

# 「ココロ合せ♡チカラ合せ」 防災ネットワーク通信

あなたとご家族の生命を守る知見を備えましょう

2022(令和4)年8月1日/第47号

向日葵はわが街のシンボル

風早北部地域ふるさと協議会 編

## 自然災害で自宅に居留されない時 貴方やご家族は何処に避難しますか？

自宅が損壊してこのままの在宅は難しい、台風直撃で在宅避難が難しそうだと感じた際に、貴方やご家族はどう「避難行動」に移れますか？ 迅速な判断が大事です。その準備として家族で話し合っ、備えておくべきことを順序立てて以下にご案内します。

### STEP その1



先ずはご家族で避難所を何処にするかを決めましょう（柏市があなたの避難所を事前には定めていません）。それは貴方のお住まいの最寄りの学校校庭(グラウンド)になります。ご留意頂きたいのは、皆さんが先ず避難するのは校庭です。体育館や武道場などの屋内施設ではありません。これら施設は指定避難所では

ありません※。

※体育館など学校の屋内施設は、自分家に留まっての生活が出来ない方のための当座の避難生活の場です。

### 風早北部地域内の指定避難所は？

- 風早中学校の校庭
- 大津ヶ丘中学校の校庭
- 大津ヶ丘第一小学校の校庭
- 大津ヶ丘第二小学校の校庭
- 風早北部小学校の校庭
- 千葉県立沼南高等学校の校庭
- 二松学舎大学柏キャンパス内グラウンド
- 沼南近隣センター(屋内) ←大型台風時の自主避難所もこちらに設置されます



ほかに 大津ヶ丘中央公園、風早公園、社会福祉施設いこい荘(屋内)が該当します

避難所への持出し品は用意できていますか？

### STEP その2

避難所にあなたの欲しい品ものはほぼ「ない」と考えましょう。支援物資もなかなか柏市内の避難所には来ないと覚悟し、自分で用意しておきましょう。

非常時持出し品の例は裏面(次頁)を参照

# 非常時の持出し品一例

## 非常時持ち出し品チェックリスト

### ■ 飲料水

1人1日  
3ℓが目安。



### ■ 医薬品

消毒薬・胃腸薬・脱脂綿・  
バンソウコウ・包帯・  
持病の薬。



### ■ 手袋(軍手)

ガレキの撤去  
や救助ができ  
るように、厚手  
のものを用意。



### ■ 乾電池予備

ラジオや懐中電灯に使用す  
るものを少し  
多めに。



### ■ 食料品

乾パン・缶詰・ビスケット・チ  
ョコレートなど。

※赤ちゃんのいる家庭は、  
粉ミルク・ほ乳びん  
なども。



### ■ 貴重品

現金(小銭も)・預金通帳・印  
鑑など。



※いざという時、すぐ持ち出せるよう  
に保管場所を決めておきましょう。

### ■ ろうそく

濡れない様にビニール  
袋に入れて、保管する。



### ■ 衣類

雨具・下着・  
ジャンパー・  
タオルなど。



### ■ 缶切り

多機能なもの  
が便利。



### ■ マッチ・ライター

湿気やガス切れに注意。  
防水マッチも市  
販されている。



### ■ ヘルメット・防災頭巾

飛来物や落下物から頭を保護  
するものをすぐに取り出  
せる所に。



### ■ 懐中電灯

夜間、すぐに手の  
届く場所に。



### ■ 毛布

寝袋や体温を逃がさないサ  
イバルシート  
なども重宝。



### ■ ラジオ

情報収集に欠かせない。懐中  
電灯と一体型の  
ものも便利。



### ■ 運動靴

避難する時にケガを防止す  
るために、すぐに取り出せる  
所に。



非常時  
持出し品の  
ワンポイント

### ● 非常時持出しの場合

避難するときを持ち出す最小限の必需品。  
男性で15kg、女性で10kg程度を目安にリュック  
などの持ちやすい状態で準備しておきましょう。

### ● 携帯電話の充電器

携帯電話は災害時、大変有効な通信手段となります  
が、停電した場合など使用できないので、電池  
式などの充電器を備えておくとも良いでしょう。

メガネ・コンタクトレンズ、補聴器、歩行杖、処方薬  
など、貴方の普段の生活に欠かせない品物(代替製品  
が乏しいモノ)は持出品に必ず加えましょう

- 小さいお子様・乳児がいる場合
- すぐ食べられる食品やお菓子・スナック
- 粉ミルクや離乳食・使い捨て哺乳瓶
- 抱っこ(オンブ)ヒモ
- お尻ふき・オムツ
- 玩具や絵本 など持出品に加える

## STEP その3

発災時や避難の際の注意事項ですのでお忘れなく！

- ✓ 夜間で被災した場合☞停電を想定して**光源(ライト)**を用意
- ✓ 屋内での割れたガラス対策☞履き慣れた予備の**運動靴**を寝室に用意
- ✓ 荒天での避難移動(**雨具・防寒具**を上記の持出し「衣類」に加えましょう)
- ✓ 避難ルートは大丈夫?☞**平時に予め家族で避難所まで歩いてみましょう**



寝室に  
運動靴・懐中電灯  
を用意しましょう



雨具・防寒具も必須持出品



学校校門まで歩いてみよう