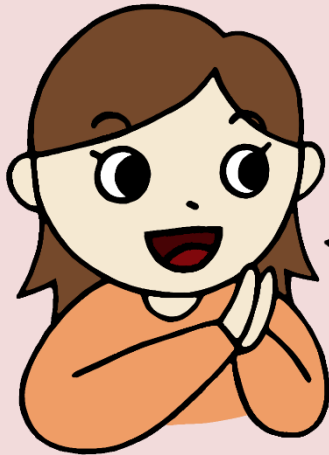


応用編

在宅避難を学ぼう！



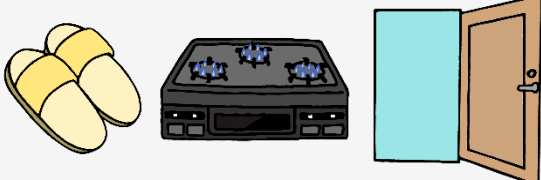


『在宅避難を学ぼう！基本編』と『実践編』を読んで、在宅避難の備えはかない充実してきた！今回は実際の在宅避難の流れを震災時のタイムラインに沿ってイメージしてみよう。


『基本編』と『実践編』は区HPで確認できます！



震災時のタイムライン

時間		在宅避難のための行動（一例）	
日頃の備え	地震発生前	 <p>在宅避難のためには、平時からの“事前の備え”が重要だったよね！</p>	<p>★在宅避難の準備の3つのポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ポイント1 自宅の安全対策をしよう ポイント2 備蓄を進めよう ポイント3 災害時の情報収集手段を確認しておこう <p>※詳細は『実践編』を参照</p>
	地震発生！	<p>まずは身の安全確保</p> 	<ul style="list-style-type: none"> □姿勢を低くして頭を守る。 □机の下に身を隠す。 □家具や落下物に注意する。 □エレベーターに乗っていたらすべての階のボタンを押す。
初動	地震から3分		<ul style="list-style-type: none"> □靴やスリッパを履いて怪我に注意して行動する。 □落ちついて火の始末をする。 □ドアを開けて出口を確保する。 □家族(ペット)の安全を確認する。

▶▶▶ 裏面へ！

時間	在宅避難のための行動（一例）	
安全確認・避難準備	<p>地震から30分～3時間</p> 	<p>□しばらくは余震に注意する。 □非常用持ち出し物品を確認する。 □一時集合所で様子を見て、火災の延焼の恐れがある場合は広域避難場所に避難する。 □家を出る場合はブレーカーを切り、水道とガスの元栓を閉める。 □情報収集手段を確認し、最新の情報を入手する。 □自宅の安全を確認できた場合は「在宅避難」へ…</p> <p>※避難行動フロー、避難所の実情、在宅避難のメリットについては、『基本編』を参照</p>
避難生活	<p>地震から半日～3日</p> <p>在宅避難開始</p> <p>自助・共助の重要性 人命救助においては、被災後72時間を過ぎると生存率が著しく低下する。 行政の態勢が整うまで、特に自力での避難が困難な高齢者などの「避難行動要支援者」に対しては、家族や近隣住民による安否確認や避難誘導などの助け合いの活動が非常に重要となる。</p> 	<p>発災から3日間は自力で乗り切ろう</p> <p>トイレ □排水管が壊れていないこと、下水道が復旧していることを確認できるまでは、簡易トイレや携帯トイレを使用する。 □凝固剤・消臭剤を使用する。 □使用済みのごみは密閉できる箱や袋を使用して1か所にまとめておく。</p>  <p>生活するスペースの確保 □倒れた家具や割れたガラスを片づけてスペースを確保する。 □靴・作業用手袋など怪我をしない服装で作業をする。</p>  <p>伝言ダイヤル・SNSの活用 □災害用伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板（WEB171）、SNSを活用して家族や知人に無事を知らせる。</p>
地震から4日目以降	<p>避難所が支援拠点に □4日目以降、国や他自治体から届いた支援物資の配布が開始される予定。 在宅避難者も避難所で物資を受け取ることができる。 □避難所で災害情報や支援情報を入手できる。 □避難所に災害ボランティアの活動拠点となるサテライトが開設される。</p> 	<p>行政やボランティアの支援が始まるのは早くとも4日目以降</p> <p>充電スポット □区内の地区会館、区民集会所にスマートフォンの充電スポットが開設される。</p> <p>【玉川地域の充電スポット】 奥沢地区会館 尾山台地区会館 上野毛地区会館 二子玉川地区会館 駒沢地区会館</p>  <p>※充電スポットは3日目以降開設が予定されている。</p> <p>ライフライン復旧までの目安 □電気：7日  □上下水道：30日  □ガス：60日  □通信：14日 </p> <p>応急危険度判定 □建物の倒壊などの二次的被害を防止するために応急危険度判定が実施される。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・緑（調査済） ・黄（要注意） ・赤（危険） 

プラスの情報♪

●世田谷区防災ポータル

世田谷区防災ポータルとは、災害時において「避難情報」、「避難所の開設情報」など様々な情報を確認することができるほか、平時においても避難所のマップやハザードマップなど日頃からの備えに役立つ情報を確認することができるインターネットサイトです。

