

わが家の防災メモ

火事・救急 **119番**

警察 **110番**

災害用
伝言ダイヤル **171番**

*使い方は本文 19 ページをご参照ください。

緊急連絡先

連絡先	電話	連絡先	電話
市役所		水道	
消防署		病院	
警察署			
ガス会社			
電力会社			

家族の連絡先

名前	電話（勤務先・学校）	携帯電話	メールアドレス

親せき・知人の連絡先

名前	電話	携帯電話	メモ

家族の救急用データ

名前	生年月日	血液型	アレルギー	持病	常備薬

保存版

野田市

防災 ハンド ブック



地震ハザードマップの活用
野田市の想定地震と被害想定 1

地震 身の安全の確保 3

地震に備えましょう
家具転倒防止等・耐震・帰宅困難 5

風水害を正しく理解しましょう
土砂災害・竜巻 9

火災 初期対応の3原則 11

自主防災組織
避難行動要支援者 13

災害時の避難の
ポイント 15

避難生活における健康管理
非常持出品・備蓄品 17

家族との連絡方法 19

避難場所マップ 21

はじめに

平成23年3月11日の大地震に端を発した東日本大震災は、地震、津波など自然災害の猛威を見せつけました。同年夏には相次ぐ台風による大きな被害もありました。市では平成24年、平成25年に竜巻が発生し多くの被害を受けました。日本は地震が多く、異常気象による風水害も頻繁に発生します。私たちは「災害大国」に住んでいるという現実に向き合い、次なる災害に備えなければなりません。

東日本大震災を機に本格的に防災対策を進めたいというご家庭は多いと思います。また、阪神・淡路大震災など過去の災害をきっかけに防災に取り組んだものの最近熱が冷めてしまったというご家庭もあるかもしれません。防災対策は「一度で終わり」ではありません。日常的に点検して、不備があれば見直していく——。これを地道に繰り返しながら継続する必要があります。

この機会に防災への取り組みを「野田市防災ハンドブック」により再確認し、災害に備えましょう。

地震ハザードマップの活用

市に最も大きな影響を与える地震を想定し、地震ハザードマップを作成しました。

地震ハザードマップとは

地震ハザードマップとは、今後、大地震の発生を想定したときに地盤の液状化や揺れやすさなどの危険度を示したものです。

野田市では、野田伏在断層（野田隆起帯）の活動による地震が、市に最も影響を与える大地震と想定し、以下のマップを作成しました。

- 地盤の液状化の可能性を示した「液状化危険度マップ」
- 想定される最大深度を示した「揺れやすさマップ」
- 最大震度での建物全壊の危険度を示した「地域危険度マップ」

マップの利用方法

市民の皆さんが、今後、想定される大地震に対処していただけるよう、自宅及びその周辺の地震対策に「野田市地震ハザードマップ」を活用していただき、以下の内容を確認してください。

- 自宅、よく行く施設や場所、通るところの危険度
- 避難場所や避難するルート
- 家具の転倒防止等の屋内・屋外の地震対策
- 自宅の耐震性、耐震診断や耐震改修の実施状況

「野田市地震ハザードマップ」は、本庁舎、公民館、出張所、図書館から入手できます。また、市ホームページからもご確認できます。

<http://www.city.noda.chiba.jp/kurashi/anzen/bousai/1000323.html>

野田市の想定地震と被害想定

野田市では、防災アセスメント調査（平成25年3月）から、本市に最も影響を与える野田伏在断層、いわゆる野田隆起帯を震源とする地震をもとに、想定地震の条件とそれに伴う被害想定を予測しました。それによると、ほぼ全域で震度6強、関宿地区、福田地区、東部地区の一部で震度6弱の強い揺れが予測されました。

想定地震の条件

震源域の位置	震源域の深さ	マグニチュード	発生季節等
野田隆起帯	約5 km～9.5 km	7.0	冬季18時、風速15m/s

主な被害予測データ

建物被害予測結果

原因		全壊(棟)	半壊(棟)
揺れ	木造建物	5,517	8,494
	非木造建物	259	754
液状化	木造建物	49	99
	非木造建物	18	35
揺れ液状化被害合計		5,843	9,382
焼失家屋		4,208	

人的被害予測結果

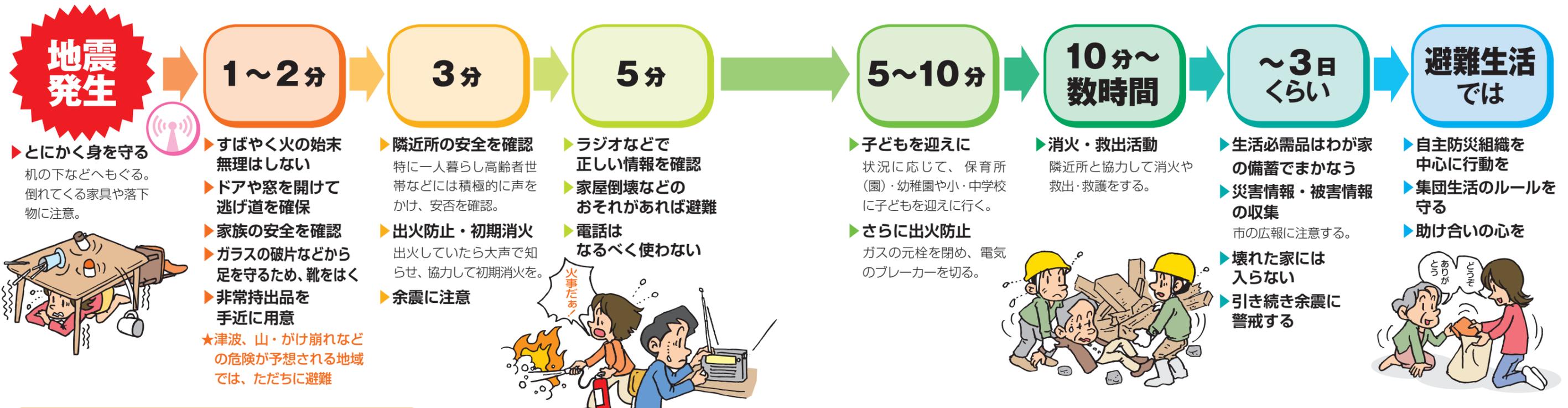
	死者(人)	重傷者(人)	負傷者(人)
建物被害	169	224	1,553
地震火災	45	15	55
屋内収容物の移動・転倒	—	21	78
ブロック塀等の転倒	8	55	141

ライフライン被害予測結果

上水道	総被害件数：1,312件 被害率：1.4件/km 断水率：直後97.5% 2日後83.0%
下水道	被害総延長：9.39km 被害率：2% 影響世帯数：498世帯
電力	電柱268本に被害、 停電9,115軒 延焼による被害は考慮していない。 なお、延焼エリアでは、全域が停電する。
都市ガス	市全域で供給停止
LPガス	漏洩、転倒が発生する。

出典：「想定地震の条件」と「主な被害予測データ」は、「野田市地域防災計画」より

地震だ！ まずは身の安全を 確保しましょう



●シェイクアウト



- ①ドロップ：姿勢を低く！
- ②カバー：体・頭を守って！
- ③ホールド・オン：揺れが収まるまでじっとして！

緊急地震速報を活用して身を守ろう！

- 最大震度5弱以上が推定される場合、テレビやラジオ、携帯電話などを通じて緊急地震速報が発表されます。
- 速報発表から強い揺れが来るまでの時間は、**数秒から数十秒**くらいです。
- 速報は的中するとは限りませんが、自分の身(特に頭)を守るため、最大限に活用しましょう。



震源に近い地域では、緊急地震速報が揺れに間に合わないことがあります。

このような場所では…

集合住宅

- ドアや窓を開けて逃げ道確保。玄関から避難できない場合は、避難ばしごやロープでベランダから脱出。
- エレベーターは使わない。



海岸付近

- 速やかに安全な場所に避難。高台などに避難して津波情報をよく聞く。



スーパーやデパート

- 手荷物やカゴなどで頭を守る。
- 商品の落下・転倒、ガラスの破片に注意。
- あわてて出口に殺到せず、店員の指示に従って行動する。



劇場やホール

- 座席の間にうすくまり、カバンや衣類で落下物から頭を守る。
- 頭上に大きな照明などがある場合には、その場から移動する。
- あわてずに係員の指示に従う。

車の運転中

- 急ブレーキは事故の原因。ハンドルをしっかり握って徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車する。
- 揺れがおさまるまで車外には出ず、カーラジオなどで情報を確認する。
- 車を離れるときは、窓を閉め、車検証を持ってキーをつけたままで。ドアロックもしない。

エレベーターの中

- すべての階のボタンを押して、最初に停止した階で降りる。
- 地震時管制運転装置がついている場合は最寄りの階で停止するので、そこで降りる。
- 閉じ込められたら、非常ボタンやインターホンで連絡を取り、救出を待つ。

繁華街やビル街

- ガラスや看板、ネオンサインなどの落下物に注意。手荷物などで頭を守り、広場などへ避難する。
- 建物や塀、電柱などから離れる。自動販売機の転倒にも注意。



地下街

- 大きな柱や壁に身を寄せ、揺れがおさまるのを待つ。
- 約60mおきに出口があるので、あわてずに行動する。
- 火災が発生したら、ハンカチなどで鼻と口をおおい、壁づたいに体を低くして地上に避難。



住宅街

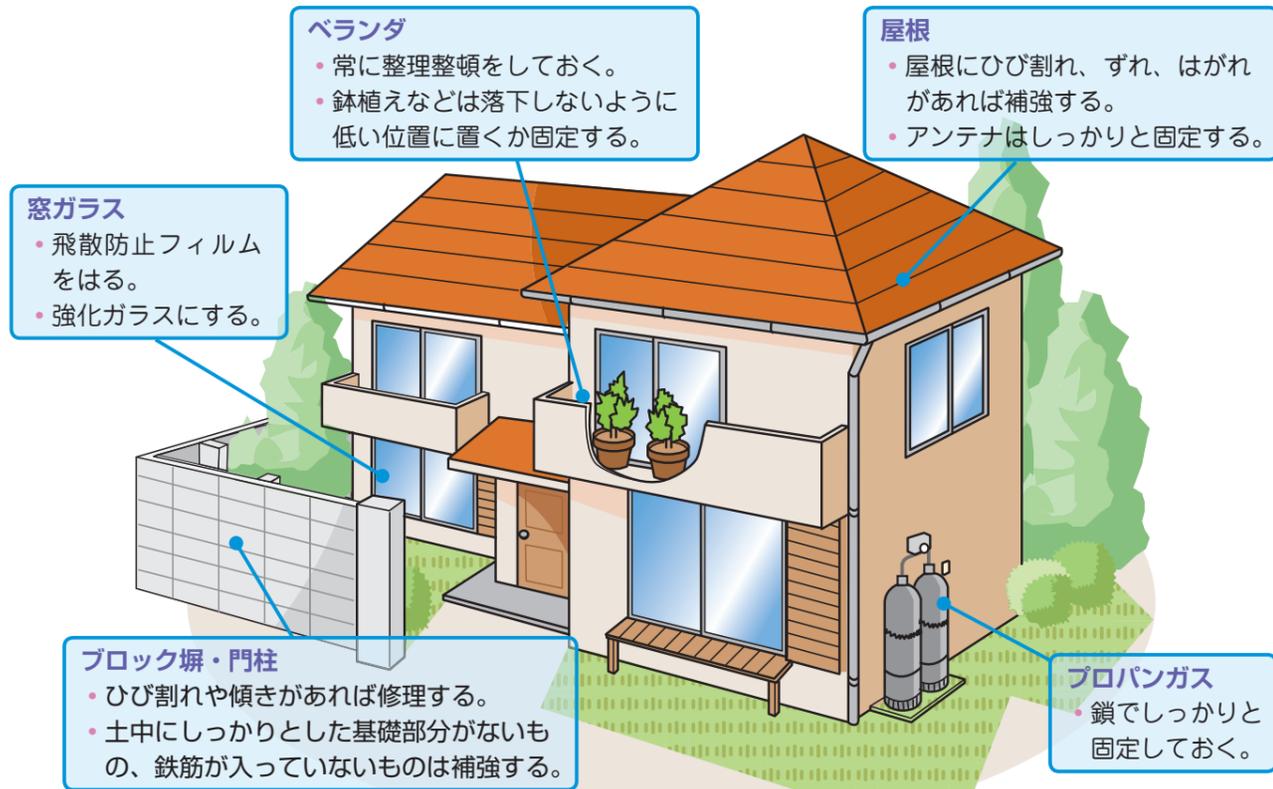
- ブロック塀や石壁、門柱から離れる。
- 屋根がわらなどの落下物に注意する。
- 切れて垂れ下がっている電線には決して触らない。

電車やバスの中

- 乗客の将棋倒しや網棚からの落下物に注意し、つり革や手すりにしっかりつかまる。
- 座っているときは、足をふんばって上体を前かがみにして手荷物などで頭を保護する。
- 勝手に降車せず、係員の指示に従う。

地震に備えましょう

家の周囲の安全対策



集合住宅では

マンションなどの集合住宅では多くの人たちが暮らしているため、一戸建て住宅とは違った防災対策が求められます。いざというときに備えて、防災訓練や住民同士の話し合い、防災設備の点検などに取り組みましょう。

玄関

玄関は、脱出口、避難経路として重要な場所。開かなくなった扉をこじ開けられるようにボールなどを用意しておく。



通路

避難や通行の妨げにならないように、自転車など物を置かない。また、類焼防止のため、古新聞や布きれなど燃えやすい物も置かない。



非常階段・非常扉

物を置くのは厳禁。特に非常扉の前や階段付近には要注意。



ベランダの避難ハッチ (非常脱出口)

日頃から使用方法をよく確認しておく。避難器具の周りに物を置くのは厳禁。落下する危険のある物は置かない。



防災設備

共用部分に置いてある消火器や火災報知器などの防災設備の場所を、日頃からよく確認しておく。



管理組合からの連絡に注意

防災設備の点検や防火訓練のお知らせなど、管理組合からの連絡には日頃から注意しておく。



耐震診断を受けましょう

地震による被害から人命や財産を守るため、住宅の耐震性能をチェックしておきましょう。

一戸建ての場合 下記の項目を確認し、ひとつでも気になる項目があれば、耐震診断を受けましょう。

1 建築年はいつ？

建築基準法で耐震基準が強化されたのは1981年(昭和56年)6月。1981年5月以前に建てられた住宅は、耐震性が低いおそれがあります。



3 地盤は？

軟弱な地盤に家が建っている場合、同じ震度の地震でも揺れが大きくなります。埋め立て地、低湿地、造成で盛り土した場所、液状化の危険性のある砂質地盤で地下水位が高いところなどは要注意です。



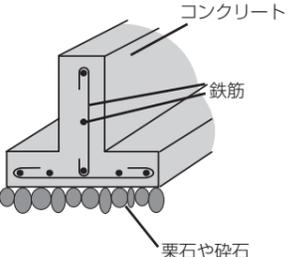
2 過去の災害履歴は？

過去に地震・風水害・火災などの災害や車の突入事故に見舞われたことのある住宅は、外見からはわからないダメージを受けているおそれがあります。



4 基礎の種別は？

基礎は建物と一体になって地盤の揺れに抵抗します。鉄筋コンクリート造りの堅固な基礎で、建物としっかり一体になっていれば強い基礎といえます。



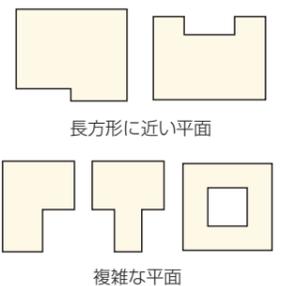
5 老朽度は？

基礎の腐食や白アリによる被害は危険です。特に台所や浴室などの水回りや建物の北側は要注意。土台をドライバーなどの器具で突いてチェックしましょう。また棟瓦や軒先が波打っている住宅、建具の立てつけが悪い住宅は老朽化しているおそれがあります。



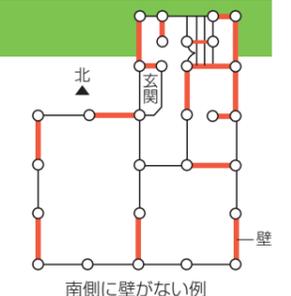
6 建物の形は？

平面的にも立体的にも、凹凸の少ない単純な形の住宅は比較的安全です。逆に凹凸の多い複雑な住宅は要注意です。また、一辺が4m以上の大きな吹き抜けは、地震時に建物をゆがめる危険性があります。



7 壁の配置は？

木造住宅では、壁の量が多いほど安全だと言われています。特に1階部分の壁が多いかどうかをチェックしてみましょう。また、ある一面がほとんど窓になっているなど、壁の配置のバランスが悪い住宅は要注意です。



戸建て木造住宅の耐震診断費及び耐震改修工事費の助成制度

木造住宅の耐震診断及び耐震改修工事を行う場合、一定条件を満たす方は、市の耐震診断補助を受けることができます。市ホームページでご確認ください。

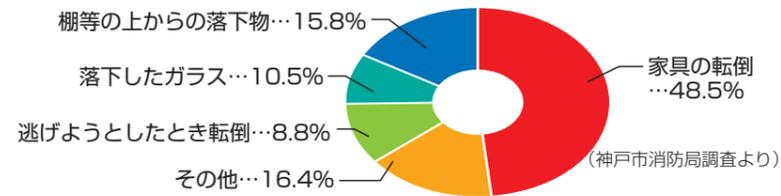
<http://www.city.noda.chiba.jp/kurashi/anzen/bousai/1000314.html>

地震に備えましょう

家の中の安全対策

建物が無事でも家具が転倒すると、その下敷きになってけがをしたり、室内が散乱することで逃げ遅れたりする場合があります。家庭での被害を防ぎ、安全な逃げ道を確保するためにも、家具の転倒・落下防止対策を実施しておきましょう。

● 阪神・淡路大震災でけがをした人の原因



家具の転倒・落下を防止しよう

耐震金具の利用

● 転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプとがある。家具や室内の状況によって選ぼう。



● 重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぐ。



● 扉・引き出し開放防止金具

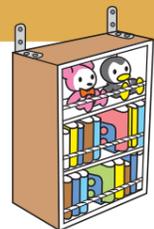
扉・引き出しが開かないようにする。また、収納物の落下を防止するため、棚板に滑りにくいふきんなどを敷いたり、木やアルミの棒による飛び出し防止枠を付けると安心。



冷蔵庫などの家電製品には専用の転倒防止器具が用意されている場合もあります。取扱説明書を読んで活用しましょう。

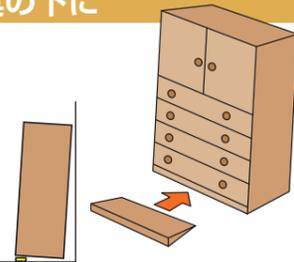
収納に工夫を

- 重い物は下に、軽い物は上に収納する。
- 本棚などは、隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間をつくらない。
- ロープや鎖を張って落下しないようにする。



家具の下に

- 家具の下部の前方に板を入れ、壁にもたれ気味に置く。
- 就寝場所に家具が倒れてこないように配置する。
- 置物や花瓶の下に耐震マットを敷く。



照明器具の補強

- 天井に直接取り付けタイプの照明が安全。
- つり下げ式の器具は、鎖と金具を使って数か所留めて補強する。
- 棒状の蛍光灯は蛍光管の落下を防止するため、両端を耐熱テープで固定する。



◆ 寝室や出入り口付近で家具を固定できない場合には



● 寝ている位置に家具が倒れてこないように、向きを工夫する



● 自分の上に家具が倒れてこないように、机などで防御する



▲ 家具が倒れてもドアが開くような位置・向きにする

もし帰宅困難者になったら

不用意に動かず、安全な場所にとどまる

東京都では、午後6時に大地震が発生した場合、自宅までの距離が20kmを超えると「翌朝までの徒歩帰宅は困難」と想定しています。また、危険な状況下での徒歩帰宅は、二次災害に遭う危険性があります。もし帰宅困難に陥ったら、電車などが復旧するまで不用意に動かず、ラジオなどで正確な情報を把握しながら、勤務先や学校、一時避難場所など安全な場所で待機することが基本です。



徒歩帰宅する際のポイント

自宅まで徒歩で帰宅する場合は、以下のポイントに注意しながら、身の安全を第一に考えて行動しましょう。

● ヘルメット、手袋、底の厚い運動靴を着用

革靴で長距離を歩くのは困難なため、履きなれた運動靴を職場などに備えておきます。



● なるべく道幅の広い道路を選ぶ

ガラスなどの落下物の危険がある箇所、高架下、線路などは避け、広い道を選びます。また、落下物から頭を守るため、道の真ん中を歩くようにしましょう。

● 防災グッズを準備する

ラジオ、食料、飲料、懐中電灯、地図、マスク、タオル、寒暖対策用品、携帯電話の充電器、小銭を勤務先などに用意しておきましょう。



● 災害時帰宅支援ステーションを活用する

災害発生時には、徒歩帰宅者を支援するため、公共施設のほか、郵便局、コンビニエンスストア、ファストフード店、ガソリンスタンド、ファミリーレストランなどが「災害時帰宅支援ステーション」として、水道水の提供、トイレの使用、地図・ラジオ等による情報の提供などをします。



災害時帰宅支援ステーションに貼られているステッカーを目印に

東日本大震災では、約515万人が帰宅困難者に

東日本大震災では発生当日に首都圏の交通網が寸断され、首都圏では約515万人が帰宅困難になり勤務先や公共施設などで夜を明かしたとみられています。

今後、首都直下地震が発生した場合、東京都市圏で約640万～約800万人もの帰宅困難者の発生が予想されています。そのような事態を想定し、日頃から準備をしておくことが大切です。

● 3大都市圏で予想される帰宅困難者の数

1都4県 (茨城県、埼玉県、千葉県、神奈川県)※1	約640万人～約800万人	
中部圏※2	愛知県	98万人
	京都地区(観光地)	約39万人
関西圏※3	大阪地区(ビジネス地区)	約203万人
	神戸地区(商業地)	約31万人

※1 中央防災会議の首都直下地震の被害想定による(平成25年12月)
 ※2 愛知県の東海・東南海地震被害予測による(名古屋市47万人など)
 ※3 関西広域連携協議会の「災害時の昼間流入人口問題の解決に向けて」による



風水害を正しく理解しましょう

土砂災害の2つの警戒区域を知っておきましょう

「土砂災害警戒区域」と「土砂災害特別警戒区域」とは、「土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律」に基づいて千葉県によって指定・告示された区域のことです。

土砂災害警戒区域（通称：イエローゾーン）

土砂災害のおそれがある区域のこと。

- 指定区域にお住まいの場合
- 危険な場所を点検し、防災情報を収集する。
 - 避難訓練に参加する。
 - ハザードマップで避難所を確認しておく。
 - 土砂災害警戒情報や雨量の情報を注意する。
 - 土砂災害警戒情報などが発表された際には早めに避難する。

土砂災害特別警戒区域（通称：レッドゾーン）

土砂災害警戒区域のうち、建築物に損壊が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれがある区域のこと。

- 指定区域にお住まいの場合
- 著しい損壊が生じるおそれがある建築物に対し、移転などが勧告される可能性がある。
 - 危険な場所を点検し、防災情報を収集する。
 - 避難訓練に参加する。
 - ハザードマップで避難所を確認しておく。
 - 土砂災害警戒情報や雨量の情報を注意する。
 - 土砂災害警戒情報などが発表された際には早めに避難する。

また、警戒区域ではなくても、傾斜30度以上、高さ5m以上で人家や公共施設に被害を及ぼすおそれのある急傾斜地も千葉県が公表しています。

千葉県ホームページから野田市の状況を確認することができます。

●土砂災害警戒区域等の指定

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kakan/sabou/keikai/noda.html>

●土砂災害危険箇所

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kakan/sabou/kikenkasho/noda.html>

土砂災害（種類と前兆）

土砂災害は発生すると大きな被害を引き起こします。長雨や大雨、または地震が発生したあとに次のような現象を察知したら、早めに避難し、防災機関に通報しましょう。

がけ崩れ

雨でやわらかくなった斜面が急激に崩れ落ちる。最も多い土砂災害。

こんな前兆に注意

- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから異常な音がする。
- 異様なにおいがする。

土石流

山腹や渓流の土砂が一気に下流へ押し流される。破壊力が大きい。

こんな前兆に注意

- 近くで山崩れなどが発生。
- 立木の裂ける音や岩の流れる音がする。
- 山鳴りがする。
- 雨が降り続けているのに川の水量が減少する。
- 川がにごったり、流木がまざる。

地すべり

斜面の一部が地下水などの影響でゆっくりと滑り落ちる。被害は広範囲に及ぶ。

こんな前兆に注意

- 地鳴り、家鳴りがする。
- 根の切れる音がする。
- 地面が振動する。
- 地面にひび割れができる。
- 井戸や沢の水がにごる。
- がけや斜面から水が噴き出す。

●大雨などに関する情報と市民の行動

大雨の状況	気象情報	市民の行動
約1日程度前 大雨の可能性が高くなる	大雨に関する気象情報 警報や注意報に先立って発表	●洪水ハザードマップを確認する ●気象情報に気をつける ●テレビ、ラジオなどから最新の気象情報を入手する ●窓や雨戸など、家の外の確認 ●避難場所の確認 ●非常持出品の点検 ●避難の準備をする ●危険な場所に近づかない ●日頃と異なったことがあれば、市役所などへ通報
半日～数時間前 大雨が始まる、強さが増す	大雨注意報 警報になる可能性がある場合は、その旨予告	
数時間～1、2時間前	大雨に関する気象情報 雨の状況や予想を適宜発表	●避難場所へすぐに避難 ●直ちに命を守る行動をとる（避難所へ避難するか、外出することが危険な場合は建物の2階以上で安全な場所にとどまる）
大雨が一層激しくなる	大雨警報 大雨の期間、予想雨量、警戒を要する事項などを発表	
記録的な大雨発生	大雨に関する気象情報 刻一刻と変化する大雨の状況を発表	
被害の拡大が心配される	記録的短時間大雨情報 数年に一度の記録的な雨が観測されたり、レーダーなどで解析された場合に発表	
広域で多量の3時間・48時間雨量	土砂災害警戒情報 土砂災害の危険度がさらに高まった場合に発表 市区町村長の避難勧告などの発令、住民の自主避難の判断等の目安となる情報	
	大雨特別警報 数十年に一度の大雨となるおそれ大きいときに発表	



竜巻が迫ってきたら

実際に竜巻が接近してきたときの周囲の変化

- 空が急に暗くなる
- 大粒のひょうが降る
- 漏斗状の雲が目撃される
- ゴーというジェット機のような音が聞こえる
- 飛散物が筒状に舞い上がる
- 気圧の変化で耳に異常を感じる

屋外では

- 近くの頑丈な建物内に避難する（車の中、物置・プレハブの建物などには逃げない）
- 近くに頑丈な建物がない場合は、水路や溝などくぼんだ場所（急な豪雨に注意）や物陰に身を伏せ、両腕で頭と首を守る



住宅内では

- 窓は閉め、カーテンも閉める
- 雨戸やシャッターを閉める
- 家の中心部に近い、窓のない部屋に移動する
- 地下室や建物の最下階に移動する
- 低い姿勢を取り、両腕で頭と首を守る



オフィスビルなどでは

- 窓のない部屋や廊下へ移動する
- ガラスのある場所から離れる
- エレベーターは停止するおそれがあるので乗らない
- 低い姿勢を取り、両腕で頭と首を守る



火事だ！ 初期対応の3原則

に沿って行動しましょう

火災発生！ 初期対応の3原則

出火に居合わせたら、「通報」「初期消火」「避難」の順に行動することが大切です。ただ状況によって優先順位は

異なり、逃げ遅れないよう冷静な判断を心がけましょう。

1 大声で知らせる！

- 「火事だ！」と大声で叫び、隣近所に知らせる。声が出ない場合は、非常ベルを鳴らすか、音の出る物を叩くなどして異変を知らせる。
- 小さな火でも**119番に通報**する。当事者は消火にあたり、近くの人に通報を頼む。



2 初期消火する！

- 火が横に広がっているうちなら消火は可能です。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、ジュースや牛乳をかけるなど手近のものを最大限に活用する。



3 早く逃げる！

- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断する。
- 煙を吸い込まないように、一気に走り抜ける。



安全に避難するための7ポイント

- | | |
|--------------------------|---------|
| 1 天井に火が燃え移ったらすぐに避難。 | 素人の限界 |
| 2 高齢者、子ども、病人を優先。 | 最優先 |
| 3 服装などにこだわらず、できるだけ早く避難。 | 命が大切 |
| 4 ちゅうちょは禁物。一気に走り抜ける。 | 有毒ガス |
| 5 煙の中を逃げるときは、できるだけ姿勢を低く。 | 有毒ガス |
| 6 いったん逃げ出したら、再び中には戻らない。 | 死亡する理由大 |
| 7 逃げ遅れた人がいたら、消防隊にすぐ知らせる。 | 命が大切 |

消火器の使い方

- 安全ピンを上に向かって強く引き抜く
- ホースのノズルを持ち、火元に向ける
- レバーを強く握って噴射する

覚えておこう！

- 出入り口を背後にして、避難路を確保する
- 姿勢を低くし、煙を吸い込まないようにする
- 炎ではなく、火元を掃くように左右にふる
- ホースが強く振られるので、ノズルをしっかり握る
- 消火器の薬剤はすべて出し切る
- 粉末消火器の場合、必ず消火を確認する



火元別の 消火方法

コンロ

- 油なべの場合、水をかけたり、マヨネーズや野菜を入れたりするのは厳禁。
- 粉末消火器はなべの全面を覆うように、強化液消火器はなべのふちに向け噴射する。
- 消火器がない場合は、ぬらしたシーツやバスタオルを手前からかぶせ、空気を遮断する。



電気器具

- コンセントかブレーカーを切り、粉末消火器で消火する。泡消火器などは感電のおそれがあるので使用しない。
- いきなり水をかけると感電のおそれがある。



ストーブ

- 消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器を使う。
- 消火器がない場合は、水にぬらした毛布などを手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。



着衣（背中）

- 床や地面を転がまわって消火する。
- 浴槽に水が残っていれば、水を頭からかぶるか、浴槽に飛び込む。
- 髪の毛に火がついたら、化繊以外のタオルなどを頭からかぶる。



カーテン・ふすま・障子

- カーテンなどは上に燃え広がる前の対処が重要。火がついたら、引きちぎってから消火する。
- ふすまや障子などはけり倒し、足で踏んで消す。その後、水をしっかりかけて消火する。



こわい煙に要注意！

煙は一酸化炭素などの有毒ガスを含んでいるため、吸い込むと中毒などで命を落とす危険性があります。2001年に44人が犠牲となった東京・新宿歌舞伎町ビル火災でも、そのほとんどが煙による一酸化炭素中毒死とみられています。



- ◆ぬらしたタオルやハンカチなどで、口と鼻をおおう。無理な場合はネクタイや衣類で代用を。
- ◆できるだけ姿勢を低くする。
- ◆階段では、はったまま後ろ向きに下りる。
- ◆短い距離なら、息をとめて一気に走り抜ける。
- ◆視界が悪いときは、壁つたいに避難する。

初期消火には限界がある

もし炎が天井に燃え移ったら、初期消火を中断し、すぐに避難してください。

自主防災組織に参加しましょう

大災害が発生すると、消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが、「自主防災組織」です。自主防災組織とは、地域の人々が自発的に防災活動を行う組織です。「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで、自主防災組織の活動に積極的に参加し、災害に強い地域をつくりましょう。



平常時の活動

役割分担を明確にして訓練を実施し、緊急時に役立つ活動につなげましょう。

防災知識の普及

防災についての正しい知識を地域に普及させるために、防災イベントの実施や防災地図の作成などを通じて防災知識の普及をする。



地域内の防災環境の確認

災害発生時に、地域内に被害の発生、拡大につながる原因がないか、また、援助の必要な方がいないかなどを確認する。



防災資機材の整備

消火活動、応急手当、救出・救護、避難誘導など、災害時に必要となる資機材を準備し、定期的に点検や使い方を確認する。



防災訓練の実施

日頃から災害を想定した訓練を行い、炊き出し、消火器の使用方法や応急手当など、防災活動に必要な知識や技術を習得する。



災害時の活動

会長や班長の指導のもとに人命を守ることを第一に活動しましょう。

情報の収集・伝達

災害に関する正しい情報の収集・伝達をする。



救出・救助活動

負傷者や家屋などの下敷きになった人の救出・救助活動をする。



初期消火活動

出火防止のための活動や初期消火活動をする。



医療救護活動

応急手当をして、救護所へ搬送する。



避難誘導

住民を避難所などの安全な場所に誘導する。



給食・給水活動

食料や水、救援物資などの配分や炊き出しなどをする。



避難行動要支援者を守りましょう

避難行動要支援者とは

高齢者や障がい者、乳幼児、妊婦、外国人、難病患者など、災害から自らを守るうえで、特に配慮を要する方のうち、自ら避難することが困難で、周囲の支援が必要になる方のことをいいます。避難行動要支援者を災害から守るため、地域で協力して支援体制をつくり災害に備えましょう。

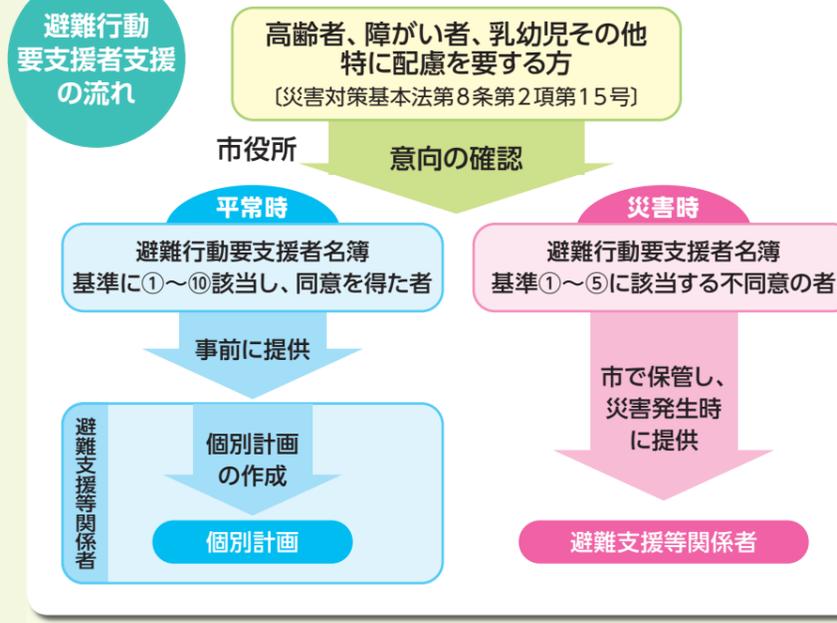
避難行動要支援者対策

- 地域で避難行動要支援者の災害時の安全な避難を確保しましょう。
- 避難行動要支援者の方の支援について地域と行政との連携で考える
- 避難行動要支援者が自分で避難行動が少しでもできるように地域で支援する
- 自治会又は自主防災組織は、災害時の安全な避難誘導ができる体制をつくる
- 自治会又は自主防災組織は、支援する方と連携し必要な資機材を日頃から検討し準備する

「野田市避難行動要支援者支援計画」は下記のホームページをご覧ください。

http://www.city.noda.chiba.jp/_res/projects/default_project/page_001/003/759/26-yousien.pdf

避難行動要支援者支援の流れ



基準

- ① 介護保険法の規定により要介護認定3～5を受けている者
- ② 身体障害者福祉法の規定により身体障害者手帳1・2級(総合等級)の第1種を所持する者(心臓、腎臓機能障がいのみで該当する者は除く。)
- ③ 療育手帳制度要綱の規定により療育手帳A以上を所持する知的障がい者
- ④ 精神保健及び精神障害者福祉に関する法律の規定により精神障害者保健福祉手帳1・2級を所持する者で単身世帯の者
- ⑤ 障害福祉サービスを利用している難病患者
- ⑥ 基準①に該当しない要支援・要介護認定者、もしくは高齢者のみの世帯に属する者、基準②～④に該当しない障がい者又は基準⑤に該当しない難病患者のうち、本人等から申出のあった者で、市長が避難支援等の必要を認める者
- ⑦ 乳幼児のうち、保護者等から申出のあった者で、市長が避難支援等の必要を認める者
- ⑧ 妊婦のうち、本人等から申出のあった者で、市長が避難支援等の必要を認める者
- ⑨ 外国人のうち、本人等から申出のあった日本語の理解が十分できない者で、市長が避難支援等の必要を認める者
- ⑩ その他自主防災組織等の避難支援等関係者が、基準①～⑨に該当しない者で支援の必要を認める者

災害時の避難のポイント

避難に関する3つの情報

地震など、災害の危険が迫って住民の避難が必要になった場合に、防災行政無線や野田市安全安心メール「まめメール」で避難に関する情報を発令します。3種類の情報は状況に応じて出され、市民の皆さんには各情報に応じた避難行動が求められます。

1 避難準備情報



- 人的被害の発生する危険性が高まった状況です
- 避難するのに時間がかかる高齢者などやその支援者は避難を始めます
- 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めます

2 避難勧告



- 人的被害の発生する危険性が明らかに高まった状況です
- すべての住民は指定された避難場所に避難します

Point

特別警報が発表されていなくても
 早め早めの準備をしましょう。

3 避難指示

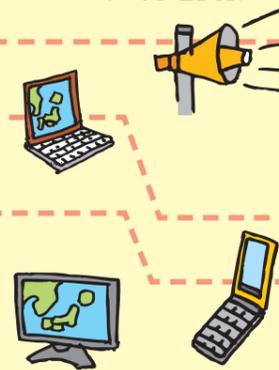


- 人的被害の発生する危険性が非常に高まった状況、あるいはすでに人的被害が発生した状況です
- 対象地域の住民は避難を完了してなければなりません
- まだ避難していない住民は直ちに避難します。万一避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動を取ります

避難情報を入手しよう

市からの避難情報の伝達経路

- 防災行政無線から
- インターネットのホームページから
- 「まめメール」やテレホンサービスなどから
- テレビ・ラジオから
- 広報車から



◆注意◆

屋外での放送などでは、強い風雨で音声聞き取りにくい場合があります。

◆注意◆

「まめメール」での情報入手は事前にアドレス登録が必要です。また、野田市災害情報公式ツイッターもフォローすることでより便利に利用できます。詳しくは、市ホームページなどでご確認ください。

防災行政無線～文字表示機能付き戸別受信機

聴覚障がい者の世帯を対象に、文字表示機能付きの戸別受信機を設置しています。電気料金をご負担いただきますが、希望される方には無償で設置していますので、防災安全課までご相談ください。

注意!

避難場所に関する注意点

- ◆ 地震の際の避難場所ではあっても、浸水の可能性などから洪水時の避難場所ではない場合もある。
- ◆ 東日本大震災では避難所においても被害を受けるくらいの災害だった。避難所に逃げたから安心ではなく、場合によってはより安全な場所に逃げる必要がある。

安全に避難するために

事前に準備を

普段から避難場所までの安全な経路などを確認しておきましょう。



持ち物は最小限に

荷物は背負い、両手が使えるようにしましょう。

→18ページ参照



車は使わないのが原則

車は渋滞して避難できないことがあります。また、数十センチの浸水で浮いてしまいます。他の避難者や緊急車両の妨げにもなり、危険です。



避難のときの服装

- ヘルメットや防災ずきんで頭を保護
- 燃えにくい木綿製品を
- 長袖・長ズボンを着用
- 靴は底の厚い、はき慣れた運動靴を
- 軍手や革手袋をはめる



隣近所で声を掛け合って

避難は集団で行動することが理想です。普段から近隣の人や自主防災組織と話し合っておきましょう。



災害時協力井戸

災害時における飲料水及び生活雑用水の確保を図るため、市内に井戸を所有する方の協力の下に、これらの井戸を登録していただき、災害時に地域住民の方に供給していただくものです。

井戸の登録方法や登録井戸の一覧、マップは下記のホームページをご覧ください。

<http://www.city.noda.chiba.jp/kurashi/anzen/bousai/ido/1000310.html>

避難生活における健康管理

非常持出品、備蓄品を用意しましょう

東日本大震災のような大規模災害が発生すると、避難生活は相当の長期化が予想されます。不自由な避難所生活においても、できるだけ普段の生活を取り戻すつもりで、体をこまめに動かしながら以下のような病気に注意しましょう。

感染症予防

冬期の場合には、集団生活をする避難所では風邪やインフルエンザなどの感染症が広がりやすくなります。

- こまめに、うがいや手洗いを励行しましょう
- できるだけマスクを着けましょう
- 下痢をしている人は脱水状態にならないよう水分補給を心がけましょう



エコノミークラス症候群予防

エコノミークラス症候群とは、長時間足を動かさないでいることで足の静脈に血栓（血の塊）ができ、歩き出した後などに血栓の一部が血流に運ばれて肺や脳の血管をふさいでしまう病気です。肺栓塞や脳卒中を発症するおそれもあります。長時間飛行機に乗った場合などに見られることからこの名がついています。避難生活ではできるだけ体を動かすようにしましょう。

- できるだけ体を動かしましょう
- 座ったままでも、足の指やつま先を動かすなど足の運動をしましょう
- 十分な水分をとり、脱水症状にならないようにしましょう
- 避難所ではゆったりとした服装で過ごしましょう



一酸化炭素中毒予防

車の中に避難している場合には、長時間冷暖房をつけっぱなしにしていると一酸化炭素中毒の危険性が高まります。狭い屋内でストーブなどを使う場合も同様です。新鮮な空気に入れ替えることが重要です。

- こまめに窓を開けるなど、換気をする
- 暖房機器についている排気口に異常がないか確認しておく



東日本大震災では、長期間物資が被災地に届かないという事態に陥りました。また、品不足の心配から買い占めが発生し、被災地への物資供給に悪影響を与えました。このように震災時には生活必需品が入手できなくなる可能性があります。少なくとも3日以上は救助なしで生活ができるように非常持出品や備蓄品を準備しておきましょう。

1 必ず用意するもの

※家族の人数や年齢によって種類や量が変わります。



非常持出品… 災害発生時に最初に持ち出すもの。

《食料》飲料水（ペットボトル）、非常食（乾パンや缶詰など火を通さなくていいもの、アレルギー対応のもの）
 《生活用品》懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話用充電器、電池、医薬品（傷薬、ばんそうこう、胃薬など）、貴重品（公衆電話の利用に10円玉も）、衣類（保温性が高いもの）、マスク、雨具、タオル、紙食器、割り箸、軍手、ライター、ろうそく、ナイフ、缶切り、ティッシュ、ビニールシート、生理用品、携帯用トイレ、保険証のコピー、お薬手帳などをリュックサックにまとめる

備蓄品（3日以上）… 救援物資が届くまでの間、生活するためのもの。

《食料》飲料水（1人1日3リットル）、非常食
 《生活用品》カセットコンロ、紙食器、割り箸、ラップ、ウェットティッシュ、トイレトーパー、洗面用具、水のいらぬシャンプー、タオル、使い捨てカイロ、マスク、ロープ、バール（工具）、ランタン、安全靴、携帯用トイレ、寝袋、毛布、シート



乳幼児がいる場合

粉ミルク、レトルトや缶詰の離乳食、哺乳ビン、スプーン、哺乳ビンの消毒剤、紙おむつ、お尻ふき、着替えの服、抱っこひも、ベビーソープ、バスタオル、医薬品、ガーゼ、爪切り、母子手帳



高齢者がいる場合

レトルト食品（おかゆなど）、医薬品、老眼鏡、入れ歯と入れ歯ケース、補聴器、湿布薬、つえ、入れ歯用殺菌剤



2 携帯電話を使いこなす



携帯電話は通話以外にもさまざまな機能を持っており、災害時には「命綱」になります。いざというときのために、必要な備品と機能を確認しておきましょう。

災害時に役立つ機能

- 災害用伝言板
他社同士でもメッセージを送受信できるほか、宛先を事前に登録しておけば、一斉送信も可能。
- 緊急地震速報
東日本大震災以降、対応機種が増加。地震の揺れに備えることができる。
- テレビやラジオ
ワンセグ対応携帯電話の場合、テレビ番組を受信することができる。ラジオが聴ける機種もあり、これらは停電時もテレビ・ラジオ放送からの情報入手が可能。
- 地図
地図のサービスを利用することで、学校や公園などの避難所や病院を探することができる。GPS機能付きであれば、地図サービスと連携し、現在地から最も近い避難所などをナビゲートしてくれるシステムもある。
- 懐中電灯やホイッスル
非常時のライトとしても代用できる。ブザー機能があればホイッスルの代わりになる。

長持ちさせるための備品

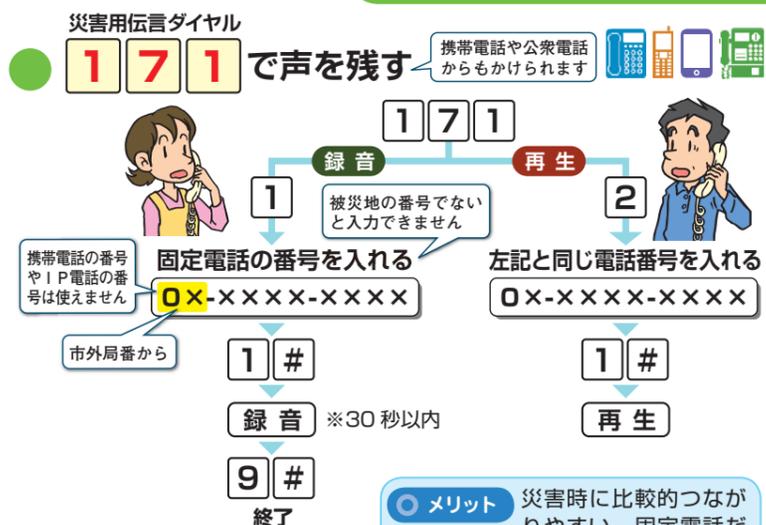
- 《予備の電池》
 《充電器》
電池式の充電器：乾電池を入れて充電するタイプ
手動式の充電器：手で発電し充電するタイプ
ソーラー式充電器：太陽光で発電し充電するタイプ
 《その他》
保護ケース：衝撃に弱いスマートフォンなどの携帯電話を破損から守るためのケース

※緊急時の充電
携帯電話会社の公式ショップでは、災害発生時に充電サービスを提供している。近所の公式ショップの場所を普段から確認しておこう。

家族との連絡方法、集合場所を決めましょう

災害時、最も心配になるのは家族の安否です。多くの場合、仕事や学校などで家族は日中離れて生活しています。人は誰も家族の無事を確認できなければ安心できません。東日本大震災でも通信回線がつながりにくくなり、安否確認に手間取るケースがほとんどでした。大災害は、ライフラインのひとつである通信にも大きな打撃を与えます。しかし通信手段が全滅を免れてさえいれば、時間はかかっても安否情報を伝えることは可能です。その際に有効なのは、複数の通信手段を使って連絡が取れる確率を少しでも高めることです。

音声による連絡方法



● 公衆電話を使う

災害時、公衆電話は一般回線より優先的に回線が確保されます。また、災害時には被災地の公衆電話は無料で使えます（国際電話は使えません）。ただし、旧型の公衆電話（グリーンの本体とシルバーのボタン）の場合、10円玉かテレホンカードを入れないと電源が入りません。被災地以外で使用する場合は、テレホンカードや10円玉を持っていると便利です。



- メリット** 固定電話や携帯電話がつかないときの連絡手段として使用できる。
- デメリット** 近年、公衆電話の数が減っている。災害時は人が押し寄せる。

- メリット** 災害時に比較的つながりやすい。固定電話だけでなく携帯電話や公衆電話からもかけられる。
- デメリット** 被災地の固定電話からの利用が優先されるため、被災地外からはつながりにくいこともある。

安否確認手帳体験日

- 毎月1日・15日
 - 正月三が日(1/1～1/3)
 - 防災とボランティア週間(1/15～1/21)
 - 防災週間(8/30～9/5)
- ※通信料がかかります。

携帯電話回線やインターネット回線を使った新しい連絡方法

Twitter ツイッター

個々の利用者が短い文章を投稿し、閲覧できる無料サービスです。投稿や閲覧は携帯電話、パソコンやスマートフォンから可能です。

- メリット** 災害時、比較的つながりやすい。携帯電話に限らずパソコンから投稿や閲覧ができる。他の利用者にダイレクトメッセージが送れる。
- デメリット** 使い慣れていないと、いざというときに使えない。

野田市安全安心メール「まめメール」

携帯電話やパソコンを利用して、「防犯」、「子ども安全」、「防災」、「光化学スモッグ」、「火災」、「消費生活」の情報をメールで配信しています。なお、通信料がかかります。登録方法は下記のホームページをご覧ください。
<http://www.city.noda.chiba.jp/kurashi/anzen/kinkyu/1002907.html>

野田市災害情報公式ツイッター

災害情報専用の公式ツイッターを開設し、災害時の緊急情報を発信します。ツイッターのアカウント登録をしなくても、閲覧できますが、登録しフォローすることでより便利に利用できます。なお、通信料がかかります。アカウント登録の方法などは、下記のホームページをご覧ください。
<http://www.city.noda.chiba.jp/kurashi/anzen/bousai/1002110.html>

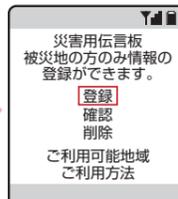
文字（パケット通信）による連絡方法

携帯電話のサービス 災害用伝言板を利用



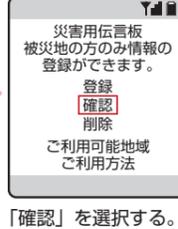
メニュー画面に表示される「災害用伝言板」を選択する。

登録

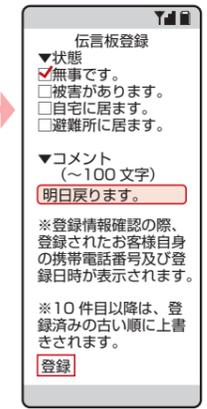


「登録」を選択する。

確認



「確認」を選択する。



現在の状態を「状態」「コメント」で残す。

安否確認したい人の携帯電話の番号を入力して検索ボタンを押す。そうすると登録内容が確認できる。

※各社の災害用伝言板サイトアドレス
NTT ドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>
ワイモバイル(ウィルコム) <http://dengon.willcom-inc.com/>
ワイモバイル(イーモバイル) <http://dengon.emnet.ne.jp/>
ワイモバイル <http://dengon.clubh.ne.jp>

※注意
登録は携帯電話からしかできません。
確認は携帯電話とパソコンから可能です。

- メリット** 災害時に比較的つながりやすい。携帯電話だけでなくパソコンからも確認ができる。

- デメリット** 携帯電話を使い慣れていない人には不便。携帯のバッテリーが切れると使えない。

● 携帯電話のメールを活用

携帯電話のメールを活用するのも有効です。災害発生直後はつながりにくくなり、相手に届くまでに時間がかかりますが、自分の状況を随時送信しておくことで、災害用伝言板と同じ役割を果たします。



- メリット** 携帯電話の通話よりはバッテリーの消費が少ない。
- デメリット** 災害発生直後はつながりにくい場合がある。バッテリーが切れると使えない。

● パソコンのEメールを利用 (インターネット)

東日本大震災では、パソコン(インターネット)を使ったEメールは比較的届きやすく、多くの人に活用されました。



- メリット** 災害時、固定電話や携帯電話に比べて、比較的連絡をとりやすい。
- デメリット** 停電時はパソコンが使えない可能性が高い。

家族の集合場所を決めておきましょう!

家族と連絡が取れず、自宅が被災した場合を想定し、家族で集合場所を話し合っておきましょう。万一のことを考えて複数の集合場所を決めておきましょう。

	第1集合場所	第2集合場所	第3集合場所
名称			
備考			

野田市避難場所マップ

凡例	
①	地震・大規模事故・風水害対応
②	地震・大規模事故対応

■ 東部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
59	東部公民館	目吹、金杉、鶴奉、横内、大殿井	東部地区全域
60	東部中学校		
61	東部小学校		
62	野田看護専門学校		

■ 福田地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
70	福田第一小学校	下三ヶ尾、三ツ堀、瀬戸、瀬戸上灰毛、木野崎、上三ヶ尾、二ツ塚、西三ヶ尾、大青田飛地	福田地区全域
71	福田中学校		
72	福田公民館		
73	二ツ塚小学校		
74	福田第二小学校		

■ 関宿北部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
1	関宿城博物館 関宿にここ水辺公園	関宿江戸町、関宿町、関宿三軒家、関宿台町	関宿北部地区全域
2	関宿あおぞら広場	-	
3	関宿公民館	-	
4	関宿中学校	関宿元町、関宿内町	
5	関宿小学校	-	
6	元町香取神社	-	
7	下納谷浅間神社	-	

■ 関宿中部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
8	アルフレッサファーマ(株)	関宿台町、関宿元町飛地、関宿江戸町飛地、西高野、東高野、中戸、新田戸	関宿中部地区全域
9	関宿幼稚園	-	
10	二川小学校	柏寺	
11	二川中学校		
12	関宿中部幼稚園	-	
13	二川公民館	-	
14	アスク古布内保育園	-	
15	古布内浄禅寺	-	
16	関宿複合センター	親野井	
17	いちいのホール	次木	
18	関宿中央公民館	親野井、平井、東宝珠花、次木	
19	関宿保健センター		
20	関宿中央小学校		

■ 関宿南部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
21	飯塚白山神社	-	関宿南部地区全域
22	木間ヶ瀬中学校	桐ヶ作、古布内	
23	関宿南部幼稚園		
24	木間ヶ瀬小学校	-	
25	関宿総合公園(体育館)	岡田、丸井、木間ヶ瀬新田、木間ヶ瀬	
26	木間ヶ瀬公民館	-	
27	木間ヶ瀬保育所	-	
28	関宿高等学校	-	

■ 川間地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
29	(株)USS東京	岡田、丸井、木間ヶ瀬新田、木間ヶ瀬	川間地区全域
30	川間小学校	木間ヶ瀬、船形、中里、長谷、小山、延打、尾崎、東金野井、日の出町、尾崎台、泉一丁目～三丁目	
31	川間公民館		
32	川間中学校		
33	西武台千葉中学校 西武台千葉高等学校	-	
34	尾崎小学校	-	

■ 北部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
35	北部中学校	木間ヶ瀬、船形、中里、長谷、小山、延打、尾崎、東金野井、日の出町、尾崎台、泉一丁目～三丁目	北部地区全域
36	岩木小学校	岩名、五木、谷津、吉春、番昌、座生、五木新田、七光台、岩名一丁目～二丁目、五木新町、春日町、谷吉、光葉町一丁目～三丁目	
37	北コミュニティセンター		
38	七光台小学校		
39	野田中央高等学校		
40	岩名中学校	-	
41	北部公民館	-	
42	北部小学校	-	

■ 中央地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
43	総合公園(体育館)	野田、上花輪、中野台、清水、堤台、中野台鹿島町、上花輪新町、清水公園東一丁目～二丁目、桜の里一丁目～三丁目、つつみ野一丁目～二丁目	中央地区全域
44	清水高等学校	-	
45	清水台小学校	-	
46	清水公園	-	
47	旧専売公社跡地	-	
48	愛宕神社	-	
49	第一中学校	野田、上花輪、中野台、清水、堤台、中野台鹿島町、上花輪新町、清水公園東一丁目～二丁目、桜の里一丁目～三丁目、つつみ野一丁目～二丁目	
50	中央小学校	-	
51	鹿島神社	-	
52	キッコーマン野球場	-	
53	朝日ヶ丘公園	-	
54	柳沢小学校	柳沢、宮崎、中根	
55	東葛飾教育事務所 東葛飾研修所		
56	文化センター		
57	宮崎小学校		
58	第二中学校	-	

■ 南部地区

地図No.	避難場所	災害別の避難地域	
		風水害対応	地震・大規模事故対応
63	南部中学校	山崎、今上、桜台、桜木、花井、堤根、山崎貝塚町、山崎梅の台、花井一丁目、みずき一丁目～四丁目	南部地区全域
64	南部小学校		
65	南部梅郷公民館		
66	南コミュニティセンター		
67	山崎小学校		
68	みずき小学校		
69	東京理科大学		

■ 福祉避難所

障がい者や高齢者のみの世帯など一般の避難所での避難生活が困難なため、特別な配慮をするため福祉避難所を民間の施設等と要援護者の受け入れに対する協定を締結しています。

地図No.	避難場所	備考
1	くすのき苑	指定障害者支援施設
2	千葉県立野田特別支援学校	
3	野田芽吹学園	指定障害者支援施設