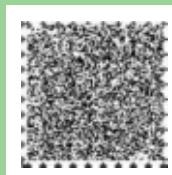


さいたま市

保存版

# 防災ガイドブック

令和2年改訂版





# みんなで 命を守る

大規模な地震や台風などの災害はいつ発生するかは誰にもわかりません。阪神・淡路大震災では、倒壊家屋の下から救出された全体の約8割の方は、家族や近隣の人々によって救出されました。

大規模広域災害が起きた場合、倒壊した建物に閉じ込められた人々の救出などは一刻を争う一方、すべての現場に行政の救助隊がすみやかに到着することは困難であるため、「自分自身の身を守り、隣近所の人々といった地域コミュニティとの助け合いによって被害を最小限に防ぐこと」こそが、一人ひとりの大切な命を守ることに繋がります。

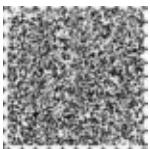
災害による被害を最小限に防ぐために、何を準備しておけばよいのか？  
いざ災害が発生したときにはどう対処すればよいのか？

そこで、もしも災害が発生したときの行動や、災害に備えて準備できることをまとめた「防災ガイドブック」を作成いたしました。

災害の際、市民のみなさん一人ひとりがあわてず、落ち着いて適切な行動がとれるよう、「防災ガイドブック」を活用して防災に関する知識や心構えを再点検し、ふだんの防災活動にお役立てください。

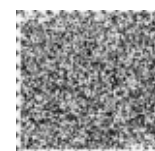


はじめに . . . . . 1	
日常確認	危険の確認（ハザードマップ） . . . . . 5
	危険の確認（市の情報システム） . . . . . 8
	地震が起きたとき、起きた直後の行動 . . . . . 9
	「わが家の防災」をチェックしよう . . . . . 11
	サバイバルカード、防災・緊急時安心カードの紹介 . . . . . 13
	緊急時の連絡手段 . . . . . 14
	チェックリスト（非常持出品・備蓄品） . . . . . 15
	チェックリスト（多様なニーズに合わせた備え） . . . . . 16
	自宅で避難生活を送るポイント . . . . . 17
	備蓄のポイント . . . . . 19
地震	安全対策のポイント＜家の周囲＞ . . . . . 20
	安全対策のポイント＜家の中＞ . . . . . 21
	感震ブレーカー・各種サポートの紹介 . . . . . 22
	防災をはじめよう＜部屋の中＞ . . . . . 23
	安全対策のポイント＜高層マンション＞ . . . . . 25
	安全確保のポイント＜屋外＞ . . . . . 26
	防災をはじめよう＜持ち歩きアイテム＞ . . . . . 27
	安全確保のポイント＜屋内＞ . . . . . 28
	帰宅困難時の行動 . . . . . 29



音声コード掲載

風水害	安全対策のポイント	30
	台風などが接近したときの対策ポイント	31
	雨・風の強さとその影響	32
	主な防災気象情報の紹介	33
	危険の確認（避難情報・警戒レベル）	34
	安全確保のポイント（竜巻・土砂災害・ゲリラ豪雨）	35
	安全確保のポイント（大雪・火山災害）	36
	危険の確認（テレ玉・Yahoo!）	37
	危険の確認（さいたま市の防災情報）	38
	危険の確認（防災行政無線）	39
	マイ・タイムラインの紹介	40
自主防災組織	「平常時」の自主防災活動	41
	「災害時」の自主防災活動	42
	地域の防災計画をつくろう	43
要配慮者	サポートが必要な要配慮者	44
	サポートのポイント＜平常時＞	45
	サポートのポイント＜災害時＞	46
避難場所	避難場所の種類と役割	47
	避難所生活での注意点＜暮らし方＞	48
	避難所生活での注意点＜配慮・防犯＞	49
	避難所生活での注意点＜ペット＞	51
応急手当	応急手当の方法	52



音声コード掲載