



## 防災訓練で

# 「いざ」に備えましょう

市と地域住民や関係機関が連携し、災害時に適切に対応するため、第32回鶴ヶ島市総合防災訓練を実施します。

災害による被害から命を守るために、訓練を通じて災害時の行動を確認しましょう。

問合先 安心安全推進課防災担当

日時 9月30日(日)8時30分～11時30分(小雨決行)

各会場の訓練内容

栄小学校、若葉駅

- 避難所開設・運営訓練
- 応急救護所訓練
- 炊出し訓練
- 救出・救助訓練
- 建物消火訓練
- 起震車による地震体験

「いざ」というときのために

自然災害に対して、被害を最小限に抑えるためには、一人ひとりが、落ち着いて対処することが大切です。

- 帰宅困難者対応訓練

緊急地震速報を放送します

災害に対する備えは、日頃からの防災意識や、防災訓練の体験によって培われますので、積極的に参加しましょう。

また、参加できない場合でも、シエイクアウトなど各々で出来る訓練もありますので、実践してみましよう。

また、訓練用の緊急速報メール(エリアメール)をスマートフォンや携帯電話へ配信します。実際の災害と間違えないようにしてください。

また、訓練用の緊急速報メール(エリアメール)をスマートフォンや携帯電話へ配信します。実際の災害と間違えないようにしてください。

また、訓練用の緊急速報メール(エリアメール)をスマートフォンや携帯電話へ配信します。実際の災害と間違えないようにしてください。

## 訓練をしてみましょう

### 1 まず身の安全の確保を

放送を聞いたなら、まず「シェイクアウト」を行いましょ。テーブルや机の下にもぐるなど、「わが身」を守ることが大切です。

### ※シェイクアウトとは

地震発生時に、

①姿勢を低くする

②頭や体を守る

③揺れが収まるまでじっとする  
という3つの安全行動です。

### 2 火元などを確認

災害時は火災の可能性があります。ガス栓を閉める・電気の



- ①ドロップ : 姿勢を低く!
- ②カバー : 体・頭を守って!
- ③ホールド・オン : 揺れが収まるまでじっと!

## 安全行動の1-2-3

### 避難所開設・運営訓練

今年の総合防災訓練では、富士見地区の皆さん(富士見自治会、県営富士見団地自治会、わかば自治会、若葉台第二住宅管理組合自治会、若葉グリーンプラザ式番館自治会、富士見地区地域支え合い協議会)が中心となってメイン会場の栄小学校にて避難所開設・運営訓練を実施します。



詳細はこちら

ブレーカーを落とす、火を出さないようにしましょ。また、火災時を想定し、消火器などを確認しましょ。

### 3 避難所、避難場所の確認を

避難所、避難場所は、大きな災害が発生し、住宅の倒壊や直接市民の皆さんに危険が及ぶことが予想される場合に、一時的な生活の場所として開設され、市内の小中学校、市民センター、公園など22か所を指定しています。

最寄りの避難所、避難場所への安全な道順を把握しておきましょ。

「いざ」というときのために実際の避難行動を確認しましょ。

### 日頃から災害の備えを

#### 家の中の点検を

被害を最小限にするために、日頃から準備を行うことが重要です。

災害により家具が体の上に倒れてきたり、通路をふさいだりすると、避難が遅れる原因になります。

通路には家具を置かないよう

にし、大きな家具などは、L字金具や突っ張り棒などで固定するようにしましょ。

#### ローリング備蓄を

食料は発災後3日間以上は自活できるように備蓄をしましょ。

日頃からできる方法として、「ローリング備蓄」と呼ばれるものがあります。食料や飲料などを多めに備蓄しておき、普段から備蓄した食料を食べつつ、なくなったら、新しいものを買って足していくというものです。

また、日頃から非常持ち出し品を整理し、食料のほか、ティッシュやタオル、歯ブラシなどの衛生品の備蓄をしましょ。

### 気象災害の場合

台風やゲリラ豪雨などの気象災害は、ある程度予測することが可能です。必要なときは、テレビやラジオ、インターネットなどで最新の情報を収集するようしましょ。

・鉢植えや物干し竿などは、強風で飛ばされないとこに移動しましょ。

・道路冠水や浸水の被害を防ぐため、雨水まですの周りに落ち葉などがたまっていたら、清掃にご協力をお願いします。

・家具や貴重品などを2階などの高い場所に移動させましょ。

・河川や下水路などには、近づかないようしましょ。

## 「いざ」というとき メディアによる災害情報発信

### ～Lアラート(災害情報共有システム)～

#### — どんなメディアで見られるの? —

例えば...

#### ・NHK総合テレビ

→d(データ)ボタンを押し、「地域の防災・生活情報」を選択



データ放送とは

#### ・テレ玉

→d(データ)ボタンを押し、「鶴ヶ島市」を選択

※普段からイベント情報などを掲載しています



dボタンを押してみよう!

#### ・YAHOO! JAPAN天気・災害

→トップページの「天気・災害」を押し、「避難情報」を選択

(避難情報が出ていない場合は表示されません)



防災情報について



防災速報アプリ

※Lアラートとは、自治体などが発した情報を集約し、テレビやネットなどの多様なメディアを通して住民に災害情報を一括配信する共通基盤システムのことで、各種メディアで災害情報を確認することができます。