

はじめに

防災対策は日ごろの備えから！

地震や風水害などの自然災害は、私たち人間の力では食い止めることはできませんが、災害による被害は、日ごろの備えによって減らすことができます。自治体などによる防災の取り組み（公助）はもちろんのこと、自分のことは自分で守る（自助）や地域の人たちで助け合うこと（共助）こそ、災害による被害を少なくするためには不可欠な取り組みといえます。

本ハンドブックでは、現在の自分や家族の防災力・減災力を把握するために、「減災教室」のページを設けました。防災対策について自分や家族の弱点を見つけ、どうしたらその弱点を克服できるか本ハンドブックで確認し、防災力・減災力を高めましょう。

また、大きな災害が発生した場合、自治体などの防災機関による活動には限界があります。こうした場合には、何よりも地域の人たちの協力が必要です。地域の人たちと協力して、災害時にすばやく行動できる体制をつくりましょう。

もくじ

避難所・避難場所マップ …………… P1

家庭防災

減災教室 …………… P2
連絡方法等を決めておきましょう …………… P4
非常持出品等を用意しましょう …………… P5

地域防災

地域ぐるみで防災対策を …………… P6
要配慮者を支援しましょう …………… P7

地震対策

地震を正しく理解しましょう …………… P8
地震発生！ そのときどうする？ …………… P10
大きな揺れを感じたとき …………… P12
家の中の安全対策 …………… P14
家の周囲の安全対策 …………… P15

風水害対策

風水害は最も身近に起こる自然災害です …………… P16
大雨、洪水、土砂災害から身を守る …………… P18
風水害に日ごろから備える …………… P20

大雨について知る …………… P22

集中豪雨、局地的大雨から身を守る …………… P23

洪水の危険が迫ったら …………… P24

土砂災害の危険が迫ったら …………… P25

台風から身を守る …………… P26

竜巻・落雷に備える …………… P27

火災対策

火災による被害をなくすために …………… P28

原子力災害対策

もし、原子力災害が起きたら …………… P30

退避や避難の指示が出たら …………… P31

災害時の避難

災害時の避難のポイント …………… P32

女性・子どもの防災対策

女性・子ども目線の防災対策を …………… P34

資料

非常持出品チェックリスト …………… P36

北方町ハザードマップ …………… ポケット

●表紙の写真について

地震：濃尾地震（明治24年）時の町内《長崎大学附属図書館所蔵》

水害：ダイナ台風（昭和27年）の影響で浸水した町内