



2面 広がる活躍の場！いのちを支える看護職
目次 3面 今こそ、感染拡大防止対策の徹底を！ほか
4面 吹き竹・とちぎの山へ出掛けよう！ほか
編集・発行 栃木県広報課 令和2(2020)年8月2日発行
〒320-8501 宇都宮市鳩田1-1-20
☎028-623-2192 FAX 028-623-2160
校了日以降の補足等は、県ホームページに掲載します
毎月第1日曜発行(次回は9/6発行)

適切な避難で命を守る！ 自然災害から



9月1日は防災の日です。大正12(1923)年9月1日に発生した関東大震災にちなんで制定されました。近年は、地震や台風などの自然災害が各地で頻発しており、いつ自分の身近なところで起こるか分かりません。さらに今年は新型コロナウイルスの感染リスクとも隣り合わせの状況。適切な事前準備・避難をして、災害から身を守りましょう。

普段からの備え

いざというとき、落ち着いて適切な行動を取るためには、普段からの備えが重要です。以下を参考に準備しておきましょう。

☑ 防災チェックリスト 一例

☐ 非常持出品の準備

- リュックサックなどに詰め、すぐ持ち出せる場所に置く
- 例 ☐水、食料 ☐救急用品(救急セット、持病の薬など)
- ☐衣類 ☐貴重品(現金、健康保険証など)
- ☐日用品(懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話の充電器、タオルなど)
- ☐感染症対策用品(マスク、手指消毒液、ウェットティッシュ、体温計など)
- ☐その他(乳幼児や高齢者の用品、ホイッスルなど)



今年は特にこれらを用意



☐ 避難の必要性、避難場所の確認

- ハザードマップで自分の家が危険な場所にあり、避難が必要かを確認する

〇〇市(町) ハザードマップ 検索

- 避難所の過密を避けるため、安全な場所にある親戚の家等への避難も検討する

- 最寄りの避難所と安全な避難経路を確認する

自分が取るべき行動を判定できます



「避難行動判定フロー」

☐ 家族の安否確認方法の確認

- 家族で避難場所や経路を確認する
- 災害時の連絡方法や集合場所などを決める
- 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方把握する



☐ 燃料の確保(満タン&灯油プラス1缶運動)

- 車の燃料は入手困難になる可能性に備え、常に満タンを心掛ける
- 暖房用として灯油を1缶余分に買い置く



☐ 地震や気象情報などの入手先の確認

- 栃木県防災メールの配信登録をする

栃木県 防災メール 検索

配信内容:県内の地震や気象警報・注意報など

県内の雨量、河川の水位情報はこちら



その他の災害への備えについては、県ホームページで



「災害に備えた対策について」



いざというときの行動

台風や豪雨時に自分がいつ避難をするべきか、どのように情報を入手するのかをあらかじめ確認しておきましょう。



5段階の警戒レベル

| 警戒レベル | 取るべき行動 | 避難情報等 | 警戒レベル相当情報(例) |
|----------------------------|---|----------------------|------------------------------|
| レベル1 | 災害への心構えを高める | 早期注意情報(気象庁が発表) | 住民が自主的に避難行動を取るため、参考とする情報 |
| レベル2 | 避難行動を確認 | 大雨・洪水注意報等(気象庁が発表) | |
| レベル3 | 危険な場所にいる場合 高齢者等※は避難開始! ※高齢の方、障害のある方、乳幼児など、避難に時間を要する方とその支援者 | 避難準備・高齢者等避難開始(市町が発令) | ・大雨警報 ・洪水警報 ・氾濫警戒情報 など |
| レベル4 | 危険な場所にいる場合 速やかに全員避難!! | 避難勧告・避難指示(緊急)(市町が発令) | ・氾濫危険情報 ・土砂災害警戒情報 など |
| レベル4で危険な場所から全員避難完了! | | | |
| レベル5 | 命を守る最善の行動 すでに災害が発生している状況 | 災害発生情報(市町が発令) | ・氾濫発生情報 ・大雨特別警報 など |

必ずこの順番で発表・発令されるとは限りません
市町は地域の実情を踏まえて避難情報を発令するため、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングは必ずしも一致しません

危険な場所にいる高齢者等は警戒レベル3で確実に避難!!
その他の方は警戒レベル4で確実に避難!!
(安全な場所にいる方は、避難する必要はありません)

- 気象庁等から発表される警戒レベル相当情報を参考に自主的に早めの避難!
- これらの情報が発令されていなくても、身の危険を感じたら避難を開始してください

避難情報は市町から以下のような手段で伝達されます

- 緊急速報メール ●防災行政無線
 - テレビ・ラジオ ●各種防災アプリ など
- ※伝達方法は市町によって異なります



自主防災組織の活動に参加しよう!

大災害が発生したときには、道路等の損壊により消防や警察が被災地に到着できないなど、最悪の状況も予想されます。皆さんが地域の方々と共に力を合わせ、人命や財産を守ることが重要です。

自治会等で結成している自主防災組織の地区防災計画作成や防災訓練などの活動に参加し、地域の方々と共に普段からの備えといざというときの行動について話し合っておきましょう。



地区防災計画とは...

地区のリスクを把握し、課題と対策を検討してまとめた計画です。いざというときに適切な行動が取れるよう、作成しておきましょう。



防災について学ぶ

栃木県防災館

大風や地震などの自然災害を疑似体験できる北関東唯一の施設。体験を通して、普段の備えを考えてみましょう。
●開館時間:午前9時30分~午後4時30分 ●所在地:宇都宮市中里町248
休月曜(祝日・県民の日)の場合はその翌日、年末年始 料無料
☎同館 ☎028-674-4843