

## 地震から身を守るために

### まず落ち着きましょう

#### ① 火の元の確認

初期消火が大切です。  
ただし、火を使っているものも  
揺れがおさまってから対処しましょう。

#### ② 出口を確保

まず部屋の窓や扉、玄関ドアを開けましょう。

#### ③ 落下物に注意

頭をまず守り、机の下など  
安全を確保しましょう。  
屋外の場合は瓦や看板の落下などにも  
注意です。

#### ④ ガラスや塀には近寄らない

ガラスの破片は怪我のもとです。  
塀の倒壊にも注意です。



ラジオは必ず役に立つ！

# 防災エントレ

南海放送ラジオ

## 崖・川・池など何がどう危険？

### 知っておきましょう「警戒レベル」

| 警戒レベル | 住民の行動   | 避難情報                                                                  |
|-------|---------|-----------------------------------------------------------------------|
| レベル5  | 命の危険    | 災害発生情報<br>※災害が発生していることを把握した<br>場合に可能な範囲で発令するもので<br>あり必ず発令されるものではありません |
| レベル4  | 全員避難    | 避難勧告・避難指示(緊急)<br>※避難勧告が発令された後<br>避難指示(緊急)が必ず発令されるもの<br>ではありません        |
| レベル3  | 高齢者等は避難 | 避難準備<br>高齢者等避難開始                                                      |
| レベル2  | 避難方法の確認 | 洪水注意報<br>大雨注意報                                                        |
| レベル1  | 気象情報に注意 | 警報級の可能性<br>(早期注意情報)                                                   |

## 大雨から身を守るために

#### ① 河川や用水路には近づかない

集中豪雨になると急に川や水路は増水します  
絶対に近づかないように!!

#### ② 地面より低い道は通らない

歩行者用の地下道なども、  
水が流れ込むと危険です。

#### ③ 冠水している道路は危険

冠水している道路は、境目がわからなくなる  
など危険な個所がたくさんあります。

#### ④ 避難が困難な場合は垂直避難を

無理に避難場所に行くのではなく  
自宅や近隣の頑丈な建物の比較的高い階に  
避難すること(垂直避難)も1つの手です。  
※垂直避難…安全な場所まで避難する時間がない場合、  
安全な場所と空間を確保するために  
上下垂直方向に避難すること。

## 土砂災害の前兆を知ろう

#### ① 崖崩れ

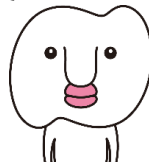
「崖にひびわれができる」「小石がパラパラと落ちる」  
「崖から水が湧き出る」「湧き水が止まる」など  
前兆はいろいろあります。

#### ② 地滑り

地面のひび割れ、陥没、亀裂や段差の発生。  
井戸や沢の水が濁ったり、地鳴りがする  
などに注意しましょう。

#### ③ 土石流

「山鳴りがする」  
「急に川の水が濁ったり流木が混ざる」  
「雨が降っているのに川の水位が急に下がる」  
など。  
土石流は時速 20～40km という速度で  
一瞬のうちに人家や畑などを  
壊滅させてしまいます。



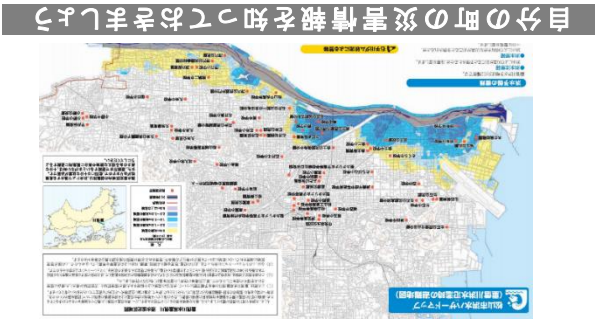
## 気象庁からの情報を活用

### 気象庁のHPから「ハザードマップ」の活用を

#### で検索



#### 例えば？松山市「洪水・ハザードマップ」

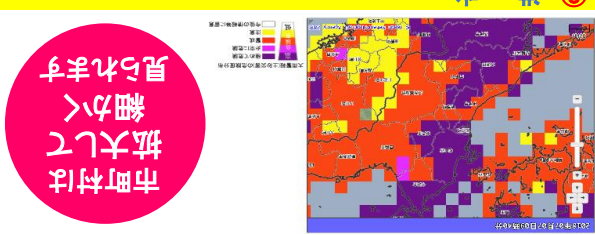


## 気象庁からの情報を活用

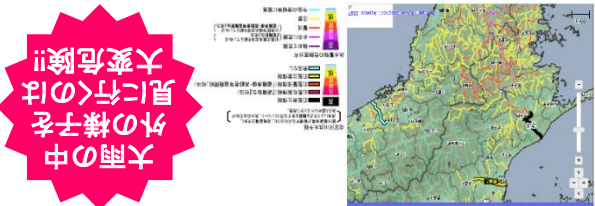
### 気象庁のHPから「危険度分布」をクリック



#### ① 土砂災害



#### ② 洪水



大雨の中  
外の様子を  
見に行くのは  
大変危険!!

## 自分の避難場所情報 (記入しておきましょう)

### ● 自宅周辺

一時避難場所は？

広域避難場所は？

### ● 勤務先周辺

一時避難場所は？

広域避難場所は？

### ● 自宅から避難場所までのルート

(作成欄)

### ● 勤務先などから自宅までのルート

(作成欄)

## 自分のプロフィール

|                                       |                |
|---------------------------------------|----------------|
| 名 前                                   | 血液型            |
| 住所<br>〒                               |                |
| 生年月日<br>年 月 日                         | 携帯番号           |
| 電話番号                                  | FAX番号          |
| メールアドレス                               |                |
| 勤務先／通学先 名称                            |                |
| 勤務先／通学先 住所<br>〒                       |                |
| 勤務先／通学先 電話番号                          | 勤務先／通学先 FAX 番号 |
| 覚えておきたいメモ(家族や大切な人の緊急時連絡先控え、かかりつけ病院など) |                |

## 👍 知っておきたいマーク



**指定避難所(避難所)**  
災害から命を守るために  
緊急的に避難する場所



**指定緊急避難所(避難場所)**  
災害の危険があり  
その危険がなくなるまで  
必要な期間滞在する施設

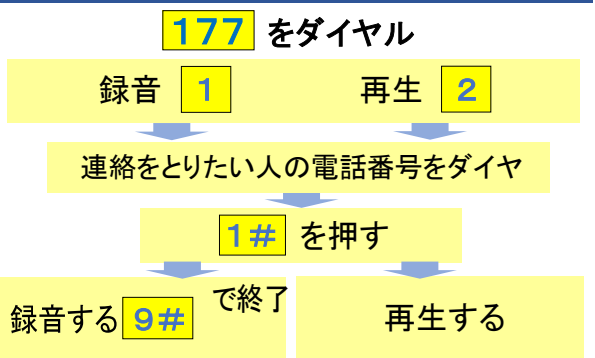


**津波避難場所**  
津波から命を守るために  
整備された施設



**津波避難ビル**  
津波が押し寄せたとき、  
一時的に避難するための  
緊急避難場所として  
市町村によって指定されたビル  
(建物)

## 📞 災害用伝言ダイヤル



## 📱 災害用伝言版 (携帯電話・文字伝言)



## 📶 公衆無線 LAN サービス

被災地域で無料開放される公衆 Wi-Fi

Wi-Fi を ON ⇒ **00000JAPAN** を選択

## 🏠 応急処置

### ● 怪我の応急処置(RICE(ライス)処置)

- ① **Rest** = 安静  
患部が動かないように
- ② **Icing** = 冷却  
患部をひやしましょう
- ③ **Compression** = 圧迫  
ガーゼ・包帯などで巻きましょう
- ④ **Elevation** = 挙上  
患部を心臓より高い位置にあげましょう



### ● 刺 し 傷

刺さったものは絶対に抜かないこと！  
※腕や足にグギや棒などが刺さり貫通してしまった場合は  
抜かないで病院へ行く

### ● や けど

とにかく冷やす

(注意)あくまで応急処置です治療ではありません

## 📋 備品をチェックしてみよう

### ● 常備したいもの(かばん中など)

- ☐ 水(水筒) ☐ 飴やチョコレート
- ☐ 絆創膏 ☐ 笛・防犯ブザー
- ☐ モバイルバッテリー ☐ 携帯ラジオ(電池入り)
- ☐ ティッシュ(ウェットティッシュ)

### ● 非常用の備蓄品<1人分>

- ☐ 飲料水(3L=500ml×6本)
- ☐ 主食 無洗米 5kg
- ☐ ビスケットや板チョコ(菓子類)
- ☐ 缶詰 4~6 缶(種類はいろいろ)
- ☐ ラップ 1本
- ☐ トイレットペーパー 12ロール
- ☐ ビニール袋(各種)
- ☐ ラテックス手袋 1箱
- ☐ 下着 2組



### ● メモ欄

発 行 南海放送株式会社  
メディア統括局メディア制作部  
〒790-8510 松山市本町1-1-1  
TEL: 089-915-3333(代表)  
WEB: <https://www.rnb.co.jp/>

発 行 日 2020年1月17日

なん かい ほう そう  
**ゆめモグ 南海放送**

