

## 1. 非常用持出袋を準備しましょう

地震や津波、大雨による冠水や土砂災害などにより「すぐに避難しなければ命に関わる」状況となった場合、すぐに避難するためには日ごろからの備えが不可欠です。

日頃から地域の避難所までの安全なルートを確認し、すぐに避難を開始できるように「非常持出袋」を用意しておきましょう。両手のあくリュックサックが便利です。

### 【準備のポイント】

#### ●重すぎないか一度背負ってみましょう

重さの目安は女性が10kg、男性が15kgです。非常持出袋の目的はすばやく安全に移動することなので、中身は必要最小限にして「背負って走れる」ほどの重さにしましょう。

#### ●あると便利なもの

乳幼児や高齢者がいるなど、家庭ごとの状況に応じて必要なものは異なりますが、その中でも共通で準備してあれば便利なものを以下にまとめましたので参考にしてください。

<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	<input type="checkbox"/> ティッシュ、ウェットティッシュ
<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 軍手、マスク
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 防寒具、雨具
<input type="checkbox"/> 着替え、タオル	<input type="checkbox"/> 眼鏡	<input type="checkbox"/> 常備薬
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ、石鹸	<input type="checkbox"/> 救急セット	<input type="checkbox"/> 家族の連絡先リスト

#### ●目につくところに置きましょう

玄関や居間など目につきやすくすぐ持ち出せるところに置いておくと、すぐ避難できます。

#### ●定期的な見直しを

準備するものは日用品ばかりですが、少しずつ、用途ごとに準備していくことも有効な方法です。また、完成後も家庭状況の変化に応じた見直しや、非常食の交換等、定期的な見直しを継続していくことが重要です。



■非常持出袋の例

## 2. 土のう資材を無償提供します

出水期の到来にあたり、高岡市ではこれまで各小学校に土のうを配備してきましたが、急激な河川水位の上昇や内水反乱の際には土のうを取りに行く時間も限られます。

このことから、希望される自主防災組織、自治会を対象に、大雨の影響で用水や側溝から水があふれるなどの被害を低減するため、土のう資材を無償提供します。訓練等で土のうを作成して自治会やその中の班単位で備蓄し、水害に備えてください。

砂の搬入には日程調整が必要になりますので、希望される場合はお早めにご相談ください。  
(目安：訓練予定日の1週間前まで)

- 提供資材：砂 約2 m<sup>3</sup>、土のう袋 200 枚
- 搬入場所：搬入を希望される場所をお知らせください。

## 3. 西五位地区で水防訓練を実施しました

6月の出水期を前に、水防機関の士気高揚や地域社会全体の防災意識の向上を目的とした水防訓練を同地区では9年ぶりに開催しました。当日は、地元自主防災会の皆様に土のうを作成していただき、その積上げ訓練を実施しました。

- 日 時：令和6年6月8日（土） 午前8時30分～午前9時30分
- 場 所：高岡市福岡町土屋 地先 小矢部川左岸河川敷 土屋親水公園、福岡防災センター



■土のう作成の様子



■作成した土のうを積む様子

## 4. 適切な避難行動を学ぶ出前講座を受講しましょう

市職員がご希望の日時・会場にお伺いし、下記のようなテーマで防災に関する講義を行います。

### ●「災害に備えよう！～わがまちのリスクの理解・日頃の備え～」

市民一人ひとりの自助意識を高めていただくために、わが町の災害（地震、水害、土砂災害、津波）について説明し、避難の仕方、安全な場所等も学んでいただきます。

### ●「災害図上訓練をしよう！～わがまちを知る～」

自分たちの住む町の危険箇所や防災資源などを知ることは、防災対策をとる上で大切です。図上訓練を通じて、地域の災害対策を考えます。



## 5. 要支援者を交えた訓練について

災害時、一人暮らし高齢者や要支援者\*は避難に時間を要する 경우가多く、迅速かつ円滑な避難を図るためには、近隣住民や自主防災組織の協力が不可欠となります。**実災害に備え、要支援者を交えた避難訓練（安否確認訓練、避難誘導訓練など）に取り組むをお願いします。**

### 要支援者\*とは？

要配慮者（高齢者・障がい者・乳幼児・妊産婦・児童・傷病者）のうち災害が発生した際に、自ら避難することが困難で、円滑な避難の確保を図るために特に支援を必要とする方のこと

### 避難の際は

■災害が発生した場合、救出活動等が必要な人に対して迅速な対応をするため、自主防災組織で色の指定などルール作りをし、各個人の安否をいち早く確認するタオル等を活用した安否確認訓練をお願いします。

■市から高齢者等避難や避難指示が発令された際、垂直避難が困難な方は、知人宅や指定緊急避難場所に避難しましょう。避難の際は、近隣住民に避難を呼びかけましょう。

■要支援者の避難の際は車いす、リアカーなどを活用しましょう。

■本市では、要支援者の生命または身体を災害から守るための措置として「避難行動要支援者名簿」を作成しております。自力避難が難しく、周囲の支援が必要と感じる方は、名簿の登録にご協力をお願いいたします。



■退避の際は隣へ声をかけて避難



■避難誘導訓練の様子



■リアカーを使った搬送訓練の様子

## 6. 自主防災組織連絡協議会結成について

令和6年6月1日現在、高岡市では、36地区のうち32地区の校下（地区）自主防災組織連絡協議会が活動を行っております。

実際の災害時には、地元意見の集約を行い、避難所運営に反映できる自主防災組織連絡協議会の役割が重要となります。今後も高岡市は全地区において自主防災組織連絡協議会の設立にむけてサポートを続けてまいります。

組織の結成及び、役員の変更等の際は予め届出が必要になります。自主防災組織に関するお問い合わせは市役所7階防災アドバイザー室までご相談ください。(TEL:0766-20-1355)

自主防災連絡協議会ニュース編集部：高岡市総務部危機管理課

電話：0766-20-1229 F A X：0766-20-1549

<https://www.city.takaoka.toyama.jp/kikikanri/bosai/bosai/sonaeru/chiiki/news.html>