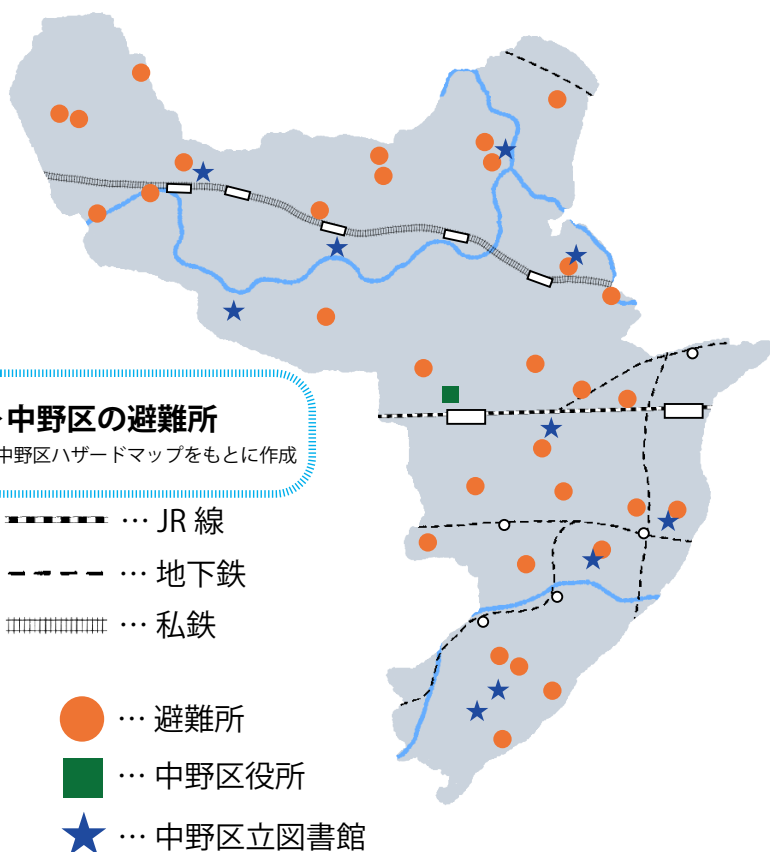




## ハザードマップ何?

「災害予測地図」または「防災地図」と呼ばれるハザードマップは、各自治体によって作成目的や内容が異なる。これらは「災害が起こった時の被害状況を予測した地図」と「災害時に避難する場所などを住民に周知する地図」に分けることができる。中野区は、東京23区西部にある武蔵野台地に位置するため、地盤はしっかりとおり液状化の心配はない。しかし、過去に台風や集中豪雨

による水害や土砂災害は度々起こっているようだ。その経験をふまえて、中野区では水害と土砂災害に特化したハザードマップを作成しており、2020（令和2）年8月に改訂されたものを所定の施設で配布している。詳細は中野区のHPで確認することができ、中野区HPにアクセスすれば配布施設に赴かなくてもPDFを自宅を確認することができる。左記にリンクを掲載しておくのがこの機会に確認してみたいか。



【中野区ハザードマップ】

<https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/157700/d029325.html>

# 〇〇に備える!!!

### ＋災害時に役立つ豆知識

#### ・災害対応自動販売機

常時はお金を入れないと購入できない自動販売機だが、中には災害時のみ無料で利用することができるものもある。「災害ベンダー」または「救援ベンダー」という表記が目印で、それが設置されている場所は安全（＝避難場所）である目安にもなるので覚えておきたい。中野区でも、区立施設や公園を中心に導入されているので要チェックだ。

#### ・災害用伝言ダイヤル

災害が起きたときのみ使用できる無料番号「171」。使用するには自宅の電話番号が必要で、全20件（1件につき30秒）まで家族にあてた伝言

メッセージを残せる。毎月1日と15日に体験ができるので、ぜひ試してみてほしい。

#### ・公衆電話

スマートフォンは、災害時には互いに連絡を取り合う利用者が殺到して繋がらないことが多い。その点で公衆電話は優先的に繋がるようになっている。日頃から設置場所を把握しておくことはもちろん、小銭は10円玉と100円玉しか使えないことや、テレフォンカードの使い方など基礎的なことも覚えておきたい。手順は以下の通りだ。

①受話器を取る↓②小銭またはテレフォンカードを入れる↓③電話番号を押す

### ＋防災に必要なもの

#### ・夏と冬で備品をチェンジ!

基礎的な備えは必要だが、ライフラインが確保できない被災時には季節ごとの備えも必須になる。例えば、夏は熱中症対策として冷却パックを、冬は防寒対策としてカイロを常備しておくこと心強い。

#### ・ペットシーツの可能性

吸水性に優れたペットシーツは、被災時におむつや沐浴などの衛生面で大活躍する。また、ビニール袋と併用すると氷嚢や簡易枕としても使用できる。

#### ・世帯によって異なる防災準備を!

子供がいる家庭なら、子供用の防災バックの中に携帯おかしや被災場

所でも遊べるような簡単なおもちゃ、乳幼児ならベビー用品は必須だろう。女性なら簡単な化粧品や生理用品は確保したいだろうし、男女問わずドライシャンプーなどの身だしなみを整える衛生用品は、感染症や病気を防ぐ面でも用意しておきたい。また、お年寄りには常備薬やお薬手帳、あれば入れ歯の保存液なども必要だろう。このように、世帯や家族構成によって用意しなければならない防災用品は多岐にわたる。

今特集では、左記に防災チェックリストを用意してみた。自由記載ができる書き込み式チェックリストも用意したので、この機会にぜひご家庭の防災の見直しに役立ててほしい。

### 【持出用（最低限必要なもの）】

- 携帯食料（栄養補助食品）
- 飲料水
- 携帯ラジオ
- 充電器・バッテリー
- 懐中電灯・電池
- 軍手
- タオル・ウェットティッシュ
- マスク・手指消毒液など（感染症対策用品）
- 着替え（下着・肌着・防寒着など）
- ドライシャンプー
- 歯磨き用品
- 現金（※小銭・10円玉・100円玉は必須）
- 身分証明書

### 【持出用（必要に応じて）】

- |                                   |                                |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> コンタクト保存液 | <input type="checkbox"/> 予備メガネ |
| <input type="checkbox"/> 常備薬      | <input type="checkbox"/> 紙おむつ  |
| <input type="checkbox"/> 粉ミルク     | <input type="checkbox"/> 哺乳瓶   |
| <input type="checkbox"/> アレルギー食   | <input type="checkbox"/> 生理用品  |
| <input type="checkbox"/> ペットフード   | <input type="checkbox"/> ペット用品 |

### 【備蓄品】

- お米・アルファ米
- レトルト食品・カップ麺・缶詰
- お菓子
- 飲料水（1ℓペットボトル×3本=1人分）
- カセットコンロ
- カセットボンベ
- 紙皿・紙コップ・割りばし
- 食品用ラップ
- ポリタンク
- 簡易トイレ

### 【持っていくものリスト】

- |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

※このチェックリストは、中野区の防災チェックリストを参考に、シイビリア編集担当が作成しています。中野区の防災チェックリストには、2ページまたは6ページのURLからアクセスいただけます。

※本誌の掲載内容・お知らせ情報は記事作成当時のものです。