

# 共助 ～共に助け合う～ 近所で、地域で、協力しましょう



地域の防災訓練の日を知りたいわ。

8月・12月・3月の年3回開催しているよ。  
地域の回覧板や市ホームページ、広報やいづ  
などでお知らせしているから確認してね。

親子サークルなどで、防災の勉強をしたいけ  
れど、お願いできる場所はあるの？

焼津市の防災部では、出前講座を実施しているよ。  
消防防災センターの防災学習室「しえ～る」でも、地震体験  
や風水害体験ができるから、訪れてみるのもいいね。

## 防災訓練で地域防災力を強化

市では、市内一斉開催の市民参加型  
防災訓練を年3回実施しています（右  
表1）。  
いつ発生するかわからない地震に備  
え、季節や時間帯、テーマを変えた実  
践的な訓練を行うことで、市全体の防  
災力の向上を図っています。



詳しくはこちら



【表1】市内で実施している防災訓練

訓練名	開催時期
総合防災訓練	8月の最終土曜日
地域防災訓練	12月の第1日曜日
災害時初動訓練	3月の第1日曜日

### ■訓練の様子

各自主防災会が計画した、各地域の特  
性に合わせた訓練が実施されています  
（右表2）。大規模地震発生後は、地域で  
助け合うことが重要です。日頃から訓練  
に参加し、災害に備えましょう。



【表2】防災訓練で行われるさまざまな訓練

訓練の内容	訓練の趣旨
避難訓練	津波や倒壊家屋から命を守る
安否確認訓練	地域住民の安否確認を通して、救助が 必要な人を把握し、救助活動につなげる
避難所開設・ 運営訓練	避難所生活のイメージを共有し、運営 に向けて備える
消火訓練	消火器の使い方を習得する
炊き出し訓練	非常食の炊き出し方法を習得する

## 防災学習室「しえ～る」

防災学習室「しえ～る」  
は、地震体験や風水害  
体験をはじめ、気軽に  
防災学習ができる施設  
です。



### ■施設の概要

開館時間 9:00～17:00  
休館日 年末年始  
場所 消防防災センター1階  
入場無料



詳しくはこちら

## 自主防救助隊訓練

大規模地震後に円滑な救  
出・救助活動が行われるよ  
うに、市内自主防災会には  
それぞれ「自主防救助隊」  
が設置されています。



自主防救助隊の  
紹介動画

### ■訓練の様子

自主防救助隊訓練は、自主防救助隊員が、  
救出・救助のための技術習得する機会とし  
て、年2回実施しています。



チェーンソー  
取り扱い訓練



倒壊家屋からの  
救出訓練

## 市民防災リーダー育成講座

災害に備えて地域でこ  
活躍いただく「防災リー  
ダー」を育成するための  
市民向けの講座です。  
これまでに1,500人以上の皆さんが受講  
し、地域の防災活動をけん引しています。

### ■講座の概要

対象 市内在住ま  
たは市内在勤の人  
開催日 7月～8月の土曜日（全3回）  
開催時間 各回3時間程度  
会場 消防防災センター  
※今年度の講座について、詳し  
くは市ホームページを確認す  
るか、問い合わせください。市ホームページ



## 出前講座

防災部職員が、市内へ出張  
し、防災知識や災害に対する  
備えなどについてお話しす。  
お気軽にご相談ください。

### ■講座の概要

対象 自主防災会、事業所、学校や地域コミュ  
ニティ団体など  
主な講座メニュー  
・災害への家庭内対策  
・避難所の開設運営  
・避難所運営ゲーム（HUG）  
・地震体験車  
・AEDの取り扱い講習  
・負傷者の搬送方法  
・被災地での支援活動紹介  
・風水害への備え など



市ホームページ

## 消防団活動

消防団は、火災や大規模災  
害が発生した時、職場や自  
宅から現場へ駆けつけ、消  
火や救援活動などを行う市町  
村の非常備の消防機関です。



詳しくはこちら

平時時は、地域の防災リー  
ダーとして防災訓練での指導のほか、応急手当  
講習や火災予防活動など、地域住民の安全安  
心を守る重要な役割を担っています。

市内では555人の消防団員  
が地域の安全を守っています。



マスコットキャラクター  
「火ノ用ココロ」  
© 瀬戸ロみつき

# 自助 ～自分の命は自ら守る～ 備えを充実させて、 心にゆとりを

過去の被災地では、トイレ問題が話題になっていたよね。  
やっぱりわが家でも備蓄しておいたほうがいいのかな？



## 大地震後はトイレ使用注意！



大地震が起きた後は、  
トイレの点検をするま  
で、水洗トイレの使用  
は控えましょう。  
いつもと変わらないよ  
うに見えても、排水管や  
浄化槽が破損している可能性があります。  
大地震後のトイレは、市ホームページで  
下水の利用に制限がかかっていないこと  
や、排水管や浄化槽に問題がないことを確  
認した上で使いましょう。

## 絶対必要なトイレ対策

トイレを我慢するストレ  
スと不安感が重なること  
も。  
災害時に自身と家族の健  
康を守るためにも、「携帯ト  
イレ」や「簡易トイレ」を備蓄  
しておきましょう。トイレが使用できない時でも  
自宅用を足すことができるようになります。

### ■携帯トイレ

便器や簡易トイレ  
に取り付けて使う、  
袋と凝固剤・給水シー  
トがそろったもの。

### ■簡易トイレ

便器が使えないとき  
のための、便座付きの  
小型トイレ。携帯トイレ  
も合わせて備蓄が必要。

### ■除菌用品・トイレトーパー

手を洗えない時のた  
めに、除菌・消毒用品  
やトイレトーパーも  
備蓄しておきましょう。

## 災害後、トイレ使用可否の判断方法

### ■戸別の浄化槽

漏電がないか、プロアが正常に稼働しているか、汚水漏れ  
がないかなどを確認してから利用を再開してください。

### ■公共下水

市ホームページや市公式LINEなど  
で利用再開をお知らせします。



災害直後の生活のために、非常持出品・備蓄品が重要だと聞いたことがあるけれど…。  
どんなものを用意したらいいかしら？ どこで買えばいいの？

## 非常持出品と備蓄品

災害用の備蓄には、「非常  
持出品」と「備蓄品」の2種  
類があります。

### ■非常持出品

発災直後に避難場所へ避難する時に持って  
行く、発災後3日分の備え。日頃は非常持出  
袋に詰めて、持ち出しやすい場所に置いてお  
きましょう。常に必要なものや避難場所での  
暑さ・寒さ・雨風対策、避難のための明かり  
の確保などを考えて、発災直後に困らないよ  
うにそろえましょう。

### ■備蓄品

発災後約1週間、自宅や避難所で生活する  
ための備え。家屋が被災しても、取り出しや  
すい場所に保管しましょう。

## 元気をつなぐ水とごはん

どんな時でも、水と  
食べ物は体力の資本で  
す。調理せずに食べら  
れる非常食を3日分と  
調理して食べる非常食  
を4日分、合わせて最  
低計7日分の家族の食  
料と水を備蓄しておき  
ましょう。

備蓄のこつは、普段食べている缶詰やレトルト  
食品を多めに買っておくこと。食べたその分を  
補充することで、常に備蓄することができます。

## 家族に合わせた備蓄が大事

備蓄で重要なのは、家族に合  
ったものを用意することです。  
例えば、子育て世帯では離乳  
食や液体ミルク、高齢者世帯で  
はやわらかい食品、アレルギーがある人はア  
レルギー対応のものなど、災害時に必要とな  
るものは、各家庭で異なり  
ます。それぞれの家庭で必  
要なものを、優先順を決め  
て備蓄することが大切です。

## 身近なお店でそろえよう！備蓄品

備蓄品は身近なお店でも  
取り扱っているほか、イン  
ターネット通販などでも購  
入できます（右表）。  
いざという時に備え、用  
意しておきましょう。

【表】備蓄品の主な販売場所

そろえておきたい備蓄品	主な販売場所
携帯トイレ・衛生用品など	ドラッグストア
非常食・備蓄水など	スーパーマーケット
ヘルメットやテントなどの雑貨類	アウトドア用品店
ラジオやモバイルバッテリーなど	家電量販店