

自分の身は自分で守る

東京都でも、マグニチュード7クラスの「首都直下地震」が今後30年間に約7割の確率で発生すると想定されています。いざというときのための備えについて、確認してみませんか。

日ごろの準備編

準備しておこう！我が家の非常用持ち出し品

- 貴重品 防災頭巾(ヘルメット)
- 救急セット・常備薬・持病薬(お薬手帳も)
- 非常食(3日～1週間分)・飲料水(大人1人1日3ℓ)
- 携帯電話(充電器も)→「防災情報」「気象・地震情報」はメール配信サービスで配信。上記QRコードより登録して下さい
- 携帯ラジオ→防災情報はFM HOT83.9MHz (エフエムさがみ)、FMヨコハマで 電池 ライター・マッチ 筆記用具
- 下着類 ポリ袋 懐中電灯・ろうそく
- タオル シート・毛布
- トイレットペーパー・ウェットティッシュ
- 携帯トイレ



町田市メール配信サービス登録用QRコード

※この他にも乳幼児のおむつなど、家族構成に応じて必要なものをそろえておきましょう。

室内の安全対策

- タンスや本棚等の家具、冷蔵庫等は、転倒防止器具等で固定する
- 重い物・角張った物は高い所に置かない
- 食器棚や窓ガラスには飛散防止フィルムを貼る

<家具転倒防止器具取付制度のご案内>

高齢者や障がい者など、ご自分で器具の取り付けができない世帯を対象に、家具転倒防止器具等の取付手数料を負担しています(器具代は自己負担です)。詳細は、お問い合わせ下さい。

☎高齢者福祉課 ☎724・2141 FAX050・3101・6180
☎障がい福祉課 ☎724・2148 FAX050・3101・1653

住宅の耐震化

市では、木造住宅の無料簡易耐震診断や耐震改修工事費用等の助成制度を設けています。対象となる家屋は、自らが所有し、昭和56年5月31日以前に着工された木造戸建住宅です。

☎住宅課 ☎724・4269 FAX050・3161・6109

家族で防災会議

- 地域の避難施設や避難広場までの経路で、危険な箇所はどこかなどあらかじめ確認
- もしもの時の家族の役割分担の確認
- 災害時の連絡方法の確認＝災害時伝言ダイヤル「171」や、携帯電話の災害伝言板の使用方法についても確認しておきましょう。

「町田市防災マップ」を配布しています

市内の避難施設・避難広場や給水施設、その他の地震に関する防災拠点の場所等が確認できます。

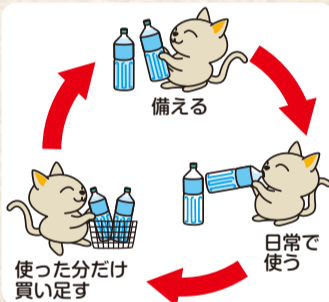
○配布場所 防災課(市庁舎3階)、各市民センター、各駅前連絡所、各コミュニティセンター(上小山田コミュニティセンターを除く)

市HP [町田市防災マップ](#) 検索

column 備蓄のコツ～ローリングストック法

大規模災害が発生すると、電気・ガス・水道等のライフラインの停止や、流通がストップして物資が手に入りにくくなるのが想定されます。

そのような場合に備えて、普段使用している食料品や生活必需品を少し多めに蓄え、非常時にそれらを活用するローリングストック法がおすすめです。消費しながら備蓄することで、備蓄の負担を減らすことができます。



ローリングストック法の図

column 防災フェア

家具類の転倒防止器具、水・食料の備蓄や建物の耐震化等、ご家庭での震災対策を中心に、サンプルや制度案内等の展示を行います。

●開催期間：8月28日(月)～9月1日(金)、午前8時30分～午後5時

※初日は午前9時からです。

●開催場所：イベントスタジオ(市庁舎1階)

地震発生時の心得編

＼ご存じですか？／

地震発生時緊急行動10原則

「地震だ！まず安全確保」

① まず身の安全を確保

「落ち着いて避難の準備」

- ② 落ち着いて火の元確認
- ③ 出口の確保
- ④ 出火したらすばやく消火
- ⑤ 慌てた行動はけがのもと

「避難を開始」

- ⑥ ガラスの破片に気をつける
- ⑦ 災害時要援護者(子ども・高齢者・病人など)を守る
- ⑧ 避難は歩いて
- ⑨ 塀や壁などに近寄らない
- ⑩ 隣近所で協力し合う



ご近所同士の助け合いも大切です

災害時は地域住民同士の協力・連携が大変重要なものとなります。地域の自主防災活動に参加して、日ごろから地域の協力体制を確認しましょう。

地域の防災訓練に積極的に参加しよう！

市内各地域で行われる防災訓練に積極的に参加して、地域で助け合い、大規模災害に備えましょう。今年も相原中央公園で総合防災訓練を実施します。

「町田市総合防災訓練」

●震災演習・防災フェア、体験型訓練や展示・PRコーナーがあります。

日時 8月27日(日)午前9時～11時30分 会場 相原中央公園(相原町2018番地)

交通 バス▶JR横浜線相原駅から法政大学行き、東京家政学院行き、大戸行きで「相原小学校前」下車、徒歩10分 徒歩▶相原駅から徒歩20分



2016年の震災演習の様子

町田市の防災対策

市では、災害発生に備え、あらゆる防災対策を行っています。また、他の自治体や民間事業者などとさまざまな協定を結び、支援体制を構築しています。

- 防災行政無線放送(震度4以上で放送)、防災行政無線フリーダイヤル、防災情報メール配信サービス、町田市ホームページなどでの情報提供、報道機関への放送依頼など、市からの情報伝達
- 食料(アルファ化米・ペットボトル飲料水・粉ミルク)、生活用品(毛布・おむつ・生理用品・飲料水袋・レスキューシート)、照明・資機材等の物資の備蓄
- 市内15か所に設置した給水拠点での飲料水の供給
- 町田駅周辺の帰宅困難者の受け入れ施設(1万4800人分・13施設)の確保 など