

防災通信

No.46号

2026年3月1日

県ドリームハイツ防災隊 教育広報部

TEL&FAX 045-851-2596

地震に備えてイメージしておこう

地震が起きてから「どうしよう?」では遅いのです。「いま地震が起こったら…?」
あらゆる場所で、日頃からのシミュレーションが必要です。

大地震発注

室内

その場に合った身の安全を身に付けましょう
揺れている間は自分の身を守る行動を



危険の少ない場所で落下物などから身を守る
クッションやカバンなどで頭を保護する
2回目以降の地震(余震)にも備える
地震の揺れで目が覚めた際に立ち上がると危険
揺れが収まるまでは、布団の中に潜り込む
ベッドの下に入るなどして安定した姿勢を
すぐに枕、クッション、布団をかぶって頭を保護

(就寝時)

野外

建物や立看板、ブロック塀などから
離れましょう

地震・屋外
避難行動



避難時の心得

火の元の確認
ブレーカーを落とす
「避難済」札を貼る

安全を確認する



揺れが収まったら、火の元を確認し、ガスの元栓を閉める
 火災が起こっている場合は落ち着いて消火
 空気を断つ為にドアを閉められる場合は閉めましょう
 窓や扉が開かなくなる事があります。
 出口を確保

足元が危険？ 靴、スリッパ等を履く
 自宅の安全が確認出来たら(5分後ぐらい)

「避難済」札を玄関ドアに貼って(安否確認の為)

隣り近所の安否確認をしながら**いつとき避難所へ**

いつとき避難場所で班長が安否確認作業と並行してトイレが
 使用出来るかの確認(汚水管破断確認)

所在確認出来ないお宅(札なし)の確認を班長指示で上階から

班長は「安否確認シート」を完成させて防災幹事に
 防災幹事は「安否確認シート」を集計して本部に報告



災害対策本部からの指示により自宅に戻り、後片付けそして**在宅避難へ**



汚水管破断確認

- 棟長が鍵
- 色水
- マンホール蓋
- 開けフック
- (電気室にあり)

蓋の色

青	雨水
白	生活水
黄	汚水

重 要

横浜市内で震度 5 以上の地震が発生した時、ドリームハイツは災害対策本部を
 集会所内に設置します。
 地震火災の原因 6 割以上が停電から電気が復旧した時に発生する「通電火災」
 現在の都市ガスは震度 5 相当を感知したら自動で止まります