

防災かわら版

第3号



発行 南区役所総務課

TEL 844-7123 FAX 844-7270

令和7年1月発行

大地震が発生したら、自分や家族の命を守ることができますか？



主な避難方法は2つ！

- 指定避難所に避難する
- 在宅避難をする

「在宅避難」とは災害が起きた時に自宅で避難生活を送ることです。



決して良好な環境とはいえない避難所ではなく、住み慣れた自宅で生活続ける「在宅避難」も選択肢の一つになります。



在宅避難の判断ポイント

ポイント①

自身や自宅、自宅周辺の安全を確認
ご自身の安全を確保でき、自宅に危険がないことがわかった場合には在宅避難を検討します。

ポイント②

自宅で生活が続けられますか？

電気・ガス・水道などのライフラインが停止した場合でも、ご家庭にカセットコンロなどの備蓄がある場合は、在宅避難を検討します。

自宅に大きな被害がなくても、ライフラインの代わりとなる備蓄がない、周りからのサポートが必要など、自宅での生活が難しい場合には、指定避難所へ避難します。



最低3日以上以上の備蓄

地震災害後、外部からの支援は発災の3日後からといわれています。

在宅避難に備え、最低3日分（推

奨7日分）の水や食料、トイレトーパーなどを備蓄しましょう。

また、乳幼児、妊婦、高齢者、要介護者、障害者、ペットや補助犬がいるご家庭に役立つものや、女性特有のニーズに合った備えを用意しておくで安心です。

災害の備えチェックリスト▶



避難生活が長引いたら

在宅避難をしている方でも「避難者カード」を指定避難所に提出することで、避難者台帳に登録され、指定避難所で物資や情報の提供を受けられます。

避難者カードは指定避難所で記入できますが、市ホームページからダウンロードし、事前に記入しておくこともできます。

在宅避難・避難者カード▶



まずは命があつてこそ

いくら水や食料、携帯用トイレなどをそろえていても、大きなけがをしてしまったり、命を失ってしまつては元も子もありません。

備蓄品をそろえるだけでなく、家具転倒防止対策をしたり、部屋のレイアウトも工夫しましょう。

また、ご自宅の耐震診断を受けたり、必要に応じて耐震改修を行うことや、建築物が密集した地区では、延焼火災を防ぐため、建築物の不燃化を進めることも有効です。

地震が起こっても
自宅で過ごせるなんて
サイコーじゃん！



さっそく
備蓄品、そろえよ♪



ちょっと待って！
備蓄品をそろえるだけでは
在宅避難できないよ！



そうなの？



在宅避難するためには、
まずは「命」と「家の安全」

圧死しない

大きな家具や電化製品が倒れて
こないよう固定しましょう
部屋のレイアウトも工夫しましょう



▲県HP

埼玉県では家具固定サポーター
登録制度があります



家が無事で安全

無料耐震診断制度や耐震補強等
助成制度があります



▲市HP

火事を起こさない

防災加工されたカーテン、耐震
自動消火装置のある暖房器具な
どを使いましょう
通電火災を防ぐには感震ブレー
カーの設置も有効な手段のひと
つです



▲通電火災

さいたま市防災アプリを使いこなそう



もしもの時には、早く正確な情報が命を
守ることもあります。
家族皆さんでダウンロードし、日頃から
多くの防災情報に慣れておきましょう。



防災かわら版
バックナンバーはこちら



地震時には在宅避難をお勧めしていますが、水害時にはその限りではありません。
荒川氾濫時にご自宅が浸水想定区域内にある場合は、浸水しない区域への
早めの避難をお願いします。
※詳しくは、「防災かわら版第1号」をご覧ください。

