

いざと
いうときの
ために!

防災ガイド



日頃から家庭でできる防災対策

固危機管理課 ☎56-1290

▶▶▶非常持ち出し品・備蓄品を揃える

避難するときに最初に持ち出すのが「非常持ち出し品」。災害直後から混乱が収まるまでの数日間、自給自足するための物資が「備蓄品」です。以下は一例です。特に非常持ち出し品は、持って逃げられる量にしましょう。

非常持ち出し品

とっさの場合に持ち出せるように
リュックサックにつめておきたい

- 携帯電話 モバイルバッテリー
- 携帯ラジオ ヘルメット・防災ずきん
- 貴重品（現金、通帳、印鑑、身分証明書等）
- 防寒用ジャケット・雨具 食料 飲料水
- 保険証 持病の薬 お薬手帳・処方箋
- 救急セット 着替え・下着 懐中電灯
- 歯磨きセット ウェットティッシュ
- タオル ビニール袋 軍手
- レジャーシート 割り箸
- 洗料（ドライシャンプーなど） マスク
- アルコール消毒液 せっけん 体温計

備蓄品

少なくとも3日は自力で生活できるよう準備

- 食品（レトルト食品、アルファ化米、缶詰など）
- ビニール袋 飲料水（1人1日3リットル程度）
- カセットコンロ 給水用ポリタンク
- ラップフィルム
- ティッシュペーパー・ウェットティッシュ
- 水のいらぬシャンプー
- 紙皿・紙コップ・割りばし 工具セット
- 簡易トイレ

■ローリングストックで上手に備蓄!

日ごろから自宅で利用しているものを少し多めに購入することで、災害時に当面の生活をすることが可能になります。

▶▶▶災害時の安否情報を確認する

■災害用伝言サービス

※毎月1日と15日などに体験できます
災害時に電話がつながりにくいときに、家族や知人との間で、連絡などをスムーズに行うためのサービスです。

■電話で安否確認

被災地の固定電話番号を使用して、伝言を録音・確認することができます。「171」をダイヤルさえすれば、ガイダンスにしたがって、操作できます。

災害用伝言ダイヤル171

伝言の録音 171 → 1

自宅などの電話番号を入力 → メッセージを入れる

伝言の再生 171 → 2

自宅などの電話番号を入力 → メッセージを確認

福祉・介護

エリアマップ7図 B-1

社会福祉法人三友会

特別養護老人ホーム ウィステリア八重原

ウィステリアは「顔の花」を表し、花言葉は「歓迎」です。おひとりおひとりの個の尊厳を守るユニットケアで、心地よい生活をサポートいたします。

■君津市八重原172-275
■TEL:0439-50-0085
■FAX:0439-50-0086

■E-mail:info@sf-sanyukai.com 入所・短期入所・通所/福祉避難所

Pあり



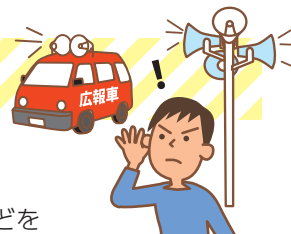
子どものための防災知識

台風や大雨の時の備え

風や雨に関する注意報や警報が流れたら、前もってベランダや外にある風でとばされやすいものを家の中に入れておこう。

停電などに備え、懐中電灯やラジオ、非常持ち出し品を用意し、いつでも避難ができるようにしておこう。

正確な情報を入手する



■防災行政無線

市内各所に設置している屋外拡声器を使って、防災情報などを放送しています。

■防災行政無線テレホンガイド

無線放送から約30分間、同じ内容を電話で聞くことができます。

なお、Jアラートに連動した自動放送については、タイムラグが発生する場合があります。また、回線が混みあった場合には、繋がらなくなる可能性もあります。そのような場合には、しばらく間をあけてから、お掛け直し下さい。

☎0120-49-4133

■君津市メール配信サービス

防災情報や火災情報、市の行事や安全・安心に関する情報などを登録いただいたアドレスへメールでお知らせします。



▶登録方法

右記の二次元コードを読み取る、又は直接アドレスを入力して、空メールを送信。
メールアドレス：t-kimitsu@sg-p.jp

■君津市公式ツイッター

防災情報や市からのお知らせをリアルタイムに発信します。



■君津市公式ホームページ

災害時の最新情報や避難所情報などをお知らせします。また、大規模災害発生時には、アクセスが集中して見られなくなるのを防ぐため、緊急災害版に切り替えて情報を発信します。

<https://www.city.kimitsu.lg.jp/>



■君津市LINE公式アカウント

市内の避難所開設情報や新型コロナウイルスの情報など、君津の最新の情報をお届けします。



■災害情報共有システム「Jアラート」

市からの避難勧告や避難指示(緊急)など、避難に関する情報を、テレビやインターネットで確認できます。

▶NHK 総合の場合

- ①NHK 総合にチャンネルを合わせる
- ②リモコンの「d ボタン」を押す
- ③「地域の防災・生活情報」→「避難情報」を選択

■災害時の緊急放送

市は、かずさエフエムと災害情報の放送協定を締結しています。

大規模な災害が発生した場合や、その恐れがある場合、市の要請により、被害状況や避難情報など、災害に関する緊急放送を行います。



▶かずさエフエム 83.4MHz

■スマートフォンアプリから情報を入手!

●Yahoo! 防災速報

地震・豪雨・津波などの情報をプッシュ通知でお知らせするアプリです。(Android・iOS対応)
<https://emg.yahoo.co.jp>



●TEPCO速報

停電や雨雲、地震速報などをお手持ちのスマートフォンにプッシュ通知でお知らせするアプリ「TEPCO速報」が東京電力より公開されています。(Android・iOS対応)

※詳しくは東京電力のホームページをご確認ください。

<http://teideninfo.tepco.co.jp/>



停電に関する問い合わせ▶

東京電力 ☎0120-995-007

※フリーダイヤルをご利用になれない場合は、☎03-6375-9803へ (有料)

電気・水道

エリアマップ13図 D-2

有限会社上総電気水道

高圧変電設備・一般電気工事一式・給排水・衛生・浄化槽工事一式など

■君津市広岡1721-4
■TEL:0439-29-2020 ■FAX:0439-29-2241
■営業時間/8:00~17:00
■定休日/日曜、祝日、指定休日



作業服

エリアマップ2図 C-2

有限会社親和商店(本店)

ユニフォーム・空調服・警備服、安全保護具(安全帯)・のぼり、防災用品(防災食)・衛生用品、きみびよんグッズ・(きさぼん、ふつつん、ガウラ)グッズ

■君津市人見1204 木更津オフィス、富津事業所、袖ヶ浦事業所、南房総市オフィス、館山市オフィス
■TEL:0439-52-0714 ■FAX:0439-52-9486
■営業時間/月曜~金曜(7:00~19:00) 土曜(7:00~18:00) ■定休日/日曜、祝日
■URL:<http://shinwa-ky.com> ■E-mail:shinwa.r.9981@tkcnet.ne.jp

自主防災組織を結成しよう

固危機管理課 ☎56-1290

大地震のような規模の大きな災害のときは、交通網の寸断、通信障害、同時多発災害などで、すぐには消防や警察などの救助が得られない可能性があります。そうしたときに頼りになるのは、住民自身が自発的につくる防災のための組織（自主防災組織）です。

わが家・わがまちを災害から守るため、ぜひ自主防災組織を結成してください。組織を結成した団体には、初期活動に必要な防災資器材を交付します。

■自主防災組織の結成

自主防災組織を身近なコミュニティ活動の一環として位置付け、無理のない組織づくりを全員で検討してください。組織の規模は地域の皆さんが協力して、自分たちを守るといふ連帯感が湧く程度の規模が適当です。地区・自治会などの活動の一部に含めるなど、すでに組や班が設けられている場合は、その組織を生かし防災部分の強化を図ることで、自主防災組織の体制づくり、運営ができるでしょう。あらかじめ組織の任務分担など（班編成）を決め、行動できる体制づくりをしておくことが必要です。



■自主防災組織の活動

地域防災の基本は「自分の地域についてよく知ることで」です。どんな危険があるのか、どんな人々が住んでいるのかなど、地域の現状を点検・整理してみましょう。

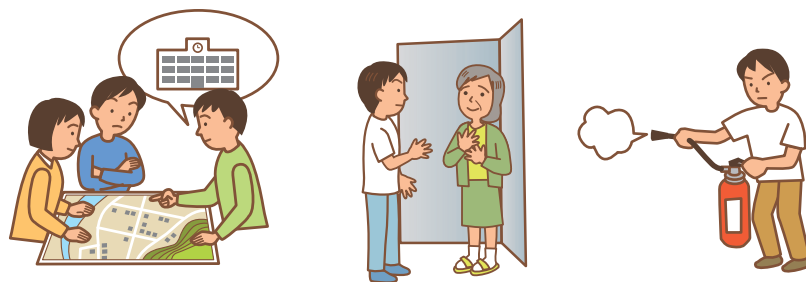
- ▶ 地形や地質、水利、住宅の密集度など
- ▶ 世帯数、昼夜別人口、各世帯の家族構成や居住状況
- ▶ 生活必需品取扱店舗や行政・医療機関などの位置
- ▶ 避難経路情報、危険要因や防災施設の確認
- ▶ 防災資器材の整備
- ▶ 地域の実情に合わせた防災訓練の実施など

※自主防災組織を結成した際に、市で資器材の交付を実施しております。

※自主防災組織の結成にあたっての不明な点は、危機管理課までご相談ください。

■防災組織の編成及び任務分担

- 会長・副会長・役員：総括、活動計画
- 情報班：情報の収集、伝達
- 救出救護班：消火器等による消火
- 救出救護班：負傷者等の救出救護
- 避難誘導班：住民の避難誘導等
- 給食・給水班：避難所における炊き出し・給水活動



■自主防災に大切な3つの連携要素

いざ災害が発生したとき、その被害を最小限に抑えるためには「自助」・「共助」・「公助」のそれぞれが、災害対応力を高め、連携することが大切です。

自助

自分（自分の家族）の安全は、自ら守る

共助

自分たちのまちは自分たちで守る

公助

市や消防・警察、また県や国（自衛隊を含む）といった行政機関や電気・ガス・水道などの公共企業などの支援や応急対策活動

くらしサービス

エリアマップ2図 E-4

鍵の事ならまかせて安心!

カギ造

合鍵作成はもちろん、車・住宅・金庫・ロッカー、鍵の事なら何でもご相談ください。即日解決!! 盗難等も低価格で発見調査いたします。

- 君津市中野5-6-20
- TEL:0439-55-4330
- FAX:0439-55-9615
- 営業時間 / 7:00~18:00
- 定休日 / 不定休
- URL: <http://www.kagizou.com/>
- 東日本防犯事業協会 認定鍵前技師/通信漏洩管理士



救命胴衣・救命浮環

エリアマップ7図 A-4

命を守るライフジャケット

日本船具株式会社 君津工場

大規模水害・海や川などの水難事故からご家族の命を守るため、救命胴衣・浮環を準備しましょう。国土交通省型式承認「MADE IN 君津」の製品です。

- 君津市外箕輪80-1
- TEL:0439-52-6114
- FAX:0439-52-6201
- URL: <http://www.nihon-sengu.co.jp>
- E-mail: info@nihon-sengu.co.jp



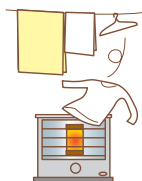
家庭での火災対策

岡消防本部予防課 ☎53-1904

▶▶▶ 防災ポイント

1 ストーブ

ストーブによる火災は非常に多いです。ストーブ付近には洗濯物やカーテンをつるさず、なるべく物を置かないようにしましょう。



2 コンロ

炊事などの際に火元から離れるときは、火をきちんと消してから離れることが大切です。離れた間に火が燃え上がって火災になることもあります。また、ガス台のまわりに燃えやすいものは置かない、電熱線はコンセントにつないだままにしないといったことが大切です。



3 放置可燃物

家の周りに燃えやすい物がないか注意が必要です。そこを狙った放火などによる火災の危険があります。



4 電化製品

プラグにほこりがたまって起きる火災や、コードのつなぎっぱなしによる発熱火災などが増えています。プラグはこまめに掃除し、コードのつなぎっぱなしはなるべく避けるようにしましょう。また、コードを踏んだり、束ねたりしていても発熱しやすくなるので注意が必要です。



5 たばこ

寝たばこは絶対にしないよう注意しましょう。また、吸い殻などは水をかけ、しっかりと消火してから捨てるようにしましょう。

6 火遊び

子どもの手の届く場所には、マッチやライターなどは置かないように注意が必要です。また、外出の際は子どもだけを家に残さないといった注意も必要です。花火をしたときは、火の後始末をしっかりとしましょう。

▶▶▶ 地震等の際の火災対策

■「通電火災」にも注意！！

台風などの風水害や大地震により長時間停電となる場合があります。その停電の復旧時に起こってしまう火災を、いわゆる「通電火災」といいます。通電火災は地震などで住民が避難し、誰もいなくなった家で電気が復旧した際に発生します。地震などで避難する際には、必ず電気のブレーカーを落とすようにしましょう。

火災の際の3原則

1 火災の周知

- 大声で火災が発生したことを近隣の方に知らせる。
- 119番通報する。自分でできないときは、近くの方に通報してもらう。



2 初期消火

- 出火してから3分以内が初期消火の限度。消火器や水を使い消火する。
- 消火器やバケツが手元にない場合は、水を吸わせたタオルや毛布などで覆う。



3 避難

- 天井まで立ち上るほどの火になった場合は、速やかに避難する。
- 煙を吸わないよう、なるべく低い姿勢で避難する。



■消火器の使い方

- ①安全ピンに指をかけ、上に引き抜く。
- ②ホースを外して火元に向ける。
- ③レバーを強く握って噴射する。



■火災警報器の設置が義務化

消防法の改正により、平成20年6月1日から全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務づけられています。

設置場所については、全ての寝室及び階段となっており、台所への設置も推奨しています。

地震・雷害対策

エリアマップ14回 C-2

地震、短絡による出火対策製品と落雷させない避雷針

株式会社オリオンコーポレーション

震度センサーと温度センサーを内蔵した「出火防止」コンセントとブレーカー。従来の避雷針と違い、落雷させない原理のPDCE型避雷針。

■君津市東坂田1-5-15 新昭和第5ビル2F
■TEL:0439-27-0319 ■FAX:0439-27-0329
■営業時間/9:15~17:30 ■定休日/土曜、日曜、祝日
■URL:https://www.orion-corp.co.jp ■E-mail:info@orion-corp.co.jp



農産物直売所

エリアマップ14回 B-4

新鮮・安全・安心をお届けする

なごみの里君津

地元農家の生産物を自信を持ってお勧めしています。人気商品は直営の加工室でつくる「なごみ味噌」、太巻き寿司、漬物などの手作り加工品です。

■君津市大井126
■TEL:0439-32-5448 ■FAX:0439-32-5448
■営業時間/9:00~17:30(夏期)、9:00~17:00(冬季) ■休館日/12/31~1/5
■URL:https://www.nagokimi.com/ ■E-mail:nagominosato@herb.ocn.ne.jp



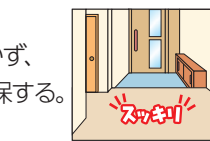
P あり(20台)

地震が起こる前に一備えと確認ポイント

固危機管理課 ☎56-1290

ポイント1 我が家の耐震

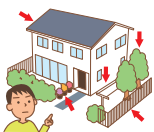
ご自宅が大地震に耐えられるのかを知り、自分たちの命を守る手当をしましょう。阪神・淡路大震災や新潟県中越沖地震の犠牲者となった方のほとんどは、家や家具の下敷きになったことが原因です。耐震基準が大きく変わった昭和56年以前に建てられた家や、不安のある家の場合には、まず耐震診断を受けてみましょう。



避難通路に、荷物を置いたりしていませんか？

ポイント2 家具の転倒防止、家の中・周りのチェック

地震での家具が転倒しないように金具を設置したり、家の中、周りの危険箇所をチェックして、手当の必要な箇所は修理や補強をしましょう。

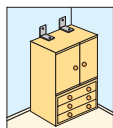


【家の中】

●火の元チェック (P13参照)

●家具の転倒防止

- ・重い物は高い所に置かない。
- ・留め金をつけて中の物が飛び出さないようにする。



倒れやすい家具はありませんか？



●ガラス戸にはガラス飛散防止フィルムを

●落下物対策

- ・照明器具、エアコン、絵画、額縁などは落下ないように固定する。
- ・積み重ね家具は上下を金具などで固定する。
- ・冷蔵庫などは、マジックテープなどの固定器具で壁に固定する。

高い所に物を置いていませんか？

●避難通路チェック

- ・玄関や廊下には、物を置かず、通りやすいスペースを確保する。

【家の周り】

●建物の点検

補修すべき箇所、耐震補強すべき場所をチェックしましょう。

●危険物チェック

プロパンガスのボンベなどは倒れないようチェーンなどで固定しましょう。



●塀の点検

ブロック塀などの点検と対策、生け垣にするなどの安全対策をしましょう。

ポイント3 地震発生時の家族の役割分担

予防対策での役割分担や、家族に高齢者、乳幼児、障害のある方がいる場合の支援も話し合っておきましょう。P136の「あんしんカード」に家族の情報を記入してみましょう。

ポイント4 災害時の連絡方法

災害時、家族と連絡がとれない場合があります。連絡方法や、避難場所の確認をしておきましょう。



ポイント5 非常持ち出し品の準備 (P10参照)

家族構成を考慮して必要なもの、数を揃えておきましょう。日頃から保存状態や、使用期限も忘れずにチェックしましょう。

地域ぐるみで防災活動

■家族だけでなく、近隣の人々の動向にも関心を

隣や近所にどんな人が住んでいるか、ひとり暮らしの高齢者が住んでいれば、助けが必要かもしれません。

■あいさつなど地域の人々と交流を深める

地域の人々と顔見知りになるにはあいさつが第一歩。いざというときに頼りになるのは、ご近所の底力です。

■地域のサークルやボランティア活動に積極的に参加

一人ひとりのボランティアマインドが、災害時の大きな力になります。

■祭りや運動会などの地域の行事に進んで参加

まちに住む一人ひとりの助け合いの気持ちが、災害に強いまちをつくれます。地域の行事には進んで参加しましょう。

■防災関連の地域活動に積極的に参加

被害を小さくするため、いざというときに何をすればいいか。日ごろから防災知識をもっておくことが大切です。

注意しよう！風水害の心得

■洪水/避難の心得

- ヘルメット（防災ずきん）をかぶること。
- 洪水の場合、歩行可能な水深の目安は約50センチ。水の流が速い場合は20センチ程度でも危険になる。危ないと判断した場合は、無理せず、高所で助けを待ちましょう。
- 避難時は、お互いの体をロープで結び、特に子どもから目を離さないように。
- 冠水した場所を歩くときは、長い棒を杖代わりにして、水面下の安全確認を。



- 履物はひもで締められる通勤靴や運動靴を。
- 子どもには、浮き袋を付けさせて安全確保を。



■がけ崩れ/注意ポイント

- こんなときは、がけから離れて安全な場所へ！
- がけからの水が濁る。
- がけに亀裂が入ったり、小石が落ちてくる
- がけから音がする。



▶洪水、大雨浸水に関する用語解説

流	量	川のある断面を単位時間に流れる水の量。
氾	濫	河川の水がいっぱいになってあふれ出ること。
冠	水	農地や作物、道路が水をかぶること。
浸	水	ものが水にひたったり、水が入りこむこと。 例) 床下浸水。低地の浸水。
決	壊	河川の増水により、堤防が壊れること。
水防団	待機水位	水防団が待機する水位。
氾濫	注意水位	増水時に災害が起こるおそれがある水位。 市が、避難準備・高齢者等避難開始の発令を検討する水位。
氾濫	危険水位	洪水により相当の家屋浸水等の被害を感じる氾濫の起こるおそれがある水位。 市が、避難勧告の発令を検討する水位。

▶警戒レベルで避難情報をお知らせ

警戒レベル	避難情報など	とるべき行動など
5	災害発生情報	命を守るために最善の行動を
4	避難指示(緊急) 避難勧告	対象地域住民は、安全な場所へ避難
3	避難準備 高齢者等避難開始	高齢者や要介護者など避難に時間がかかる人は避難
2	注意報等	ハザードマップなどで避難行動の確認
1	早期注意情報	災害への心構えを高める

■避難準備・高齢者等避難開始

- 警戒レベル3、避難準備・高齢者等避難開始を発令しました。
- 避難に時間がかかる方（ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児をお連れの方など）は、避難を開始してください。
- 避難の準備を整え、気象情報に注意して、危険だと思ったら早めに避難してください。

■避難勧告

- 〇〇地区に警戒レベル4 避難勧告を発令しました。
- 大雨により土砂災害の危険度が高まっています。がけの近くにお住まいの方は、避難を開始してください。
- 大雨により河川の水位が上昇しておりますので、河川の近くにお住まいの方は、避難を開始してください。

■避難指示(緊急)

- 〇〇地区に警戒レベル4 避難指示(緊急)を発令しました。
- 河川の近くにお住まいの方は、避難を開始してください。避難が難しい場合は、自宅の2階など、なるべく高いところに避難をしてください。
- がけの近くにお住まいの方は、避難を開始してください。避難が難しい場合は、自宅の2階もしくは、がけの反対の部屋などに避難をしてください。

▶雨の強さと降り方(気象庁による)

1時間雨量(mm)	予報用語	人の受けるイメージ
10以上～20未満	やや強い雨	ザーザーと降る
20以上～30未満	強い雨	どしゃ降り
30以上～50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る
50以上～80未満	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)
80以上～	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を生じる

くらし・サービス

袖ヶ浦市

空き家処分の総合プランナー

TKライフサービス

不用品回収・ゴミ屋敷お片付け・生前整理・遺品整理・不用品買取・解体工事・リフォーム
お見積り無料です！ 軽トラパック19,800円(税込み)より

- 袖ヶ浦市今井1-1-33
- TEL:0120-538-714 ■FAX:0438-37-8444
- 営業時間/9:00~18:00
- URL:http://life-ihin.com/ ■E-mail:greenhouse728@yahoo.co.jp

くらしサービス

エリアマップ3図 C-2

水と建物における環境衛生の担い手

AOI 株式会社葵商事

創業50年以上!! 各種清掃・保守点検・修理・設備工事他、
皆様が快適な生活を過ごしていただけるよう総合的にサポートいたします。

- 木更津市畑沢2-36-11
- TEL:0438-37-1204 ■FAX:0438-37-2041
- 営業時間/8:30~17:30 ■定休日/日曜、祝日
- E-mail:aoidai2@orion.ocn.ne.jp

