

大地震発生後のトイレの使用について

大地震が起きると水が止まったり、水は使用できても下水管が破損して水が流れなくなったりし、トイレが使用できなくなります。無理に使用すると、逆流したり、マンションでは、下の階で汚物があふれ出てしまったりすることがあります。

大地震発生後は**トイレを使用せず**に、まずは**携帯用トイレ**などを使用しましょう！



一般的な排尿回数は1日当たり約5回といわれています。必要な数の携帯用トイレを準備しましょう。

全く備蓄がない場合は？

- 1 家庭にある大きなゴミ袋を二重に便器にかける（使用後上の袋だけ外し交換）
- 2 中におむつ、ペット用シートやキッチンペーパーなど吸水性が優れるものを入れる



水を使用でき、配管の破損などがないことが確認できる場合は、トイレが使用できる可能性もあります。

確認方法は広報よこはま港北区版令和3年9月号をチェック！▶ [広報よこはま 港北区 検索](#)

情報の取得 在宅避難をするうえで正確な情報を収集しましょう！

インターネットなどの使用はできる？

使用困難

- 地域防災拠点にさまざまな情報が掲示されます。
- テレビ・ラジオから情報を収集しましょう。

インターネットなどの使用はできない？

使用可能

- ホームページ、アプリなどを確認しましょう

〈港北区ホームページ〉
港北区の防災に関する情報を掲載しています。
[港北区 防災・災害 検索](https://www.city.yokohama.lg.jp/kohoku/kurashi/bosai_bohan/saigai/) https://www.city.yokohama.lg.jp/kohoku/kurashi/bosai_bohan/saigai/

〈港北区防災情報アプリ〉
港北区の防災に関する情報を集約しています。災害時は地図上で開設中の避難所の確認等ができます。

App Store

iPhoneの方は
こちら▶

Google Play

Androidの方は
こちら▶

在宅避難

Q & A

- Q** 在宅避難している人も地域防災拠点のトイレを利用できますか？
- A** 下水道が使用できなくなった場合は、地域防災拠点に下水道直結式仮設トイレやくみ取り式仮設トイレを設置します。災害時は、誰でも使用できます。
- Q** 在宅避難している人でも食料等の配給を受けることはできるのでしょうか？
- A** 在宅避難している方は、指定されている地域防災拠点に避難者カードを提出することで、避難者として登録されます。在宅避難者も含めて登録された避難者数を目安に食料や水など支援物資が地域防災拠点に届けられ、受け取ることができます。ただし、到着には日数がかかりますので、ご自身で1週間分（最低3日分）の食料を備蓄しましょう。

大きな地震が起きたら、地域防災拠点に避難するものと思っていませんか？

在宅避難の
ススメ

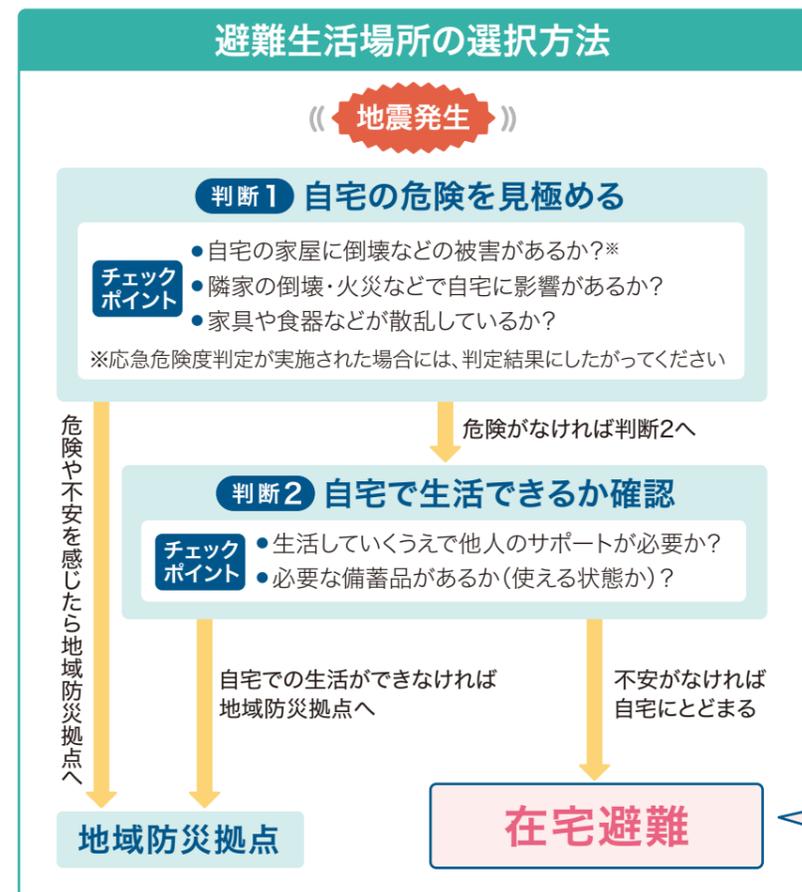
日本全国で毎年大きな地震が発生しています。皆さんが住んでいる港北区でも明日大地震が起きる可能性もあります！

※2021年には東日本大震災以来10年ぶりに港北区で震度5弱の地震が起きました。また、全国地震動予測地図2020年度版では、港北区は2020年から30年間に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率が最も高いエリアに指定されています。



地震が発生したら地域防災拠点(指定避難所)に避難するもの！と思っていませんか？

地域防災拠点(指定避難所)は倒壊や焼失などで自宅等に住めない人が避難生活を送る場所です。揺れが収まり危険がなくなったら、まずは自宅や親戚の家で避難生活を行えるか確認しましょう！



在宅避難には様々なメリットがあります！

メリット1
住み慣れた家でストレスが少なく避難生活を送れる

メリット2
プライバシー面の不安がない

メリット3
感染症のリスクが少ない

在宅避難者でも地域防災拠点で仮設トイレの使用や食料や物資の供給を受けることができます！

※発災直後は必要な物資を全員に提供することは困難です。

地域防災拠点の収容可能人数は、感染症まん延防止の観点から以前より少なくなっています。自宅やご親戚の家などで避難生活を送る方が制約も少なく、ストレスも少ない避難生活を送ることができます。



自宅の安全性は?

■ 自宅の耐震性能を調べましょう!

インターネットで簡単に耐震診断ができます。

一般財団法人 日本建築防災協会「誰でもできるわが家の耐震診断」

ホームページはこちら ▶ [誰でもできるわが家の耐震診断](#) 検索

■ 自宅を耐震化しましょう!

耐震診断の結果、耐震性がないことがわかった場合は、耐震改修しましょう!
横浜市では改修にかかる費用の一部を補助しています。(条件あり)

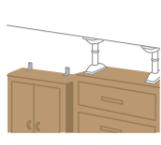
詳しくはこちら ▶ [横浜市 耐震改修](#) 検索 [問合せ](#) 建築局建築防災課 (TEL)045-671-2943

■ 地震で家具が倒れたり、食器などが散乱したりないようにしましょう!

家具転倒防止器具などを取り付けましょう!
特にマンションでは、建物自体(躯体)は問題なくても、高層階になるほど家具などが大きく散乱し、住むことが困難になることがあります。

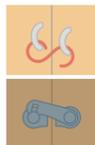
① 家具

金具やつっぱり棒など家具転倒防止器具を取り付ける。



② 扉・戸棚

扉が開いて食器等が飛び出さないよう、留め金具を取り付ける。



③ テレビ等の固定

耐震マットで固定する。



④ 窓ガラス

ガラスに飛散防止フィルムを貼る。



横浜市では
昭和56年以前に建てられた
個人所有の木造住宅*の耐震診断を
無料で実施しています。(その他条件あり)

*分譲マンションについても、耐震診断に係る費用の一部を補助する事業があります

問合せ 建築局建築防災課
(TEL)045-671-2943

転倒防止器具の効果

器具の効果

小 → 大

- ストッパー式
- ポール式
- L型金具(スライド式)
- L型金具(上向き取付け)
- L型金具(下向き取付け)
- ベルト式
- チェーン式
- マット式

家具と天井に十分な強度が必要

家具、壁面や器具に十分な強度が必要

家具の置き方の工夫

「寝る場所」や「座る場所」にはなるべく家具を置かないようにしましょう。

置く場合には背の低い家具にする

置く場合には背の低い家具にするか、家具の置き方を工夫することで倒れた場合のリスクを軽減できます。

家具の置き方を工夫する

■ 火災から家を強くしましょう!

感震ブレーカー

暖房器具の転倒などによる出火や停電からの復旧時における通電火災(破損した電気コードのショートによる出火など)を防ぐため、感震ブレーカー(大きな揺れを感知すると自動的に電気を遮断する)を設置しましょう。



備蓄品を準備しましょう!

地震が発生したらライフラインが寸断されます。在宅避難するために、必要な物資を事前に準備しましょう。

■ ライフラインがおおむね復旧するまでの日数

ライフラインの復旧にかかる順番として一般的に右記のようになります。



■ 備蓄品

災害発生直後は、食料や日用品の購入が難しくなります。家族構成を考えて、必要な備蓄をしておきましょう。

- 水(1日1人分3ℓ)
- 携帯ラジオ
- 電池
- ポリタンク
- 軍手
- 食料(レトルトや缶詰)
- 懐中電灯
- モバイルバッテリー
- スリッパ
- トイレパック 等

詳しくは港北区防災マップへ▶

備蓄する量は
1週間分(最低3日分)です。



ご家庭の状況に合わせて、必要なものを準備しましょう!

日頃から使用するものは少し多めに購入しておきましょう。

乳幼児のいる家庭で用意するもの

- ミルク(液体ミルク等)
- 離乳食
- おむつ
- 着替え
- おんぶひも
- ほ乳びん
- スプーン
- おしりふき
- ベビー毛布
- 乳幼児のおもちゃ

要介護者のいる家庭で用意するもの

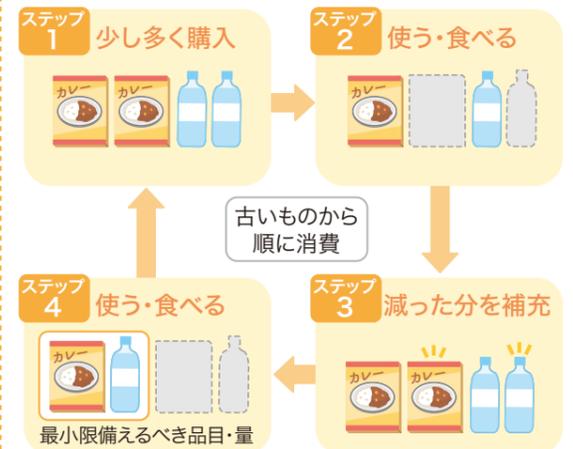
- 着替え
- 障害者手帳
- 介護食
- おむつ
- 補助具等の予備

妊婦のいる家庭で用意するもの

- さらし
- 母子手帳
- 新生児用品

ローリングストックのススメ

食料や日用品は常に少し多めの状態をキープ



■ 事前に自分の家の近くの給水所を確認しましょう!

横浜市では災害に備えて、さまざまな給水設備を整備しています。

横浜市 災害時給水所 検索

	施設名	住所
地下給水タンク		
1日目から使用可能		
耐震給水栓		
1日目から使用可能		
緊急給水栓		
4日目から使用可能		



水を入れる容器を準備しよう

