

親和会 必須防災マニュアル

- ・「親和会防災マニュアル」
- ・「伊東市総合防災ガイドブック」

(注) 入手方法は、裏面参照

親和会 大地震避難チャート

大地震（震度5弱以上）発生

- ➡ 緊急地震速報・同報無線
- ➡ 自主防災会 活動開始

目に付くところにお貼りください

時間経過

地震発生

1 **まず身を守る**



2 **火の始末安全確保**

1～2分



身の回りの消火・避難路確保

3 **緊急避難の判断**

3分～



津波・火災等2次災害を警戒

4 **救護・救援活動**

数十分～数時間



OK旗の確認・連絡

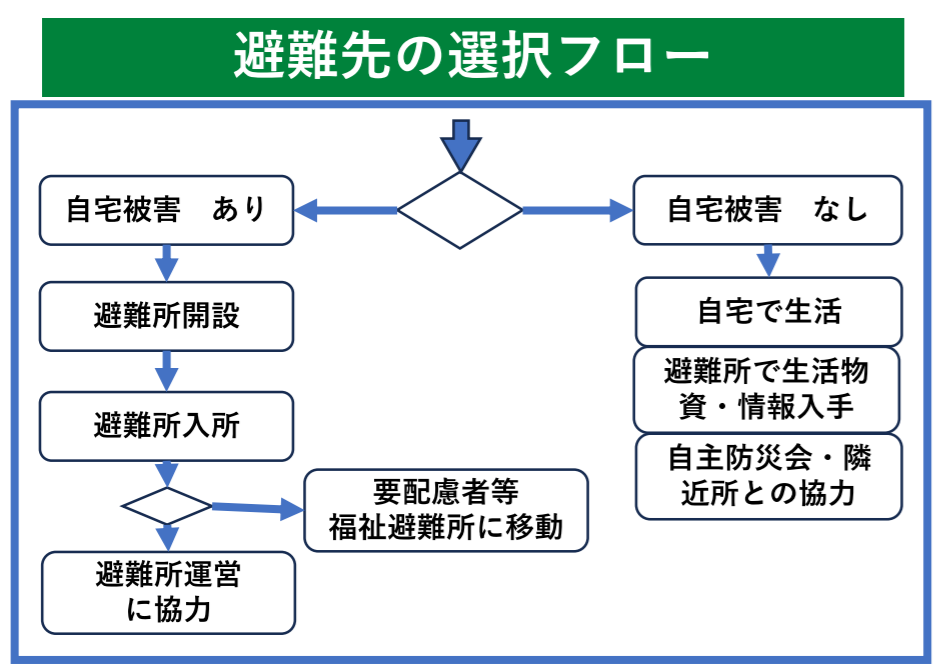
防災倉庫 情報共有・共助

5 **避難所 在宅避難**

1日～



避難生活 普段の備え



避難所一覧表

行政区	名称	所在地	海拔(m)	避難可能人数
富戸	老人憩の家城ヶ崎荘	富戸 911-115	74	80
	富戸幼稚園	富戸 594	71	70
	富戸コミュニティセンター	富戸 594	72	160
八幡野	八幡野幼稚園	八幡野 1189-55	68	90
	八幡野コミュニティセンター	八幡野 1189-172	68	180
池	池幼稚園	池 469-4	224	30
	生涯学習センター池会館	池 475-2	225	70
赤沢	生涯学習センター赤沢会館	赤沢 60-1	19	70

在宅避難者も避難所の支援対象

発災時に小・中学校などに開設される避難所は、自宅が危険になって住めなくなった避難者を受け入れるとともに、被災した地域全体を支援する拠点としての役割も担います。在宅避難者も支援の対象であり、生活物資や炊き出しなどの食料支援をはじめとするさまざまな支援が提供されます。

避難所で実施される在宅避難者対策の例

- 在宅避難者の安否確認
- 在宅避難者に対する生活物資・食料支援
- 在宅避難者に対する情報発信
- 在宅避難者のボランティアニーズの把握
- 避難所におけるトイレの提供 など

参考資料

救急蘇生法 心肺蘇生法の手順

！ 胸骨圧迫（心臓マッサージ）を、強く、速く、絶え間なく！！
 まずは、心肺蘇生法の講習会を受けましょう。
 医師会や日本赤十字社、消防署などで受けられます。

手順1 反応があるか確認

大丈夫ですか？
あつ、反応がない！
何らかの「応答」や「しぐさ」がない

手順2 119番通報とAEDの手配

あなたは119番通報して、救急車を呼んでください！
それから、あなたはAEDを持ってきてください！

手順3 呼吸を確認する

胸と腹部の動きをみて、普段通りの息があるかないかを見る
正常な呼吸がない場合は…

手順4 ただちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行う 強く！速く！絶え間なく！

呼吸がないか、異常な呼吸（しゃくりあげるような不規則な呼吸）があるときは、
ただちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）

胸骨圧迫（心臓マッサージ）をする場所は「胸の真ん中」が目安

強く 胸が、少なくとも5センチメートル沈むように
小児・乳児は、胸の厚さの約1/3

速く 1分間あたり、100～120回のテンポで

絶え間なく 中断は、最少に

自助 「自分や家族で出来る防災活動」 自分/家族

家族会議を行う



家族内の役割分担、連絡方法（災害用伝言ダイヤル171等）や避難場所（集合場所）の確認など

自宅の安全対策



建物の耐震化、家具の転倒防止など

1週間分以上の飲料水や食料、生活必需品の備蓄



普段の生活の中での準備を！
持ち出し品と合わせて（44P）

地域の防災点検



公園・広場等の位置や危険箇所、避難路などの確認

共助 「隣近所や地域での防災活動」 地域/自主防災会/自治会

自主防災組織の強化



訓練への参加、連携・協力体制の確認

消防団活動への参加



消防団への積極的な入団

避難について支援が必要な方への配慮



支援が必要な方の把握、支援体制づくり

避難所運営への協力



物資等の配布、生活環境を良好に保つよう協力

公助 「防災関係機関での防災活動」 行政など防災関係機関

- 防災関係機関の災害対策などを定めた地域防災計画の作成
- 避難場所・避難所の指定
- 公共施設の耐震化
- 防災施設（同報無線、備蓄倉庫など）の整備

- 災害発生時の救助活動
- 電気、水道などのライフラインの応急対策
- 自助・共助の取組みへの支援
- 備蓄物資、資機材の整備

親和会 必須防災マニュアル の入手方法

- ・「親和会 大地震防災マニュアル」
 内容： 親和会に関連した自主防災マニュアル
 入手方法1) 親和会事務所で入手できます。 注) 令和7年4月に定住者宅には全戸配布済。
 入手方法2) インターネット「伊豆高原親和会【公式】掲示板」からダウンロードできます
 (「伊豆高原親和会 防災マニュアル」で検索)
- ・「伊東市総合防災ガイドブック」
 内容： 伊東市における自然災害一般に関する図を多用した防災ガイドブック
 入手方法1) 市役所危機対策課窓口、八幡野コミセン内 対島出張所で入手できます。
 入手方法2) 伊東市HPからダウンロードできます。
 (「伊東市総合防災ガイドブック」で検索)