

# うるま市 防災だより No.3

## 地震に対する日常の備え ～まずは自分の身の安全確保～

### ◆家庭での防災会議

- 地震の時には、まず自分の身の安全確保を第一に考え、また家族が慌てず落ち着いて行動できるよう、日頃から話し合い、情報を共有しておきましょう。
- 地震はいつ起こるかわからないことから、時間帯によって誰が在宅しているかなど、家族構成も考慮しながら様々なケースを想定し、次のようなことも話し合っておきましょう。
  - ・住宅の耐震化や家具の転倒防止対策は十分か
  - ・家の中でどこが一番安全か
  - ・非常持出袋はどこに置いてあるか
  - ・避難場所、避難経路はどこか
- 海岸で強い揺れや弱くても長い揺れに襲われたら、すぐに安全な高台に避難するなど津波避難について話し合っておきましょう。



### ◆家族との連絡方法の確認

- 家族が離ればなれで被災した場合、自分の身の安全が確保できたら、次は家族の安否を確認しましょう。
- 被災地では、連絡手段が限られます。公衆電話等から利用できるNTTの「災害用伝言ダイヤル171」や、携帯電話の「災害用伝言板」などの活用方法を知っておきましょう。

### ◆備蓄品・非常持出品を備える

- 数日間生活できるだけの水や食料品等の「備蓄品」を備えておきましょう。目安として最低限3日間程度の水や食料品を備蓄しましょう。
- 備蓄品は、家族、地域の状況や賞味期限などと照らし合わせて定期的にチェックし、必要に応じて入れ替えましょう。
- 非常持出品は、玄関や寝室など持ち出しやすい所に置いておき、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。背負える袋などに入れておけば、持ち出したときに両手が使えて便利です。



### ◆市職員は、自分の身の安全を確保し迅速に登庁しましょう

- 災害時には、市職員としての業務（公務）があり、全庁体制で協力して取り組まなければなりません。部署ごとに災害時に対応すべき業務が「地域防災計画」で定められています。
- まずは自分の身の安全を確保し、家族の安全が確認できたら、上司からの連絡により、あるいは上司からの連絡がない場合でも、自らの判断により市役所等へ登庁しましょう。
- 登庁に際しては、道路が決壊し車両が通れないなど通常の常態ではないことが考えられます。様々な場面を想定しておきましょう。
- 登庁途中で被災場面に遭遇した場合には、可能な範囲で救助・救援活動を行ってください。
- 登庁途中には被害状況を確認し、登庁したら防災対策本部（防災係）へ報告してください。

～津波てんでんこ（東北地方の防災標語）：自分の命は自分の責任で守れ！～