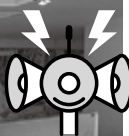


しげとあたら、欲を捨て逃げろ！



7月1日現在の中山

世帯数 1,369
人口 2,995

【問い合わせ】
中山公民館報編集委員会
58-5822



▲各町会の防災役員、消防団も一緒に学びました。

！ 防災の目的

多くの人の命を守る 確実に命を守るとにかく命を守ることです！

確実に命を守る方法は一つだけ、「安全な場所に素早く逃げる！」

家や車、家財道具などはキッパリ諦めて逃げましょう。命さえあれば再建できます。

！ 中山地区の特性

地域全体が傾斜地で平らな場所が少なく、地質は頑丈ではないので土石流が予測される場所が多くあります。一〇〇〇年に1回程度の水害では約一七〇〇人が避難する想定です。

危険な区域や避難場所などを地図上に示したハザードマップを確認しておきましょう。中山地区地域づくりセンターにお問い合わせください！



！ まずは、情報収集

大雨や長雨が原因の水害・土砂災害はある程度予測ができ、気持ちの準備もできます。

あらゆる手段で情報を収集しましょう。テレビ・ラジオ・インターネットなどで



象情報を確認し、市から発令される「避難情報」に注目することが重要です。

大雨の時には音が聴き取りにくくなります。そこで文字で情報を受け取る方法として「松本安心ネット」の活用をおすすめします。松本安心ネットとは、登録したメールアドレスに市からの緊急情報や火災情報、気象情報などが送られてくる仕組みです。松本市に住んでいない遠方の親族の方など、誰でも無料で登録できます。デマにまどわされない確実な情報です。



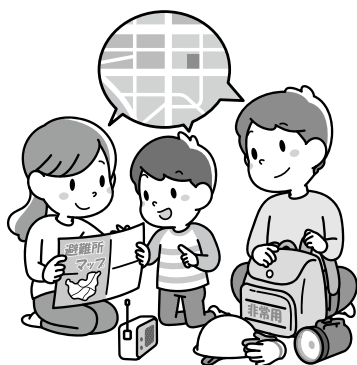
デマにまどわされない 確実な情報を！

松本安心ネット



松本市 LINE 公式アカウント





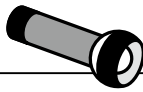
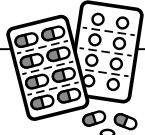
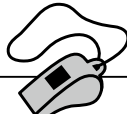
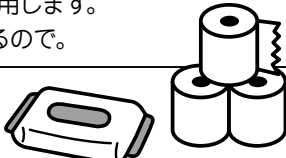
遠方の人は遠慮せず、車を使用しましょう。道路に駐車することになったとしても、まずは命を守る行動を！災害は、いつ起きるかわからず防ぐことはできませんが、自らを守る「自助」と、近隣で助け合う「共助」で被害を減らすことができます。避難するときに持っていく「非常持ち出し袋」に入れる物のチェックリストを掲載しています。意外な物もあるかもしれません。ぜひご確認ください。

！ 水害で 避難する場所は 中山公民館

非常持ち出し袋に入れる物リスト

両手をあけて避難できるようにリュックなど背負える状態のものに入れましょう。
この時重要なのはリュックの内側に、防水のためビニール袋をセットし、その中に物を入れましょう。

確認して
チェックを
入れよう！

水 500 ml 1 本以上	水は重いので程々にした方がいいでしょう。		☐
簡易トイレ 5 回分以上	食事を我慢することはできても、排便排尿を我慢することはできません。水や食料よりも早く必要になり、何よりも大事なものです。		☐
食料 甘い食べ物など	ひとくちようかんやアメ、氷砂糖など。チョコレートは溶けてしまうのでダメ。不安な時に甘いものを口にする、ちょっと幸せになれます。		☐
懐中電灯	手回しで発電する懐中電灯がおすすめ。		☐
薬	常用の薬や、絆創膏など		☐
お薬手帳のコピー	処方してもらった薬がわかるようにコピーしておく。 マイナンバーカードだけでは、情報をすぐには確認できません。		☐
体の一部として使っているもの	メガネ 補聴器 マスク など、コンタクトレンズを使用している人は衛生面を考えるとメガネを入れておいた方がいいでしょう。		☐
笛 防犯ブザー	声を出して救助を求めるよりも、笛を鳴らす方が楽です。		☐
ビニール袋 A4 サイズ以上	透明のポリ袋など何かと便利。 大きいものだとも雨具代わりや、寒さ対策にも。		☐
スリッパ	逃げる時ではなく、避難所で使用します。 土足禁止になっていることもあるので。		☐
トイレットペーパー ティッシュ			☐

普段外出するときに持っていく物は必需品です。忘れずに！

アレもコレもとたくさん詰め込みたくなりますが、リュックが大きくなり身動きがとりにくい状態になっては避難できなくなってしまいます。できるだけ軽くして、歩ける重さを確認しておきます。

まとめ（C・K）

