

減災力の強いまちづくり

シリーズ⑮

～自らの命は自らが守る～

北杜市シェイクアウト訓練を実施！！

地震から身を守るどこでもできる訓練です。

いざという時のために **安全確保行動 1-2-3** を身につけましょう



まず低く



頭を守り



動かない

室内にいる時に地震が発生したら

その場で安全確保行動 1-2-3 を実践しましょう。

外出中に地震が発生したら

木、電柱や電線から離れた場所を探し、そこで安全確保行動 1-2-3 を実践しましょう。揺れがおさまるまでそこに留まりましょう。

運転中に

地震が発生したら

周りに何も無い場所に停車し、シートベルトを締めたまま揺れがおさまるのを待ちましょう。

自主防災組織の結成を

自主防災組織とは、自分たちの地域は自分たちで守る、という自覚と連帯感に基づき、自主的に結成する組織で、現在、63の組織が結成されており、共助の精神を实践するため、日々活動を行っています。

市では、自主防災組織結成のお手伝いをするため、令和5年度末まで資機材整備の補助金を交付しております。補助金交付は一回限りですが、これまでに交付を受けていても、交付対象となる場合もありますのでご相談ください。

防災・減災は日ごろの備えから

災害発生時は公的機関も被災し、多種多様な救助要請に対応するには限界があります。被害を最小限に抑えるためには、自助、共助が大切になります。

各地区で行われる防災訓練に積極的に参加し、地域の結束力を高め、いざというときに備えましょう。

また、台風などの大雨に備え、自宅や地区内の危険箇所や安全な場所、北杜市土砂災害ハザードマップで土砂災害警戒区域の確認をしておき、早めの避難を心がけましょう。

避難情報が発令されたときには、市が指定する避難所に避難してください。指定された避難所に避難が困難なときには安全な場所に避難してください。

日時 9月1日(日)午前9時～

市内一斉サイレン

場所 市内各地域

山梨県・北杜市合同総合防災訓練

地震を想定した訓練を実施します。

訓練参加には制限はありませんので、いざというときに備えられるよう防災意識を高めましょう。

日時 10月27日(日) 午前8時30分～

場所 八ヶ岳やまびこホール駐車場

駐車場 高根中学校校庭

各家庭ごと準備してありますか。

非常持ち出し品は、定期的に入れ替えが必要な物と入れ替えを必要としないものに分けて準備しておく、定期的な入れ替えに便利です。

緊急持ち出し品チェックリスト

| 定期的に入れ替え | 入れ替え不要 |
|-----------------|----------------|
| 飲料水 (ペットボトル) | 乾電池・懐中電灯・防災ラジオ |
| ラップ | マスク・アイマスク |
| 常備薬・胃腸薬・風邪薬など | 軍手・ゴム手袋 |
| お薬手帳のコピー | タオル・バスタオル |
| 歯磨き粉・歯ブラシ | ティッシュペーパー |
| ウェットティッシュ | トイレ凝固剤・ゴミ袋 |
| カイロ | ライター・マッチ |
| ばんそうこう | 防寒具 |
| ハンドクリーム | 現金 |
| ガムテープ | カッパ・折りたたみ傘 |
| 乾パン・アルファ米 | 筆記用具・ノート |
| 飴・チョコレート | 新聞紙 |
| 口腔ケアジェル | |
| 割り箸・つまようじ・コップ | |
| 蚊取り線香・台・虫除けスプレー | |

その他、普段の生活で気がついたものはすぐに準備しておきましょう

倒木による 停電を減らしましょう

台風などの強風により電線に樹木が倒れ停電になるケースがあります。

私有地の樹木を管理し、倒木による停電を減らしましょう。

停電になったら

停電が発生したときには、東京電力パワーグリッドへお問い合わせください。

問い合わせ

東京電力パワーグリッド

0120-995-007