

■ 地域ぐるみで取り組む防災・減災

災害が発生した際には、苅田町をはじめ、警察・消防などの防災関係機関が全力で対応にあたります。しかし、火災や道路の寸断・断水・停電など様々な被害が広範囲におよぶ場合には、地域ぐるみで協力し合い、助け合うことが大切です。

住民同士が協力して地域の防災力を高めよう

自助

自分の命は自分で守る



共助

自分たちの地域は自分たちで守る



公助

町や県、国、防災関係機関が住民等を援助する



地域での助け合い「自治会」

自治会は、地域を快適で住み良くするために同じ地域の人々で組織されています。災害や個人・家庭では解決できない災難に遭遇したときなど、いざというときには、隣近所の方々が心強い味方になります。自治会に加入して、日ごろから活動に参加するなど、地域の絆を深めて、住みよい地域づくりを進めていきましょう。



● 自主防災訓練への参加

自治会などが母体となって、地域の防災活動を自主的に行っているグループを「自主防災組織」といいます。大きな災害が発生したときには、苅田町の行政機関も被災するため、住民同士の協力・助け合いがとても大切になります。自主防災組織が行う防災訓練や、応急手当、救急救命講習などにも積極的に参加してください。

■ 要配慮者への避難支援

災害時に支援が必要な方（要配慮者）とは、からだの不自由な方、外国人の方などです。要配慮者の特性はさまざまです。その方に合った備え・支援を心がけましょう。

高齢者・病人

- おぶって安全な場所まで避難する。
- 複数の介助者で対応する。



目の不自由な方

- 声をかけ情報を伝える。
- 誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持つてもらい、半歩前をゆっくり歩く。



肢体の不自由な方(車椅子)

- 階段では2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- 介助者が1人の場合、ひもなどを用意し、おぶって避難する。



耳の不自由な方

- 話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。



外国人

- 話すときは、やさしい日本語で話しかける。
- 身振りや手振りで話しかけ、孤立させない。

× 避難している → ○ 逃げている
やさしい日本語に置き換えて伝える



■ 非常持ち出し品について

いざというときには、ただちに避難しなければなりません。そのようなときに備えて、食料品や水、感染症予防用品等、非常用持ち出し品を常備しておきましょう。

避難のとき、両手が自由に使えるようにリュックサックなどにまとめましょう。



食品・水

- 飲料水(500mlペットボトル程度)
- 乾パン・クラッカー・缶詰 など、火を通さなくても食べられるもの



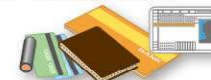
救急・安全関係

- ヘルメット(防災ずきん)
- 救急医薬品(絆創膏・傷薬・包帯)
- 病人やお年寄りの常備薬
- マスク □ 消毒液 □ 体温計



貴重品

- 現金 □ 預貯金通帳、印鑑
- 権利証書 □ 免許証 □ 健康保険証
- クレジットカード類
- マイナンバーカード



日用品

- 筆記用具 □ ろうそく、ライター
- ナイフ、缶切り □ ティッシュペーパー
- ビニール袋 □ 懐中電灯
- 携帯ラジオ □ 電池



衣類など

- 衣類(上着・下着)
- タオル
- 毛布
- 手袋、軍手



その他

- 洗面用具(歯ブラシ・石けん)
- ほ乳びん
- 紙おむつ
- メガネ
- 使い捨てカイロ



備蓄品 備蓄物資は最低3日間、できれば1週間分備えましょう。

食料

- 飲料水(1人1日3リットルを目安)
- 米(缶詰やレトルトのご飯なども便利)
- 缶詰や菓子類
- 粉・液体ミルク・離乳食

燃料・日用品など

- カセットコンロ □ なべ、割り箸 □ 布製ガムテープ
- 予備のガスボンベ □ 衣類 □ キッチン用ラップ
- 毛布または寝袋 □ 新聞紙 □ モバイルバッテリー
- プレーシート □ 簡易・携帯トイレ □ ポータブル発電機



■ ローリングストック(循環備蓄)

備蓄食料、水などの保存期間が切れる前に消費し、その分だけを補充して常に一定量のストックを保つことを「ローリングストック」といいます。定期的に古い備蓄品から消費することで無駄を出さず、いざというときに期限切れで使えなくなることを防ぎます。

1〜3日目

冷蔵庫や冷凍庫の食材を活用する

ご飯や食パン、野菜などを冷凍しておけば自然解凍により食べる事も可能です。停電のときは、クーラーボックスや保冷剤等を利用して食材を保存しましょう。

4〜7日目

ローリングストック法で備蓄した非常食を活用する

● 備蓄しておくとも良いもの

食べながら備える

ローリングストック法とは

ローリングストック法は、保存食を日常的に消費し、食べた分だけ買い足していく備蓄方法です。日頃から食べている賞味期限が1年程度のものを意識的にストックして、月に1、2度食べるときに防災について考えるきっかけにしましょう。

① 一食分を食べる → ② 食べた分を買い足す

①と②を定期的に繰り返して備蓄を一定に保つ