



# COMMORE NEWS

## コモアしおつ自治会広報

平成26年度  
臨時号  
2015.3.1

### 『防災（地震対策）の心得』について説明いたします

平成27年3月

コモア自主防災委員会・コモア自主防災隊

#### 「防災（地震対策）の心得」の作成・全戸配布

コモア自主防災委員会・コモア自主防災隊はこのほど、「防災（地震対策）の心得」（小型ポスター）を作成して全戸配布しました。各ご家庭に掲示をお願いします。

ここでは「防災（地震対策）の心得」に要約されている各項目について説明します。なお、「心得」とこの説明文は上野原市の担当部署と調整済です。



#### 「いざ」という時

##### ①身の安全を守る

テーブルの下や、物が落ちたり倒れてこない空間に身を寄せて、揺れがおさまるまで様子を見る。本震はさほど長いものではない。ただし、その後に余震があることを注意する。日頃から家の中の安全な場所を確認しておく。布団などで頭を保護する。

##### ②火の元の確認・初期消火をする

火を使っているときは、揺れがおさまってから火の始末をする。出火したときは、あわてずに消火器等で消火する。

##### ③あわてて外へ飛び出さない

瓦やガラスの破片が落ちてくる心配があるので、すぐに外には出ない。

##### ④出口を確保する

揺れがおさまったら、避難できるように出口を確保する。戸が開くかどうか確認する。

### ⑤門や塀には近寄らない

屋外で揺れを感じたら、門塀などには近寄らない。

### ⑥家の倒壊の危険・火災が迫ったら、安全な場所に避難する

家が倒れそうになったり、自宅・近隣の火災で危険が迫ったら、まず一時（いつとき）避難場所に避難する（「石の公園」など3箇所の公園と上野原西小学校）。すぐに西小学校に行くことは意味がない。自治会役員、ブロック委員、防災関係者は一旦、集会所に集まり、連絡をとって対応策を決める（新しい約束）。

### ⑦今いる家族の無事を確認し、「白色タオル」を掲出する

我が家の安全を確認したら、「白色タオル」を玄関先に掲出する（防災訓練のとおり）。助けを求める場合は大声で人を呼ぶ。玄関先にわかるような表示をする。

### ⑧むこう三軒両隣に声をかけ、安否を確認する

近隣の家に声をかけ合って安否を確認する。救出・救援が必要な場合は、人手を求めて対応する。平成26年の大雪の時には高齢者だけの家庭が孤立し、助けを市に求めたケースがあった。今後の大雪の場合も経験を活かす。

### ⑨避難するときは電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を締める

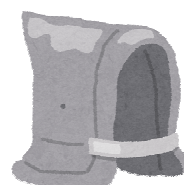
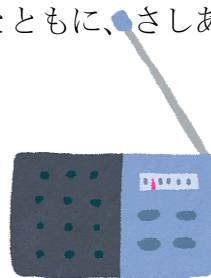
避難の前に、電気・ガスの安全確認をする。

### ⑩正しい情報を得る・地域の状況をつかむ（各集会所で情報交換を行う）

ラジオ、テレビ、パソコン、携帯電話等が使える場合は、行政等からの正しい情報を得る。

防災行政無線が聞き取りにくい場合は、各家庭に備えつけてある音声告知端末、防災行政無線電話対応サービスや「広報うえのはら」メールマガジンを利用するが、必要以上の電話・携帯電話の使用は控える（ダイヤル171の活用）。不確かな情報・デマには注意する。

一時（いつとき）避難場所に避難したのち、各丁目の集会所に集まって、お互いの情報交換を行う。参集できた自治会役員等とともに、さしあたりの対策にあたる。



## 普段からの心構え

### ① 家具の転倒・落下防止の措置をとる

家具は転倒防止器具で固定し、落下防止措置をする。

### ② ケガを防止する（履物・懐中電灯の用意、ガラスの飛散防止）

ガラスの飛散防止に注意し、裸足にならないよう履物を常に用意しておく。懐中電灯はすぐに使える場所に置き、家族全員が置き場所を知っておく。電池の液漏れに注意しておく。

### ③ 家の耐震診断・補強を行う

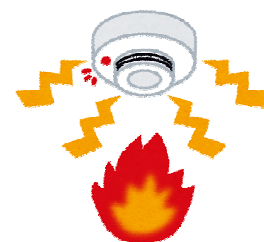
家屋の耐震診断を行い、必要な補強につとめる。

### ④ 消火の備えを行う（消火器、風呂の水張り）

各家庭に消火器を備える。幼児が溺れることに注意を払いつつ風呂の水の汲み置きをしておく。消火だけでなく、後の生活用水の確保にもなる。

### ⑤ 住宅用火災警報器を備える

住宅用火災警報器は設置が義務化されている。



### ⑥ 非常用品を備蓄する（飲料水・食糧は7日分）

コモアしおつにおける大災害時の最大の課題は、交通・ライフラインの遮断による孤立化への対応である。行政機関の対応はすぐには行われないことが想定される。各家庭は7日分以上の飲料水・食糧を確保しておく。期限切れになるものはローリングでムダなく使い、負担を少なくする。期限切れになる非常食を使った料理のレシピの紹介等日常生活とリンクした対応が求められる。

家屋が倒壊しなかった家庭は避難所（西小学校）への避難とはならず、行政機関の給食の対象とならないことが想定される。平成26年の豪雪で実際に遭遇したことだが、中央線、国道20号の不通によって乗客等がコモアしおつの集会所等へ避難してくることが考えられる。その場合、給食などはさらに困難になる。また、こうした救援を求める人たちへの支援体制が必要になる。

なお、コモアしおつ自治会としては、食糧の備蓄を考えていないが、救急物資等の集会所への備蓄に努め、飲料水の確保については別途検討していく。

### 〈備えておくべき非常用品〉

●飲料水・非常食（7日分以上） ●救急医薬品 ●衣類（下着、靴下） ●タオル ●軍手 ●ヘルメット（防災ずきん） ●現金 ●通帳・印鑑 ●健康保険証・免許証のコピー ●マッチ・ライター ●懐中電灯、携帯ラジオ ●予備電池 ●歯ブラシ ●携帯電話、手回し携帯電話充電器

### 〈必要に応じて備えておくべきもの〉

●メガネ・コンタクトレンズ ●入れ歯 ●粉ミルク・哺乳瓶 ●紙おむつ ●バスタオル ●生理用品

### 〈復旧するまでの期間に必要なもの〉

●飲料水・食糧 ●生活用水 ●卓上コンロ ●固形燃料 ●毛布 ●寝袋



## ⑦家族の約束をはっきりさせておく（災害時の役割分担、連絡方法）

災害が発生した時の家族の役割分担を決めておく。家族が離れ離れとなったときの安否確認の方法、集合場所を決めておく。東日本大震災の時に電話・携帯電話・メールがつながりにくかったこと、帰宅困難の経験があるので、こうしたことも想定に入れた上での相談が必要である。

## ⑧避難経路、危険箇所など地域の状況をつかんでおく

コモアしおつ地区内は一部に崖崩れの心配があるものの、おおむね土砂災害等の危険は少ないとみられている。しかし、道路の寸断によって自動車で移動することが困難になったり、危険が伴うことが想定される。

## ⑨防災知識を身につける

新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどからの情報収集、消防署などが実施する講演会への参加で、防災に関する知識を身につけておく。

## ⑩消火・防災・応急救護訓練などに参加する

毎月7日は「防災の日」です。日頃から防災訓練に参加して、防災行動力を高めておく。

みんなの手で明るく住みよい街づくりを



編集・発行：コモアしおつ自治会広報部  
加藤(部長)、館野(副部長)  
稲垣、池田、前田、高橋、天野、金澤

発行責任者：コモアしおつ自治会長 大塚 義道 4-2-11

コモアの風（コモアしおつ自治会/管理組合のホームページ） <http://www.commore.jp/>