

第9 区民へのお願い

9-1 よこはま地震防災市民憲章



よこはま地震防災市民憲章 ～ 私たちの命は私たちで守る ～

ここ横浜は、かつて関東大震災に見舞われ、多くの方が犠牲になりました。
大地震は必ずやってきます。その時、行政からの支援はすぐには届きません。
私たち横浜市民はそれぞれが持つ市民力を発揮し、一人ひとりの備えと地域の絆で大地震を乗り越えるため、ここに憲章を定めます。

穏やかな日常。それを一瞬にして破壊する大地震。大地震はいつも突然やって来る。今日かもしれないし、明日かもしれない。
だから、私は自分に問いかける。地震への備えは十分だろうか。

大地震で生死を分けるのは、運・不運だけではない。また、自分で自分を守れない人がいることも忘れてはならない。私は、私自身と周りの大切な人たちの命を守りたい。
だから、私は考える。今、地震が起きたら、どう行動しようかと。

不安の中の避難生活。けれどみんなが少しずつ我慢し、みんなが力を合わせれば必ず乗り越えられる。
だから、私は自分に言い聞かせる。周りのためにできることが私にも必ずあると。

東日本大震災から、私たちは多くのことを学んだ。頼みの行政も被災する。大地震から命を守り、困難を乗り越えるのは私たち自身。多くの犠牲者のためにも、このことを風化させてはならない。
だから、私は次世代に伝える。自助・共助の大切さを。

平成 25 年 3 月 11 日制定

I 日頃の備え（自助）

- 1 必要に応じて耐震診断を受け、自宅の耐震化をしておきましょう。
- 2 家具の転倒防止やガラスの飛散防止をしましょう。
- 3 消火器を各家庭に設置しましょう。
- 4 最低でも3日分、できれば1週間程度の食料、飲料水等を備蓄しましょう。
- 5 家族や大切な人との連絡方法をあらかじめ決めておきましょう。
- 6 家族ぐるみで、自治会等が主催する防災訓練に積極的に参加しましょう。



II 地域の助け合い（共助）

- 1 隣近所や自治会・町内会など地域の力で助け合いましょう。
- 2 近所のお年寄りの見守りなど、災害弱者を支援しましょう。
- 3 地域防災拠点に避難した被災者も、拠点運営に協力しましょう。



III 発災時の対応（冷静な判断と行動）

- 1 大きな揺れが収まってから速やかに火の始末をしましょう。
- 2 避難する時は通電火災を防ぐため、必ず電気のブレーカーを落としましょう。
- 3 デマに惑わされず、区役所や地元メディア等から情報を入手しましょう。



怖いのは火災！



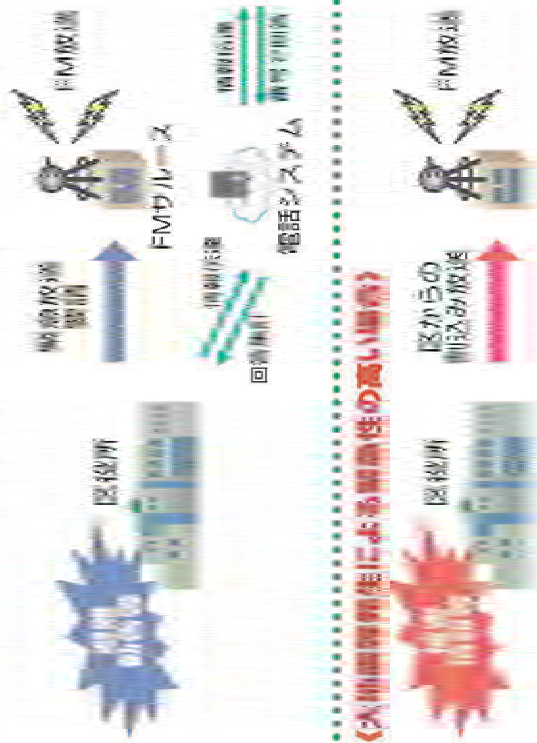
【阪神・淡路大震災では原因が判明している火災の6割は、通電火災によるものと言われています。】

2

青葉区独自の情報について

■ 青葉区版防災情報伝達システム

避難勧告、止むを得ない緊急情報、特別警報、最悪を恐る以上の地震
 など、重大な被害が予測される緊急性が高い場合に、災害情報を専
 用防災ラジオと音声を活用して、自治体・町内会や地域防災拠点、
 防災関係機関に伝達する青葉区独自のシステムを運用しています。
 その情報を間接で活用していただき、災害の被害を減らしますと希
 望しています。



＜(大規模災害時による緊急性の高い場合)＞

災害時の緊急放送は、専用防災ラジオだけでなく、一般的なラ
 ジオをFMやFM+にも聞ければ同じ放送を聞くことができます。
 災害時はぜひ「FMラジオ」をお使いください。

ちなみに・・・

青葉区防災ラジオは、電源がOFFの状態でも自動起動し、
 災害時に区役所からの緊急放送を伝達受信することもできます。
 購入についての詳細は、お問い合わせセンターまでお問い合わせ
 ください。

【お問い合わせ】 予約センター 022-261-1091



こんな方法も！

3

参事の豊録！災害情報について！

○スマートフォンアプリによる情報伝達

緊急情報発着時は、待受中でもスマートフォンと共に文字によるプッシュ通知が行われます。また、災害・緊急情報だけでなく、平常時には、イベント情報等も配信するほか、インターネットラジオ（FMサルース）を聴くアプリとしても利用することができます。ぜひダウンロードしてください。



QRコード

【このアプリに関するお問い合わせ】
株式会社エニシティ防災株式会社（FMサルース）
TEL：330-0322

設置：緊急情報をキヤッチ！

緊急時は、横浜市などから発信された情報をFMサルースが配信！スマートフォンがスリープ中、作業中にかかってもリアルタイムで配信可能。（通知センター機能を利用）
※携帯電話の充電が残り少ない場合、FMサルースが自動的にオフになり、配信が受け取れなくなる場合があります。



主な通知機能

- 再放送の告知機能**
 - ・ 避難情報
 - ・ 地震情報（震度5弱以上）
 - ・ 土砂災害警戒情報 など
- 再放送の緊急情報**
 - ・ 火災、洪水、大規模な火災警報 など



○ 横浜市の災害情報 Eメール

地震関連情報、緊急警報・注意報等は、あらかじめ防災情報 Eメールでいち早く配信するサービスです。災害時の備えとしてぜひご登録ください。

【お問い合わせに関するお問い合わせ】
横浜市の防災情報課
TEL：071-3464

※ 登録方法

市のアドレスに Eメールを送信すると案内 Eメールが届きます。案内 Eメールの手順にしたがい登録してください。住所、事業所等の事業を登録します。

横浜市の防災情報 Eメール
en-city@yokohama-metropolitan-mail.jp



QRコード

風水害の備え

4 自宅を点検して風水害に備えよう

■ 自宅の建物や周辺でも、浸水や突風に対する備えが必要です。日ごろから点検して、不備がある場所は改善しておきましょう。

屋根
屋根瓦のずれ、ひび割れ、トタンをめくれやはがれなどが正しいか確認する。アンテナがしっかりと固定されているか確認する。

窓ガラス
ひび割れや窓枠のがたつきがないかを確認する。飛来物から窓に備えて外側から板などで保護する。

外壁
モルタルの壁の亀裂や、板金の腐りや浮きがないかを確認する。

ガスボンベ
しっかりと固定されているか確認する。

雨どい
排水口の詰りや、破損がないか確認する。落ち葉や土砂で詰まらせないように掃除する。

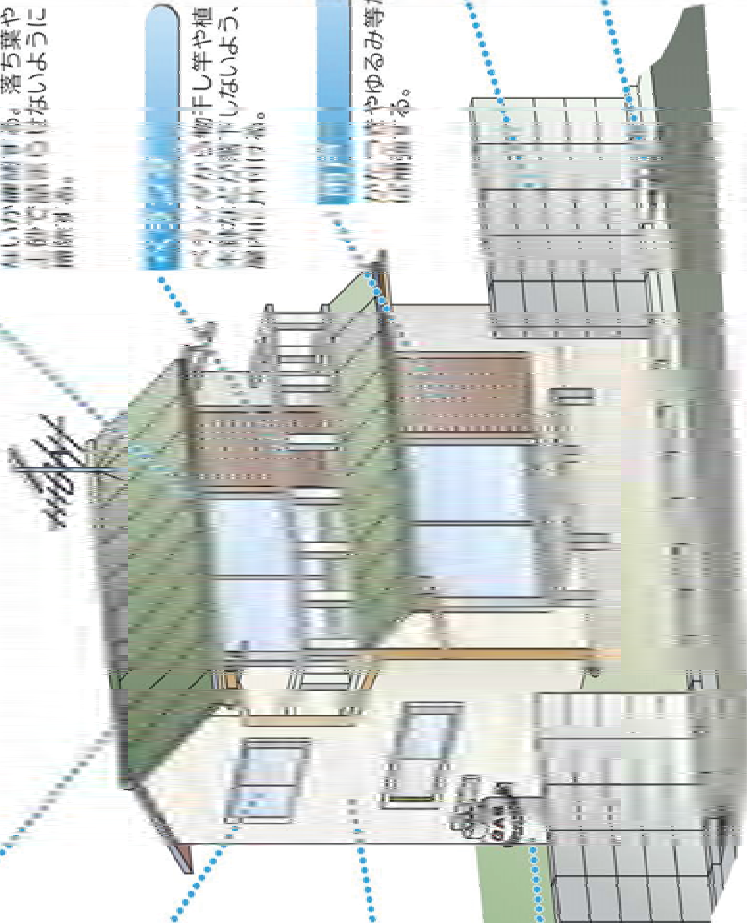
ベランダ
ベランダから物干し竿や植木鉢などが落下しないよう、室内に片付けよう。

雨戸
かたつきやゆるみ等があれば補修する。

プロパンガス
ひび割れや破損箇所を補修する。

雨具
浸水や土砂を想定し、濡れ対策をしておく。

○ 風水害の備えについて
台風や大雨の到来が予測できるからと安易に考えず、いざという時に、周囲に十分な対策を立てておきましょう。
いざというときに適切な行動が取れるように、非常時の持ち出し品(食料、水、懐中電灯、携帯電話など)を準備しておきましょう。
▶ 備前：持ち出し品は、いざという時にスムーズに準備しましょう。



5

自宅付近の危険箇所の確認

■ 自宅付近で危険箇所がないか確認しましょう。

浸水想定区域

① 計画規模 ⇒ 概面マップ参照

計画規模の降雨（計画間で約 405 ㎜）を前提として川の水が氾濫した場合は、浸水想定が確認された箇所を予測したものです。

（平成 26 年に発生した台風 18 号に的を絞って、概面マップ（台で 2 日間で 335 ㎜）の降雨量を観測しました。）

■ マップ上では、浸水想定区域が黄色で示されています。



② 最大規模 ⇒ 下部マップ参照

想定し得る最大規模の降雨（台で 3 日間で約 792 ㎜）を前提として川の水が氾濫した場合は、浸水想定が確認された箇所を予測したものです。

（本誌では、1000 ㎜を 1 回降雨発生を前提として、浸水想定の高さを上回る想定をしていません。）

③ 1日1回降雨の浸水 ⇒ 概面マップ参照

1日1回の降雨が想定された場合に、住民の生命や身体に被害をもたらすおそれのある区域を都道府県が指定しています。

- ・ 計画規模より高さが 10cm 以上 100cm 以上の区域
- ・ 計画規模の上流/中流/下流の浸水想定が 10cm 以上の区域
- ・ 計画規模の上流/中流/下流の浸水想定の高さが (h) の 2 倍 (20cm 未満) の区域

警報や避難情報

6

注意報・警報等の発表

注意報等の発表	情報内容	情報入手段
大雨注意報	大雨により、災害が起こるおそれがある。	防災情報メール
大雨警報	大雨により、 重大な災害 が起こるおそれがある。	FM サルースアプリ
土砂災害警戒情報	大雨による土砂災害発生のおそれが高まったとき。	FM サルース (ラジオ)、 広報車等
記録的短時間大雨情報 数日に一度の規模	数年に一度の記録的な短時間の大雨を観測したとき。	
特別警報 数十年に一度の規模	大雨により、 重大な災害 が起こるおそれ 著しく大きい 場合。	

本市では国土交通省・気象庁・神奈川県が発する気象情報、雨の降り方や河川の状態を総合的に判断し、必要に応じて**避難情報**を発令します。
 ▶ 避難情報については図14「**避難情報**」を参照してください。

○ 情報収集について

注意報や警報の種類によって様々な情報伝達手段があります。そのため、いろいろな媒体から情報入手を要するようになるとおそれがあります。
 FM サルースアプリや「防災情報メール」を、いままる登録できるお申し込みの、登録状態を確認しましょう。

FM サルースアプリの登録方法はホームページをご覧ください。



7

避難情報が出たとき

もし避難情報が出てきたら、避難情報の種類によって、次のような行動をとりましょう。

避難情報の種類

- 避難準備・高齢者等避難開始**
 急に揺れる場合は、避難を開始してください。
 命が危ない場合は、体の平らな姿勢、小さな子供がいっしょにしゃがみ、安全な場所へ避難してください。避難の準備を急いでください。
 避難開始の時間がかかる場合は、その避難を急いでください。
- 避難勧告**
 避難場所への避難が困難な場合は、速く避難準備場所へ避難してください。
 それ以外の場合は、避難情報に従って、危険を避けて避難してください。
- 避難指示（緊急）**
 速やかに避難を開始してください。
 外出が困難な場合は、屋内の高いところへ避難してください。
 避難が困難な場合は、屋内の高いところへ避難してください。
 外出が困難な場合は、屋内の高いところへ避難してください。

○ 避難情報について
 大抵の時の避難場所は、防災訓練等に依りてその郡指定され、区役所が告知伝達し、大抵の時は避難情報を確認し、早急な対応を要する。

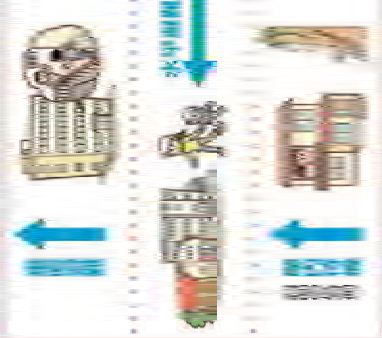
○ 避難情報は、FM サルーンズ、ラジオ FM サルーンズ（多摩）、FM サルーンズ（多摩）、「防災」防災情報（FM）などでお伝えします。

避難の目安

- 河川**
 - 水が急激に増してきたとき
 - 河川の流が急激に増したとき
 - がま川川の流が急激に増したとき
- 道路**
 - 道路やトンネルから本道の車が溢れているとき
 - 道路やトンネルが閉鎖されたとき
- 山**
 - 山が崩れ、土が落ちてきたとき
 - 山が崩れ、土が落ちてきたとき
 - 山が崩れ、土が落ちてきたとき

早急の避難行動

- 避難場所**
 緊急な避難のとき以上または避難の多い避難所の避難
- 避難場所、警戒区域外の警戒の要なし**
 緊急な避難のとき以上または避難の多い避難所の避難
- 避難場所**
 緊急な避難のとき以上または避難の多い避難所の避難

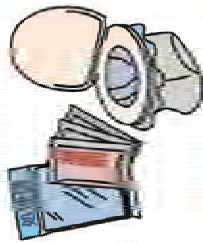


家庭の対策 ▶

8

備蓄・持ち出し品を確認しよう

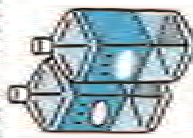
○ 家康での主な備蓄…飲料・飲料水は最低3日分、できれば1週間分程度の備蓄をしましょう。



- トイレバック
家庭のトイレなどに設置して使用する、凝固剤と袋がセットになったバックです。

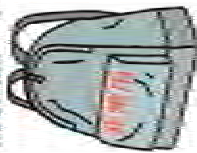


- 食料
簡単に食べられるインスタント食品やレトルト食品、缶詰などの保存食を備蓄しましょう。

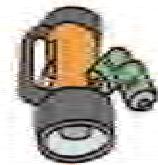


- 水
飲料水は、1人当たり1日3リットルと考えて備蓄をしましょう。

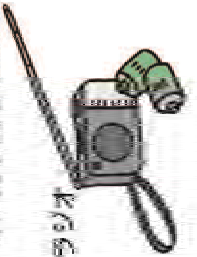
○ 非常持出品の準備…必需品をリュック等に入れて、非常時にはすぐに持ち出せるようにしましょう。



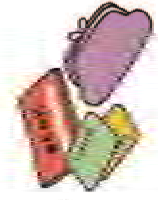
- 懐中電灯
(予備電池も用意)



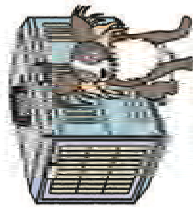
- 携帯ラジオ



- 貴重品
(現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証)



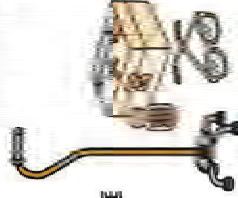
○ 各家庭に適した備蓄…ペットがいる家庭や乳幼児がいる家庭など自分に必要なものを備蓄しましょう。



- ペットのいる家庭
ケージ
ペットフード
ペットシーツ など



- 乳幼児がいる家庭
ミルク
はら乳油
おむつ など



- 要介護者のある家庭
薬(服用している方)
杖などの補助具 など

9

自宅の安全対策をしよう

■ **わが家を守ろう**…災害時に自宅の生活空間を守るためにも、家の中の安全対策は不可欠です。家の中を点検し、必要な対策をしましょう。

① 家具の転倒
扉が開いて家具等が飛び出ないよう、留め金具等を取らなければ。



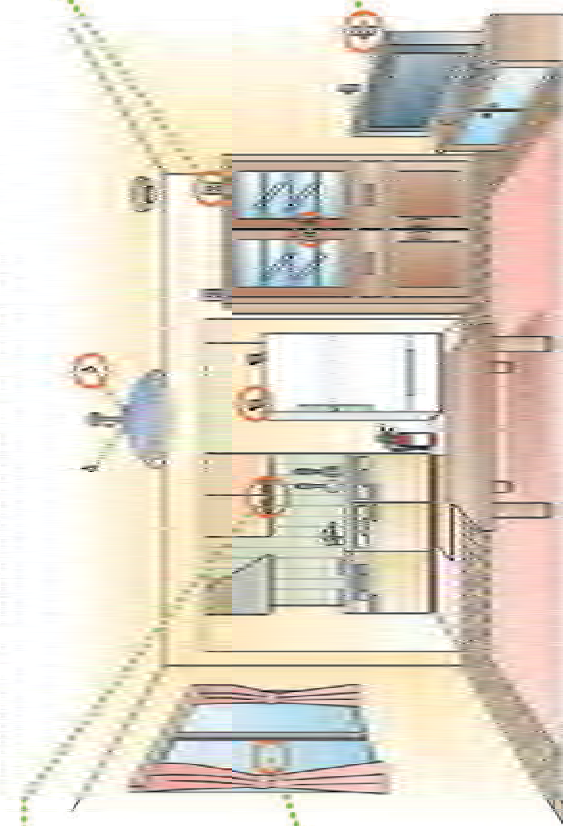
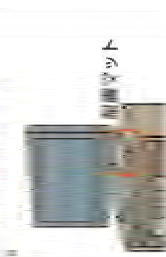
② 窓ガラス
ガラスに飛散防止フィルムを貼る。



③ 家電
大きな家電は倒れどけないように、家屋倒壊防止器具でしっかりと固定する。



④ 家電
テレビや冷蔵庫などが倒れないようにしっかりと固定する。



○ 在宅避難とは

相模防災拠点や、障壁圏等で信託生活することや避難先の方が避難先を確保する場所です。そのため、自宅が無事だった方は、避難先には行かずその事業所や自宅(在宅避難)をします。
避難先では山崩れや地震後、フライトキャンセルなどの不安を確保することや、避難の遅いによって実際にストレスのたまる生活をしなければなりません。そのため、自宅をしっかりと確保することや、家の中の安全性を高めること、在宅避難をできる準備をしておくことが大切です。

また、避難先からの様々な情報や資料などは、相模防災拠点に届けられるので、これらは「相模防災拠点の避難先」と「在宅避難」で共有します。

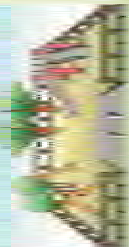
10

災害時の避難所について

避難の必要があるか迷うとき

大火出か想定し、火や煙から身を守る必要があるとき

火災避難所
FIRE SHELTER (FIRE SHELTER ASSOCIATION)



広域防災拠点
(- Regional Node Point)



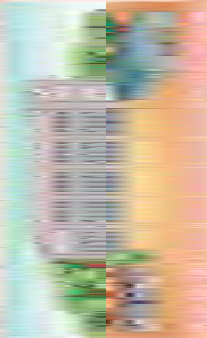

家屋倒壊等で自宅に戻れないとき

避難所機能が崩壊する場合は

避難所機能が崩壊する場合は

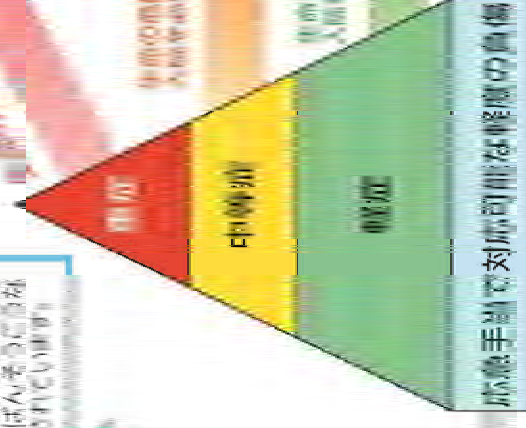
避難所機能が崩壊する場合は、避難所を離れ、安全な場所に避難してください。

地域防災拠点
(- Regional Node Point)

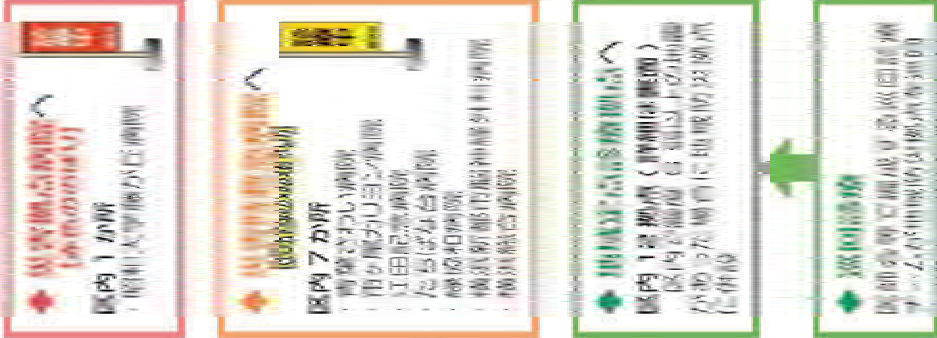



災害時の医療体制について

◆ 区民の自助・共助による応急対応
 医師の診療を必要としな
 い極めて軽度の傷病は、自
 助・共助による応急手当を
 行ってください。
 なお、全ての応急防災拠
 点に応急手当用品（消毒液
 液、包帯、ばんそうこなど）
 が配備されています。



【重症度別医療提供体制のイメージ】
 軽症の患者は、応急手当や応急処置により軽微な傷病をきたす
 場合が多い。応急手当や応急処置により軽微な傷病をきたす
 場合が多い。



災害時の医療体制について
 災害発生時には、まず時間的余裕がある限り、応急手当や応急処置を行い、軽微な傷病をきたす場合は、応急手当や応急処置により軽微な傷病をきたす場合が多い。応急手当や応急処置により軽微な傷病をきたす場合が多い。

災害医療者の方は

○ あるいは災害ネットワーク
 あるいは災害ネットワークは、災害発生時に一人では
 困難な困難な高齢者や障害のある人（災害時要
 援者）に支援の助け合いが行えるよう、あひが
 ひめ支援隊の情報を登録し、共有するための
 システムです。
 登録は地域の担当民生委員にお申し込みください。

