

さいがい そな し 災害への備えについて（お知らせ）

◎ ちい き かたがた はか 地域の方々とコミュニケーションを図りましょう。

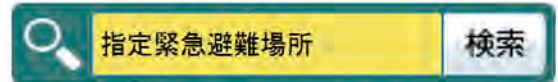
- ・ ひごろ きんりん かた あいさつ かわ きんじょづ あ
日頃から近隣の方と挨拶を交わすなど、ご近所付き合いをしましょう。
- ・ ちょうないかい じちかい かにゅう ちい き ぼうさいくねん さんか
町内会・自治会への加入や、地域の防災訓練に参加しましょう。
- ・ かぞく どうきょしゃ ひなん むづか ばあい じぜん きんりん ゆうじん
家族や同居者だけで避難することが難しい場合は、事前に、近隣の友人や
ちじん しえん ねが
知人に支援をお願いしておきましょう。
- ・ かぞく しんぞく いりようきかん きんきゅうじ れんらくさき かくにん
家族や親族、かかりつけ医療機関などの緊急時の連絡先を確認しておきま
しょう。

◎ ちい き さいがいきけんくいき かくにん 地域の災害危険区域を確認しましょう。

- ・ じたく しゅうへん どしやさいがい きけん
自宅やその周辺について、土砂災害のおそれがある危険
かしよ こうずい しんすいそうていくいき ひなんぼしよ ひなんけいろ
箇所や洪水などの浸水想定区域、避難場所※や避難経路
などをハザードマップで確認しておきましょう。



- ※ ひなんぼしよ ひろしまし けんさく していきんきゅうひなんぼしよ
避難場所は、広島市ホームページ検索フォームで「指定緊急避難場所」
と入力すると確認できます。



◎ さいがい はっせい まえ はや ひなん ところ 災害が発生する前に早めの避難を心がけましょう。

- ・ さいがいきけんくいき す かた ひなんじ しえん ひつよう かた ひなんこうどう じかん
災害危険区域にお住まいの方で、避難時に支援が必要な方、避難行動に時間
を要する方は、「避難準備・高齢者等避難開始（避難準備情報）」が発令さ
れた段階で避難行動を開始しましょう。
- ・ み きけん かん ひなんじょうほう とど ま じしゆてき ひなん かいし
身の危険を感じたら、避難情報が届くの待たずに、自主的に避難を開始し
ましょう。
- ・ ひなんしよ いどう きけん ばあい じたく じょうかい ふきん けんご てっきん
避難所などへの移動が危険な場合は、自宅の上階や付近の堅固（鉄筋
づくりなど たてもの じょうかい ひなん
コンクリート造等）な建物の上階などへ避難しましょう。

だんかいてき ひなんじょうほう はつれい 段階的な避難情報の発令



◎ ひつよう びちく 必要なものを備蓄しましょう。

- さいがい そな みっか ぶん しゅうかんぶん
・災害に備え、3日分（できれば1週間分）
の食料や飲料水、生活必需品を自宅で
びちく いんりょうすい ひとり にちさん
備蓄しましょう。（飲料水は1人1日3リッ
トルが目安です。）



- にちじょうせいいかつ なか つか おお
・日常生活の中で使っているものを多め
に買い、消費しながら買い足していく
「ローリングストック」なら、無理な
く効率的に備蓄することができます。

◎ ひじょう も だ ひん じゅんぴ 非常持ち出し品を準備しましょう。

ひじょう も だ ひん い か れい さんしゅう ゆうせんじゅんい も こうどう
非常持ち出し品（以下の例を参照）は、優先順位をつけて、持って行動できる
りょう にし、ぼうすいそざい ひと ようい と
量にし、防水素材のリュックサックなどに1つにまとめて用意し、すぐ取り
だ 出せるようにしておきましょう。

【非常持ち出し品の例】

- けんこうほけんしやう しやうがいしやてちやう か い ご ほ けん ひ ほけんしやしやう いりやうじゆきやうしやしやう
□ 健康保険証や障害者手帳、介護保険被保険者証、医療受給者証、おくすり
てちやう み ぶん しやうめいしや うんてんめんきよしやうとう つうちやう うつ
手帳、身分証明書（運転免許証等）、通帳などの写し（コピー）
- じやうびやく きやうきやうやうひん まいにちふくやう ひつよう くすり みっか ぶん しゅうかんぶん
□ 常備薬や救急用品（毎日服用が必要な薬は3日分（できれば1週間分））
- いりやう き き じんこうこきやうき さんそりやうほう い とやう ひつようぶつびん
□ 医療機器（人工呼吸器、酸素療法、胃ろう等にかかる必要物品）
- しよくりやうひんなど いんりやうすい しよくりやうひん さいていみっか ぶん ひ とお た えいよう
□ 食料品等（飲料水や食料品は最低3日分。火を通さないで食べられる栄養
ほ じ よしよくひん いんりやう
補助食品やゼリー飲料など）
- ぼうし ぐんて いるいなど きせつ い か したぎるい わす
□ 帽子や軍手、衣類等（季節ごとに入れ替えましょう。下着類も忘れずに）
- きちやうひん げんきん こぜに わす ひっきやうぐ えんぴつ ちやう
□ 貴重品や現金（小銭も忘れずに）、筆記用具（鉛筆やメモ帳など）
- せいかつやうひん せんめん ぐ せ いりやうひん かみ かんい
□ 生活用品（洗面具、タオルや生理用品、紙オムツ、簡易トイレ、ティッシ
ュ、ウエットティッシュ、ライターなど）
- かいちやうでんとう けいたい かんでんち ていきてき い か
□ 懐中電灯、携帯ラジオ（乾電池は定期的に入れ替えましょう。）
- かぞく しんぞく いりやうき かん きんきやうじ れんらくさき きさい てちやう
□ 家族や親族、かかりつけ医療機関等、緊急時の連絡先を記載した手帳など

※ い がい びやうき しやうがいとう おう ひつよう もの ようい
これ以外にも病気や障害等に応じて必要な物を用意しましょう。