



# 高齢者あんしんセンターくろさわたより

## 防災の話

中居小学校区は、浸水や土砂崩れの危険性はないエリアですが、用水路など身近な危険個所の把握をしておきましょう！  
 例えば、用水路、道路のアンダーパス、地下街、地下室、自動販売機、古いブロック塀、狭い路地など。  
 避難時は、こういった場所を避けるようにしましょう。

### 🕒 避難のタイミング → **避難指示が出たら必ず避難！**

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保※1
< 警戒レベル4までに必ず避難！ >			
4	災害の おそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示 (注)
3	災害の おそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※2	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化 のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)

### 🚶 避難先

避難指示あり ⇒ 自宅が安全で十分な備蓄がある場合は、自宅待機。  
 安全な場所に住んでいる親戚や知人がいる場合は、  
 明るく安全なうちに避難を。日頃からの相談が大切です。  
 自宅や親戚・知人宅での避難が難しい場合は、  
 指定避難所に避難しましょう。

中居小学校区は **中居小学校** か **佐野中学校** が最寄りです。

避難指示なし ⇒ テレビやラジオで情報をとりながら、待機する。  
 不安な場合は安全な所に住んでいる親戚や知人  
 宅へ避難する。

💡 避難が必要な状況で、自力での避難できない場合は・・・

**高崎市の災害専用電話 ☎027-321-5000**

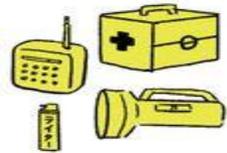
に電話をしてください。市の公用車またはバスが迎えに来ます。  
 ※災害専用電話は、災害の危険がある時に開設します。

# みなさん、非常持ち出し袋は準備していますか？



## 非常用持ち出し袋の確認

避難時に最小限必要なものを防災バックへ。  
自分に必要なものを選んで準備しましょう。



### 防災バック

- |                               |                                      |                                |                                |
|-------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水  | <input type="checkbox"/> 菓子類(グミなど)   | <input type="checkbox"/> 衣類    | <input type="checkbox"/> くすり   |
| <input type="checkbox"/> 食べ物  | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ       | <input type="checkbox"/> ヘルメット | <input type="checkbox"/> 救急箱   |
| <input type="checkbox"/> ナイフ  | <input type="checkbox"/> スマホ用充電器     | <input type="checkbox"/> 軍手    | <input type="checkbox"/> 保温シート |
| <input type="checkbox"/> 缶切り  | <input type="checkbox"/> スマホ用予備バッテリー | <input type="checkbox"/> スリッパ  | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> 乾電池  | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー   | <input type="checkbox"/> ゴミ袋   |                                |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ     |                                |                                |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> ロウソク        |                                |                                |
| <input type="checkbox"/> 耳栓   | <input type="checkbox"/> ライター        |                                |                                |
| <input type="checkbox"/> タオル  |                                      |                                |                                |
| <input type="checkbox"/> ロープ  |                                      |                                |                                |

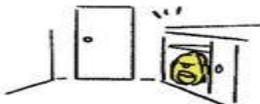


### 必需品

- |                                |                             |
|--------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳  | <input type="checkbox"/> 現金 |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> 印鑑 |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書 |                             |
- 

### コロナ対策の ための必需品

- |                                   |                              |
|-----------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> マスク      | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 |                              |



すぐに持ち出せるように、玄関の近くや寝室、  
車の中など、**わかりやすい場所**に置いておきましょう。

出典：JVOAD公式サイト

### 💡ポイント

- ・両手が使えるリュックサックタイプの袋にまとめるのがおすすめです。
- ・必要な物の優先順位を決めて、軽くコンパクトにまとめましょう。
- ・自分や家族に必要なものを選びましょう
- ・定期的に中身の確認をしましょう。

### 【お問い合わせ】

高齢者あんしんセンターくろさわ  
高崎市中居町3丁目20-8  
☎027-353-2333  
担当職員：木暮秀美 田村恵美 西澤史帆

