

9/1  
(水)

タイムスケジュール

取組ポイント

8:29 緊急地震速報



「訓練、地震です。訓練、地震です。強い揺れに警戒してください（繰り返し）」

- ☑ あらかじめ備えていた手段で緊急地震速報を確認する
- ☑ 実際に机の下など危険を避けられる場所で、頭や身を守る行動をとる
- ※ ガスメーターは、強い揺れを感知すると自動的にガスの供給を遮断します。無理をしてガスコンロの火を消しに行く必要はありません。

8:30 地震発生

震源が富士市に近い場合、緊急地震速報が間に合わないこともあります。次の取組を通して、地震に備えましょう。



「訓練、地震発生（繰り返し）〈サイレン〉」

- ☑ 転倒しそうな家具や家電がないか確認する
- ※ ふだんから身を守る行動がとれないほどの強い揺れをイメージし、家の中の危険箇所などを点検する（耐震補強について詳しくは5ページ参照）。

8:33 大津波警報発表  
津波避難対象区域に避難指示を発令



「〈サイレン〉訓練、大津波警報が発表されました。海岸付近の方や津波避難対象区域の方は、高台に避難せよ（繰り返し）」

「訓練広報。ただ今の地震は震度6強でした。火の元を確認し、火災の発生に注意してください。また、今後の情報に注意してください。こちらは広報ふじです」

- ☑ 津波避難対象区域や急傾斜地（崖地）の近くに住んでいる人は、避難目標地点に避難する
- ☑ 停電した想定で通電火災に備え、ブレーカーを落とす
- ☑ 家族の安否確認を行う
- ※ 防災週間（8月30日～9月5日）中は、被災地の人の安否確認を行う「災害伝言ダイヤル（☎171）」や、インターネットを利用した「災害用伝言板（web171）」の体験利用ができます。
- ☑ 組（班）単位で安否確認を行い、町内会（区）の集合場所や本部に報告する（詳しくは3ページ参照）

8:33 以降

- ☑ 町内会（区）の自主防災活動（防災訓練）に参加する
- ※ 9月1日以外に実施する町内会（区）もあります。
- ※ 訓練の内容は町内会（区）によって異なります。
- ☑ 家庭内対策チェックシートを活用し、それぞれの家庭での地震対策について確認する

※ 防災訓練の同報無線は、災害時と同じ手順で放送します。

チェックシートは、こちらからダウンロードできます▶



# 9月1日（水）は、富士市総合防災訓練

自分の身を守るために、積極的な参加をお願いします

大正12年（1923年）に発生した関東大震災を教訓として、9月1日は「防災の日」、8月30日～9月5日が「防災週間」と定められています。

今年の9月1日は、新型コロナウイルス感染症がまん延する状況において、南海トラフ地震が発生したことを想定し、市内全域を対象に防災訓練を実施します。安否確認や消火訓練などは、感染症対策を徹底して実施し、炊き出しなど一部の訓練は行わないよう呼びかけています。皆さん一人一人が災害の状況をイメージし、自宅などの防災対策も進めましょう。

問合せ／防災危機管理課

☎(55)2715 ㊚(51)2040

✉ bousai@div.city.fuji.shizuoka.jp



# 避難時携行品 チェックリスト



いざというときに持ち出せるようリュックサックなどに入れておきましょう

- 飲料水・保存食**  
500ミリリットルのペットボトル、クラッカー、缶詰、レトルト食品など
- 衣類**  
下着、ハンカチ、タオル、軍手、雨具、防寒具など
- 懐中電灯・携帯ラジオ**  
予備の電池やライターなども準備しておく
- 医療品・衛生用品**  
救急セット、常用薬、常備薬、お薬手帳、歯磨きセット（シート）
- 貴重品**  
現金（小銭も）、預金通帳、印鑑、保険証や免許証の写し
- その他**  
筆記用具、ビニール袋、ヘルメット、笛など
- 毎日使っていて、ないと困るもの**

・充電器	・
・	・
・	・

※ふだん使っているものを記入してください。

## 女性

- 生理用品
- ビデ
- 化粧品
- ヘアゴム・くし

## 高齢者

- 大人用おむつ
- 入れ歯用洗剤
- 老眼鏡
- 補聴器

## 赤ちゃん

- 紙おむつ、おしり拭き
- 粉ミルク・哺乳瓶・離乳食
- おもちゃ
- 母子手帳の写し

## 感染症対策

- マスク
- 体温計
- 消毒液
- スリッパ
- ごみ袋
- 除菌シート

- 拡声器
- フェイスシールド
- マスク

- 体温計
- 消毒液
- 間仕切り



## 自主防災活動

- ◆ 作業するときはこまめに消毒する
- ◆ 密を避けるため、地域の連絡体制を整える
- ◆ 受付を複数設置し、受付担当者はマスクやフェイスシールドなどを装着する
- ◆ 集まったらまず体調チェックをする
- ◆ 消毒液を設置し、手指消毒を徹底する
- ◆ 人が並ぶときは、2メートルの間隔を開けるよう呼びかける

## 避難者の受付

被害を減らす自主防災活動と感染症対策を両立させるために、必要な活動計画を地域で話し合っておきましょう。



# コロナ禍での防災訓練

## 一 安否確認の方法を再確認しましょう！

様々な自主防災活動の中で最初に取り組むべきことが、住民の「安否確認」です。密を避け、迅速に安否確認できるよう、防災訓練の際に方法を確認しておきましょう。

### 1 「無事な人」が無事を報告

安否確認の目的は、けが人などの「対応が必要な人」を明らかにすることです。「無事な人」の報告が集まることで、対応が必要な人が判明します。※「報告がない＝対応が必要」と考えます。



### 2 自ら報告に行く

自分が無事かどうかは町内の役員などに聞かれるまで待つのではなく、自ら報告します。これにより、町内全体の情報が迅速に集約でき、応急対策に早く着手できます。報告先や方法を事前に確認しておきましょう。



### 3 事前に安否確認シートを作成しておく

報告するときは、家族構成とその安否や、住宅の被害状況などを知らせます。このとき、多くの情報が集まるため、平常時に世帯構成をまとめた名簿（安否確認シート）を作成しておくことで、災害時に迅速な確認と情報の整理ができます。

安否確認シートについて詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください▶



# 災害時の トイレ対策、

## していますか？

「災害時の備蓄」と言えば、飲み水や食料を思い浮かべる人が多いのではないのでしょうか？しかし、飲食の後にはトイレがつきものです。災害時のトイレ対策が必要な理由や方法を知って、いざというときに備えましょう！

### 大規模災害発生直後は、 携帯トイレを使用しましょう

大規模災害発生直後は、地震度5弱以上の地震を感じたり、停電になったりすると断水が起こります。また、上・下水道や排水設備の破損なども発生します。下水道や排水設備が破損している状態で無理に水を流すと、詰まったり汚水が逆流したりすることがあります。

携帯トイレは、便袋と給水シート（もしくは凝固剤）がセットになっています。次のような特徴があり、水洗トイレが使用できない場合の代用品となります。  
・水を使わない  
・排せつ物を固める

### 使用後の保管と処分

使用後の携帯トイレは、ごみの収集が再開されるまでは、一時的に自宅などで保管することになります。次のように保管・処分しましょう。  
**保管方法**／蓋つきのバケツなど、密閉できる容器に入れ、その他の可燃ごみと分けておく

### 携帯トイレを使ってみよう！

災害時は、緊張や不安といったストレスがかかるため、体力的にも精神的にも負担が強いられます。平常時に、携帯トイレの設置手順を確認し、実際に使ってみましょう。「使ったことがある」という経験は、被災生活の負担を和らげます。命を守るため、飲み水や食料だけでなく、携帯トイレも併せて備えておきましょう。



### 大規模災害が発生すると…

### 携帯トイレの使い方

- ① 便器に大きめの市販のポリ袋（下地袋）をかぶせる
- ② その上に携帯トイレを設置する
- ③ 使用後は携帯トイレだけを外し処分する



処分方法／回収時のし尿飛散防止のため、ごみ袋の中心に入れ、可燃ごみとして処分する

## 自宅に備えておきたい 非常用備蓄品

被災後も自宅で生活を送れるよう、水・食料、トイレは7日分以上の備蓄をお願いします。

### 一人分の目安(1日分)

- 飲料水 1日3リットル
- 食料 1日3食

### ローリングストック法(回転備蓄)で！

日常使う食材や非常用の食料品を、消費した分だけ補充していく方法。古いものから先に使うように収納しておく、うまく循環できます。

▼食料品の例  
レトルト食品、缶詰、インスタントラーメン、パスタ類、調味料、乾物、野菜ジュースなど

### カセットコンロ・ボンベ

温かいものを食べるために必要

### 携帯トイレ

水洗トイレが使えるようになるまで1か月以上かかる場合があります。1日に行くトイレの回数や、家族の人数に応じて、必要数を確保しましょう。

ひとり1日約5回 × 人数分 × 7日分以上

4人家族の場合…



約140個必要

携帯トイレと合わせて多めに  
買い置きしておくとお安心！

- ポリ袋(45リットルなど大きめのもの)
- トイレトーパー
- ウエットティッシュ
- 消臭・消毒剤