



もしもに備えて 避難について考えてみよう



なんこく防災くん なんこく頭巾ちゃん

避難ってなに？

避難とは



災害から生命や財産などを守るために、安全な場所に移動することです。
例えば、市が設ける避難所や親戚または知人宅へ行くことがあげられます。
また、自宅が地震の揺れや津波の影響のない場合自宅で避難生活を送ることを在宅避難といいます。



避難所ってどんなところ？

避難所とは



災害によって住宅が被害を受けた場合などに、一定の間、避難生活を送るために設けられる施設のことです。
避難所は、住宅を失った人のほか、帰宅できない人なども利用することになります。ライフラインの寸断によって、自宅で食事の準備ができない人などを支援する拠点にもなります。



在宅避難の場合、住み慣れた環境で避難生活を送ることができます。住宅の耐震改修、家具の固定など事前に行うことをやりましょう。



避難所の運営はだれがするの？

避難所運営



避難所運営の主役は、地域の皆様です。
南海トラフ地震のような広域的大規模な災害が発生した場合、市役所などの公的な機関は、人命最優先の対応を迫られ、避難所の運営まで手が回らない事例が報告されています。
こうした状況の中でも、地震による揺れや津波から助かった命をつなぐためには、被災者全員が協力して避難所を開設し運営する必要があります。
お住まいの地区で避難所運営訓練が実施されるときは、積極的な参加をお願いします。

みなさんをお願いしたいこと

ポイント1
POINT

家庭に合わせて
必要になるものを備蓄



生活で必ず必要となるもの、『飲料水（1人1日3ℓ）、食料、非常用トイレ（1人1日5回分）』は必ず備蓄しましょう。他には、家族の年齢・アレルギー、疾患など家庭に合わせて以下を参考に備蓄しておきましょう。

- 介護食 □薬 □粉ミルク
- トイレットペーパー
- 紙おむつ □おしりふき
- カセットコンロ □生理用品
- ランタン □乾電池

ポイント2
POINT

簡単！すぐできる！
ローリングストック



個人備蓄には、災害用に作られた食料や飲料水以外にも、普段の暮らしの中で使用している食料品や生活用品を少し多めに購入し、使った分だけ補充する方法『ローリングストック』もあります。
ローリングストックで無駄なく3日分以上の備蓄ができます。



ローリングストック

家具を固定して、地震の揺れから身を守りましょう！

阪神・淡路大震災では、家具が倒れることが原因で多くの方が亡くなっています。

南国市では、家具転倒防止など安全対策を行う場合に経費の一部を補助しています。これを機会に、地震に備えて家具をしっかり固定しましょう。

■対象者／南国市に在住している方であればどなたでも受けられます。
（南国市税および高知県税の滞納のない方）

■対象家具／タンス、食器棚、冷蔵庫など

■補助額／3万2千円以内

■募集期間／令和5年4月1日～令和6年3月31日

※申請日より次年度対応になることがあります。

■申請方法／詳しくはホームページをご覧ください。市で申請書を受理した後、南国市が委託している業者が日程調整・取付に伺います。



▲ホームページはこちら



タンスにL字金具



冷蔵庫に鎖式金具

■問い合わせ／危機管理課 ☎088-880-6575