

# 非常持出品・備蓄品

非常持出品を準備しておきましょう

すぐに避難できるように最低限必要なるを非常持出品として準備しておきましょう。非常持出品は、両手の空くリュックサックが便利です。重すぎないかどうか、背負ってみましょう。

非常持出品袋（リュックサックなど）に入れておくもの

飲料水	非常食	貴重品	救急用品・医療
<input type="checkbox"/> 飲料水 	<input type="checkbox"/> 非常食 	<input type="checkbox"/> 貴重品 	<input type="checkbox"/> 救急用品・医療 

その他

<input type="checkbox"/> ホイッスル（笛） <input type="checkbox"/> 厚手の手袋（軍手） <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 衛生用品・マスク <input type="checkbox"/> 携帯ナイフ・缶切り	<input type="checkbox"/> ヘルメット、防災ずきん <input type="checkbox"/> 雨具、防寒具、保温シート <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ＋予備電池 <input type="checkbox"/> タオル、ハンカチ <input type="checkbox"/> 簡易食器（割り箸、紙皿） <input type="checkbox"/> 生理用品	<input type="checkbox"/> 底の丈夫な靴 <input type="checkbox"/> 衣類（上着・下着・靴下） <input type="checkbox"/> 懐中電灯＋予備電池 <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ <input type="checkbox"/> ロソク、ライター <input type="checkbox"/> 石鹸、ドライシャンプー <input type="checkbox"/> 家族やペットの写真	<input type="checkbox"/> 携帯電話のモバイルバッテリー <input type="checkbox"/> クレットティッシュ <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> ローソク、ライター <input type="checkbox"/> 石鹸、ドライシャンプー <input type="checkbox"/> 家族やペットの写真
---	---	--	--

家族構成や世帯事情に応じて必要なもの

乳幼児	妊婦	高齢者	疾患のある方	ペット	その他
<input type="checkbox"/> 離乳食 <input type="checkbox"/> 粉ミルク・液体ミルク <input type="checkbox"/> おむつ <input type="checkbox"/> おしりふきなど	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳 <input type="checkbox"/> 脱脂綿 <input type="checkbox"/> ガーゼ <input type="checkbox"/> 新生児用品など	<input type="checkbox"/> 入れ歯 <input type="checkbox"/> 介護食 <input type="checkbox"/> 大人用おむつなど	<input type="checkbox"/> 主治医連絡先 <input type="checkbox"/> 持病薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳など	<input type="checkbox"/> リードケージ <input type="checkbox"/> トイレ用品 <input type="checkbox"/> ペットフードなど	<input type="checkbox"/> メガネ <input type="checkbox"/> コタクトレンズ <input type="checkbox"/> 補聴器など

備蓄品を準備しておきましょう

災害発生から数日は、普段通りに買い物ができないことが考えられますので、自分や家族の生活必需品を日頃から十分準備しておくで安心です。

非常用備蓄品

日頃の買い置き	7日分以上の食料	7日分以上の飲料水	トイレ用品	燃料
<input type="checkbox"/> 保存性のよい食料や水を買置きし、消費したら買い足す（ローリングストック方式）	<input type="checkbox"/> 水を加えて食べられる米（アルファ化米）、缶詰、乾パン、インスタント・レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど	<input type="checkbox"/> 大人1人当たり1日3リットル	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ、汚物保管用容器、トイレ袋、トイレトペーパー	<input type="checkbox"/> カセットコンロ、ガスボンベ、固形燃料 <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋 <input type="checkbox"/> 食品用ラップフィルム <input type="checkbox"/> ボリタンク

ローリングストック方式  
賞味期限切れになってしまいう前に消費する、経済的な方法です。

消費する  
置いておく  
買ってくる  
いつも食べてるものだから、もしものときに元気が出るね！

# 避難所について

洪水・土砂災害のおそれがあるときに開設される避難所

洪水・土砂災害ハザードマップで場所や名称、開設の順番などを確認しましょう 6・7面参照

その他の避難所

大災害時には、原則No.①～⑩の全ての避難所が開設されます。洪水・土砂災害ハザードマップで場所を確認しましょう 6・7面参照

No.	避難所名	所在地	ペット利用
①	西宮浜小学校	西宮浜4丁目3番12号	○
②	高須小学校	高須町1丁目1番41号	○
③	鳴尾小学校	鳴尾町5丁目4番6号	○
④	鳴尾東小学校	笠原町30番50号	○
⑤	甲子園浜小学校	古川町1番65号	○
⑥	南甲子園小学校	南甲子園3丁目9番16号	○
⑦	用海小学校	用海町3番54号	○
⑧	浜脇小学校	浜脇町5番48号	○
⑨	香植園小学校	中浜町3番32号	○
⑩	県立西宮香風高等学校	建石町7番43号	○

No.	避難所名	所在地	ペット利用
⑪	西宮浜中学校	西宮浜4丁目2番31号	○
⑫	西宮浜公民館	西宮浜4丁目13番1号	○
⑬	県立西宮南高等学校	高須町2丁目1番43号	○
⑭	高須小学校	高須町2丁目1番44号	○
⑮	高須中学校	高須町2丁目1番48号	○
⑯	高須公民館	高須町2丁目1番35号	○
⑰	鳴尾中学校	甲子園八番町1番26号	○
⑱	浜甲子園中学校	古川町2番60号	○
⑲	市立西宮東高等学校	古川町1番12号	○
⑳	鳴尾公民館	鳴尾町1丁目8番2号	○
㉑	鳴尾東公民館	東鳴尾町1丁目9番1号	○
㉒	鳴尾体育館	上田町4番43号	○
㉓	浜甲子園センター	桜川町19番10号	○
㉔	鳴尾センター	笠原町19番1号	○
㉕	小松小学校	小松町1丁目3番59号	○

本マップに掲載した地図の一部は国土院地理院長の承認を得て、同院発行の基礎地図情報を使用した。（承認番号 平 30 譲 第 783 号）

# 避難所へ避難する際の注意点

**注意点1** **自宅に近い開設される避難所を確認**

避難所は災害の種類や状況によって、開設されるタイミングや場所が異なります。自宅の近くなどの避難しようと思う避難所がどの災害で開設されるか確認しておきましょう。

**注意点2** **食料、飲料水、衣類など最低限必要なものを準備・持参**

避難所の備蓄品には限りがあります。また、家族構成や世帯の事情等に応じて、必要なものが異なります。数日間を避難所まで過ごすために最低限必要なものは各自で持参しましょう。

**注意点3** **避難経路の安全を確認**

大雨の中や浸水している経路を通って避難することは危険です。避難経路の安全を十分に確認し、避難を開始しましょう。

# ペット（動物）のための防災

● **鑑札、迷子札、写を用意しておきましょう**  
 大切な犬や猫が迷子にならないために、日頃から鑑札や名札、マイクロチップなど飼い主を捜す手がかりになるものをつけておくことが大事です。

● **ペットフードや水、トイレ用品を用意しておきましょう**  
 避難所へペットと一緒に避難する場合は、人とペットのスペースは別になり、ペットの世話には飼い主の責任になります。ペットのための防災用品を備えましょう。

● **避難所ではペットケージ、リード、ハーネスを！**  
 動物が苦手な人、アレルギーの人もあります。お互いに気持ちよく過ごすために、マナーを守りましょう。

3

# 西宮市 命を守る防災マップ

保存版 平成31年度版

**いざというときの連絡先 0798-35-3456**  
西宮市災害対策本部（災害時のみ使用）

警察署	西宮警察署 0798-33-0110 甲子園警察署 0798-41-0110 西宮市消防局 0798-26-0119 西宮消防署 0798-23-0119 西宮消防署北夙川分署 0798-74-0119 鳴尾消防署 0798-49-0119 鳴尾消防署浜分署 0798-22-0119 瓦木消防署 0798-63-0119 瓦木消防署甲東分署 0798-54-0119 北消防署 0797-61-0119 北消防署山口分署 078-904-0119	津田町 3-3 甲子園七番町 11-14 池田町 13-3 津門大塚町 1-38 松風町 4-4 古川町 2-12 西宮浜 3丁目 5 高木東町 15-11 上ヶ原一番町 1-64 名塩新町 7-1 山口町下山口 4丁目 1-20
消防局 消防署	0798-33-0110 0798-41-0110 0798-26-0119 0798-23-0119 0798-74-0119 0798-49-0119 0798-22-0119 0798-63-0119 0798-54-0119 0797-61-0119 078-904-0119	
ライフライン	水道 西宮市上下水道局 受付時間 0798-32-2201 電話受付センター 平日 (8:45 ~ 20:00) 0797-61-1703 土日祝 (8:45 ~ 17:30) 078-904-2481	
電気 関西電力(株) 0800-777-3081 ガス 大阪ガス(株) 0120-7-19424 電話 NTT西日本 一般電話からは 113 携帯電話・PHSからは 0120-444-113		

**災害用伝言ダイヤル 171**  
 災害時には電話が繋がりにくくなります。「災害用伝言ダイヤル171」に電話をかけると、伝言の録音や再生ができます。

1 7 1 に電話する

1 伝言を残すには（録音方法）  
 ① 自宅や自分・家族（被災地内）の電話番号 → 伝言を残す

2 伝言を聞くには（確認方法）  
 ② 連絡を取りたい方（被災地内）の電話番号 → 伝言を聞く

**災害用伝言板**  
 NTT及び携帯電話会社各社が提供する「災害用伝言板」は、災害時インターネット接続が可能な場合に利用できます。

Web 171 (NTT)	ソフトバンク
URL https://www.web171.jp	URL http://dengon.softbank.ne.jp
NTT docomo	au (KDDI)
URL http://dengon.docomo.ne.jp	URL http://dengon.ezweb.ne.jp

※災害用伝言板は、大きな災害が発生したときに提供が開始されます。サービスの詳細については、NTT及び携帯電話会社各社の説明を参照してください。

4

# 命を守るための情報収集・避難

**ポイント** **積極的に情報を収集しよう**

災害発生時の危険が高まったときや、災害発生時には、様々な方法で情報が発信されます。（右記を参考）大切な情報を自ら入手できるよう、普段から確認しておきましょう。

# ポイント 状況・情報に応じて命を守る行動を

漫水が浅く、土砂災害の危険性が低いなど自宅等にどまれない地域の方  
**無理に外に出ない**

漫水が深い、土砂災害の危険性が高いなど自宅等にどまれない地域の方  
**早い段階で避難**

避難所へ避難するならば開設状況を確認

被害の可能性の低い地域へ早めに避難しましょう。親戚や知人宅などへの避難も選択肢の1つです。

# 避難を助ける情報

市は、災害が発生または予想され、市民のみなさんの生命または身体に危険が及ぶおそれがある場合に、避難勧告等を発令します。

避難情報	避難準備・高齢者等避難開始	避難勧告	避難指示（緊急）
みなさんの行動	避難準備をしてくださいます	逃げてくださいます	逃げろ!!!
○高齢者など、避難に時間がかかる人は避難所に向かう			
		○直ちに避難 ☆避難所まで行くのが危ない場合は、頑丈な建物の2階以上へ避難	

いざというとき避難などを判断・決断できるのはあなただけです。防災マップで、いざというときにしっかり動けるように、あなたや家族をイメージして考えておきましょう

**防災マップの使いかた**

1 災害時にどうなるかをイメージする  
自分の家や周辺の災害の危険箇所を確認しましょう

2 災害時にどうするかを考える  
どんな情報が出るかどこへ、どの経路で避難するかを確認しましょう

3 災害時に動けるように備える  
実際に避難先まで歩いたり、家族で確認しましょう

**避難先・集会所** 災害の種類ごとに避難先・集会所を確認し、記入しておきましょう。

大雨のとき 洪水・土砂災害	避難先・集会所	連絡先
地震のとき	避難先・集会所	連絡先
津波のとき	避難先・集会所	連絡先

**家族や大切な方の情報** ご家族や大切な方の連絡先を記入し、災害時にどのような対応となるか確認しておきましょう。

名前	連絡先
名前	連絡先
名前	連絡先
名前	連絡先

9

**情報の伝わり方** 複数使えるようにしておくで安心!

国土交通省 気象庁 兵庫県 西宮市

テレビ・ラジオ ホームページ にのみや防災ネット 緊急速報メール など  
 防災スピーカー  
 広報車・公用車 消防車両

積極的に情報収集! 市民

**西宮市ホームページ**  
 防災・災害情報を確認することができます。 URL https://www.nishi.or.jp/

**にしのみや防災ネット** 事前登録必要  
 「にしのみや防災ネット」にメールアドレスを登録しておくことで、災害時などに市から緊急情報（避難所開設情報など）が配信されます。

**緊急速報メール（エリアメール）** 登録不要  
 緊急情報が緊急速報メールに対応した携帯電話に配信されます。

**SNS**  
 Twitter (@nishinomiya\_sh) Facebook (フェイスブック) LINE @ (ライン) 7カクワミ nishinomiya\_sh 西宮市役所 7カクワミ 西宮市 ID @miyakko

**テレビのボタン**  
 データ放送に対応しているテレビでは、「ボタン」を押すことで、気象情報や災害情報を確認することができます。 ch サンテレビ 3ch など

**緊急告知ラジオ（さくら FM78.7MHz）**  
 緊急時には自動で電源が入り、防災スピーカー（防災行政無線）と同じ内容を最大音量で聞くことができます。 販売場所：市内各所 詳しくは市のホームページでご確認ください 緊急告知ラジオ

**防災スピーカー**  
 大きな音声やサイレンで防災・避難情報等を市民の皆様へ伝達します。放送が聞こえたら、慌てずテレビやラジオからの情報収集に努め、落ち着いて行動するように心がけてください。 防災スピーカーの放送内容を再確認 050-5578-2628（通話料有料）この番号に電話すると、放送してから24時間以内の直近の放送内容を再確認することができます。