

防災の基本

もしものときの準備はしっかりとできていますか？
災害発生時のそなえと行動について、改めて確認してみましょう。

日頃から確認しておくべきこと

連絡方法

災害時に、最も気になるのは家族の安否です。
電話が使えない状況を想定し、複数の連絡方法を検討しておきましょう。



■災害用伝言ダイヤル「171」

災害発生時（震度6以上の地震など）に稼働するNTTの災害用伝言ダイヤルサービスです。被災地の自宅の固定電話の番号をキーにして、安否情報を音声で登録、これを全国から確認することができます。



■携帯電話の災害用伝言板

携帯各社が災害発生時（震度6以上の地震など）に提供するサービスです。被災地の人が携帯電話の番号をキーにして安否情報を文字で登録、他社の携帯電話やパソコンから確認できます。



防災の基本

■その他の各種サービス

サービス名	概要
公衆電話	災害時、公衆電話は一般回線よりも優先的に回線が確保され、被災地では無料で利用できます。
携帯メール	携帯回線を利用したメールで、災害発生後はつながりにくかったり、相手に届くまでに時間がかかったりする場合があります。
Eメール	インターネット回線を利用したメールで、東日本大震災ではEメールは比較的届きやすく、多くの人に利用されました。
ソーシャル・ネット・ワーキング・サービス	東日本大震災では、mixi(ミクシイ)やFacebook(フェイスブック)などのSNSやTwitter(ツイッター)などのミニブログサービスが安否確認に利用されました。
音声通話アプリ	LINE(ライン)やSkype(スカイプ)など、スマートフォンやパソコン向けの音声通話アプリを利用した音声通話は、東日本大震災でも有効でした。なお、通話したい相手と同じアプリを利用する必要があります。

災害時の生活必需品

■常時携行品

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- 笛・ホイッスル
- 避難カード
- 避難用マップ
- 携帯電話の充電器



■非常持出品

- | | | |
|---|--|---|
| 貴重品
<input type="checkbox"/> 現金
<input type="checkbox"/> 預貯金通帳(コピー)
<input type="checkbox"/> 印鑑
<input type="checkbox"/> 保険証(コピー)
<input type="checkbox"/> 運転免許証(コピー) | 生活用品
<input type="checkbox"/> 厚手の手袋
<input type="checkbox"/> 毛布
<input type="checkbox"/> 缶切り
<input type="checkbox"/> ライター・マッチ
<input type="checkbox"/> ナイフ
<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ | 非常食品
<input type="checkbox"/> 乾パン
<input type="checkbox"/> 缶詰
<input type="checkbox"/> 栄養補助食品
<input type="checkbox"/> アメ・チョコレート
<input type="checkbox"/> 飲料水 |
| 避難用具
<input type="checkbox"/> 懐中電灯
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
<input type="checkbox"/> 予備の乾電池
<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん | 救急用品
<input type="checkbox"/> 救急箱
<input type="checkbox"/> 処方箋の控え
<input type="checkbox"/> 胃腸薬・便秘薬・持病の薬
<input type="checkbox"/> 生理用品 | 衣料品
<input type="checkbox"/> 下着・靴下
<input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン
<input type="checkbox"/> 防寒用ジャケット
<input type="checkbox"/> 雨具
<input type="checkbox"/> 携帯用カイロ |

★これらのほか、外部からの支援が届くまでの生活に必要なものとして、飲料水や食料を備蓄品として準備しておきましょう。

火事・救急のときは...

火事 のとき

火事です!
(家・山)が燃えています。

住所は〇〇町〇丁目
〇番〇号です。
目標物は、〇〇です。

私は、〇〇(住所)に住む
〇〇(氏名)です。
電話番号は、〇〇です。

※119番通報中に消防車や救急車は出動しています。焦らずに、落ち着いて、はっきりと話してください。
このとき、患者に応じた応急手当を電話で説明することがあります。

通報はあわてず、正確に!!

火事や救急のときは

119番



けが人が〇人います。
(逃げ遅れが〇人います。)



交通事故
(急病)です!

救急 のとき

住所は〇〇町〇丁目
〇番〇号です。
目標物は、〇〇です。

負傷者(病人)は〇〇で、状況は〇〇です。
・事故の場合:事故の状況、負傷者の数、容態
・急病の場合:患者の性別、年齢、症状

私は、〇〇(住所)に住む〇〇(氏名)です。
電話番号は、〇〇です。

安全な避難のために

様々な災害から安全に避難するためには、災害に関する情報をきちんと把握し、速やかな避難を行いましょう。



■避難に関する3つの情報

避難準備・ 高齢者等避難開始	<ul style="list-style-type: none"> ●人的被害の発生する危険性が高まった状況です。 ●避難行動に時間がかかる高齢者などの避難行動要支援者やその支援者は避難をはじめます。 ●通常の避難行動ができる人は、家族等との連絡、非常用持出品の用意等、避難の準備を進めます。
避難勧告	<ul style="list-style-type: none"> ●人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況です。 ●通常の避難行動ができる人は、避難行動を開始します。
避難指示(緊急)	<ul style="list-style-type: none"> ●人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況、あるいはすでに人的被害の発生した状況です。 ●対象地域の住民は避難を完了していなければなりません。 ●万一、避難する余裕がない場合は「命を守る最低限の行動」を取ります。

防災の
基本

■避難のための心得

- 非常用持出品の用意
- 正確な情報収集を

●避難場所・経路の事前確認

避難場所までの安全な経路(避難路)は、あらかじめ自分たちで決めておき、安全に通行できるか確認しておきましょう。



■避難時の心得

●持ち物は最小限に

荷物はリュックなどに入れ、両手が使えるようにしましょう。



●隣近所の安全確認

避難が必要になった際には、隣近所への声かけを行い、けが人、行方不明者がいないか確認しましょう。

●お年寄りなどの避難に協力を

お年寄りや子ども、病気の人、は、早めの避難が必要です。隣近所で声を掛け合い、近所のお年寄りや子ども、病気の人などの避難に協力しましょう。

●マンホールや側溝に注意を

大雨や津波の浸水により、マンホールの蓋が外れることがあります。浸水している状況で、マンホールや側溝にはまってしまうと危険ですから近寄らないようにしましょう。

万一、浸水している場所を避難するときには、棒などを杖代わりにして水面下を確認しながら歩きましょう。



■避難場所での心得

●正確な情報の収集・伝達

間違った情報にまどわされないようにテレビ、ラジオなどから正確な情報の入手に努めましょう。

また、市、消防、警察などが進める被害状況の情報収集に協力し、けが人や行方不明者の状況などを正確に伝えましょう。

●生活必需品は備蓄でまかなう

いざという時のために水や食料などの備蓄をしておきましょう。

●電話は緊急連絡を優先

安易に電話をかけることは避け、安否確認は「災害用伝言ダイヤル」などを活用しましょう。

災害時等の連絡先

連 絡 先	電 話 番 号
宇和島地区広域事務組合消防本部火災問合せ	0895-24-2200
// 休日在宅医、救急指定病院問合せ	0895-23-0111
市立宇和島病院	0895-25-1111
宇和島社会保険病院	0895-22-5616
市立吉田病院	0895-52-0611
市立津島病院	0895-32-2011

地震災害から身を守ろう!

大きな地震が発生した際には、慌てずに冷静な対応を行うことが「命を守る」ことにつながります。

■地震発生時の行動

地震発生

緊急地震速報により、揺れの発生の前に情報を入手できる場合があります。

■緊急地震速報

緊急地震速報は、最大震度が4以上と予想された場合に、テレビやラジオ、携帯電話等を通じてお知らせするものです。緊急地震速報を発表してから強い揺れが到達するまでの時間は、長くても十数秒から数十秒と短く、震源に近いところでは間に合わない場合があります。



防災ラジオの貸し出し

災害情報などを屋内でも正確に伝えるために、市内にお住まいの世帯を対象に、防災ラジオの貸し出しをしています。



災害情報放送などの際には自動起動し、放送されます。

〈お受け取りは…〉

危機管理課、各支所総務係で受け取ることができます。印かんをご持参ください。

※1世帯につき1台です(無料)

※2台目を希望する世帯や事業者には有料で貸し出します。(3,000円)



防災の基本

揺れの発生

まずは身を守る

南海トラフの巨大地震では2~3分の揺れが続くといわれています。

■身の安全の確保

- ・クッションや座布団などで頭を保護する。
- ・丈夫な机の下で身を守る。
- ・倒れてくる家具や落下物に注意。

■非常脱出口の確保

- ・ドアや窓を開けて逃げ道を確保。

揺れがおさまったらただちに

余震に注意しながら素早く行動

津波やがけ崩れ等の危険が予想される場所にいる場合はすぐに避難します。

■火元の確認

- ・火元を確認し、ガスの元栓、電気ブレーカーを落とす。

■家族の安全確認

- ・倒れた家具の下敷きになっていないか確認。

■靴を履く

- ・底が厚く丈夫で、履きなれた靴を履き、ガラスの破片や散乱物から足を守る。

■火災時には協力して初期消火

- ・津波による浸水のおそれがない地域では、近隣で協力して初期消火。

避難場所では

みんなで協力

避難後は助け合いの心で行動します。

■引き続き余震に注意

- ・余震の発生が危惧されることから、倒壊した家屋などの危険な場所に近寄らない。

■自主防災組織を中心に活動する

- ・集団生活のルールを守り、助け合いの心で行動する。

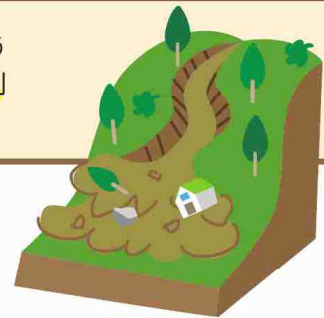
風水害・土砂災害に備えよう!

台風や大雨によって引き起こされる風水害や土砂災害は、人命や財産等に大きな被害をもたらします。自分の住んでいる地域の地形や地質を把握し、日頃から気象情報には十分注意しましょう。

風水害や土砂災害からの避難にあたっては、災害に関する情報を適切に把握し、速やかな避難を行うことが重要です。また、避難の余裕がない場合や避難行動が遅れた際には、「命を守る最低限の行動」を取ることが必要です。

命を守る最低限の行動

すでに、浸水が始まっているなど、危険な状況の中での避難行動をできるだけ避け、安全の確保を第一に考えます。屋外での移動が危険だと判断した場合は、次のような対応を取って救助を待つことも検討してください。



洪水	水が押し寄せて歩くことが困難になった場合は、自宅や近隣の2階以上の高い所へ緊急的に避難します。
土砂災害	鉄筋コンクリートなどの堅固な建物の2階以上の高い所で斜面と反対側に位置する部屋へ避難します。

津波災害に 備えよう!

強い揺れを感じたとき又は弱い地震であっても、長い時間ゆったりとした揺れを感じたときは、津波の発生が危惧されることから「すぐ避難」することが必要です。



東日本大震災で役立った避難の3原則

甚大な被害を引き起こした東日本大震災において、岩手県釜石市では、津波避難3原則を防災教育に取り入れることで多くの児童の命を守ることができました。

- 原則 1 想定を信じるな ▶ 相手は自然であり、到達時間や高さ等、人間の想定どおりの津波が来るとは限らない。
- 原則 2 最善を尽くせ ▶ そのときできることに全力を注ぐ。少しでも早く、少しでも高い場所に避難する。
- 原則 3 率先避難者たれ ▶ いざというとき、人間は自分から進んで避難しようとする傾向がある。



防災の
基本

津波から命を守る行動

1. 避難は直ちに!

- テレビなどの情報を待つのではなく、すぐに避難を。
- 車は使わない。
- 河川堤防の決壊などに注意。



2. 浸水区域外へ 避難を!

- 地震のあと津波到達までの間に、より安全な浸水区域外へ。
- 逃げ遅れたときは、迷わずに近くの丈夫でできるだけ高い建物へ避難。

注意

■ 長期間の孤立や津波火災など浸水区域の中には危険も!

命を守るために、最善を尽くして、浸水区域外へ逃げましょう。

3. 正しい情報を 入手!

- 安全な場所に避難したあとラジオや携帯電話などで情報を入手。

注意

■ 津波警報・注意報が解除されるまでは自宅に戻らないこと。
■ 想定以上の津波に備え、さらに安全な場所への避難も考えておきましょう。



津波から安全に避難するポイント

「遠く」よりも「高く」へ

すでに浸水が始まり、高台に避難する時間的余裕がないときは、近所の頑丈な高いビルに逃げることを考えましょう。津波避難ビルとして指定されている建物を日頃から確認しておきましょう。



津波の特性を理解する

津波は繰り返し襲ってきて、第一波よりも第二波以降の方が大きくなる可能性があります。1回目の津波で安心せずに、警報・注意報が解除されるまで海岸に近づかないようにしましょう。

また、津波の前触れとして、必ず引き潮があるとは限りません。大規模な地震のあとには、直ちに津波が来るものとして、すぐに避難しましょう。

地震の揺れの大きさを判断しない

揺れが小さい時でも津波が起きるケースがあります。弱い揺れでも長い時間揺れを感じた時、津波警報が発表された時は直ちに避難しましょう。

津波警報・注意報の種類

種類	発表される津波の高さ	
	数値での発表	巨大地震の場合
大津波警報 (特別警報)	10m超(10m<予想高さ) 10m(5m<予想高さ≤10m) 5m(3m<予想高さ≤5m)	巨大
津波警報	3m(1m<予想高さ≤3m)	高い
津波注意報	1m(0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)



避難施設 指定避難所一覧

土 土砂 水 洪水 地 地震 津 津波



防災の基本

地区	名称	所在地・災害種別	地区	名称	所在地・災害種別
宇和島	宇和津小学校	妙典寺前乙640番地(2区) 水地津	宇和島	三浦西あんずの里	三浦西1709番地17(大内) 水
	宇和津幼稚園	妙典寺前乙640番地(2区) 水地津		安米集会所	三浦西986番地(安米) 水
	宇和津公民館	妙典寺前乙640番地(2区) 水地津		三浦公民館西三浦分館	三浦西1289番地(大内) 水地津
	野川集会所	野川1248番地4(3区) 水地津		三浦公民館	三浦西3566番地2(豊浦) 水
	中央公民館	堀端町1番25号 土水地津		高光小学校	高串2番耕地121番地1(家藤) 土水地津
	明倫公民館	長堀2丁目4番38号 土水地		高光公民館	高串2番耕地134番地1(家藤) 土水地津
	明倫小学校	文京町4番1号 土水地		下高串集会所	高串1番耕地565番地(下高串) 水津
	宇和島南中等教育学校	文京町5番1号 土水地		本村集会所	高串3番耕地430番地2(本村) 水津
	城東中学校	新田町3丁目3番1号 土水地		奥高串集会所	高串2番耕地1588番地(奥高串) 水津
	城南中学校	文京町3番2号 土水地		江の組集会所	光満甲12番地3(江の組) 土水津
	宇和島東高等学校	文京町1番1号 土水地		上光満集会所	光満甲1320番地(上光満) 水津
	鶴島公民館	文京町2番1号 土水地		家藤集会所	高串2番耕地259番地1(家藤) 水津
	鶴島小学校	文京町2番1号 土水地		徳の森集会所	高串2番耕地(徳の森) 水津
	宇和島水産高等学校	明倫町1丁目2番20号 土水地		中組集会所	光満甲237番地3(中組) 水津
	南予文化会館	中央町2丁目5番1号 土水地		新屋敷集会所	光満甲(新屋敷) 水津
	宇和島市役所	曙町1番地 土水		下波公民館	下波2952番地の1 土水地
	天神小学校	丸穂町甲978番地(5区) 土水地津		宇和海中学校	下波2952番地1(東) 土水
	丸穂保育園	丸穂町甲900番地1(5区) 土水津		結出小学校	下波3731・3739・3740(結出) 水地
	済美保育園	丸穂町3丁目2番30号 水地		宇和島市役所宇和海支所	下波1016番地(柿の浦) 水地
	天神公民館	丸穂町甲893番地(5区) 土水地津		狩津集会所	下波5409番地(狩津) 水
	闘牛場	和霊町496番地2 水津		下波西集会所	下波4361番地(西) 水
	和霊小学校	伊吹町甲111番地 土水地津		矢の浦集会所	遊子4433番地(矢の浦) 土水
	城北中学校	和霊町1344番地1(西通1区) 地		遊子公民館	遊子3153番地 土水地
	和霊公民館	伊吹町甲577番地5(東通2区) 土水津		遊子小学校	遊子3624番地(番匠) 土水地
	勤労青少年ホーム	和霊東町3丁目1番1号 土水		魚泊集会所	遊子2927番地(魚泊) 水
	環太平洋大学短期大学部	伊吹町甲421番地(東通2区) 土水津		水荷浦集会所	遊子2323番地(水荷浦) 土水
	宇和島看護専門学校	伊吹町甲594番地3(東通2区) 土水津		遊子診療所	遊子3627番地(甘崎) 水
	住吉公民館	住吉町3丁目1番24号 土水地		甘崎集会所	遊子4048番地(甘崎) 土水地
	住吉小学校	住吉町807番地2(3区) 水地		高助集会所	蔦淵763番地(高助) 水
	みゆき保育園	藤江1323番地2(1区) 水地津		蔦淵小学校	蔦淵983番地(横浦) 土水地
	総合体育館	弁天町2丁目1番27号 土水地		蔦淵公民館	蔦淵1639番地(宮市) 水地
	総合福祉センター	住吉町1丁目6番16号 土水地		矢ヶ浜集会所	蔦淵3359番地(矢ヶ浜) 水
	大浦自治会館	大浦甲208番地 土水		戸島公民館	戸島2014番地 土水地
	番城小学校	宮下甲201番地 水地津		戸島小学校	戸島2335番地(大内浦) 土水地
祝森公民館	祝森甲3000番地3(祝森中) 水地津	本浦集会所	戸島2065番地1(本浦) 水		
保健センター	祝森甲811番地(祝森下) 土水地津	嘉島小学校	戸島4110番地(嘉島) 土水地		
番城美德認定こども園	宮下甲201番地 水地津	日振島小学校	日振島2069番地(明海) 土水地		
番城公民館	宮下甲201番地 水地津	日振島公民館	日振島1712番地(明海) 土水地		
番城福祉会館	寄松171番地2 土水地津	能登集会所	日振島335番地(能登) 水		
九島公民館	百之浦1265番地の6 水地	喜路集会所	日振島3139番地(喜路) 水		
九島小学校	百之浦1262番地6 土水地	吉田支所(吉田公民館)	吉田町東小路甲106番地 土水地		
石応公民館	石応1151番地 土水	吉田高等学校	吉田町北小路甲10番地 土水地		
石応小学校	石応1616番地(1区) 水地	吉田中学校	吉田町鶴間新200番地 土水地		
小池小学校	小池1679番地3(小池) 水地	吉田小学校	吉田町立間尻甲2023番地1 土水地		
小池保育園	小池1607番地1(小池) 土水地津	ふれあい運動公園	吉田町鶴間1507番地 土水地津		
小池公民館	小池1679番地3(小池) 土水地	奥南公民館	吉田町奥浦甲1番地1 水		
三浦小学校	三浦西新23番地1(豊浦) 土水地	奥南小学校	吉田町奥浦甲65番地1 土水地		

いざという時に備えて家族で事前に確認しておきましょう。



地区	名称	所在地・災害種別	地区	名称	所在地・災害種別
吉田町	喜佐方公民館	吉田町河内甲72番地1 土水	三間町	大内集会所	三間町大内93番地 土津
	喜佐方小学校	吉田町沖村甲2325番地1 水地津		二名小学校	三間町大内64番地 土水地津
	玉津公民館	吉田町法花津7番耕地360番地1 土水		是延集会所	三間町是延551番地 土水津
	玉津小学校	吉田町法花津7番耕地333番地 水地		兼近集会所	三間町兼近697番地2 土水津
	立間公民館	吉田町立間1番耕地3905番地3 水		三間中間集会所	三間町三間中間474番地1 水津
	立間小学校	吉田町立間1番耕地3900番地1 土水地津		黒川集会所	三間町黒川72番地 水津
	えひめ南農協立間中央支所	吉田町立間2番耕地1266番地 土水津		音地集会所	三間町音地209番地 水津
				告森消防詰所	三間町音地975番地 水津
三間町	是能集会所	三間町是能402番地 土水津	津島町	岩松公民館	津島町岩松甲471番地 土水地
	曾根集会所	三間町曾根471番地 土水津		勤労者体育センター	津島町高田丙227番地9 土水地
	成家集会所	三間町成家842番地 水津		岩松小学校	津島町岩松503番地 土水地
	成妙小学校	三間町成家759番地 土水地津		津島中学校	津島町高田丙355番地 土水地
	則集会所	三間町則1688番地 土水津		津島高等学校	津島町高田甲2469番地1 土水地津
	大藤集会所	三間町大藤704番地 土津		清満公民館	津島町岩淵丙560番地 水地津
	三間基幹集落センター	三間町大藤960番地 土津		清満小学校	津島町岩淵丙395番地 土水地津
	コスモスタウン集会所	三間町是能202番地4 土水津		御槇休養村管理センター(御槇公民館)	津島町御内809番地 水津
	黒井地集会所	三間町黒井地2366番地 土水津		御槇小学校	津島町槇川1967番地 土水地津
	黒井地教育集会所	三間町黒井地94番地1 土津		畑地コミュニティーセンター(畑地公民館)	津島町上畑地甲568番地 土水地津
	戸雁集会所	三間町戸雁292番地 土水津		畑地小学校	津島町上畑地甲80番地 土水地津
	三間高等学校	三間町戸雁764番地3 土地津		下灘公民館	津島町嵐586番地 水地
	国民体育館	三間町戸雁1010番地 土津		下灘小学校	津島町嵐鳴135番地 土水地
	三間認定こども園	三間町戸雁1229番地 土水津		曾根小学校	津島町脇706番地 水地
	三間小学校	三間町宮野下493番地 土水地津		浦知小学校	津島町浦知380番地 土水地
	三間中学校	三間町戸雁1046番地 土地津		由良小学校	津島町成408番地 土水地
	三間公民館	三間町宮野下835番地 土水地津		由良小学校平井分校	津島町平井366番地 土水地
	宮野下村集会所	三間町宮野下979番地 土水津		由良小学校須下分校	津島町須下181番地7 土水地
	北増穂集会所	三間町北増穂43番地1 土水津		竹ヶ島小学校	津島町竹ヶ島263番地 土水地
	小沢川集会所	三間町小沢川733番地 津		北灘公民館	津島町北灘甲2142番地3 土水地
	川之内集会所	三間町川之内37番地 土水津		北灘小学校	津島町北灘乙153番地 水地
	元宗集会所	三間町元宗317番地 土水津		南部小学校	津島町北灘丁930番地1 水
	三間幼稚園	三間町元宗521番地1 土地津			
	増田公民館	三間町増田78番地 土水津			
	土居中集会所	三間町土居中932番地 水津			
	迫目集会所	三間町迫目1034番地1 土水津			
	コスモスホール三間	三間町迫目138番地 土水地津			
	ふれあい交流館	三間町迫目128番地 土水津			
	務田迫目組集会所	三間町務田946番地1 水津			
	務田集会所	三間町務田730番地 土津			
	三間町隣保館	三間町務田681番地1 土津			
	三間保健福祉センター	三間町迫目126番地 土水地津			
中野中集会所	三間町中野中53番地 土水津				
波岡集会所	三間町波岡848番地 土水津				
波岡上集会所	三間町波岡599番地 土水地津				
田川集会所	三間町田川310番地 水津				
金銅集会所	三間町金銅296番地 土津				
土居垣内集会所	三間町土居垣内133番地 土水津				
古藤田公民館	三間町古藤田323番地 津				
高齢者コミュニティーセンター	三間町古藤田367番地 土水津				



防災の基本



SoftBank

Y! mobile

月々の携帯料金が高いとお考えではないですか？
下記店舗までご相談ください。

(他社さんご利用中の方も無料見積実施中！！)



ソフトバンク フジグラン北宇和島
宇和島市伊吹町甲912-2
TEL0895-23-0038

営業時間: 午前9:00～午後9:00
定休日: 基本なし(詳しくはお問い合わせください)



ワイモバイルマルナカ宇和島
宇和島市保田甲841-2
TEL070-5514-2116

営業時間: 午前10:00～午後8:00
定休日: 毎月第2水曜日



ソフトバンク西予
西予市宇和町卯之町4-424-1
TEL:0894-89-1788

営業時間: 午前10:00～午後7:00 定休日: 毎月第2水曜日



ソフトバンク フジ宿毛
高知県宿毛市宿毛5380-1
TEL:0880-63-0081

営業時間: 午前10:00～午後7:00 定休日: 毎月第2水曜日

運営会社: 株式会社Ai TEL0895-23-0038