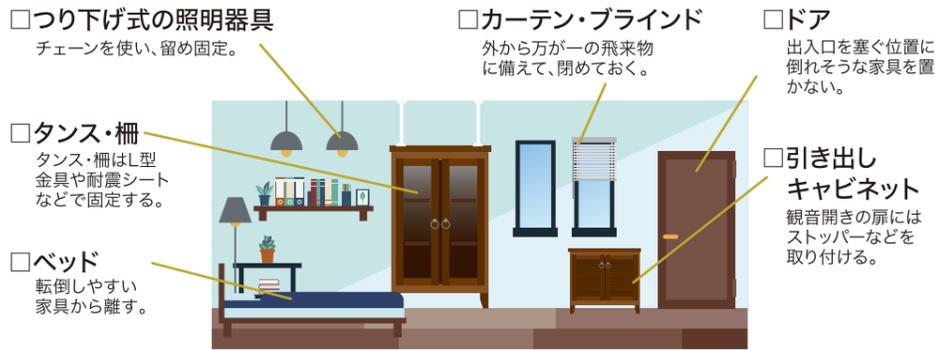


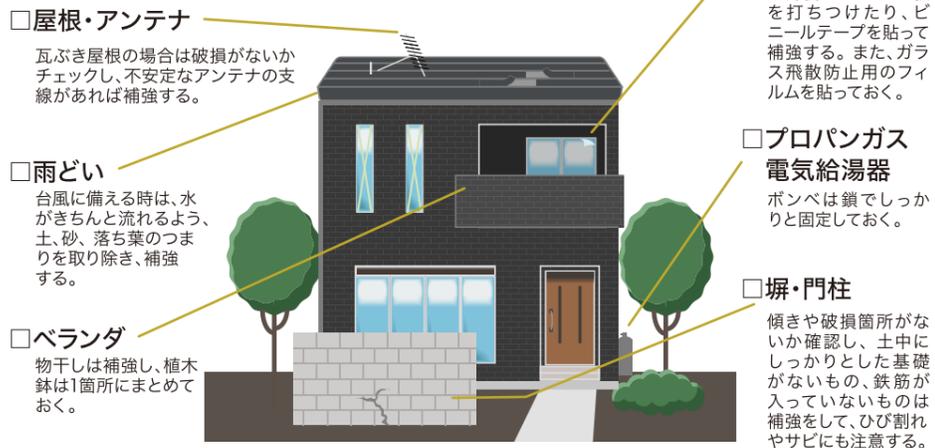
# 行動マニュアル

## ▶ 家の危険箇所をチェックしましょう

**家の中** 防災対策の第一歩は、まず家の中の安全チェックから始めましょう!



**家の外** 家屋の傷みや自宅周辺の自然環境を知って災害に備えましょう。



## ▶ 非常持出品などをチェックしましょう

**準備のポイント**

- 災害時に最初に持ち出す**非常持出品**と、復旧するまでの数日間を支える**非常備蓄品**に分けて準備しましょう。
- 乳幼児がいる家庭はミルクや離乳食、要介護者がいる家庭は補助具など、**各家庭の事情に合わせて**準備しましょう。
- **必要最低限の荷物**をかさばらないようコンパクトにまとめ、玄関や勝手口など**すぐ持ち出せる場所**に保管しましょう。
- 災害発生直後は、支援物資が十分に期待できないため、**非常備蓄品は最低3日分、推奨1週間分を各家庭で準備**しましょう。
- 一度準備をして安心せずに、食品や飲料水は**賞味・消費期限を随時チェック**して入れ替えましょう。

### ◆非常持出品チェックリスト ※災害発生時、最初に持ち出すもの

- 懐中電灯**  
できれば一人にひとつずつ準備し、予備の電池も準備しましょう。懐中電灯には発電式のものもあります。
- 貴重品**  
現金、通帳、印鑑、パスポートなどを準備しましょう。現金は、小銭があると便利です。
- 非常食**  
缶詰やカンパンなどの火を通さずに食べられるものにしましょう。水はペットボトル入りのものが便利です。
- 携帯ラジオ**  
小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるものがよいです。最近では手動で充電できるものもあります。
- 救急医療品**  
傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、個々の常備薬を準備しましょう。
- その他**  
軍手、ナイフ、ティッシュ、下着、ヘルメット、携帯電話のバッテリーなどを、自分で必要と感じるものを準備しましょう。

### ◆非常備蓄品チェックリスト ※復旧するまでの数日間を支えるもの

- 水**  
飲料水は大人1人あたり1日3リットルが目安となります。水の配給を受けるためのポリ容器もあれば便利です。
  - 食料**  
缶詰やレトルト食品などの非常食を準備しましょう。高齢者や子ども、アレルギー体質者などそれぞれに合った食料を多めに準備しておくといえます。
  - 燃料・工具**  
卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベ、ロープ、ハサミ、のこぎりなどを準備しましょう。
  - その他**  
毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、マスク、シート、照明器具、筆記用具など、自分で必要と感じるものを準備しましょう。
- ※衣類などは季節や家庭の状況によって必要なものは変わります。家族で話し合って準備をしておきましょう。

## ▶ おおた安全・安心メールに登録を!

登録すると防災・防犯情報などが配信されます。

### 配信する内容

- ①災害情報(火災情報など)
- ②防災情報(気象・地震情報や避難情報)
- ③防犯情報(不審者情報など)
- ④お知らせ(①~③以外で、安全・安心のため、市民の皆さまに広くお知らせしておくことが適当な情報)

### 携帯電話からの登録方法

- ①二次元コードを読み取り、空メールを送信する。
- ②返信メールから以下のように設定する。



### パソコンからの登録方法

- ①下記アドレスに空メールを送信する。  
bousai.ota-city@raid2.ktaiwork.jp
- ②画面に表示された URL にアクセスする。
- ③画面内容をお読みになって、登録してください。

## ▶ 災害情報の入手先

### ◆避難のときのポイント

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、適切な避難行動をとりましょう。

- ①安全な場所にいる人まで避難所に避難する必要はありません。在宅避難(2階への垂直避難など)も検討しましょう。
- ②市が指定する避難所以外への避難も検討しましょう。安全な地域に住む親戚・知人宅に避難することも考えておきましょう。
- ③避難所へ避難するときは、水・飲料・毛布などの日用品や、マスク・消毒液・体温計などをできるだけ持参しましょう。
- ④豪雨時の屋外の移動は、車も含め非常に危険です。早めの避難行動をとりましょう。やむを得ず車中避難する場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認してください。
- ⑤日頃から太田市防災マップや市ホームページなどで避難所を確認しておきましょう。

### ◆避難所の開設状況や混雑状況の確認

災害時、避難所の開設状況・混雑状況をスマートフォンやパソコンから確認できます。スマートフォンでは位置情報機能をオンにすることで、現在地から近い避難所を表示します。太田市では開設している避難所であれば、お住いの地区に関係なく、どこでも避難することができます。地区にこだわらず、混雑状況を見ながら、行きやすい避難所に避難してください。

太田市避難所開設状況URL <https://ota.hinanjo.dmacs.jp>  
※7カ国語に対応しています。



### ◆気象情報などの確認先

- **気象情報**  
気象庁ホームページ <https://www.jma.go.jp>  
天気・気象情報サイト(日本気象協会) <https://tenki.jp>
- **県内の防災情報**  
群馬県防災ポータルサイト <https://gunma.secure.force.com>
- **河川の水位情報**  
国土交通省 川の防災情報 <https://www.river.go.jp>  
かわみるぐんま <https://suibou-gunma.jp/#/>
- **テレホンサービス**  
前橋地方気象台 / ☎ 027-223-2280
- **ラジオ**  
FM TARO 76.7MHz FM GUNMA 86.3MHz  
NHK-FM 81.6MHz NHK第1 (AM) 594KHz
- **NTT 災害用伝言ダイヤル 171**  
171 をダイヤル後、ガイダンスに従って利用してください。

