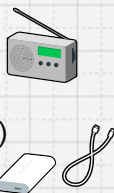


# ▶ 非常時の持出品や備蓄品（例）チェックリスト

## 持ち出し品

### <電化製品>

- ラジオ
- 懐中電灯（電池）
- 携帯電話（充電器）



### <医薬品>

- 常備薬
- ばんそうこう
- マスク、体温計 など



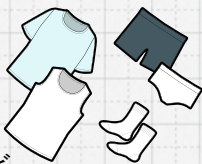
### <貴重品>

- 現金
- 通帳
- 印鑑
- 免許証、保険証 など



### <衣類>

- 着替え
- タオル
- ティッシュ
- 生理用品 など



### <非常食>

- 飲料水
- 乾パン、缶詰
- 紙コップ、紙皿 など



### <その他>

- 粉ミルク、哺乳瓶、紙おむつ
- 眼鏡、入れ歯、補聴器など



## 備蓄品

### <食料品>

- 米
- 缶詰
- レトルト食品
- カップ麺 など



### <水>

- 飲料水
- 生活用水

### <燃料>

- カセットコンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料



飲料水は大人1人あたり1日3ℓが目安です。生活用水は浴槽に貯水しておきましょう。



## 「新型コロナウイルス感染症」感染拡大防止に対応した避難行動のポイント

- 避難所は、災害の規模によって「密集」状態になることも予想されます。災害時には次の点に留意してください。
- 自宅での安全確保が可能な場合は、無理に指定避難所へは避難せず、在宅避難や知人・親戚宅を検討してください。
- 避難する場合は、体温計、マスクなどの衛生用品を持参してください。
- 避難所へ避難した際は健康チェックを行い、体調がすぐれない場合は避難所内の職員へお知らせください。
- 避難所内では人との距離を取り、手洗いとマスクの着用を徹底してください。

## ▼ 福祉避難所

福祉避難所は、災害時に、高齢者、障がい者、乳幼児などの要配慮者のうち、一般の避難所では生活が困難な方が、安心・安全に避難生活を送れるよう開設する避難所です。必要に応じて市が開設する二次的避難所であることから、原則として災害発生直後から避難所として利用することはできませんのでご注意ください。



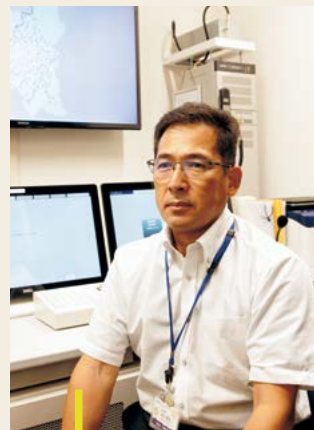
福祉避難所 ← 指定避難所 ← 災害発生！



② 健康調査：保健師の健康調査など所見に基づき対象者を決定。

① 避難：まずは一般の指定避難所へ避難。

## 自宅周辺のリスク確認を



中野市危機管理課 課長 柴本 賢司

市では昨年の東日本台風災害の経験をふまえ、また新型コロナウイルス感染症対策として、避難所用品の備蓄を進めています。パーティション（間仕切り）によりプライバシーの確保と飛沫感染を予防し、また高齢者の方などに向け簡易ベッドを用意するなど、避難所の環境改善を図りました。

しかし、避難所はホテルではありません。食料などの物資も直ちに届くわけではありませんので、できる限りの準備は各自でお願いします。避難所は難をやり過ぐす間の「仮の自宅」です。共同生活になりますので、お互いにマナーとルールを守って、みんなで支え合いましょう。

「避難」とは「難」を「避ける」ことです。「難」が無ければそれを避ける必要はありません。まずは「自らの命は自らが守る」意識を持ち、「くらしと防災ガイドブック」で自宅周辺の災害リスクの確認をお願いします。自宅がどんな時に避難が必要になるのか。もし避難が必要になった場合、いつ、誰と、どこへ逃げるのか事前に考えておいてください。

# 中野市地域おこし協力隊がゆく!

## 信州ながの日和

File: 26

中野市を活性化  
する企画、現在  
進行中です!



今月の協力隊員 渡辺 菊男 隊員  
問 営業推進課 ☎ 22-2111



### ポストコロナを見越して

今春、市内在住の外国人やインバウンド客向けに、6カ国語からなる多言語観光案内パンフレットと看板を作成しました。しかし、コロナ禍の影響で、あまり活用できていないのが残念です。

現在、企業や事業者の誘致と公共施設の利活用も進めています。2月には、「バラの友好都市」つながりで訪れた米国ポートランド市で、廃校となった小学校をレストランやビールの醸造所に転用し、にぎわいの場として再生した事例を見ました。経済活動が低迷している折ですが、ポストコロナを見越し、長い目で公益に資する企画を具体化していきたいと思ひます。

市民の皆様からの「地域おこしのためのお役立ち情報」をお待ちしています。

1 高梨館跡に6カ国語対応の案内看板を設置。 2 3 2月には「全米で住みたい街No.1」のポートランド市を訪問し、にぎわいを再生した施設の事例を視察。中野市でも取り入れられるか計画中です。



## 池田市長の vol.78 わくわくレポート

令和元年東日本台風災害から1年

昨年の令和元年東日本台風の大災害から1年になります。完全な復旧に向けて、家屋などの公費解体の手続きも進みつつあり、一刻でも早い復興を目指しています。

さて、近年の異常気象により、頻発する災害は常態化しており、今年も強烈な台風が九州地方に迫るなど、予断を許さない状況が続いています。

国は、国土強靱化の名のもとに治水防災にこれまでの考え方を改め、流域治水という新たな考え方で政策展開に乗り出しました。これは河川管理者などによる治水に加えて、あらゆる関係者、即ち、国、県、市町村、企業、住民などにより流域全体で行う治水へと転換を図ることを旨としています。

これまでの堤防整備だけでなく、遊水地整備、



◀有事において迅速に対応するため大雨を想定した図上訓練を実施しました。

ダムの活用、雨水貯留施設、河川区域・災害危険区域の指定など河川対策、流域対策、ソフト対策など総合的な治水プロジェクトを流域全体で執り行うというものです。ちなみにソフト対策では、マイタイムラインとして、個々の家庭が、災害発生が予想される時に、避難行動を起こすタイミングをあらかじめ決めておくといった、個々の家庭にもしっかりした防災対策が求められています。

8月に開催した、マイタイムラインの講習会では、参加者の皆さんから好評をいただきました。今後も、どのような時にどのような行動をとるかといった事前の取り決めを個々のご家庭ごとに決めておくこのタイムラインについて啓発活動に努めていきたいと思ひます。