

いざというとき、助け合うために ～地域のつながりの大切さ～

災害時には、被害を最小限にとどめるために、
近隣の方々と協力することが大切です。

お互いの
安否確認・
避難

初期消火や
救出・
救護活動

早期復興に
向けた
助け合い・
支え合い

日頃から交流を深め、お互いに助け合える関係を作っておきましょう。

姫路市社会福祉協議会では、皆様がお住まいの地域で行われている活動を通して、住民同士のつながりづくりを進めています。

ふれあい 食事サービス

ひとり暮らしの高齢者にお弁当を届けたり、公民館等で一緒に食事をするなどで、ふれあいを高めます。

ふれあい ネットワーク

ひとり暮らしや寝たきりの高齢者に、声かけをしたり、訪問したりすることで見守ります。

子育て支援

小学校入学前の親子が気軽に集まり、友達づくりや相談ができる場所をつくり、地域ぐるみで子育てを支えます。

ふれあいサロン

地域住民が気軽に集まり、お茶を飲みながら、楽しくお話をすることで、仲間づくりの輪を広げます。

日頃のふれあいの場が、
住民同士のつながりを深めています。

災害ボランティアセンターについて

災害ボランティアセンターは、大雨や台風、地震といった大災害が起きた際に、被災者や被災地の早期復興を目指して、地域に必要な救援活動を行うために設置されます。

姫路市では、姫路市社会福祉協議会がセンターを運営します。



災害ボランティアに登録しませんか？

姫路市社会福祉協議会では、姫路市内で災害が発生した際に、ボランティアとしての活動経験や姫路の土地勘を活かして、災害ボランティアセンターのスタッフとして活動していただける方を養成するために、「災害ボランティア養成講座」を開催しています。

関心のある方は、講座を受けて災害ボランティアに登録しませんか。



問合せ先



姫路市安田三丁目1番地 姫路市総合福祉会館内
TEL 079-222-4212 FAX 079-222-4256
URL <http://www.himeji-wel.or.jp/>

社協がすすめる

防災のしおり



連絡メモ

災害時に確認できるように、前もって書いておきましょう。

避難場所

家族が離れ離れになった時の集合場所

緊急時の連絡先

名前	電話番号



社会福祉法人
姫路市社会福祉協議会

地域・個人では...

地域での防災活動

いざという時に取るべき行動を確認するため、地域では防災訓練が開催されています。



災害時要援護者支援事業



小学校区ごとに、地域の要援護者の情報をまとめた「災害時要援護者台帳」への登録をすすめています。

※要援護者：災害時に、安全な場所に避難する時に、支援が必要な高齢者や障害のある人等をいいます。

避難について

避難場所等の確認



避難場所や避難ルートを確認しましょう。

避難情報の取得



テレビやラジオから災害情報を積極的に入手し、必要な場合はただちに避難しましょう。

防災訓練への参加



地域の防災訓練に参加し、行動や役割を確認しましょう。

非常時の準備について

水・食糧の備蓄

- ・飲料水、生活用水
- ・レトルトごはん
- ・カップ麺、缶詰
- ・菓子類 等

生活用品

- ・充電式等のラジオ
- ・軍手、常備薬
- ・ライター
- ・使い捨てカイロ
- ・生理用品 等



※非常時の必需品は、非常時持出袋に準備しておきましょう。

災害時は早めの避難で命を守る！

地震の時

路上では

かばん等で頭を保護し、空き地や公園等へ避難しましょう。



屋内では

テーブルの下にもぐるか、座布団等で頭を保護し、転倒や落下しそうなものから離れましょう。



水害の時

屋内では

水や食糧等の生活必需品や貴重品等を上の階へ運びましょう。



車の運転中は

水が少ない場所を選び、ゆっくり高台へ避難しましょう。



今までは大丈夫だったという人も多いですが、根拠のない楽観は禁物です。経験値の少なくなりやすく、公的機関のできることには限界があることを念頭に置いて、自身の命を守る行動を自ら起こしましょう。



災害情報を伝える警戒レベル

災害発生の危険度を直感的に理解し、的確に避難行動ができるようにするため、避難に関する情報や防災気象情報等の防災情報を伝える「警戒レベル」ができました。

警戒レベル	防災情報	市民がとるべき行動	危険度
5	災害の発生情報 (市町村が発令)	命を守る最善の行動	高
4	避難勧告 避難指示(緊急) (市町村が発令)	全員が避難行動	↑
3	避難準備 高齢者等避難開始 (市町村が発令)	高齢者等は避難行動 他の住民は避難準備	・
2	大雨・洪水注意報 (気象庁が発表)	避難行動の確認	↓
1	警報級の可能性 (気象庁が発表)	心構えを高め、情報収集	低

内閣府作成「避難勧告等に関するガイドライン」の表を姫路市社協で再構成

警戒レベル3が出たら？

高齢者等避難に時間がかかる方は避難する！

警戒レベル4が出たら？

全員安全な場所へ避難する！
まだ避難していない方がいたら、避難するように声をかけを！

警戒レベル5になってからでは、安全な避難が難しくなります。地域の皆さんで声をかけ合い、レベル3・レベル4の段階で、安全・確実に避難を終えましょう。