場合、さっと持ち出して逃げられるようリュックサックに入れておきます。

- **飲料水** 1人最低 500 ミリリットル
- **加熱がいない食料** 清潔なものであれば、止血、真器類用
- **ラップ** 保温性の高いアルミシート
- **着替え** 肌着など
- **タオル** 洗って乾かしたものを
- **軍手・ゴム手袋**
- **雨具**
- **マツチ、ライター、ろうそく** 清潔なものであれば緊急時の止血用としても
- **生理用品** 清潔なものであれば緊急時の止血用としても
- **歯ブラシ** 誤嚥性肺炎を防ぎます
- **預貯金通帳・印鑑**



※さらに詳しいチェックリストについては、人と防災未来センター発行の小冊子を参照
「減災グッズを備えよう！」→https://www.dri.ne.jp/wp/wp-content/uploads/bousai_goods.pdf



防災情報等入手するための、事前に調べる・登録する

KOBE防災ポータルサイト
SONAE to U? (そなえとう)
WEBサイトでは、日頃からの「備え」に役立つ情報や子ども向けの防災クイズ等を配信。アプリでは緊急情報やハザードマップなどの確認ができます。

iOSアプリ Androidアプリ

ひょうご防災ネット
神戸市や兵庫県からの避難情報や緊急気象情報（地震、津波、気象警報、特別警報、土砂災害警戒情報、河川洪水予報、竜巻注意報など）を受信できます。

iOSアプリ Androidアプリ

災害用伝言ダイヤル「1711」
家族の安否確認等のために緊急した伝言は、全国から再生することが出来ます。

録音 再生

市外局番から電話番号を入れる
078-XXXX-XXXX

友が丘防災福祉コミュニティ 地域おたすけガイド (各家庭向け資料)

確認欄
各家庭でも日頃から災害への備えをしておきましょう
各家庭で食料や物資を備える。最低3日分、できれば7日分準備しておく。
家具の転倒による怪我や閉じ込めを防ぐため、金具や突っ張り棒、ベルト等を使って固定しておく。
土砂災害警戒区域やまちの危険箇所、避難所までの経路など、普段から住んでいる地域の状況を把握しておく。
家族との連絡方法や避難場所等を普段から話し合っておく。

台風や大雨が接近した場合の災害対応のポイント

① 正確な情報を収集する

防災行政無線やテレビ、ラジオ、スマートフォンなどを使って、正しい情報を得る。

② 早期の自主避難を心がける

土砂災害警戒区域内の住民は、高齢者等避難・避難指示が発表された段階で避難を開始する。ただし、風雨の状況によっては安全に避難することが困難になる場合も考えられるため、行政による避難の呼びかけを待たずに自主的に判断して早めに避難することを心がける。

③ 強風への対策

強風による落下物や飛散物を出さないよう、庭やベランダの不要なものを撤去したり、物干竿を固定しておく。窓ガラス等の破損やそれによる怪我をしないよう雨戸やカーテンの閉鎖を徹底する。

地震が発生した場合の災害対応のポイント

① まず自分の身の安全を守る

地震の揺れを感じたら、まず姿勢を低くし、丈夫なテーブルの下に隠れたり、座布団等を使って頭を守り、ある程度揺れが治まるまでは、じっと動かないこと。

② 家族の安全を確認・確保する

家族の安全を確認し、家具が倒れてこないよう、家の中の安全な場所に避難する。

③ 避難経路を確保する

建物がゆがんでドアが開かなくなれば危険。ドアや窓を開けておく。

④ 身支度を整える

靴を履き、あらかじめ用意しておいた非常持ち出し袋等を確保する。

⑤ 正確な情報を収集する

テレビやラジオ、防災行政無線、スマートフォンなどをを使って、正しい情報を得る。

⑥ 火気や電気を始末する

調理器具や暖房器具の火を消し、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。

⑦ 安否確認や避難の呼び掛け

可能な範囲で近所の人への安否確認や、避難の呼び掛けを行う。

北須磨団地自治会区域マップ

- 凡例**
- 屋内の緊急避難場所 (避難所)
 - 防災備蓄材庫
 - 防水槽
 - 動力ポンプ
 - プール
 - いつでもしゃぐち
 - AED
 - 公衆電話
 - 北須磨団地自治会区域
 - がけくずれの特別警戒区域
 - がけくずれの警戒区域
 - 土石流の警戒区域

排水口に落ち葉が
詰まって水が流れる

法面にひび割れ

2018年ごろ、台風で崩れた

土砂くずれが起こると
避難経路が閉ざされる

防コミ運営本部
北須磨団地自治会館
7・8丁目7077連絡所

4丁目7077連絡所
D1棟集会所

3丁目7077連絡所
C棟管理組合事務所

2丁目7077連絡所
B棟集会所

1丁目7077連絡所
A棟集会所

