

保存版

もしものときに、あなたを助ける一冊です

# 防災ガイド ブック

自然災害編



地震



津波



風水害



土砂災害

柏崎市

# 自分で判断できる力を家族と育もう

一人ひとりが自分を守る力をつけることが身近な人を守る大きな力になります。突然起こる災害に対して、どの様な行動を取ればよいのか、家族と話し合いながら身につけていきましょう。

## 防災について家族と話そう



### 家族でルールを決める

#### ①避難場所を確認する

災害が起こったら、どこに避難すればいいのかわ確認しましょう。

#### ②連絡手段を決める

家族が別々に被災した場合、どのように連絡をとるか決めておきましょう。

#### ③非常持ち出し袋・備蓄品の点検

月に一回程度、非常持ち出し袋や備蓄品のチェックをしましょう。

### 地区コミュニティを核とした 災害時の連携体制

#### 自助 = 住民

自分の身を自分の努力によって守る

#### 共助 = 地域

地域や近隣の人が互いに協力し合う

地域の防災力が災害時の被害を抑える

#### 公助 = 公共機関

国・県・市の行政、消防、警察、自衛隊等の防災関係機関による救助・援助等

# — もくじ —

**共通（地震・津波・風水害・土砂災害）** . . . . . P3～P8

避難情報の種類と取るべき行動 / 災害情報はここから取得 / 避難する前に  
チェック / 安否情報はここから確認 / 持ち出し品リスト / 備蓄品リスト /  
救急隊が来ない！そんなときは… / 避難所での過ごし方

**地震** . . . . . P9～P12

命を守るための3つの動作 / やってはいけません / 地震が発生した場合の  
シミュレーション / 地震の基礎知識 / 場所別の対処法

**津波** . . . . . P13～P14

津波警報・注意報の種類 / 津波の避難時に注意すべきこと / 地域別の取るべ  
き行動

**風水害** . . . . . P15～P16

警戒レベルについて / 洪水・土砂災害時における避難行動 / 洪水時における  
避難情報の発令対象区域 / 警報・注意報の種類

**土砂災害** . . . . . P17～P18

土砂災害の種類と前兆 / 土砂災害時における避難情報の発令対象区域 /  
土砂災害ハザードマップを確認する

**避難場所・避難所一覧** . . . . . P19～P25

**津波ハザードマップ** . . . . . P26～P64

**防災知識レベルチェック** . . . . . P65

**洪水ハザードマップ** . . . . . P66～P106

地震・津波  
風水害・土砂災害

共通

地震

津波

風水害

土砂災害

避難場所・  
避難所一覧

津波  
ハザードマップ

防災知識  
レベルチェック

洪水  
ハザードマップ