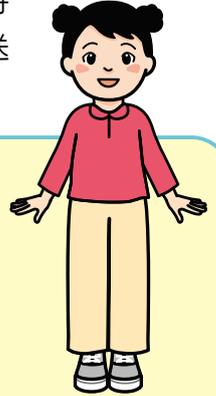


# 情報を受け取って備える!

災害時には、情報は自分から得ることが必要になります。  
そんな時のために、市では、いろいろな方法で情報発信を行っています。

## 防災行政用無線による情報提供

日ごろは、気象に関する注意喚起や行方不明者の捜索願などを放送しています。災害時には、この防災行政用無線で市民の皆さまに情報を提供します。防災行政用無線の放送内容は、メールマガジンをはじめ、甲府市防災アプリ及び防災ポータルでも配信しています。



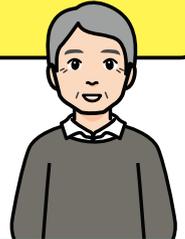
### 防災行政用無線テレフォンサービス

防災行政用無線で放送した内容を電話で確認できます。  
放送が聞き取れなかったり、もう一度内容を確認したい場合にご利用ください。

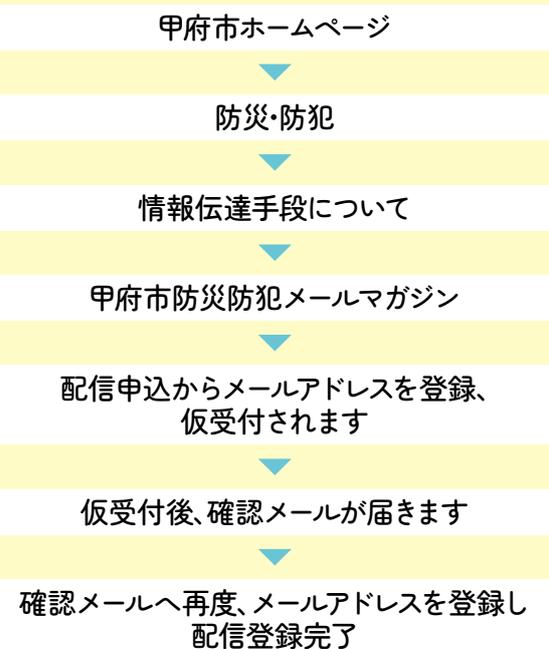
**☎ 055-298-4471** ●ご利用には通話料がかかります。  
●放送後 24 時間を過ぎた内容は確認できません。

## 甲府市防災防犯メールマガジン

防災行政用無線の放送内容や各種災害関連情報を、携帯電話やスマートフォンに、電子メールで提供しています。この機会に、ぜひ登録してみましょう。  
(ご利用にあたっては、メールアドレスの登録が必要です)



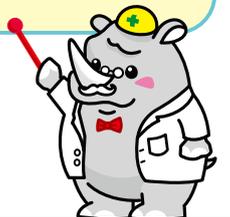
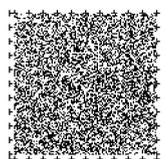
### パソコンからの登録



### 携帯電話・スマートフォンからの登録



迷惑メール防止機能を設定されている方は、下記のドメインからのメールを受信できるように設定してください。  
mlmaster@info.cous.jp



# 甲府市ホームページ・アプリによる情報提供



日ごろから、防災・防犯情報をホームページに掲載しています。  
災害時には、トップページの目立つ場所に掲載し、随時、災害情報を提供していきます。



いざという時に備えてインターネットの「お気に入り」やスマートフォンの「ブックマーク」登録をしておきましょう。

【甲府市公式ホームページ】  
<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/index.html>



## 甲府市防災ポータル

市の避難情報や避難所開設情報など、防災に関する情報をリアルタイムに掲載されるWEBサイトです。



<https://kofu-city.my.salesforce-sites.com/>

## 甲府市防災アプリ

災害時はもちろん、平常時から防災に関する情報収集などにご利用いただけますので、ぜひご活用ください。



<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/bosaitaisaku/bousaiapuri.html>

## 甲府市公式X(旧Twitter)(エックス)、Facebook(フェイスブック)

登録をしておくと、市ホームページに掲載した情報が自動的に送られてきます。  
市ホームページからアクセスできます。

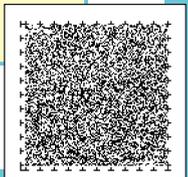
平常時は市ホームページの  
新着情報、観光情報  
などを配信しています。



甲府市公式Facebook



甲府市公式X(旧Twitter)



● X(旧Twitter) は米国および、その他の国における X Corp. の登録商標です。● Facebook は Facebook, Inc. の登録商標です。

# コミュニケーションで備える!

日ごろから家族や隣近所の人たちと防災について話し合ったり、高齢者や障がいをお持ちの方などの支援について考えておきましょう。

## 家族会議をしよう!

安否確認方法や、集合場所、また、家族の役割分担を決めましょう。

- 家族や知人との安否確認方法や避難先
- 非常持ち出し品の準備と、災害時の持ち出し担当
- 火の始末の担当
- 電気のブレーカーを落とす担当
- ガスの元栓を締める担当
- 家の戸締りを行う担当

そのほかにも災害時に注意することを、家族で確認しましょう。



### 学校等との連絡方法の確認も!

子どもが通う幼稚園・保育園・小中高等学校等との災害時の連絡方法も、あらかじめ確認しておきましょう。

## 災害時の安否確認方法



災害用伝言板はNTT東日本・NTT西日本のほか、携帯電話各社でも災害時に提供しています。詳しくは各携帯電話上のwebサイトトップ画面からアクセスし、ご覧ください。※毎月1日、15日などに体験日が用意されています。

## 避難所まで散歩をして、位置や距離、時間を確認する

いざ避難となった時にすぐ避難所に行けるように、日ごろから散歩をしながら位置や距離、かかる時間を天気や昼夜による違いも体感しながら確認しましょう。

動画を視聴しよう!

避難所さんぽのススメ



※端末の種類によっては視聴できない場合があります。



## 地域の防災活動に参加しよう！

大規模災害が発生したときは、地域住民が連携・協力して防災活動に取り組む必要があります。地域の自主防災組織は、「自分たちの地域は自分たちで守る」という精神のもと、災害による被害を予防し、軽減するための活動を行っています。

日ごろから、自主防災組織の防災活動に参加しましょう。なお、毎年11月第2週の日曜日は、甲府市総合防災訓練の日です。地域ごとの会場で、避難訓練、初期消火訓練、炊き出し訓練、避難所運営訓練などを行いますので、積極的に参加し災害に備えましょう！



### 甲府市防災リーダー

甲府市防災リーダーは、防災に強いまちづくりを担う人材で「防災リーダー指導育成研修会」の修了者を甲府市防災リーダーとして登録しています。地域の自主防災組織の育成や強化に寄与することを目的とし、習得した知識や技能の普及に努めたり、災害時には、応急活動の支援などの役割を担います。



## 要配慮者を支援しよう！

要配慮者とは、高齢者、障がいをお持ちの方、妊婦、乳幼児や外国人など、災害時に支援を必要としている方です。要配慮者は、災害情報の収集方法や避難の遅れなど、多くの不安を抱えています。日ごろから近所の要配慮者へ声をかけ、いざというときは避難の手助けをしましょう。市では、要配慮者のうち、特に避難支援などを必要とする方々の名簿（避難行動要支援者名簿）を作成しています。

**避難行動要支援者名簿は2種類あります。**

- ①平常時から自主防災組織等に情報を提供することに同意した方の名簿
- ②災害発生時に名簿掲載対象者の同意の有無に関わらず、法令に基づき自主防災組織等に提供される名簿

### 避難行動要支援者名簿

#### 平常時の名簿情報提供に同意した方

自主防災組織等に、平常時から名簿を配布し情報共有する。

#### 平常時の名簿情報提供に同意しない方、同意・不同意の回答のない方

災害発生時には、同意の有無に関わらず、避難支援等の実施に必要な限度で名簿情報を提供し、共有する。

情報の提供に同意をいただいた方々の名簿情報は、自主防災組織等で共有し、避難支援方法の検討や支援に必要な資機材等の準備、地域の防災訓練などに活用してください。

※個人情報の取扱いには十分な注意が必要です。



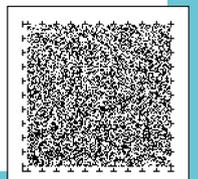
身体の不自由な方

高齢者

外国人

妊婦

子ども



# 非常持ち出し品・備蓄品を備える!



避難時に素早く持ち出せる「非常持ち出し品」を用意しておきましょう。  
物資が不足する場合がありますので、備蓄品の準備も大切です。  
また、定期的に中身の確認をしましょう。



両手が使えるリュックなど背負えるものに入れて避難しましょう

## 非常持ち出し品 (例)

- 飲料水(500ml×2本×家族人数分)
  - 携行食けいこうしょく(調理不要な非常食×3食×家族人数分)  
(アルファ米、ビスケット、チョコレート、栄養補助食品等)
  - トイレットペーパー・ティッシュ・  
ウェットティッシュ
  - 携帯ラジオ
  - 懐中電灯
  - 乾電池・モバイルバッテリー
  - ビニール袋・ポリ袋
  - タオル・下着(できれば使い捨て)・靴下
  - 使い捨てカイロ
  - 保険証のコピー・メモ用紙・筆記用具
  - 現金(小銭を用意)
  - 万能ナイフ
  - 食品包装用ラップ
  - 歯ブラシ
  - マスク・ばんそうこう
  - レジャーシート
  - プラスチックコップ・紙皿
  - 折りたたみ傘・雨合羽
- (必要な人は)
- 処方薬・常備薬
  - お薬手帳
  - おむつ・離乳食・乳児用ミルク(スティックタイプ)
  - 衛生用品・生理用品
  - 入れ歯・コンタクトレンズ・眼鏡
  - 感染症対策用品(マスク・体温計など)



いざという時に、  
すぐ持ち出しができるよう、  
保管場所を  
確認しておきましょう。



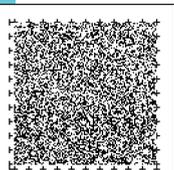
- 運転免許証
- 健康保険証
- お薬手帳
- 年金手帳
- 印鑑
- 家族の写真
- 貯金通帳

### 避難時の服装(例)

玄関の近くに保管するように  
心がけましょう。



- ヘルメット  
または防災頭巾
- 動きやすい服装
- 履きなれた  
底の厚い靴
- 軍手
- 笛





自宅で避難する場合に必要なものを7日分用意しましょう

### 備蓄品 (例)

#### 食料

- 飲料水 (1人1日3ℓ×7日分×家族人数分)
- 主食 (レトルトご飯、麺、切り餅など)
- 主菜 (レトルト食品)
- 野菜ジュース
- 加熱せずに食べられる物  
(かまぼこ、チーズなど)
- 菓子類 (チョコレートなど)
- 栄養補助食品

#### 生活用品

- 生活用水 (風呂の残り湯)
- 救急箱
- ティッシュペーパー
- トイレトペーパー
- ウェットティッシュ
- 使い捨てカイロ
- ライター
- ポータブルバッテリー
- ゴミ袋、大型ビニール袋、  
ビニール袋
- 携帯ラジオ
- 軍手
- 懐中電灯
- 乾電池
- 簡易トイレ  
(必要な人は)
- 生理用品
- 哺乳瓶
- 補聴器

### その他

個々に必要なものを記入しておきましょう



動画を見てみよう!



## 私の防災バッグの 中身を 紹介します!

(例として紹介しています)



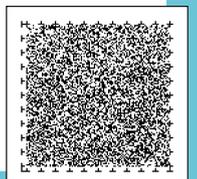
※端末の種類によっては視聴できない場合があります。



日ごろから消費している食料品や生活必需品を使った分補充する「ローリングストック」なら、常に非常食の準備ができます。



日常の食事で古い物から消費



# ペットを守る災害対策

突然起こる自然災害。ペットを守ることができるのは、飼い主です。

飼い主がペットとともに災害を乗り越えるためには日ごろからの心構えと備えが必要です。

## 同行避難ができます

災害発生時にペットと一緒に指定避難所へ避難することを「同行避難」といい、市では同行避難を可能としておりますが、「同行避難」は人とペットが同一の空間で居住することを意味するものではありませんので、避難者とは別の場所に避難することになります。

ペットの避難する場所については、各指定避難所の避難所運営委員で協議して決めることとなっています。ただし、視覚障がい者の盲導犬については、分けて避難することができないため、一般の避難者と別のスペースを確保することとしています。

## しつけと健康管理

### 基本的なしつけ

#### 犬の場合

- 「待て」「おいで」「おすわり」「伏せ」等
- 不必要に吠えない
- 人や他の動物を怖がったり攻撃的にならないようにならす
- 決められた場所での排泄

#### 猫の場合

- 人や他の動物を怖がらないようにならす
- 決められた場所での排泄
- できるかぎり室内で飼う(災害時行方不明になるのを防ぐ)

### 日ごろの健康管理

#### 犬の場合

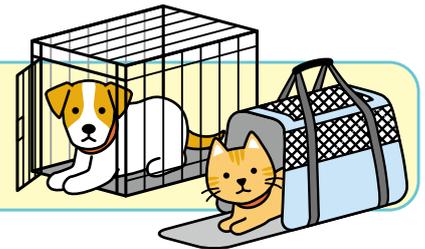
- 狂犬病予防接種(義務)
- 各種ワクチンの接種
- 犬フィラリアやノミ・ダニなどの寄生虫予防、駆除
- シャンプーやトリミングで身体を清潔に保つ
- 必要に応じて不妊去勢措置

#### 猫の場合

- 各種ワクチン接種
- 寄生虫の駆除
- 必要に応じて不妊去勢措置

### ケージやキャリーバッグに慣らす訓練を

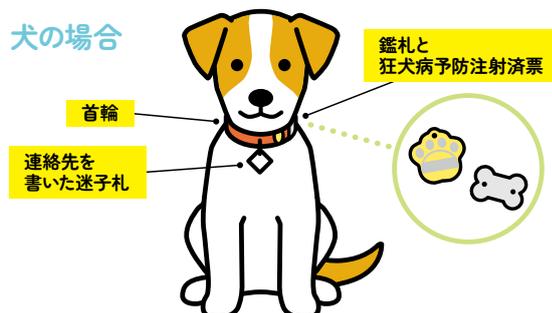
ケージやキャリーバッグを「安心できる場所」にしておくことで、災害発生時の逃げ場になり、また、避難所生活でのペットにかかるストレスを軽減させることができます。



## ペットが行方不明にならないために

やむを得ずペットを残して避難したり、ペットとはぐれてしまった場合にも、飼い主のもとに戻れるよう、所有者を明示しておきましょう。

### 犬の場合



### 猫の場合

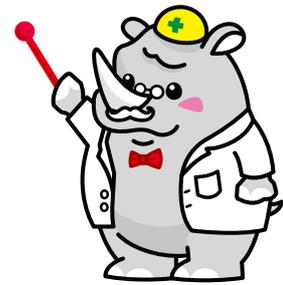


# 甲府市の指定避難所の備蓄品

甲府市の指定避難所の備蓄品は、地域住民の人数を踏まえたうえで備蓄しています。

## 備蓄品一覧

- 感染症対策備品セット（手指消毒用アルコール・マスク・非接触型体温計・フェイスシールド など）
- 避難所開設セット  
（文房具・様式類〔避難所記録用紙、避難者名簿、避難所状況報告書 など〕・小型ラジオ など）
- 備蓄米・ライスクッキー ● 飲料水
- 間仕切りセット ● 毛布（ブランケット） ● 避難所用マット
- 発電機 ● 投光器 ● 組立式トイレ
- ガソリン缶 ● 炊出用コンロ ● 鍋
- やかん ● リヤカー ● 浄水機
- 担架 ● 拡声器 ● 粉ミルク
- おしりふき ● 使い捨て哺乳瓶 ● 授乳室用テント
- 紙おむつ（新生児用・S・M・L・ビッグサイズ・成人用）
- 授乳用ベッド ● 高齢者用のトイレ（手すり、背もたれ付き）
- 要配慮者用のトイレ（車椅子用）



## 甲府市の備蓄倉庫



感染症対策備品セット



発電機



組立式トイレ

