

## さいがい たい じしん そな 災害に対する自身の備え

ひがしにほんだいしんさい はんしん あわじだいしんさい  
東日本大震災や阪神・淡路大震災をはじめ、ここ最近の災害では多くの高齢者や障がいのある方が犠牲になっています。

こうれいしゃ しょう がいのある方が安全に避難するには、「正しい情報を早めにつかみ」「周囲の人と協力して」「早めに避難する」ことが重要です。

さいがい じ ひがい う けいげん かのう かぎ じしん かぞく さいがい  
災害時に被害を受けないよう、また軽減できるよう、可能な限り、ご自身やご家族で災害に備えた準備をすることはもちろん、日頃から地域の人と交流を持ち、いざというときに助け合える環境をつくるように心がけましょう。

### 1 「確認カード」を作しましょう

さいがい じ ひつよう じょうほう ひなん ばしょ ひなんしょ てだす  
災害時に必要な情報「避難する場所」や「避難所などで手助けしてもらいたいこと」などを「確認カード」(別紙)に記入しておきましょう。いざ、避難をしても、「何に困っているのか」「どんな支援を受けたいのか」などをきちんと伝えられなければ、適切な支援を受けることができないこともあります。

さくせい かくにん ひごろ みちか きょうりょくしゃ し ひなんしょ  
作成した「確認カード」は、日頃から、身近な協力者などにお知らせしておき、避難所などでは、「確認カード」を見せるなどして支援を依頼しましょう。

さくせい かくにん ひじょうもちだしぶくろ い  
作成した「確認カード」は、非常持出袋に入れておきましょう。

しやくしょ ていしゆつ ふう  
※市役所への提出は不要です。

### 2 家の中の安全対策 ※自分自身が負傷しない安全な環境を整えておきましょう。

か く でんかせいひん しはん こていき く つか こてい  
①家具、電化製品は、市販の固定器具を使って固定しておきましょう。

②ガラスは、飛散防止フィルムを貼ったり、アクリル板に変えたりしておきましょう。

しょつきだな とびら には、ストッパーを付け、食器が飛散しないようにしておきましょう。

④室内は常に整理し、物が散乱して脱出経路が塞がれないようにしておきましょう。

### 3 非常持出品及び備蓄品の準備

日頃から、避難に備えて非常持出品をリュックサックなどにひとまとめにしておき、出入り口近くの取り出しやすい場所に置いて家族と支援者に知らせておきましょう。

※移動に必要となる用具（車椅子、担架等）は、事前に準備しておきましょう。

#### —非常持出品の主な例—

「確認カード」、飲料水、食料、携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池、モバイルバッテリー、軍手、衣類（下着等）、スリッパ、トイレットペーパー、雨具、常備薬、救急用品セット、貴重品（現金等）、携帯用ブザーや笛、防災ずきんやヘルメットなど【衛生用品も準備しましょう】マスク、タオル、体温計、消毒液、手袋（ビニール、ゴム製）



#### —身体状況別の持出品及び備蓄品の主な例—

共通：服用薬、お薬手帳の写し又は投薬説明書、かかりつけ医療機関の連絡先  
聴覚障がいの方：筆談のためのメモ用紙と筆記用具、補聴器用の電池  
視覚障がいの方：折りたたみ式白杖  
寝たきり要介護者：紙おむつ、携帯用トイレなどの介護用品  
内部障がい・難病患者の方：ストマ装具、常時使用する医療機器、予備電源、予備の酸素ボンベなど

※非常持出品は、重くなりすぎないように注意しましょう。

#### ◆非常備蓄品について

大規模災害時は、物資が手に入らなくなります。

飲料水（一人1日3ℓ）や食料、必要な薬や医療機器など、生活に必要な物資を最低3日分は家の中に備蓄しておきましょう。

## 4 ひなんけいろ ひなんばしょ かくにん 避難経路・避難場所の確認

- ① さいがいしゅべつ はっせいじかんたい じょうきょう おう ひなんけいろ ひなんばしょ ひなん じき  
災害種別や発生時間帯など、状況に応じた避難経路や避難場所、避難する時期などを  
しえんしゃ そうだん き  
支援者と相談して決めておきましょう。
- ② じたく ひなんしょとう けいろ しえんしゃ じっさい い  
自宅から避難所等までの経路をチェックし、支援者とともに実際に行ってみるなど、  
ちゅうい ばしょ めじるし とう かくにん  
注意すべき場所や目印となるもの等を確認しておきましょう。

## 5 となりきんじよ かくしゅだんたいとう れんけい じちかい みかにゆうしゃ じちかい かにゆう 隣近所や各種団体等との連携 ※自治会未加入者は、自治会にぜひ加入しましょう。

- ① す ちいき じちいいん みんせいいいん じどういいん じしゅほうさいそしき だれ  
お住まいの地域の自治委員や民生委員・児童委員、自主防災組織のリーダーが誰である  
はあく  
か把握しておきましょう。
- ② じちかい さまざま そしき とう だんたい ひ せっきょくてき こうりゅう  
自治会や様々な組織（ボランティアグループ等）・団体とは日ごろから積極的に交流  
し、さいがいじ きょうりょく え かんきょう つく  
し、災害時の協力が得られやすい環境を作っておきましょう。
- ③ かなら さいがいはっせいじ かぞく ひごろかいじよ ひと かが  
必ずしも災害発生時に家族など日頃介助してくれる人がいるとは限らないことから、  
きんきゅうじ じょうほう つた ひと ひなん さい しえんしゃ さが  
緊急時に情報を伝えてくれる人や避難する際の支援者を探しておきましょう。
- ④ ちいき じっし ぼうさいくねん せっきょくてき さんか ば じしゅほうさいそしき  
地域が実施する防災訓練には積極的に参加し、また、そのような場で自主防災組織や  
きんじよ ひと ふか  
近所の人とのコミュニケーションを深めておきましょう。

## 6 災害時の情報取得手段

市では、防災メールをはじめ、複数の手段を用いて市民のみなさんに情報発信を行っています。テレビやラジオなどで情報を取得することはもちろんですが、複数の手段を活用して災害情報を確認するようにしましょう。

### ● 防災メール

あらかじめ登録をした携帯電話などへ、災害時の緊急情報や市からのお知らせを配信します。

#### ★ 登録・変更方法

右の二次元コードを読み取るか、

「entry@b-oita.jp」をメールの宛先欄へ入力し、  
空メールを送信してください。

仮登録完了のメールが届きますので、  
画面の指示に従い、本登録をしてください。



※携帯電話などで迷惑メール防止対策をされている方は、登録されるまえに  
「bousaimail@b-oita.jp」からの受信が可能なように設定をしてください。

### ● 電話・FAXへの情報配信

携帯電話をお持ちでない方、障がいのある方、携帯電話の操作が苦しい高齢の方を対象として、固定電話などに音声やFAXで災害時の緊急情報などをお伝えします。

#### ★ 登録・変更方法

防災危機管理課または各支所に備え付けの申込書にご記入のうえ、  
防災危機管理課または各支所に提出、FAXまたは郵送してください。

【お問い合わせ先】 防災危機管理課 電話：097-537-5664 FAX：097-533-0252

●**緊急速報メール**

災害時の緊急情報などを、対象エリアの携帯電話に対して一斉に配信します。

※機種により緊急速報メールを受信できない場合や受信設定が必要となる場合があります。設定については、各携帯電話会社にお問い合わせください。

●**インターネット、SNS、アプリ**

災害情報や避難所の開設状況などを随時更新してお知らせします。

おおいまし 大分市 ホームページ	おおいまし 大分市のホームページに防災に関する緊急情報を掲載 します。 <a href="https://www.city.oita.oita.jp/">https://www.city.oita.oita.jp/</a>
おおいまし 大分市 LINE公式アカウント	「LINE」の大分市公式アカウントから防災情報などを お知らせします。 <a href="https://www.city.oita.oita.jp/o029/line/open.html">https://www.city.oita.oita.jp/o029/line/open.html</a>
ぼうさい 防災アプリ 「yahoo!防災速報」	ヤフー株式会社が提供する、緊急地震速報や避難情報、 豪雨予測などをお知らせするサービスです。 <a href="https://emg.yahoo.co.jp">https://emg.yahoo.co.jp</a>

●**テレビやラジオ**

気象情報や防災情報を放送しています。

※**NHK総合テレビ**

NHK総合テレビのデータ放送を活用し、気象情報などの防災情報が  
確認できます。

リモコンの【d】ボタンを押し、「防災・生活情報」を選択のうえ、

決定ボタンを押すと、次の情報が確認できます。

★気象情報 ★避難情報 ★開設避難所情報 ★河川水位情報 など

# さいがい お 災害が起きたら

さいがい お さいがい お さいがい お さいがい お さいがい お さいがい お  
災害が起きたら、まずは落ち着いて、身の安全を確保することが大切です。

かおく とうかい きょじゅうち きげん ばあい ひなん ひつよう ちか ひろば  
家屋の倒壊や居住地が危険となった場合など、避難が必要になったときは、近くの広場  
など地域で決められた安全な場所（一時避難場所など）へ一時避難してください。

ご じたく もと こんなん ばあい ひなんしょ かいせつじょうきよう かくにん ひなん  
その後、自宅に戻ることが困難な場合は、避難所の開設状況を確認のうえ、避難して  
ください。なお、災害が小規模な場合や、発生地域が限定的な場合は一部の避難所しか開設  
されないこともあります。

## 1 さいがい し じぜん かくにん 災害を知る（事前に確認を）

さいがい しゅるい さいがい しゅるい さいがい しゅるい さいがい しゅるい さいがい しゅるい  
災害といってもその種類はさまざまです。ここでは市内で想定される主な災害と、そ  
の対応について紹介します。

### ① じしん 地震

お じしん かさい どしゃくずれ じさいがい よそう お  
いつ起こるかわからない地震。火災や土砂崩れなどの2次災害も予想されますので、落  
ち着いて身を守る行動をとりましょう。

また、大きな地震のあとは余震にも注意が必要です。

### ② ふうすいがい 風水害

たいふう おおあめ たつまき つよ かぜ しんすい どしゃくず よそう ばあい きしじょうほう  
台風・大雨・竜巻などによる強い風や浸水、土砂崩れなどが予想される場合、気象情報  
や避難情報に注意し、早めの避難を心がけましょう。

### ③ つなみ 津波

つなみ けいほう おおつなみけいほう はつびょう ばあい ゆ かん ただ たかだい  
津波警報や大津波警報が発表された場合には、揺れを感じなくても、直ちに高台や  
津波避難ビルなどの安全な場所へ避難しましょう。ここなら安心と思わず、より高い場  
所を目指して避難してください。

しんげん りくち ちか つなみけいほう ま あ つよ じしん ちようじかん ゆ  
震源が陸地に近いと津波警報が間に合わないこともあります。強い地震や長時間の揺  
れを感じた場合には、沿岸部や川沿いにいる人は避難を開始してください。

す ちいき お さいがい そうてい さいがい しゅるい おう たいおう じぜん かんが  
お住まいの地域で起こりうる災害を想定し、災害の種類に応じた対応を事前に考えて  
おきましょう。

おおいたし ちいき すいがい お ばしょ なんがい じしん はつせい ばあい つなみ  
大分市では、地域で水害が起こりやすい場所や、南海トラフ地震が発生した場合の津波  
の浸水域などを示したハザードマップを「わが家の防災マニュアル」に掲載し、市民のみ  
なさんにお知らせしています。

## 2 避難行動（命を守るために）

避難行動とは、数分から数時間後に起こるかもしれない自然災害から「命を守るための行動」です。

避難指示等が発令された場合の避難行動は、避難所に移動することのみではなく、次の全てが避難行動です。

1. 指定緊急避難場所への移動
  2. 安全な場所への移動（公園、親戚や友人の家など）
  3. 近隣の高い建物などへの移動
  4. 自宅の2階など、建物内の安全な場所にとどまる（屋内安全確保）
- （立ち退き避難）

※すでに道路が冠水していて、屋外を移動して避難（立ち退き避難）することが危険と判断した場合に、自宅の2階など安全な屋内にとどまること（屋内安全確保）も避難行動です。

命を守るために、その時点で最も安全な避難行動は何かを考え、判断し、行動しましょう。

日頃から、災害の種類（地震、風水害など）ごとに、自宅のある場所にどんな危険性があるのかを、ハザードマップなどで確認・認識し、災害時に適切な避難行動（立ち退き避難や屋内安全確保など）がとれるよう備えてください。

おおいたし ぶくしほけんぶ ぶくしほけんか  
大分市 福祉保健部 福祉保健課

ひなんこうどうようしえんしゃたいさくたんとうはん  
避難行動要支援者対策担当班

でんわ  
電話：097-585-6022

ふあつくす  
F A X：097-534-6260

おおいたししていきんきゆうひなんばしよ していひなんしよいちらんひょう  
**大分市指定緊急避難場所・指定避難所一覧表**

指定緊急避難場所・・・災害の危険から命を守るために緊急的に避難する場所です。

「×」印の災害時には、その施設に緊急避難しないでください。

指定避難所・・・災害により自宅へ戻れなくなった人が、次の住まいを確保するまでの間、一時的に生活する場所です。

(津波は南海トラフ地震の想定です)

地区別	番号	校区	施設名	指定緊急避難場所			指定避難所	地区別	番号	校区	施設名	指定緊急避難場所			指定避難所
				地震	津波	風水害						地震	津波	風水害	
大分	1	金池	金池小学校	○	○	○	○	大分	32	森岡	森岡校区公民館	○	○	○	○
	2	金池	J:COMホルトホール大分	○	○	○	○		33	津留	津留小学校	○	×	○	○
	3	金池	上野ヶ丘中学校	○	○	○	○		34	舞鶴	舞鶴小学校	○	×	○	○
	4	金池	大分上野丘高等学校	○	○	○	○		35	東大分	東大分小学校	○	×	○	○
	5	金池	コンパルホール	○	○	○	○		36	東大分	城東中学校	○	○	○	○
	6	荷揚	大分中央公民館市民体育館	○	×	○	○		37	日岡	日岡小学校	○	○	○	○
	7	長浜	長浜小学校	○	○	○	○		38	日岡	大分東部公民館	○	○	○	○
	8	中島	(旧)中島小学校	○	×	○	○		39	桃園	桃園小学校	○	○	○	○
	9	中島	浜町保育所	○	×	○	○		40	桃園	原川中学校	○	×	○	○
	10	住吉	碩田学園	○	×	○	○		明野	41	明野東	明野東小学校	○	○	○
	11	春日	春日町小学校	○	○	○	○	42		明野西	明野西小学校	○	○	○	○
	12	春日	王子中学校	○	○	○	○	43		明野北	明野北小学校	○	○	○	○
	13	春日	生石保育所	○	○	○	○	44		明野西	明野中学校	○	○	○	○
	14	春日	大分西部公民館	○	○	○	○	45		明野北	明治明野公民館	○	○	○	○
	15	大道	大道小学校	○	○	○	○	鶴崎	46	鶴崎	鶴崎小学校	○	○	○	○
	16	西の台	西の台小学校	○	○	○	○		47	鶴崎	鶴崎公民館	○	○	○	○
	17	西の台	大分西中学校	○	○	○	○		48	鶴崎	小中島公民館	○	○	×	○
	18	西の台	大分西高等学校	○	○	○	○		49	三佐	三佐小学校	○	×	○	○
	19	八幡	八幡小学校	○	○	○	○		50	三佐	家島公民館	×	×	×	○
	20	神崎	神崎小学校	○	○	○	○		51	別保	別保小学校	○	○	○	○
	21	豊府	豊府小学校	○	○	○	○		52	別保	鶴崎中学校	○	○	○	○
	22	南大分	南大分小学校	○	○	○	○		53	別保	学校法人上東学園 もりまち幼稚園	○	○	○	○
	23	南大分	南大分公民館	○	○	×	○		54	明治	明治小学校	○	○	○	○
	24	南大分	南大分体育館	○	○	×	○		55	明治	大東中学校	○	○	○	○
	25	城南	城南小学校	○	○	○	○	崎	56	明治北	明治北小学校	○	○	○	○
	26	荏隈	城南中学校	○	○	○	○		57	高田	高田小学校	○	○	○	○
	27	滝尾	滝尾小学校	○	○	○	○		58	松岡	松岡小学校	○	○	○	○
	28	滝尾	滝尾校区公民館	○	○	×	○		59	川添	川添小学校	○	○	○	○
	29	下郡	下郡小学校	○	○	○	○		60	川添	宮河内ハイランド公民館	○	○	○	○
	30	森岡	森岡小学校	○	○	○	○		61	川添	陽光台公民館	○	○	×	○
	31	森岡	大分南部公民館	○	○	○	○		62	川添	広内公民館	×	×	×	○

※指定緊急避難場所及び指定避難所の開設や閉鎖の情報は市のホームページやテレビのデータ放送などで確認できます。  
 一部の施設が改修工事などで使用できない場合がありますので、最新の情報を確認してください。