

## 高齢者要支援者安否確認訓練の実施について

佐渡市新穂行政サービスセンターでは地域の防災力向上のため、地域の自主防災組織と共に、避難行動要支援者等を対象とした安否確認訓練を実施します。

つきましては当日は避難行動要支援者名簿に登載された方を中心に、集落役員の方々が中心となり登載世帯を巡回しますのでご協力をお願いいたします。

当日は安否確認訓練開始を佐渡市緊急情報伝達システムにより放送しますので、併せてご了解ください。

### 記

- 1 実施日時 令和6年11月10日（日） 午前9時から10時
- 2 想 定 地震（震度7）及び津波警報発令を想定
- 3 対 象 者 避難行動要支援者名簿登載対象者世帯の方など
- 4 訓練内容 地震（震度7）が発生、津波警報が発令された想定で、午前9時から、集落単位で集落役員、民生委員、消防団員が手分けして、避難行動要支援者世帯の安否確認と避難等の声掛けのため巡回訪問します。なお、訪問時に不在であっても差し支えありません。また、対象世帯の全てを巡回できない場合がありますので、ご了承ください。
- 5 その他 警報の発令などの荒天により訓練が中止となる場合があります。その際は緊急情報伝達システムにより周知させていただきます。

お問い合わせ

新穂行政サービスセンター

地域支援係

電話22-3111

## 地震に備えよう！

### ■家にいるとき

揺れている間は、机やテーブルの下に入り、倒れてくる家具等から身を守る

ドアが変形して開かなくなる事があるため、少し開けておいて逃げ道を作る。

逃げる前には、火事の恐れがあるため、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る。



### ■屋外にいるとき

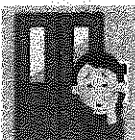
ブロック塀や自動販売機、電信柱などが崩れたり倒れたりするかもしれない。住宅が密集している所だと、上からガラスの破片や看板などが落ちてくるかもしれない。

カバンや上着などで頭を守りながら、空き地などの安全な場所に避難する。



### ■エレベーターにいるとき

エレベーターの中で揺れを感じたら、すべての階の行先ボタンを押し、止まった階で降りる。閉じ込められたらインターホンで連絡をする。

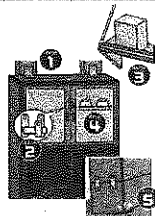


### ■山にいるとき

山間地では、土砂崩れのおそれがあるので、速やかに斜面や崖から離れる。余震や降雨などで土砂災害の危険が高まるため注意をする。



### 家具の配置を見直し、固定しよう！



①L字金具を使って強い柱や丈夫な壁に取り付ける。

②観音開きの扉のついた家具には、ストッパーを取り付け、中身が飛び出ないようにする。

③天井から吊り下げている棚は、吊りひもを強くしてください。

### ■海岸にいるとき

海岸には早くで数分で津波が到達する危険があるため、すぐに高台へ避難する。



④ガラスに飛散防止フィルムを貼る。

⑤家具と床の間に板などを入れ、家具を壁側に傾ける。

## 備蓄品・非常持ち出し品を確認しよう！

### ■備蓄品リスト（例）

災害発生時に自活するためのもの。3日分を目安に準備。

#### 食料など

- 水（1人あたり9リットル程度）
- 食料（缶詰やレトルト食品）
- 缶切り・栓抜き・ナイフ
- 紙コップ・紙皿・割りばし
- ラップ・アルミホイル
- カセットコンロ・ガスボンベ

#### 衣類など

- 下着類
- 衣類
- 防寒着
- 毛布又は寝袋
- 使い捨てカイロや解熱シップ

#### 日用品

- ライター・ろうそく
- 乾電池
- トイレトペーパー
- ウェットティッシュ



### ■非常持出品リスト（例）

災害発生時に持ち出すもの。

#### 非常食

- 水（1人1日あたり3リットル程度）
- 食料（インスタント食品・缶詰など最低1食分の携帯食）

#### 衣類

- ヘルメット
- 雨具
- マスク
- 下着・靴下
- ティッシュ・タオル

#### 防災用品

- 携帯ラジオ
- ボリ袋
- ロープ
- 乾電池
- ビニール袋
- 軍手
- 懐中電灯（できれば1人に1つ）

#### 救急医療品

- 薬（常備薬）
- 消毒液・体温計
- ウェットティッシュ
- お薬手帳

#### 貴重品

- 現金（小銭多めに）
- 携帯電話（充電器も）
- 健康保険証
- 通帳・印鑑



#### 乳幼児がいる家庭

- 粉ミルク
- おむつ
- スプーン
- ほ乳びん
- 離乳食
- おんぶひも

#### 妊婦がいる家庭

- 産褥垫
- さらし
- 新生児用品

#### 要介護者がある家庭

- ガーゼ
- おむつ
- 携帯用トイレ
- 常備薬
- 補聴器の予備
- 障害者手帳

家族構成に合わせた準備を