

情報の入手方法

安心ほっとメール

たかさき「安心ほっとメール」に登録していただくと、皆さんの携帯電話やスマートフォン・パソコンに防災情報や気象情報などをメールでお知らせします。登録は無料です。
(パケット通信料は登録者負担となります)

携帯電話やスマートフォンから登録

 takasaki@entry.mail-dpt.jp

上記アドレスに空メールを送る。QRコードを読み取れば、アドレスの入力は必要ありません。



緊急速報メール

緊急情報を緊急速報メールに対応した携帯電話やスマートフォンに配信します。事前登録は不要です。
(詳しくは携帯電話会社にお問い合わせください)

テレビで調べる

テレビの **d** ボタン (NHK データ放送)

データ放送に対応しているテレビでは、リモコンの **d** ボタンを押すと、雨の情報や河川の情報を確認することができます。

ラジオで調べる

 ラジオ高崎	76.2MHz	 NHK 第一	594kHz
NHK-FM	81.6MHz	道路情報	1620kHz
FM 群馬	86.3MHz		

インターネットで調べる

高崎市役所ホームページ

 <http://www.city.takasaki.gunma.jp>



Facebook

高崎市_防災情報



Twitter

@takasaki_bousai



電話がつながりにくいときの連絡方法

災害用伝言ダイヤル 171・災害用伝言版

災害時に電話がつながりにくくなったときに、家族や知人との連絡に利用できます。

災害用伝言ダイヤル 171 (NTT)

 <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>



Web 171 (NTT)

 <https://www.web171.jp/>



※携帯電話やスマートフォンでも、安否確認ができる「災害用伝言版」が利用できます。
詳しくは携帯電話会社各社の案内をご覧ください。

備蓄品の準備

- | | |
|--|---|
| ☐ 食品 (レトルト食品、缶詰、調味料、スープ、味噌汁など) 3 日分以上 | |
| ☐ 飲料水 (1 人あたり 1 日 3 リットル) 3 日分以上 | |
| ☐ トイレ用品 (簡易トイレ、汚物保管用容器、トイレ袋、トイレットペーパー) 3 日分以上 | |
| ☐ 救急用品 | ☐ マスク、軍手 |
| ☐ ティッシュ・ウェットティッシュ | ☐ ヘルメット、防災ずきん |
| ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 懐中電灯 |
| ☐ 毛布・タオル | ☐ 携帯ラジオ |
| ☐ ランタン・ろうそく、マッチ・ライター | ☐ 簡易食器 (割りばし、紙皿) |
| ☐ ポリエチレンラップ | ☐ 予備の電池、充電器 (携帯電話) |



※乳児・高齢者・障がい者がいるご家庭では、このほかにも必需品などを準備しておきましょう。
※非常時に持ち出しできるように、リュックサックなども用意しておきましょう。

連絡先

高崎市役所 027-321-1111
群馬支所 027-373-1211
吉井支所 027-387-3111

倉渕支所 027-378-3111
新町支所 0274-42-1234

箕郷支所 027-371-5111
榛名支所 027-374-5111

避難情報の確認

内閣府HP／防災情報のページ

「避難準備情報」の名称変更について（平成28年12月26日公表）

平成28年台風第13号による被害では、死者・行方不明者27人が発生する等、東北・北海道の各地で甚大な被害が発生しました。とりわけ、宮城県岩手県では、グループホームが被災し、入所者9名が全員亡くなる等、高齢者の被害が相次ぎました。

「避難準備情報」の名称については、本水害では、高齢者施設において、適切な避難行動がとれなかったことを重く受け止め、高齢者等が避難を開始する被害であるということを明確にするため、「避難準備情報」を「避難準備・高齢者等避難開始」に名称変更することといたしました。

（変更前）

避難指示

避難勧告

避難準備情報



（変更後）

避難指示（緊急）

避難勧告

避難準備・高齢者等避難開始

避難勧告や避難指示（緊急）を発令するこ
とが予想される場合

避難準備・
高齢者等避難開始

避難に時間がかかる人（高齢者の方、障
害のある方、乳幼児等）とその支援者は
避難を開始しましょう。

その他の人は、避難の準備を整えましょ
う。

災害による被害が予想され、人的被害が發
生する可能性が高まった場合



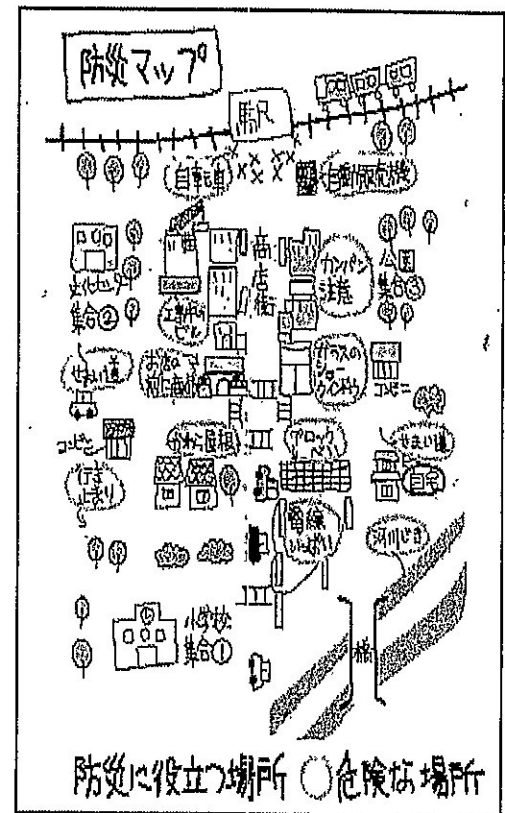
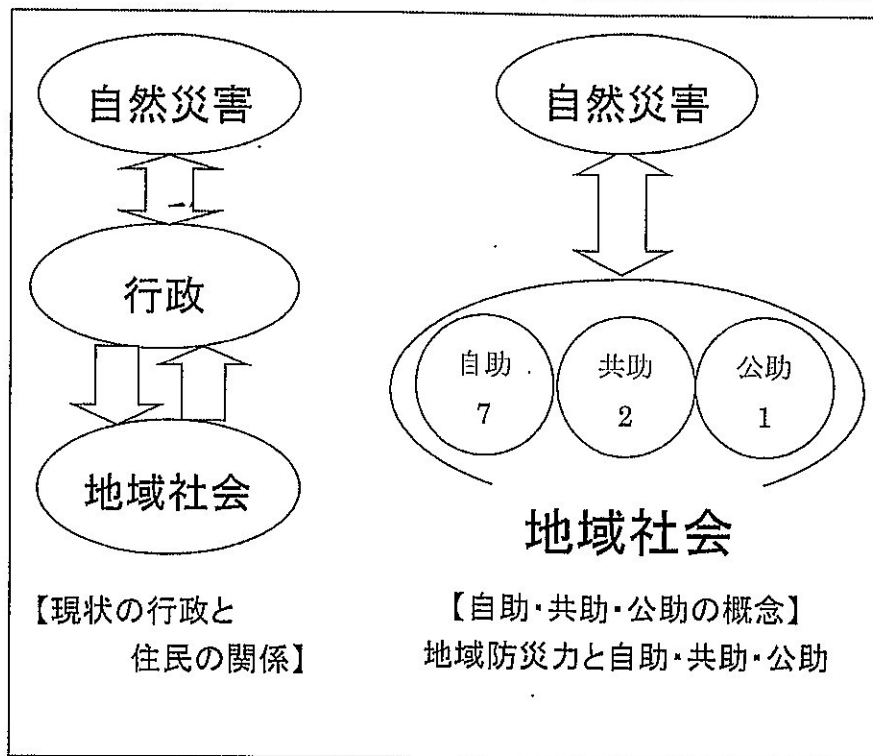
迅速やかに避難場所へ避難をしましょう。
二外出することでかえって命に危険が及ぶ
ような状況では、近くの安全な場所への
避難や、自宅内のより安全な場所に避難
をしましょう。

災害が発生するなど状況がさらに悪化し、
人的被害の危険性が非常に高まった場合



口まだ避難していない人は、緊急に避難場
所へ避難をしましょう。
二外出することでかえって命に危険が及ぶ
ような状況では、近くの安全な場所への
避難や、自宅内のより安全な場所に避難
をしましょう。

災害時における地域の役割



知識

知恵

行動

災害時要配慮者とは

- ☐ 情報困難・行動困難・生活困難
- ☐ 避難の物理的な制約と心理的な制約

移動前 自宅 避難中 避難

情報困難(入手・理解)

移動困難(物理的・心理的な制約)

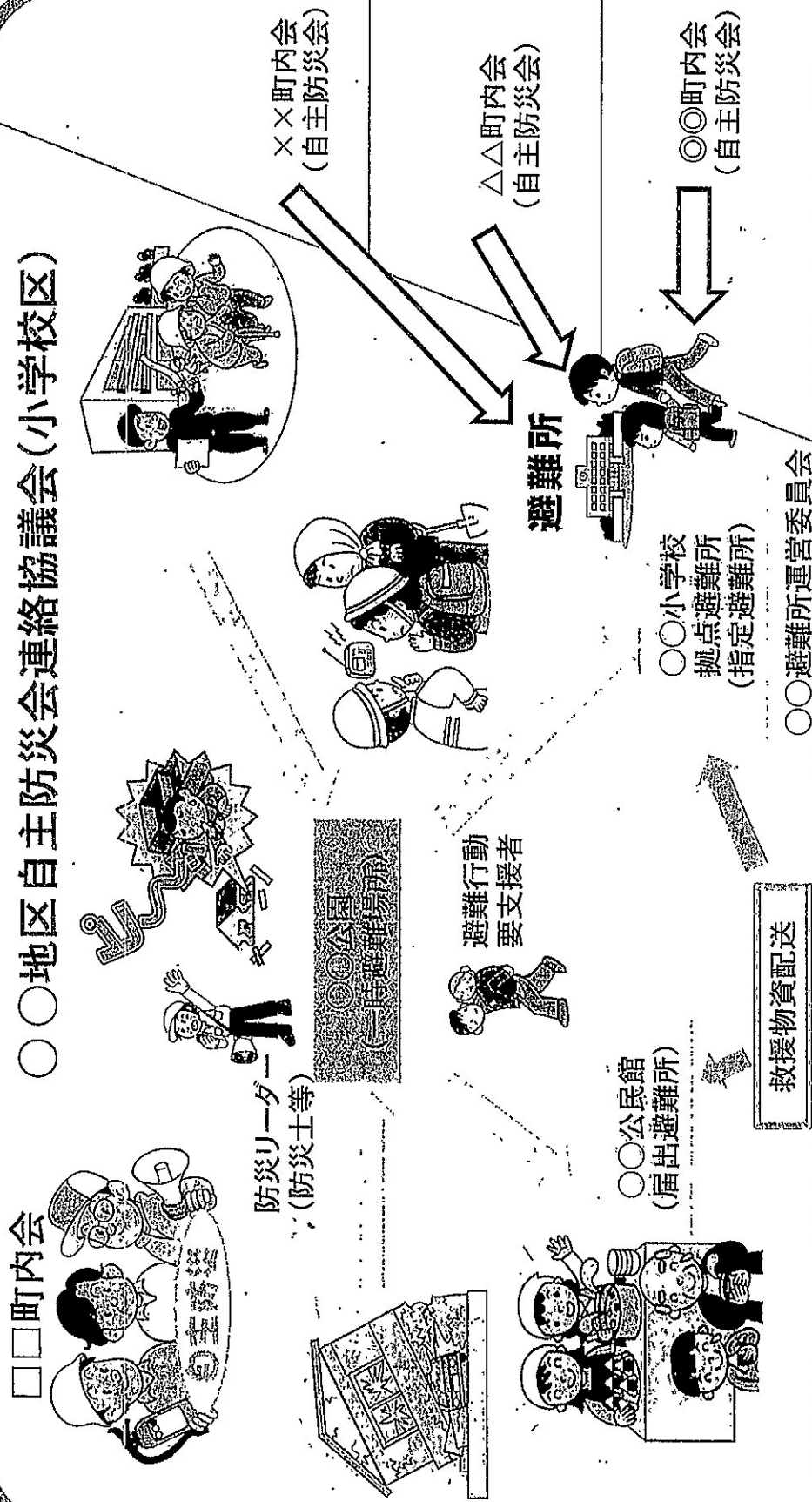
生活困難
食事・睡眠・移動・洗濯・入浴・排せつ・情報



災害時要援護者の定義

あなたのイメージする人は？

共助による地域防災力の強化



日頃の備え

- > 防災マップの作成(危険箇所・避難経路の確認)
- > 地区防災計画、避難行動要支援者個別計画の作成
- > 災害時連絡網の作成
- > 防災資機材・食料等の備蓄
- > 避難所運営マニュアルの作成と訓練の実施

一時避難場所 ⇒ 命を守る。安否の確認

避難所 ⇒ 避難生活を送る(市指定避難所、届出避難所等)

視点

私が高齢者の居場所づくりとして「わんだる」を開設して10年が経過した。その間地域交流、高齢者の配食、移動販売、地域防災、介護終活相談とさまざまな活動を行ってきた。これらの活動は結果として、福祉と防災を一体のものとして捉えるようになり、そのことが「地域のまちづくり」へとつながってきた。

5年前の東日本大震災から、群馬県でも防災に対する意識が変わってきたように思われる。しかし、私が防災、減災などの講演をしている中で気付くことがある。このような講演に積極的に参加される方々でさえ、「行政から配られるハザードマップを知らない、持っているが見たことがない」という方々がほとんどなのである。

「群馬県は安全だ」「台風は来ない」「地震はない」といった安全神話をいまだ根深く「もし、災害があったらどうしますか」と問いかける。「行政が来てくれる」「行政が助けてくれる」といった答えが必要というように返ってくる。典型的な行政への依拠型の体感をしている。

2014年2月の大雪を思ひ出してみたい。行政の人たちも自宅から出られず、講習は自宅の雪かきから始ま

地域の手かきを始めたのは、その地域の方々だったのではないだろうか。



高崎市宮元町

あかば じゅんこ
赤羽 潤子

NPO法人わんだる代表理事

自助、共助で地域力を

り、出勤するのに数時間、1日後の出勤だったケースもある。それぞれの地域で、まず、声をかけ

た。という報道を見た。群馬ではどうであろう。私は高崎に住んでいるが、高崎では3年間のうちに数回「避難準備情報」が発令されている。

しかし、ほとんどの方が行動を起こしていない。行政から配布されているハザードマップには「避難準備情報」の解説はある。冒頭に述べたようにハザードマップを持ってはいらるが見ていない、という現実の問題がある。行政が防災計画を立てて県から市町村、住民に落とし込んで住民の方々からキッツしてないという一方通行となっている。

行政も発信したままとなっており、行政が行っている例えは「出前講座」などの中でも、行政と住民の役割や情報発信、住民への情報伝達など協働で行わなければならない部分の説明が少なく、住民に十分に伝わっていない。

本稿のまとめとしては、この機に地域住民の方々には自助、共助を基礎とした「地域力」をつくり、現在の生活やそれぞれの地域の文化、歴史に合った「まちづくり」を今の時代に合った形で再構築していくことが、私たちに求められている喫緊の課題なのではないであろう。

【略歴】高崎市立女子高卒。2006年に高齢者の居場所づくりサロンの「わんだる」を開設。07年6月にNPO法人の認証を受けた。日本防災士会関東支部副支部長。

住民の防災

ホームページでも見られます。
アドレスは <http://www.jomo-news.co.jp/>

オピニオン21

日本防災士による防災講演会が実施されました。

日頃から防災に関心を持ち、「事前に備える」ことが安全で安心な地域づくりの第1歩です。

危機管理室では防災出前講座を行っていますのでお気軽にご相談ください。

1 対象

自治会、自主防災組織、その他各種団体

2 内容

- ・ 地震
- ・ 風水害
- ・ 家庭でできる備蓄や家具の固定
- ・ 地域で助け合う「共助」について
- ・ 防災マップ作り
- ・ 自主防災組織結成について



