

行政区における防災訓練のポイント

以下の 4 項目について、防災訓練を通じて、区民全員で確認してください。

1 地震発生直後の安全確保行動（シェイクアウト）を確認します。

自助と共助の基本は、「けがをしないこと」です。

自分が助かることで、周りの人を助けることができます。

次の【安全確保行動】を地震発生時に実践してください。

- (1) 姿勢を低く！
- (2) 頭を守って！
- (3) 揺れが収まるまでじっとして、動かない！



DROP!



COVER!



HOLD ON!

2 避難行動を開始する基準と安否確認の方法を確認します。

在宅時、笛吹市において「震度5弱以上」の地震が起こった場合は、行政区が独自に決めている一時避難場所へ避難してください。

その場合、自宅に被害がなくても、必ず一時避難場所へ避難し、組長に家族の安否と近隣の被害情報を伝えます。

避難の際は、隣近所で相互に声かけを行い、安否と被害状況を確認し、一時避難場所に避難します。

_____区の「一時避難場所」は、_____です。

発災時、行政区役員及び消防団員は、避難の際に支援が必要な方（要支援者）の安否確認、避難誘導や、建物内に閉じ込められた人の救助活動を行います。

この際、迅速な対応が求められることから、地域住民が力を合わせて共助の活動に協力します。

3 災害種別ごとの指定避難所を確認します。

災害種別ごとに指定避難所が異なる地域があります。お住まいの地域で、想定される災害と指定避難所の場所を確認してください。

また、自宅が被災して避難する場合の避難先は、指定避難所ありきではなく、親戚宅、知人宅への避難など、分散避難を平時のうちに計画してください。

4 各世帯で非常持出品、備蓄品及びマイ・タイムラインを準備します。

各世帯で、避難の際に必要なものを「非常持出品」として準備します。

また、救援物資等は、発災後すぐに届かないことが想定されるため、最低3日分、可能であれば1週間から10日分の「備蓄品」を準備します。

訓練当日、区を中心に、マイ・タイムラインの必要性について確認し、各家庭において、いつ起こるか分からない自然災害に備え、自分自身や家族が「いつ」「何をするのか」を計画します。

