

# 共通テーマ【災害時における自助・共助・公助について】

第2回 伊万里市議会 「議員と語ろう・意見交換会」資料

## 自助のススメ：自分の身は自分で守る

★非常用の備蓄をしていますか？

自宅等で避難生活を送るために、最低  日分

・水：一人が一日に必要な量  ℓ（飲料水、生活用水）

ℓ ×  人 ×  日 =  ℓ

・非常食：レトルト食品、ドライフーズ、栄養補助食品、お菓子など

長く保存できる品よりも、普段使っている品の使い回しが便利です

《「使ったら買う、使ったら買う」の繰り返し》

・給水用品（ポリ容器、バケツ、袋）、カセットコンロ・ボンベ、灯油

・トイレトーパー、食品ラップ、アルミホイル

・ラジオ、懐中電灯、電池、携帯充電器

・個別に必要なもの（薬、粉ミルク、哺乳瓶、おむつ、生理用品、コンタクト等）

・.....

・.....

・車のガソリンが半分になったら、満タンに

★非常持ち出し品：避難時には、食料と水を最低  日分

⇒両手が空くように、リュックサック等に入れて準備しましょう

簡易寝袋があると便利です。肩ひもに、笛を

## 共助：地域で備える

- ★地区防災会 全ての行政区に設置されています
- ★「わがまち・わが家の防災マップ」の作成 →区独自の避難所がある地区も
- ★「防災マップ」を使った訓練時に、炊き出し訓練をされた地区も
  - ・地域の高齢者、障がい者など、要支援者の把握を

## 公助：行政の役割 (いろいろある中から、今日は情報連絡手段等について)

- ★緊急速報メール：熊本地震の時、不気味な音が携帯やスマホから流れましたか？  
関係する地域の携帯やスマホに飛び込むメール。マナーモードでも鳴ります！！

- ★防災行政無線：室内では聞こえない場合も多いので、複数の手段で情報収集を

①登録制メール（防災ネットあんあん） →→→→→→→

②電話自動応答装置（☎23-2169）

③ケーブルテレビ

④市のホームページ、SNS

※これ以外にも、新たな方法を検討中



### ★指定避難所

- ・**各町公民館**：警報発令で開設。自主避難をどうぞ。地区外の方でもOK
- ・**小中学校**：避難情報が出てから開設。市職員が対応
- ・詳しくは、「広報いまり」30年6月号をご参照ください

※原子力災害時は、市外（30キロ圏外）への避難となります

# 共通テーマ資料 答え

## 自助のススメ：自分の身は自分で守る

★非常用の備蓄をしていますか？

自宅等で避難生活を送るために、最低  日分

・水：一人が一日に必要な量  ℓ（飲料水、生活用水）

$$\text{3} \text{ ℓ} \times \text{家族の人数} \text{ 人} \times \text{3} \text{ 日} = \text{ } \text{ ℓ}$$

例) 4 人家族の場合は、 $3 \text{ ℓ} \times 4 \text{ 人} \times 3 \text{ 日} = 36 \text{ ℓ}$

★非常持ち出し品：避難時には、食料と水を最低  日分