在宅避難ってなんだろう？

地震における家屋の損壊・土砂災害などにより、自宅に留まることで安全が確保できない場合は、避難所等に避難することになります。しかし、付近の状況が安全で、自宅が無事ならそのまま自宅で過ごす「在宅避難」も選択肢の一つです。

小牧市防災ガイドブックをご確認ください。



ID 20541

避難の方法は主に２つ



指定避難所

在宅避難



在宅避難とは

「在宅避難」とは災害が起きた時に自宅で避難生活を送ることです。

避難所は共同生活のため、プライバシーを守ることも難しく、居住スペースや物資にも限りがあり、決して良好な環境とはいえないので、ストレスなどで体調を崩してしまうことがあります。ご自身と自宅の安全を確保できたならば、住み慣れた自宅での生活を続ける「在宅避難」も選択肢の一つになります。

メリット

- 住み慣れた自宅で生活環境が維持できる。
- プライバシーの確保ができ、ストレスの軽減となる。
- ペットも環境を変えず一緒にいることで、ストレスを軽減できる。
- 集団生活のルールに縛られない。

デメリット

- 周囲からの助けを受け難い。
- 避難所に比べて情報の入手が制限される。

備蓄品を準備しましょう



最低3日分が必要

　食料は停電で冷蔵庫が使えないことを考え、常温保存ができるものを中心に組み合わせましょう。普段使っているレトルト食品や缶詰などを少し多めに買っておき、日頃食べた分だけを買い足していく「ローリングストック法」がおすすめです。

　賞味期限などを定期的に確認して、７日分程度備蓄しておくと安心です。（最低３日分）

携帯トイレを活用しましょう

　大きな地震が発生すると下水管の破損や下水処理施設の故障により水洗トイレが使用できなくなります。そのため、各家庭でも携帯トイレを備蓄しましょう。

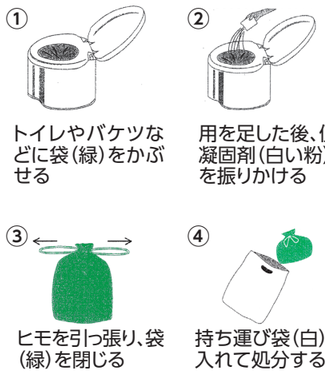
　携帯トイレは自宅の便器に直接「便収納袋」を被せて使用するものもあり、水なしで使える優れものです。抗菌性凝固剤が付属しているものを選んでいただければ衛生面でも安心です。

　災害時でも我慢することなく、安心して用を足せるようにしましょう。１日ひとり５回と想定し、７日分程度あると安心です。（4 人家族の場合　４人×５回×７日分＝ 140 回分）



▲使い方を動画で確認できます

「便収納袋」と使い方

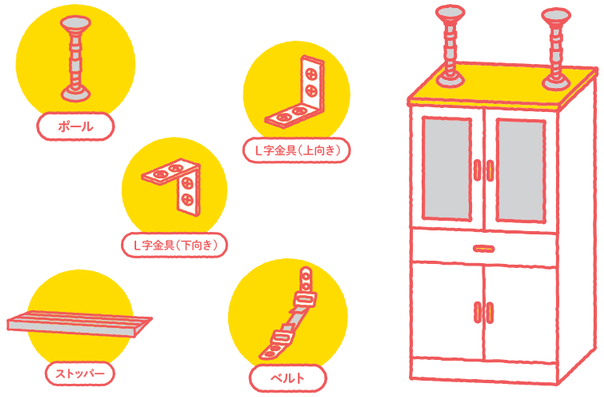


詳しくは、小牧市防災ガイドブック P28 を参照ください。

自宅を避難所とするために

家具を固定しましょう

　地震の際に家具が転倒しないよう、家具の固定をすると安心です。また、棚の上のものが落ちてきて怪我をしないように確認しましょう。





ガラスの飛散を防止しましょう

　ガラスが飛散すると危険なだけでなく、自宅の行動範囲が制限されます。ガラスには飛散防止フィルムを貼ると安心です。

出入口を確保しましょう

　出入口をふさがないよう、玄関や廊下・出入口に家具を置かないようにしましょう。



詳しくは、小牧市防災ガイドブック P12 を参照ください。

住宅耐震化補助制度をご活用ください

・木造住宅の無料耐震診断
・木造住宅除却費補助
・ブロック塀等撤去費補助
・木造住宅耐震改修費補助
・耐震シェルター、防災ベッド設置費補助

詳細はこちら▶
ID 1257

市では上記各種補助制度を設けています。詳細はホームページをご確認ください。

もしものために今一度考えよう

備えない防災「フェーズフリー」

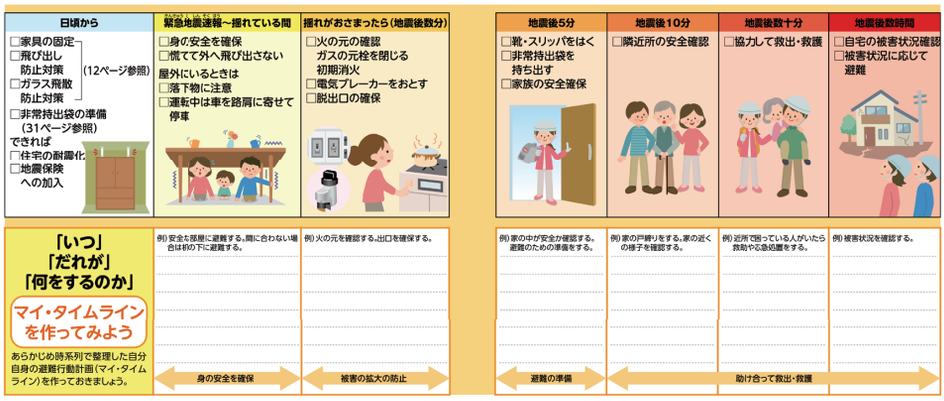
最近、災害対策として、新しいアプローチが注目されています。それは、「備えない防災」と呼ばれる「フェーズフリー」です。

「フェーズフリー」とは、平常時と災害時の「フェーズ（段階）」を取り払い、日常生活の中で災害時にも役立つ取組や製品を活用していくという考え方です。

例えば日用品や食料品、飲料水などの「ローリングストック法」のほか、トイレットペーパーやおむつなど災害時に不足することが予想される日用生活品を余分に買っておくことや、キャンプなどで使用するポータブル電源を災害時の電源供給に使用することなど、「いつもの生活にちょこっと＋防災」に取り組みましょう。

「マイ・タイムライン」の作成

「マイ・タイムライン」とは住民一人ひとりの防災行動計画であり、災害時に自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、自ら考え命を守る避難行動のための一助とするものです。ハザードマップを用いてどのような避難行動が必要か、またどういうタイミングで避難することが良いのか自ら考え、更には家族と一緒に日常的に考えることは大事なことです。



▲マイ・タイムラインのイメージ

詳しくは、小牧市防災ガイドブック P10、11 を参照ください。

防災メールの登録

市では、緊急情報等をメール配信しています。情報収集に活用できますので、ぜひご登録ください。

登録方法①

二次元コードを読み取り、登録する。

登録方法②

「t-komaki@sg-p.jp」へ空メールを送り、メールに従い登録する。

発災時の行動

（自宅で安全が確保できて自宅に留まる場合）

食料等の物資の提供が必要な場合は、近くの指定避難所において避難者としての登録をしてください。登録された方には避難所に避難されている方と同等の物資を提供します。

物資の受領は、登録された指定避難所となります。