

### 3. 基礎データ

#### 馬郡町・馬郡町舞阪駅前合計

① 居住人口	② 世帯数	③ 65歳以上
3,231人	1,400世帯	32.31%

※住民基本台帳による(①②令和5年10月1日現在 ③令和5年10月1日現在)

### 4. 地域での備え自助・共助

＜備え＞	
自助	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 非常持ち出し品の確保</li> <li>○ 避難通路の確認</li> <li>○ 情報の把握</li> <li>○ 家族の安全確認</li> <li>○ 家具転倒防止をする</li> </ul>
共助	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地区の災害物資の備蓄</li> <li>○ 要支援者の支援体制を検討・決定</li> <li>○ 常日頃近所の人とのふれあいを大切に!</li> <li>○ 地域防災訓練の参加</li> <li>○ 班内で集まる機会をつくる・行事をする</li> </ul>

### 5. 地域の避難方法

＜避難方法＞
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 互いに声を掛けながら避難しよう</li> <li>○ 安全な避難ルートを確認をしておこう</li> <li>○ 先ずはビルか避難タワーへ避難しよう</li> <li>○ 情報が得られるアイテムを持ち出そう</li> </ul>

### 6. 主な非常持ち出し品リスト(目安:リュックサックに1人当り約5kg)

下記のリストを参考に自分自身・家族にあった非常持ち出し品を選んでください。

- |                                   |                                     |                                    |                                   |
|-----------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ    | <input type="checkbox"/> 毛布         | <input type="checkbox"/> 印鑑        | ＜その他＞                             |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話     | <input type="checkbox"/> アルミシート     | <input type="checkbox"/> 免許証       | <input type="checkbox"/> 折畳み式つえ   |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾 | <input type="checkbox"/> 健康保険証     | <input type="checkbox"/> 予備補聴器    |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯     | <input type="checkbox"/> 長靴         | <input type="checkbox"/> マイナンバーカード | <input type="checkbox"/> 予備入れ歯    |
| <input type="checkbox"/> 予備電池     | <input type="checkbox"/> バスタオル      | <input type="checkbox"/> 緊急連絡先のリスト | <input type="checkbox"/> 介護用品     |
| <input type="checkbox"/> 笛        | <input type="checkbox"/> 万能ナイフ、はさみ  | ＜女性＞                               | <input type="checkbox"/> 大人用紙おむつ  |
| <input type="checkbox"/> 軍手       | <input type="checkbox"/> ライター、マッチ   | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー     | <input type="checkbox"/> おくすり手帳   |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具、炬燵  | <input type="checkbox"/> マスク        | <input type="checkbox"/> 携帯用ビデ     | <input type="checkbox"/> 予備メガネ    |
| <input type="checkbox"/> 持病の薬、常備薬 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ    | <input type="checkbox"/> 生理用品      | <input type="checkbox"/> 予備コンタクト  |
| <input type="checkbox"/> アルファ化米   | <input type="checkbox"/> ウィットティッシュ  | ＜赤ちゃん＞                             | <input type="checkbox"/> スコップ     |
| <input type="checkbox"/> 乾パン      | <input type="checkbox"/> ティッシュハン帕   | <input type="checkbox"/> 粉ミルク、離乳食  | <input type="checkbox"/> ロープ      |
| <input type="checkbox"/> 缶詰       | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー  | <input type="checkbox"/> 哺乳びん      | <input type="checkbox"/> ブルーシート   |
| <input type="checkbox"/> 箸・スプーン   | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ      | <input type="checkbox"/> バスタオル     | <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー  |
| <input type="checkbox"/> 救急用品セット  | <input type="checkbox"/> ビニール袋(耐熱性) | <input type="checkbox"/> おむつ、お尻ふき  | <input type="checkbox"/> 携帯石油ストーブ |
| <input type="checkbox"/> 上着・下着・靴下 | <input type="checkbox"/> 現金         | <input type="checkbox"/> おんぶ・抱っこ紐  |                                   |
| <input type="checkbox"/> 雨具・かっぱ   | <input type="checkbox"/> 預貯金通帳      | <input type="checkbox"/> 母子健康手帳    |                                   |

### 7. 避難する時のポイント(地震・津波から身を守る7ヶ条)

- ① 寝る部屋は安全な場所に/枕元懐中電灯などを
- ② 家から外に出るまでの安全ルートを確認
- ③ 津波からの避難場所を決め、現地へ避難
- ④ 「津波だ 津波だ」「逃げろ」と呼びながら率先して避難
- ⑤ 想定にとらわれず、可能な限り高い場所へ避難
- ⑥ 津波警報が解除されるまでは避難場所から自宅に戻らない
- ⑦ 携帯ラジオなどで情報収集

### 8. 津波に関する情報

- ▶ 強い揺れや長い揺れ(1分以上)を感じた場合は、津波に関する情報を待たずに、すぐに津波避難場所へ避難しましょう。
- ▶ また、遠方で発生した大地震など、浜松市で強い揺れを感じなくても津波が到達する場合があります。特に津波警報や大津波警報がテレビ、ラジオ、同報無線のサイレンなどで伝えられたら、ただちに津波避難場所へ避難しましょう。
- ▶ 津波警報の内容と必要な避難行動は以下のとおりです。

名称	津波予想高さの区分 (発表する津波の高さの数値表現)		必要な 避難行動	サイレン吹鳴 パターン
	10m以上(10m超)	巨大地震		
特別警報 大津波警報	5m~10m(10m) 3m~5m(5m)	巨大	ただちに避難施設 へ避難する	(3秒鳴/2秒休) ⇒9回繰り返し
津波警報	1~3m(3m)	高い		(5秒鳴/6秒休) ⇒9回繰り返し
津波注意報	0.2~1m(1m)	—	ただちに海の中や 海岸から離れる	(10秒鳴/2秒休) ⇒9回繰り返し

種類	情報先	入手方法	入手できる情報
FMラジオ	エフエムFM Haro!	周波数 76.1MHz	災害情報 避難所開設状況 等
インターネット	浜松市 Yahoo!ブログ	<input type="text" value="浜松市の災害情報 ブログ"/> <input type="button" value="検索"/>	
	防災気象情報 (気象庁)	<input type="text" value="防災気象情報"/> <input type="button" value="検索"/>	各地の震度 等
電子メール	浜松市 防災ホットメール	<input type="text" value="防災ホットメール"/> <input type="button" value="検索"/>	避難所開設状況 等
電話	災害伝言ダイヤル	ダイヤル {171}	安否確認