

わが家の防災ファイル
追加版



クマによる
事故防止
のために



小松市

クマ出没に
関する情報
ホームページ
QRコード

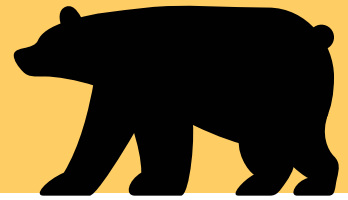


農林水産課
☎24-8081



近年、里山近郊での目撃情報がふえています。
これまでにほとんど目撃のなかった場所にも
クマが出没することが見受けられますので
十分にご注意ください。

クマ出没注意



集落周辺を 明るくしよう。

住居や通学路周辺の藪はクマが身を隠せる格好の場所です。不快虫や害虫の発生源にもなりますので、定期的な草刈りを実施しましょう。

不要果樹を 撤去しましょう。

集落にある管理されていない果樹木は格好の餌場になります。所有者の理解を得て撤去しましょう。必要な果樹木については、トタンで幹を覆う、電気柵を設置するなど対策をしっかりと行いましょう。

クマとの棲み分け



クマはゴミに誘われる

ゴミ等のエサとなる物を 片付けましょう。

人家のまわりでは、むやみに生ゴミ等を捨てたり、置いたりしないでください。畑の不要野菜や、魚・肉等の料理屑はクマが好んで食べるエサとなります。一度この味を覚えたクマは周到に同じ場所を徘徊することになり事故発生の危険性が高まりますので、速やかに撤去しましょう。

お供え物や登山ゴミは 持ち帰りましょう。

里山の墓地でのお供え物や登山、キャンプ、釣り等で生じた生ゴミが放置されクマがその味を覚えた場合、周到にその周辺を徘徊するようになり、ほかの墓参りされる方や、登山する方が危険な状況になる恐れがありますので、必ず持ち帰るようにしましょう。





音を鳴らしましょう。

山裾の道を通学等で歩くときや、登山で山に入るときは、必ず鈴やラジオ等を携帯し、周辺に聞こえるよう音を鳴らしましょう。

早朝、夕暮れは特に注意しましょう。

クマは夜中心にエサを求め徘徊する傾向がありますので、まだ薄暗い早朝や夕暮れ時はこちらからの発見も遅れるため、特に注意が必要です。屋外での活動は可能な限り明るい日中に行いましょう。

クマと 出会わないために



クマに遭遇したら

遠くに目撃したらすみやかに立ち去りましょう。

刺激しないよう、ゆっくり遠ざかりましょう。クマは逃げるものを追う習性がありますので決して走って逃げないようにしましょう。

子グマは要注意です。

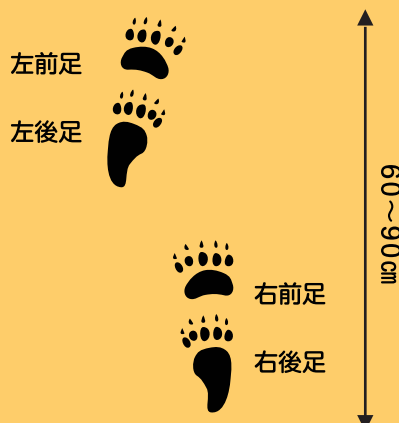
子グマは愛くるしく非常にかわいい生き物に見え、不用意に近づき親熊に襲われる事故が発生しています。親熊は命がけで子グマを守るため襲ってきますので、極めて危険な状況になります。決して近づいたりしないようにしましょう。

襲われたら頭を守りましょう。

出会い頭での遭遇など、襲われてしまった場合は、速やかにうつ伏せになり、顔、お腹を下にし、首筋などは腕で保護し、致命傷を避けましょう。リュックなどがあれば首から頭部を保護しましょう。

ツキノワグマの特徴

体長	120～145cm
体重	40～130kg
視力	あまり良くない
聴力	非常に優れている
嗅覚	人の気配を嗅ぎ分ける
食物	雑食性 主に山菜や木の実などの植物が中心



行動範囲

クマは大人になると30～70km²の行動範囲をもっています。白山では1日に30kmも移動した例があります。よく集まるところは春は、沢沿い、初夏はサクラの実、夏はノイチゴの多い林やアリやハチの巣のあるところ、秋はクルミ、ドングリ、ヤマブドウなどの木の実の多い森です。人里近くの果実を食べるために出没することもあります。

活動時間

夏は朝夕、春・秋は昼もよく活動し、民家周辺へは、夜間にやってくることもあります。



クマの足跡



クマのフン(柿を食べた場合)



よく間違えられるニホンカモシカ

クマは本来、大変臆病でおとなしい動物です。
過度に恐れることはなく、人とクマとの出会いを避けることが大切です。

お問い合わせ

クマに遭遇 または 目撃したら

110

(警察)

または

0761-20-0404 (こまつもしもしセンター)

クマの行動・生態について

076-255-5321 (石川県自然保護センター)



わが家の防災ファイル



小松市

新型コロナウイルスに関する
ホームページQRコード



防災安全センター

☎24-8150

感

染

症

追加版

予防ハンドブック



を避け、感染予防のために、
1人ひとりができること。



体調管理をしっかりしましょう
熱がある時は仕事や学校を休みましょう



窓やドアを開け
換気をしよう



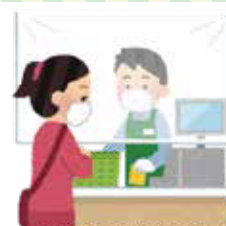
飲食するときも距離を
取りましょう



人との距離を十分にとる
屋外でも密集しないように



バランスの良い食事、しっかり睡
眠をとり、免疫を高めましょう



混雑を避けて買い物
をしましょう



換気が少ない空間では
できるだけ会話を慎みましょう



外食するときも
対策のとれたお店で

❖ 「新しい生活様式」 接触感染・飛沫感染を避けるために

(1) 日常生活を営む上での基本的生活様式

「3密」の回避（密閉、密集、密接）



①換気の悪い

密閉空間

部屋の換気を行い、換気の悪い空間を避けましょう



②多数が集まる

密集場所

人ごみを避け、他人との距離を2m以上とりましょう



③間近で会話や発声をする

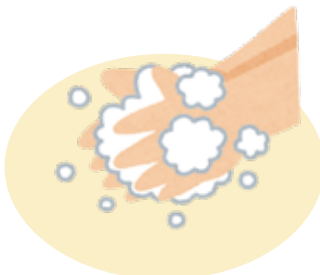
密接場面

対面での会議などは、必ずマスクをつけましょう

(2) 基本的感染対策

感染防止3つの基本

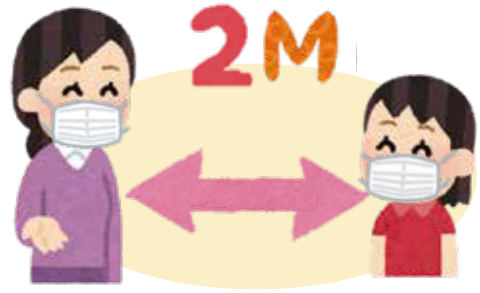
ウイルスは身のまわりのいろいろなところに付着している可能性があり、最長72時間程度生存し続けるといわれています。



①こまめな手洗い
(丁寧に洗おう)



②マスクの着用
(お互いの飛沫防止のため)



③身体的距離の確保
(できるだけ2m)

(3) 家庭内感染に気を付けよう

- ▶ こまめな消毒（ドアノブ、照明スイッチ、食卓）と部屋の換気。
- ▶ 食卓や洗面所などの濡れている場合は「から拭き」を。
- ▶ 帰宅後に早めの対策を（手洗い、うがい、着替え、できればお風呂も）。
- ▶ 食卓でも時間をずらして食べる、小皿を使うなど工夫を。
- ▶ 洗濯物はすぐ洗う。
- ▶ トイレの定期的な消毒清掃。
- ▶ 毎朝の体温チェック。
- ▶ 加湿して感染しにくい空間を作ろう。



(4) 移動に関する感染対策

- ▶感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- ▶発症したときのため、誰とどこで会ったかメモにする。接触確認アプリの活用も。
- ▶地域の感染状況に注意する。

❖ 感染症に配慮した避難方法のポイント(注意点)

- ▶洪水ハザードマップを使って、安全が確保できる場所への「分散避難」を取り入れましょう。
- ▶親戚や知人宅、近隣市町などへの広域避難、安全であれば在宅避難、安全な広場に停めた車での青空避難を考えてみましょう。 ※その際はご近所に知らせておきましょう。



(親戚・知人宅)



(在宅避難)



(青空避難)

❖ 非常持ち出し品を準備しましょう

感染予防追加準備

- ▶避難するとき最初に持ち出す非常持ち出し品に
下記を参考に感染症対策用品を追加しましょう。

☐ マスク



☐ 手指消毒液



☐ マイごみ袋



☐ 石けん・ハンドソープ



ウェットティッシュ



☐ 体温計



☐ スリッパ



など

家族の持ち出しメモ

❖ 感染が疑われたら・・・ 感染を広げないために

発熱や咳・だるさなど、かぜの症状がみられたら・・・

まずは**安静**にして休み
外出を控えましょう



▶ **かかりつけ医**に**電話**で相談しましょう。

PCRなどの検査については
医師が必要性を判断します



かかりつけ医に電話



まずは
お電話を



かかりつけ医が
いない方など

石川県発熱患者等 受診相談センター

0120-540-004 通話無料・24時間対応

医療機関で感染を広げないために ご理解とご協力をお願いします

医療機関にかかるときのお願い

- ・まずは**電話で相談**ください
- ・来院時は必ず**マスクを着用**してください
- ・医療機関の
**ご案内に従って
受診**ください



医療機関ではこのような配慮をしています

- ・玄関前での電話による受け付け
- ・駐車場内における自動車内での待機
- ・症状のある方専用の入り口
- ・専用待合室へのご案内
- ・来院者（職員も含め）手洗い・消毒の実施
- ・手が触れる部分の毎日の清掃消毒

相談先

相談先	
かかりつけ医	親族・友人
病院名：	氏 名：
TEL：	TEL：
Email：	氏 名：
	TEL：



小松市

防災安全センター

わが家の

防災ファイル

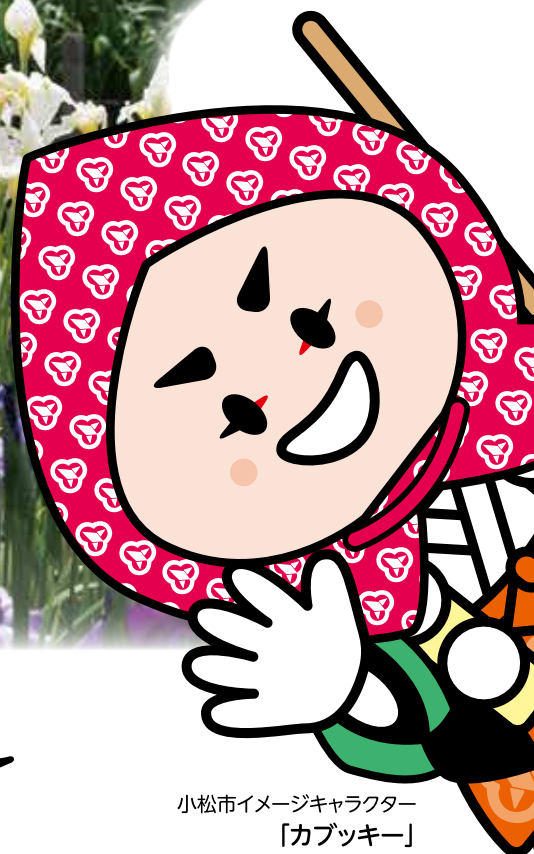
平成30年12月改訂

災害に備えて家族みんなで話し合いましょう

保存版



わかりやすい場所に
保管しましょう



小松市イメージキャラクター
「カブッキー」

日ごろの備えをしっかりと

日ごろの備え ～ 家族で防災会議 ～

● 役割分担を決めておきましょう



- ・家の点検をする人(屋内・屋外)
- ・非常持ち出し品を用意し、管理する人
- ・電気のブレーカーやガスの元栓の位置、消火器の使い方の確認

● 連絡方法を決めておきましょう



- ・家族の連絡方法を決めておく
- ・安否の確認方法を確認
- ・家族の集合場所を決めておく

● 避難場所を確認しておきましょう



- ・自分の町の避難場所をハザードマップで確認
- ・避難場所まで歩いてみる
- ・危険な個所がないかなどを確認

災害時・緊急時の連絡先

● 火事・救急に関すること 小松市消防本部 **119** 20-1119
shoubou@city.komatsu.lg.jp

● 火災情報案内 0180-997-370

● 事件・事故に関すること 小松警察署 **110** 22-0110

● 海の事件・事故に関すること 金沢海上保安部 **118** 076-266-6115

<小松市役所>

● 道路に関すること 道路河川課(道路担当) 24-8088
road-ka-b@city.komatsu.lg.jp

● 河川に関すること 道路河川課(河川排水担当) 24-8089
road-ka-b@city.komatsu.lg.jp

● 水道に関すること 上下水道管理課(給排水設備担当) 24-8112
jouge-kanri@city.komatsu.lg.jp

● 下水道に関すること 上下水道管理課(施設維持担当) 24-8090
jouge-kanri@city.komatsu.lg.jp

● 農業用排水路などに関すること 農林水産課 24-8080
noumuka@city.komatsu.lg.jp

● 新型インフルエンザなどの感染症に関すること 南加賀保険福祉センター(石川県) 22-0793
mhc@pref.ishikawa.lg.jp

いきいき健康課 24-8056
kenkouka@city.komatsu.lg.jp

● 除雪に関すること(道路担当) 道路河川課(道路担当) 24-8088
road-ka-b@city.komatsu.lg.jp

● その他災害全般に関すること 防災安全センター 24-8150
bousaianzen@city.komatsu.lg.jp

● 停電時のお問合せ 北陸電力 0120-837119

● ガス漏れの通報 小松ガス 22-0515

《災害時のゴミについて》 災害の発生により排出された災害ゴミ等については、できる

災害情報の収集

災害に関する情報

- 行政防災無線や戸別受信機を用いて災害情報、避難情報を放送します。
- 『LINE で防災』 LINE を活用して災害発生や防災情報などをお知らせしています。配信を希望される方は QR コードを読み取り、友だち登録をしてください。
※詳しくは小松市消防本部のホームページをご覧ください。

携帯電話で…



- 災害情報を通知してくれるスマホのアプリを活用しましょう。
(例)「NHKニュース・防災」、「Yahoo! 防災速報」

気象・河川水位に関する情報

- 気象庁金沢地方気象台：天気予報、雨雲の動き、注意報・警報

携帯電話で…



パソコンで…

<https://www.jma-net.go.jp/kanazawa/menu/bosai.htm>

- 国土交通省 防災情報いしかわ：ライブカメラや河川・道路情報

携帯電話で…



パソコンで…

<http://www.hrr.mlit.go.jp/kanazawa/bousai-info-ishikawa/>

- 石川県河川総合情報システム：県内河川の水位や最新の写真

携帯電話で…



パソコンで…

<http://kasen.pref.ishikawa.jp/>

- 石川県土砂災害情報システム-(SABOアイ)：土砂災害の知識や危険箇所等の情報

携帯電話で…



パソコンで…

<https://sabo.pref.ishikawa.lg.jp/>

- 石川県雪みちナビ：県内道路の積雪情報

携帯電話で…



パソコンで…

<http://www.pref.ishikawa.jp/michi/yuki.htm>

- NHK 気象・災害情報：天気予報や災害・防災情報

携帯電話で…



パソコンで…

<https://www3.nhk.or.jp/weather/disaster/index.html>

android用

iPhone用



- 石川県防災ポータル

<https://pref-ishikawa.secure.force.com/>

- 国土交通省 川の防災情報

<https://www.river.go.jp/kawabou/ipTopGaikyo.do>

- 気象庁 防災情報

<https://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>

- 小松市消防本部

<http://www.komatsu-fire.com/>

- 国土交通省 防災情報提供センター

<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>

- 小松市 防災情報

<https://www.city.komatsu.lg.jp/soshiki/bousaianzen/index.html>

- 石川県 防災情報

<https://www.pref.ishikawa.lg.jp/ishikawaciv/bousai.html>

限り燃えるゴミ・燃えないゴミに分別して、家の前や交通の支障にならないように出してください。

非常持出し品・備蓄品

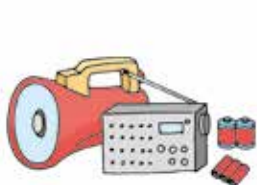
リストを参考に、準備しましょう。
定期的にチェックすることも忘れずに。



非常持出し品

避難するとき、最初に持ち出すものです。

必ず用意して欲しいもの



懐中電灯・ラジオ



※乳児がいる場合は
粉ミルクも用意

食料



飲料水



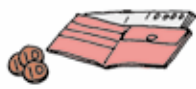
救急セット



スマホなどの電話・充電器



タオル



現金



常備薬



※履いて避難する

運動靴

あったら便利なもの

- レインコート：雨や寒さ、ほこりを防ぎます。
- ガムテープ：安否情報等を書き、家の前等に貼れます。
- ポリ袋：バケツやひもの代わりとして使えます。
- ラップ：皿やスプーンを汚さず、食事できます。
体に巻いて止血や防寒にも使えます。
- 手袋：手をけがから守るほか、防寒にも使えます。



ローリングストック法

簡単な備蓄の方法

「ローリングストック」を始めましょう！

普段からちょっと多めに食材を買い置きし、食べた分を買い足していく方法です。

自宅で生活する上で必要な食料品や生活必需品を**日頃から備えておく**ことが大切です。

① まとめて購入する
追加で購入する



② 少なくなったら



④ 先に購入したものから
使いましょう！



③ 追加して購入

避難行動のポイント

近年、局所的な豪雨などによる大規模な災害が各地で発生しています。日頃から気象情報に注意し、災害のおそれがある場合は命を守るため、個々の事情にあった避難行動に心がけましょう。

●自主的な避難について ～危険を感じたらすぐ避難しよう～

突発的な異常気象の場合には、道路冠水などにより避難できないケースもあります。身の危険を感じたら安全な場所にいる家族や知人の家、避難所などへ早めに避難しましょう。



●水平避難・垂直避難について

危険な状況の避難では安全の確保を第一に考えましょう。指定の避難所等への移動(水平避難)が困難だと判断した場合、自宅や近隣建物の2階以上へ避難(垂直避難)も検討してください。



水平避難 ←

例えば

- 夜間や急激な降雨で避難路上の危険箇所がわかりにくい
- ひざ上まで浸水している(50センチ以上)

避難情報の種類(5段階の警戒レベル)

災害危険度

警戒
レベル
1

災害への心構えを高めましょう。

警戒
レベル
2

避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。

自主避難

下記4カ所に自主避難できます。

- ・ 芦城センター ▶ TEL 21-6821
- ・ 第一コミセン ▶ TEL 23-2414
- ・ 市民センター ▶ TEL 24-6101
- ・ 南部公民館 ▶ TEL 43-3911

警戒
レベル
3

高齢者等
避難

避難に時間のかかる高齢者、障がい者、乳幼児、その支援者などは危険な場所から避難を開始してください。



警戒
レベル
4

危険な場所から
全員避難

避難指示

危険な状況が迫っています。危険な場所から全員避難を開始してください。



警戒
レベル
5

緊急
安全確保

既に安全な避難ができず、いのちが危険な状況です。命を守るための最善の行動をとしましょう。

**命を守る
行動を!**

屋外の危険箇所のチェック

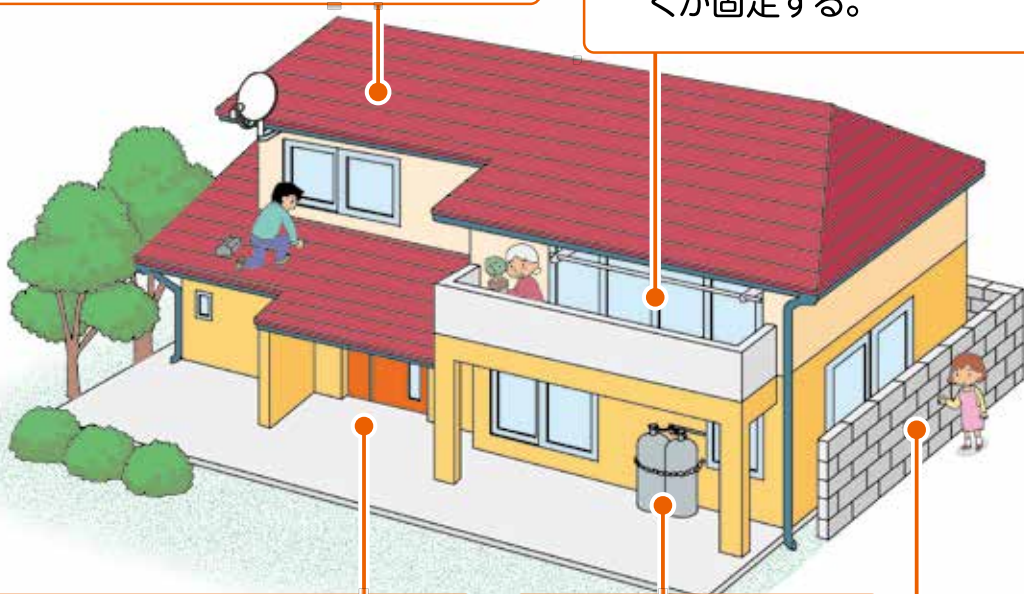
災害時には家のまわりで予期せぬ被害が出る場合があります。
日頃から気を付けておきましょう。

屋根

- ひび割れ、ずれ、はがれがあれば補強する。
- アンテナはしっかり固定する。

ベランダ

- 常に整理整頓をする。
- 鉢植えなどは落下しないように低い位置に置くか固定する。



玄関まわり

- 自転車や鉢植えなど、通行の妨げになるものは置かない。

プロパンガス

- 鎖などで固定しておく。

ブロック塀

- ひび割れや傾きがあれば修理する。
- 土中にしっかりとした基礎部分がないものや、鉄筋が入っていないものは補強すると安心です。

※割れたガラスが飛び散らないように予防するフィルムを貼るのも有効です。

※風が強くなってきた時は飛ばされそうなものを屋内にしまっておきましょう。

あなたの住宅はいつ建てられましたか？

昭和56年5月31日以前に着工した住宅は耐震性が低いおそれがあります。
耐震改修補助制度(限度額150万)を受けられる場合がありますので、詳しくは小松市建築住宅課(電話:24-8106)までお問い合わせください。

屋内の危険箇所のチェック

建物が無事でも家具が転倒すると、下敷きになってけがをしたり、逃げ遅れたりして危険です。日ごろから備えておきましょう。

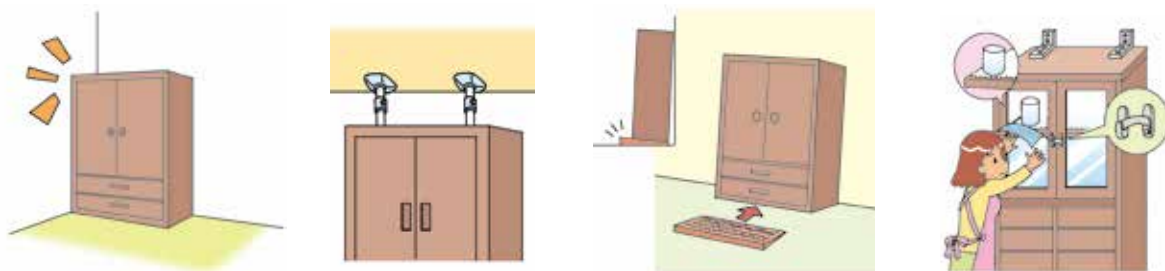
室内でできる工夫

- 寝室では、体の上に倒れてこないように配置する。
- 倒れた家具が出入り口をふさがないように配置する。
- 普段から整理整頓をして、安全な空間や避難ルートを確認する。



たんす等

- 家具や壁と柱の間に空間を作らない。
- 耐震金具等で固定する。
- ガラス戸の場合は飛び散りを防ぐためにフィルムを張る。



感震ブレーカーの配置

- 感震ブレーカーは、大きな揺れで電気を自動的に遮断します。



テレビの配置

- テレビは家具など、高い位置に置かない。
- 市販の耐震粘着マットを利用する。



いざという時の応急処置

出血

① 直接圧迫止血法

傷口に清潔なガーゼやハンカチを当て、その上から手のひらで傷口を強く圧迫します。

② 感染防止に努める

手当てをする際、ビニール袋やゴム製手袋があれば着用し、血液に直接触れないようにしてください。



骨折

① 動かさないようにする。

激しい痛み、腫れ、変形がないかを確認して下さい。

② 固定

そえ木を当て、骨折部分の上下の関節が動かないように固定します。

心肺蘇生法のポイント

●声をかけ反応をみる

「反応がない」
「うめき声」
「名前・年齢が言えない」

平常時と違いがないか確認



●胸やお腹の動きを確認

目で見て胸やお腹が動いていなければ
「呼吸なし」

※普段どおりの呼吸でない場合は「呼吸なし」



① 反応の有無を確認

日ごろと違うところはありませんか。

呼吸をしていますか

② 呼吸の確認

胸とお腹の動きを10秒以内に確認する。

救急車やAEDの手配

AEDの使い方 — 反応がない人、呼吸がない人に使用してください —

倒れた人のそばにAEDを置き、電源を入れる

音声メッセージの指示に従って操作してください。



倒れた人の服をめくり、肌に直接電極パッドを貼る

電極パッドに貼り付ける位置が示されています。貼る部分が濡れている場合は拭いてください。



やけど

③ 代用品

新聞紙、ダンボール、雑誌、ネクタイ等



流水で十分に冷やします。衣類を着ている場合は、着衣のまま冷やします。衣服を脱がせるとやけどによる水泡（水ぶくれ）がつぶれてしまいます。また、広範囲のやけどの場合は、体温が下がらないように過度な冷却は避けてください。



●1分間に
100～120回
のリズム



頭を後ろにそらし、あご先をあげ、気道を確保します。



気道を確保したまま鼻をつまみ口から息を吹きこみます。



呼吸を
していない

③
胸骨圧迫
30回

胸が約5cm沈むまで
しっかり圧迫する。

繰り返し

④
人工呼吸
2回

落ち着いて軽く
吹き込む。

心 肺 蘇 生 法

ショック後

AEDが自動的に
心電図を解析

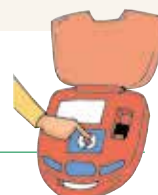
電気ショックが必要か判断し、音声メッセージで指示します。



ショックの
必要なし

ショックの
必要あり

ショックボタンを押す



電気ショックが必要となった場合、誰も触れていないことを確認し、ボタンを押してください。電気ショック後、音声メッセージに従い、心肺蘇生法を行ってください。

風水害・土砂災害への対応

台風や豪雨は、あらかじめテレビやラジオなどで時期や規模をある程度知ることができます。被害を少なくするために、早めに対策や避難を行いましょう。

台風・集中豪雨

● 台風

台風の接近で雨や風が強くなってから外に出るのは危険です。早めの備えをしましょう。

※屋外の対策は”屋外の危険箇所のチェック”ページを参考にしましょう。



● 集中豪雨(ゲリラ豪雨)

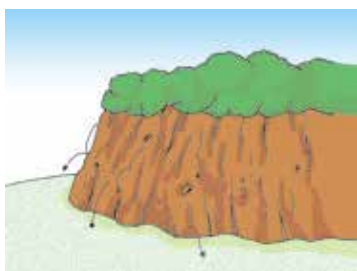
非常に激しい雨が長時間降り続くと、大きな水害や土砂災害が発生するおそれがあります。最新の気象情報をこまめに確認し、すぐに避難できるように備えましょう。



土砂災害の前兆現象

危険な箇所を見つけたら、早めに避難を!

- 水が濁る。
- 地下水や湧き水が止まる。
- 地面がひび割れ、変形する。
- 小石が落ちてくる。
- 異常な音がする。
- 異様なにおいがする。
- 近くで山くずれなどが発生。
- 雨が降り続けているのに川の水量が減少する。
- 流木が混ざる。
- 地面が振動する。
- 崖や斜面から水が噴き出す。



風水害対策

● 家の内外を点検しておきましょう

- ・ 窓や雨戸を点検する。
- ・ 雨どいや側溝の掃除をする。
- ・ 土のう、止水板を準備する。
- ・ 飛ばされそうなものは固定しておく。



● 危険箇所のチェック

- ・ 過去の災害発生場所を確認する。
- ・ 周辺の危険箇所を確認する。
- ・ 避難経路を確認する。
- ・ 低地やアンダーパス※を確認する。

※アンダーパスとは、道路や鉄道と交差し、急激に道路の高さが低くなっている区間



情報収集

- ・ 普段から気象情報をチェックしておく。
- ・ 警報・注意報の発表時はこまめに情報収集する。
- ・ 空の変化を見て気象状況を確認する。



早めの行動

- ・ 外出を控え、早めに帰宅する。
- ・ 違和感を感じた時はすぐに避難する。
- ・ 危険な時は川や田んぼを見に行かない。
- ・ 浸水していたら車を使わず、歩いて避難する。
- ・ 停電に備えた懐中電灯、ラジオ、食品などの備蓄を準備しましょう。



風水害での避難するまでの流れ

平常時

●防災気象情報は随時確認

テレビ、ラジオ、インターネット、気象庁のホームページ等で常に気象情報を収集するよう心がけましょう。



72

時間前

※3日前

●住まいへの備え

■迫ってくる台風などの風水害に備え、住まいや周辺の点検をしましょう。

■ハザードマップで住まい周辺の危険箇所や避難場所を確認しておきましょう。



24

時間前

※1日前

●非常持ち出し品の用意

■停電断水に備えて非常持ち出し品の確認・用意をしておきましょう。



12

時間前

●最新情報を確認

■テレビ、ラジオ、インターネット、防災行政無線、災害情報メール等で常に台風の進路・大雨や河川の状況を確認しましょう。



自主避難

■身の危険・不安を感じたら自発的に避難しましょう。

警戒レベル3

高齢者等避難

■避難に時間のかかる高齢者、障がい者、乳幼児、その支援者などは危険な場所から避難を開始しましょう。

警戒レベル4

避難指示

危険な場所から

全員避難

■危険な状況がせまっています。危険な場所から全員避難を開始してください。

※「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です。

- ①家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない
- ②浸水深より居室は高い
- ③水がひくまで我慢でき、水・食糧などの備えが十分

「避難」とは
「難」を「避」けること

市指定の避難場所への
避難だけでなく、
安全な親戚・知人宅等への
避難を検討しましょう。

屋内安全確保



警戒レベル5

緊急安全確保※

災害発生

■既に安全な避難ができず、命が危険な状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。
※避難場所への移動が困難な場合は、浸水しにくい高い場所や土砂災害のリスクのある区域においては、斜面と反対側に移動するなど命を守る行動をとってください。

地震への対応

緊急地震速報を活用して身を守りましょう!

- 最大震度5弱以上が推定された場合、防災行政無線やテレビ、ラジオ、携帯電話などを通じて緊急地震速報が発表されます。
- 速報発表から強い揺れが来るまでの時間は、**数秒**から**数十秒**くらいです。すぐに地震に備えましょう。

地震発生

地震発生後
1~2分

● 落ち着いて、まずは自分の身を守る

机の下などへもぐり、倒れてくる物や落下物に注意する



● 大きな揺れがおさまったら

- 火元を確認し、出火していたら落ち着いて消す
- 家の中の家族の安全を確認する

津波・がけ崩れなどの危険が予想される地域の方は
急いで安全な場所に避難する



地震発生後
3分

- ガスの元栓を閉めて、ブレーカーを切る(出火防止)
- テレビ・ラジオなどで地震情報を確認する
- 非常持出し品を準備する



地震発生後
5分~10分

- 壊れた家には入らないようにする
動きやすい運動靴をはいて徒歩で避難する
- 隣近所に声をかける
高齢者など支援が必要な方たちに声をかけ
いっしょに避難する



地震発生後
**~3日
ぐらい**

- 余震には十分注意する
- ラジオやテレビ、携帯電話等で災害情報や被害情報などを確認する
- 自主防災活動に参加する
隣近所で協力して消火や救出活動などに協力する



津波への対応

避難の心得

正しい情報を確認

- 地震が起きたら防災行政無線やテレビ、ラジオで津波警報・注意報、津波情報を確認しましょう。



高いところへ避難

- 海岸川辺から離れ、高台や津波避難ビルなどの頑丈な建物へ避難しましょう。



引き潮がなくても注意

- 地震の発生の仕方によって、いきなり大きな波が押し寄せることがあります。



早めに避難

- 小松市域では地震発生後約15分で津波が到達することが予測されています。
- 海岸付近の方は早めに避難をしましょう。



災害用伝言ダイヤル

メッセージの録音・再生は一般電話、公衆電話、携帯電話、PHSから利用できます。安否確認ができる声の伝言板です。

録音

1 7 1



1



自宅の電話番号を市外局番からダイヤル

0 7 6 1 - # # - # # # #

再生

1 7 1



2



伝言を聞きたい人の電話番号を市外局番からダイヤル

0 7 6 1 - # # - # # # #

雪害への備え

小松市では平成30年2月4日～7日の大雪により、主要幹線道路での立ち往生、路線バス・鉄道等公共交通機関の運休、家屋の倒壊、農作物の被害等が発生し、市民生活に大きな混乱をもたらしました。

※雪への備えを早めに行いましょう。

雪かき用品、防寒具、マイカーの装備(タイヤ、チェーン、スコップ積載)など。



小型除雪機械による
除雪状況 (H30. 2. 6)

雪国生活の快適5か条

- 1 路上駐車は絶対にやめましょう。**
※路上駐車は地域全体の道路除雪に遅れがでます。
- 2 生活道路は、地域ぐるみで除雪を行いましょう。**
※玄関先に寄せられた雪のかたまりも各家庭で除雪をお願いします。
- 3 道路、側溝、下水道ますに雪を捨てるのはやめましょう。**
※道路に雪を捨てるとスリップの原因にもなり、危険です。
また側溝や下水道ますに大量の雪を捨てると、水があふれます。
- 4 マイカー通勤を自粛し、相乗り、バス、電車を利用しましょう。**
- 5 防火水槽や消火栓周辺の除雪の協力をしましょう。**



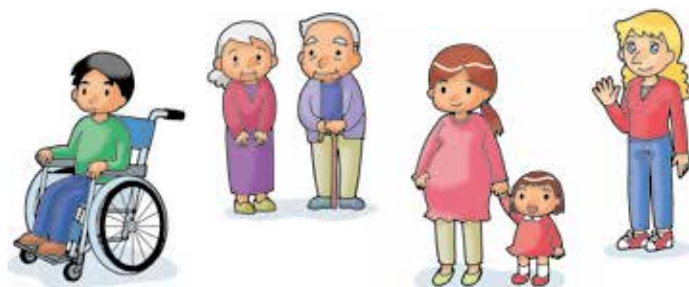
大雪に備えるポイント

- 1. 不要不急の外出は極力控えましょう。**
- 2. 降雪前や降雪時は情報をこまめにチェックし、常に最新の情報に基づいて、「外出を控える」「早めに帰宅する」などの判断を行うようにしましょう。**
- 3. 常日頃から流通支障に備えて、暖房器具の燃料や懐中電灯、水・食料などを備蓄しておきましょう。**



災害時に援護が必要な方たちを支えあいましょう

高齢者の方や障害のある方などは、災害時に援護を必要とする場合があります。日ごろから支援できるよう心掛けておきましょう。



平常時

積極的なコミュニケーション

- 日ごろから声掛けをする。(朝夕の挨拶など)

支援方法を考えておく

- 日ごろから、町内や自主防災組織の訓練で支援方法を考えておく。
- 支援が必要な人について、関係者で話し合っておく。



災害時

高齢者・負傷者

- 2人以上で支援する。
- 状況に応じて、背負って、避難する。



目が不自由な方

- 急に体に触れずに、まず「大丈夫ですか」などの声掛けをする。
- 杖を持つ手と反対側のひじを持ち、励ましながら少しでも前を歩く。
- 段差など知らせながら避難する。



耳が不自由な方

- 口を大きく動かしたり身振りや筆談で災害情報などを知らせながら避難する。



車いすを利用する方

- 2人以上で移動の手助けをする。
- やむを得ない場合は、背負って避難する。



外国の方

- 災害情報などを身振り手振りで伝えながら、避難の手助けをする。
- 外国語にこだわらずに、やさしい日本語で話しかける。



妊産婦の方・乳幼児

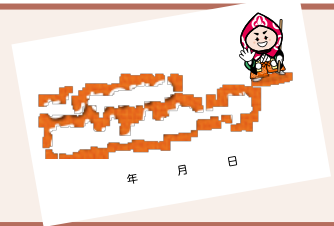
- 避難が困難な場合は手助けをする。

緊急時の備えとして、わが家のあんしんメモ

もしもの時に、援護者が必要とする家族の大切な体調・医療情報を書きこみましょう。

このファイルといっしょに玄関(冷蔵庫の横)など、わかりやすい場所に置く(つり下げる)と緊急時に対応する人にも役立ちます。

あんしんメモの内容を携帯できる「もしもの時のあんしんカード」が付属されています。必要事項をご記入の上、外出時に携帯してご活用ください。



内容が変わることもあるため、
あんしんメモは**鉛筆**で書き込みましょう!



- 個人情報を書き込みますので、紛失などに注意して大切に保管してください。
- 情報は、古いままだと適切な処置が受けられません。年1回は内容を見直しましょう。

訂正ができるように鉛筆で記入してください。 記入年月日 年 月 日

フリガナ				性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名				生年月日	年 月 日	
				勤 務 先		
かかりつけの病院				電 話	- -	
常 用 薬	・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (.)					
治療中の病気	☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他 ()					
薬アレルギー	☐ 有 () ・ ☐ 無					
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -
	氏 名		続 柄		電 話	- -
備 考	配慮を要する事項があれば記入					

訂正ができるように鉛筆で記入してください。 記入年月日 年 月 日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬	・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)						
治療中の病気	☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()						
薬アレルギー	☐ 有 () ・ ☐ 無						
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考	配慮を要する事項があれば記入						

訂正ができるように鉛筆で記入してください。 記入年月日 年 月 日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬	・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)						
治療中の病気	☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()						
薬アレルギー	☐ 有 () ・ ☐ 無						
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考	配慮を要する事項があれば記入						

訂正ができるように鉛筆で記入してください。

記入年月日

年

月

日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬		・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)					
治療中の病気		☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()					
薬アレルギー		☐ 有 () ・ ☐ 無					
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考		配慮を要する事項があれば記入					

訂正ができるように鉛筆で記入してください。

記入年月日

年

月

日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬		・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)					
治療中の病気		☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()					
薬アレルギー		☐ 有 () ・ ☐ 無					
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考		配慮を要する事項があれば記入					

訂正ができるように鉛筆で記入してください。 記入年月日 年 月 日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬	・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)						
治療中の病気	☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()						
薬アレルギー	☐ 有 () ・ ☐ 無						
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考	配慮を要する事項があれば記入						

訂正ができるように鉛筆で記入してください。 記入年月日 年 月 日

フリガナ					性 別	☐ 男 ・ ☐ 女	
氏 名					生年月日	年 月 日	
					勤 務 先		
かかりつけの病院					電 話	- -	
常 用 薬	・ 血圧の薬 ・ 血液をサラサラにする薬 ・ インスリン ・ エピペン ・ その他 (・)						
治療中の病気	☐ 高血圧 ☐ 糖尿病 ☐ 心筋梗塞 ☐ 脳卒中 ☐ 人工透析 ☐ その他()						
薬アレルギー	☐ 有 () ・ ☐ 無						
緊 急 連絡先	氏 名		続 柄		電 話	- -	
	氏 名		続 柄		電 話	- -	
備 考	配慮を要する事項があれば記入						

もしもの時の「あんしんカード」

あんしんカードは、外出時に急な病気や事故などにあったとき、たとえ意識がはっきりしない場合でも、身元や既往症、かかりつけ病院や障がいの種類等をいち早く確認することができ、適切な救護や医療を受けるために役立ちます。必要と思われる方は、下記のカードにご記入後、切り取って携帯してご活用ください。

表面記入例

かかりつけ 病 院	〇〇〇病院 電話 XXXX - XX - XXXX
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・(高血圧) ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・(脳卒中) ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	狭心症(H12)

ふりがな	こ ま つ じ ろ う	続柄
氏名	小 松 次 郎	息子
電話	090 - XXXX - XXXX	
ふりがな	こ ま つ は な こ	続柄
氏名	小 松 花 子	娘
電話	0761 - XX - XXXX	



20XX 年 XX 月 XX 日

▼キリトリ線>>

※裏にある
中面記入用紙にも
ご記入ください。

表面記入用紙

▶キリトリ線X

かかりつけ 病 院	電話 - -
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・高血圧 ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・脳卒中 ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	

(山折り)

ふりがな		続柄
氏名		
電話	-	-
ふりがな		続柄
氏名		
電話	-	-

(山折り)



年 月 日

▶キリトリ線X

かかりつけ 病 院	電話 - -
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・高血圧 ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・脳卒中 ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	

(山折り)

ふりがな		続柄
氏名		
電話	-	-
ふりがな		続柄
氏名		
電話	-	-

(山折り)



年 月 日

もしもの時の「あんしんカード」

中面記入例

ふりがな	こ ま つ た ろ う	(男・女)	血液型
氏名	小 松 太 郎 A		
住所	〒XXXX-XXXX 〇〇町〇丁目〇〇番地		
生年月日	19XX 年 XX 月 XX 日		
電話	0761 - XX - XXXXX		

障がい別	・視覚・ 聴覚 ・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・ あり (卵アレルギー)・なし
主な日中活動場所	△△サービスセンター TEL -
最寄りの避難場所	〇〇小学校

【配慮してほしいこと】

ゆっくりと大きな声で話してください。

※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

※キリトリ線▼

ふりがな		(男・女)	血液型
氏名			
住所	〒 -		
生年月日	年 月 日		
電話	- -		

障がい別	・視覚・聴覚・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・あり()・なし
主な日中活動場所	TEL -
最寄りの避難場所	

【配慮してほしいこと】

※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

ふりがな		(男・女)	血液型
氏名			
住所	〒 -		
生年月日	年 月 日		
電話	- -		

障がい別	・視覚・聴覚・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・あり()・なし
主な日中活動場所	TEL -
最寄りの避難場所	

【配慮してほしいこと】

※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

キリトリ線

キリトリ線

※裏にある
表面記入用紙にも
ご記入ください。

中面記入用紙

もしもの時の「あんしんカード」

▼キリトリ線▶

かかりつけ 病 院	電話 - -
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・高血圧 ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・脳卒中 ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	

(山折り)

緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	
緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	

(山折り)



年 月 日

▼キリトリ線▶

かかりつけ 病 院	電話 - -
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・高血圧 ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・脳卒中 ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	

(山折り)

緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	
緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	

(山折り)



年 月 日

▼キリトリ線▶

かかりつけ 病 院	電話 - -
常 用 薬	・血圧の薬 ・血液をサラサラにする薬 ・インスリン ・エピペン ・その他 ()
治療中の 病 気	・高血圧 ・糖尿病 ・心筋梗塞 ・脳卒中 ・人工透析 ・その他 ()
そ の 他 (伝えたいこと)	

(山折り)

緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	
緊急連絡先	ふりがな	続柄
氏名		
電話	- -	

(山折り)



年 月 日

もしもの時の「あんしんカード」

✂️キリトリ線▼

ふりがな		(男・女)	血液型
氏名			
住所	〒 -		
生年月日	年 月 日		
電話	- -		

障がい別	・視覚・聴覚・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・あり()・なし
主な日中活動場所	TEL -
最寄りの避難場所	

【配慮してほしいこと】
※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

▲キリトリ線✂️

ふりがな		(男・女)	血液型
氏名			
住所	〒 -		
生年月日	年 月 日		
電話	- -		

障がい別	・視覚・聴覚・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・あり()・なし
主な日中活動場所	TEL -
最寄りの避難場所	

【配慮してほしいこと】
※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

▲キリトリ線✂️

ふりがな		(男・女)	血液型
氏名			
住所	〒 -		
生年月日	年 月 日		
電話	- -		

障がい別	・視覚・聴覚・肢体・内部・知的・精神 ・その他()
薬・食物アレルギー	・あり()・なし
主な日中活動場所	TEL -
最寄りの避難場所	

【配慮してほしいこと】
※障がいに関すること、支援してほしい内容等、自由に記載してください

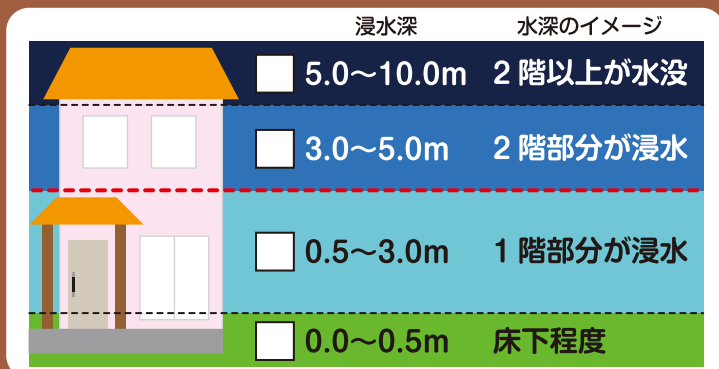
▲キリトリ線✂️

あなたとかぞくの命を守るために 我が家の避難計画「マイ・タイムライン」 ～あなたはいつ避難しますか？～

◆我が家の危険度を確認

～ハザードマップで調べよう～

【浸水深】



【土砂災害警戒区域】

- ☐ 入っている
- ☐ 入っていない



◆避難する場所を確認

近くの避難所



へ逃げます

避難所まで
間に合わないとき

へ逃げます

知人や親戚の家
など安全な避難先

へ逃げます

◆わたしは

(例) 防災行政無線、テレビ、ラジオ、声掛け(家族・近所)

で避難を決める

◆避難を支援してくれる人

名前：	TEL：
名前：	TEL：
名前：	TEL：