栄区 防災マップ

わが家の**避難場所**は？　いざというときのためにメモしておきましょう

- いっとき避難場所・地域避難所は
- 地域防災拠点は
- 災害時の家族の集合場所は

栄区 いたち川マスコット タッチーくん

栄区役所　令和６年３月

災害発生

まず、自分自身の安全を図る

緊急地震速報を聞いたり、揺れを感じたら、柱や壁際に身を寄せたり、クッションや布団で頭を守りましょう。冷静に、その場に合った身の安全を図ることが大切です。

- クッションや布団など近くにあるもので頭を守る。
- 丈夫な机の下などに身を隠す。
- あわてて飛び出さずドアや窓を開けて出口を確保する。

あわてて屋外に飛び出さない

落下物や割れた窓ガラスなどでけがをする危険があります。

無理してガスコンロや暖房器具の火を消すことはやめましょう

やけどや火災の危険性があります。揺れがおさまってから、対処しましょう。

自分の身の安全が確保できたら

安否確認と情報収集

家族や大切な人たちの安否確認や情報収集を行いましょう。

安否確認・情報収集の手段は？

■情報を上手に使おうをチェック！

！状況に応じて避難ルートを考えましょう

避難する

自宅にとどまる

自宅建物が火災や倒壊の危険がないときは、あえて避難する必要はありません。

自宅で生活を続けるために
- ■生活物資を備蓄しよう
- ■自宅を守ろうをチェック！

いっとき避難場所

公園や広場

次の避難場所に移動する前に一時的に集まり、被害状況を確認する任意の場所

※いっとき避難場所を経由せずに地域防災拠点等へ避難する場合もあります。

災害の初期や必要に応じて

地域避難所

自治会館など

災害の初期や短期間の避難生活を想定した自治会・町内会が選定する任意の避難場所

詳しい場所は裏面へ

福祉避難所

福祉施設など

地域防災拠点での避難生活が困難な方の避難場所

区の保健師などが、心身の状態などを確認し、福祉避難所への避難の必要性と受入施設を判断します。対象と判断されない方は避難できません。

※そのほか、特別養護老人ホーム等に緊急入所ができる場合もあります。

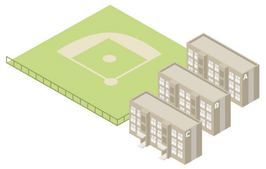
詳しい場所は裏面へ

自宅が無事なら帰宅

近くで大規模火災

広域避難場所

大規模公園や団地



大規模火災の熱や煙から生命・身体を守るために一時的に避難する場所

詳しい場所は裏面へ

地域防災拠点

学校など

地震により自宅を失う又は破損等により居住することができなくなった方が避難する場所（あらかじめ指定している小・中学校等）

詳しい場所は裏面へ

横浜市内で震度5強（気象庁発表）以上の地震が発生した場合には、すべての地域防災拠点を開設します。地域防災拠点では**備蓄物資**や**災害等の情報**が得られます。

※備蓄物資は必要最低限しかありません。自宅の備蓄品を持ち寄りましょう。

地域防災拠点の避難地区は事前に地区割りしていますが、状況に応じて指定の地域外からの避難者も受け入れます。

■生活物資を備蓄しよう

大規模災害において、食料などの物資が届くまでに、3日程度かかることが想定されます。自宅が被災地から遠くても、東日本大震災のように工場の被災、流通経路の寸断などにより生活物資が滞る場合があります。また、支援物資が届いた場合でも、アレルギー対応食品や希望する医薬品等が入手できるとは限りません。

各家庭で飲料水・食料・日用品など、最低3日分（できれば1週間分）を準備しておきましょう。

●生活物資とは…　備蓄品

年齢・性別・家族構成などにより、必要な備蓄品は異なります。発災後、数日間は物資が手に入りにくいことをイメージして、自らが最低限必要な物が何かを考えましょう。

□飲料水

1人：3ℓ×3日分で9ℓが目安です。

【例えば】3人家族の場合
3人×9ℓ＝27ℓの備蓄が必要です。

□食料

●定期的に備蓄した食品を食べ、減った分を足していく方法（ローリングストック）で、最低3日分（できれば1週間分）の備蓄に努めましょう。
●乳幼児や高齢者がいる家庭では、食事（アレルギー対応食品等）、医薬品についても配慮して、賞味期限を超えないように注意しましょう。

□トイレパック

●トイレパック備蓄量の目安
5回×7日分＝1人あたりの備蓄数量
（1日あたりの平均排泄回数）

□カセットコンロ・ボンベ

非常持出品

□懷中電灯・ランタン

□携帯ラジオ
※予備電池も用意しましょう。太陽電池式・手動発電式の商品もあります。

□貴重品
※現金、預金通帳、印鑑、健康保険証 など

その他
- □常用薬
- □救急医薬品、ばんそうこう
- □タオル・軍手
- □下着・着替え
- □ウェットティッシュ
- □マッチ・ライター
- □携帯電話充電器
- □紙皿・紙コップ・わりばし
- □食品用ラップ
- □ビニール袋
- □トイレットペーパー
- □生理用品

要介護者のいる家庭では…
- □着替え
- □紙おむつ
- □障害者手帳
- □補助具等の予備

妊婦・乳幼児のいる家庭では…
- □母子手帳
- □さらし、脱脂綿・ガーゼ
- □新生児用品
- □ミルク・紙コップ・わりばし
- □離乳食・スプーン
- □紙おむつ・おしりふき
- □着替え
- □毛布
- □おもちゃ

マイカーのガソリンは満タンを心がけよう

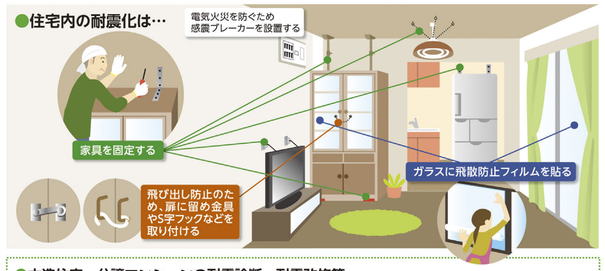
東日本大震災におけるガソリンの供給不足も記憶に新しいところです。「自家用車の給油は早めに」を心がけましょう。

■自宅を守ろう

耐震対策

阪神・淡路大震災の死亡原因は、「圧死」、「窒息死」が大部分（約3/4）を占めていました。いざというとき、まず自分や家族の身を守るために、家の耐震化と家具の固定などの耐震対策が必要です。また、被災後も避難所ではなく自宅で過ごせるなら、その方が皆さんの負担もずっと軽くなると思いませんか。皆さんの**「安全のため」**に、そして**「自宅で生活し続けるため」**に耐震対策を行い、被害を減らしましょう。

●住宅内の耐震化は…



●木造住宅・分譲マンションの耐震診断・耐震改修等　※詳しくはお問い合わせください。

横浜市では、昭和56年5月末日以前に建てられた在来軸組構法で2階建て以下の木造住宅について、診断士を派遣するほか、耐震改修や除却に要する費用を補助しています。

昭和56年5月末日以前に建てられた分譲マンションについて、耐震診断、耐震改修設計、耐震改修工事・工事監理に要する費用を補助しています。

（問合せ）建築局企画部建築防災課（☎671-2943）

火災対策

●出火防止のために

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などのショートによる出火）を防ぐために、感震ブレーカーを設置しましょう。

感震ブレーカーは、震度5強などの設定値以上の揺れを感知した場合に、自動的に電気を遮断する機器です。

※避難するときは、ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めましょう。

●早期発見のために

住宅用火災警報器を設置しよう

消防法等により、住宅用火災警報器の設置が義務づけられています。

【設置しなければならない主な場所】
- ●台所の天井または壁
- ●寝室の天井または壁
- ●階段の天井または壁（２階以上に寝室がある場合）

●火災が発生してしまったら

初期消火は**出火後2～3分が勝負**です。これ以上火災が続くと、火が天井に回り手がつけられなくなります。ただし、**大きな揺れの最中に無理に火を止めようとすると危険です。まず身の安全を図りましょう。**

炎が天井に届くくらいになった	⇒ 初期消火をやめ、すばやく避難しましょう
住宅の外に避難したら	⇒ 周囲に大声で火災の発生を知らせ、119番通報をしましょう
火災の規模が大きいときは	⇒ 広域避難場所へ避難しましょう

■情報を上手に使おう

東日本大震災の際には、携帯電話を中心に電話がつながりにくくなりました。現在では、基地局などの災害対策が進んでいるため、災害用伝言ダイヤルなどによる安否確認や、Eメールなどによる情報収集が有効なツールとなっています。

災害用伝言ダイヤル（171）

発災時に、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される「声の伝言板」です。

171
- 録音する場合：1 → 固定電話の番号 → 1 → 録音（30秒以内） → 9
- 再生する場合：2 → 上と同じ番号 → 1 → 再生

災害用伝言板（web171）

インターネットを利用して被災地の方々の安否を確認する手段です。

NTT東日本・西日本 災害用伝言板（web171）→ 被災地の方の電話番号 → 説明に従い、登録/確認

●携帯電話災害用伝言板
NTT ドコモ　au by KDDI　ソフトバンクモバイル

防災情報

パソコンや携帯電話・スマートフォンで事前登録いただいた方に震度・警報、河川情報、緊急のお知らせなどを配信します。

横浜市防災情報Eメール
bousai-yokohama@cousmail-entry.cous.jp
▲上記のQRコードを読み取るか、Eメールアドレスに空メールを送ってください。

●災害情報を発信します
栄区ホームページ　栄区X（旧Twitter）

公衆電話インフォメーション

災害時、公衆電話は「災害時優先電話」となり通信規制の対象外となります。

右記のQRコードを読み取ると、栄区周辺の公衆電話を検索できます。▶

日本救急医療財団全国AEDマップ

右記のQRコードを読み取ると、栄区周辺のAED設置場所を検索できます。

問合せ（連絡先一覧）

●地域防災・避難所・避難等に関することは
栄区役所 総務課　☎894-8312　[FAX] 895-2260

栄消防署　☎892-0119

●道路・下水道・公園に関することは
栄土木事務所　☎895-1411

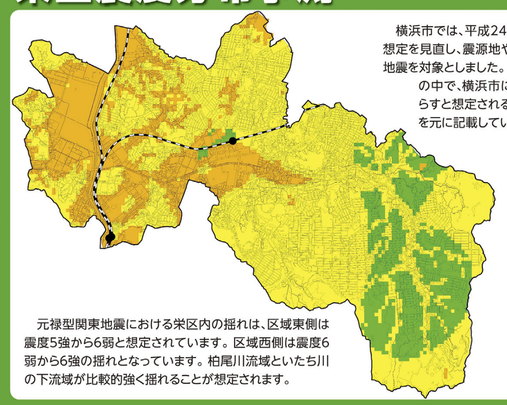
栄警察署　☎894-0110

●電気（停電など）のことは
東京電力パワーグリッドコンタクトセンター　☎0120-995-007　0120番号を利用できない場合（有料）☎03-6375-9803

●ガス（都市ガス）のことは
東京ガスお客様センター　ナビダイヤル（固定・携帯電話）☎0570-002211　ガス漏れ専用 ☎0570-002299　IP電話 ☎03-6735-8899

●水道のことは
横浜市水道局お客さまサービスセンター　☎847-6262　[FAX] 848-4281

栄区震度分布予測



横浜市では、平成24年10月に地震被害想定を見直し、震源地や種類により、4つの地震を対象としました。この分布予測は、その中で、横浜市に最大の被害をもたらすと想定される「元禄型関東地震」を元に記載しています。

元禄型関東地震における栄区内の揺れは、区域東側は震度5強から6弱と想定されています。区域西側は震度6弱から6強の揺れとなっています。柏尾川流域といたち川の下流域が比較的強く揺れることが想定されます。

■防災訓練に参加しよう

地域（地域防災拠点や自治会町内会）や事業所では、定期的に防災訓練が行われています。

いざという時に、すぐに正しい行動がとれるように、防災訓練に積極的に参加するとともに、さまざまな体験をしてみましょう。

●地域防災拠点での訓練例
- ●避難者の受付・避難者リストの集計訓練　●備蓄資機材の組立・操作訓練
- ●飲料水の確保訓練　●生活場所の区割り訓練　●トイレ対策訓練
- ●炊き出し訓練　●夜間訓練　など

●自治会町内会での訓練例
- ●要援護者の安否確認　●地域防災拠点への避難方法の確認
- ●短期間の避難を想定した訓練
- ●初期消火訓練　など

●企業・事業所での訓練
- ●混乱防止の声かけ
- ●利用者の安全な避難誘導
- ●従業員の安全確保　など

■震災時の医療体制を知っておこう

災害時にけがをしたり病気になった場合には、症状の重さなどに応じた医療機関（病院・診療所）が応急医療を提供します。日頃から、近くの医療機関を確認しておきましょう。

また、家庭では応急手当の薬品や服薬中の薬、お薬手帳を持ち出せるようにしておきましょう。

（1）重症（生命の危険の可能性又は切迫した状態）・中等度（入院を要する状態）であれば病院で、軽症（入院を要しない状態）であれば診療所での応急医療を提供します。
【開院している医療機関の目印】赤い旗：重症　／　黄色い旗：中等度・軽症

（2）区域で震度6弱以上の地震が起こった場合で、診療所の開設が少ない時には、医師等で構成する「医療救護隊」が地域防災拠点等で応急手当や医療相談に応じます。

（3）保健師等で構成する保健活動グループが地域防災拠点等において、巡回健康相談をおこないます。

【医療提供のイメージ】

※従来の「地域医療救護拠点」は廃止されました。