

1 災害リスクを知る

- ① 私たちの身近には、どんな災害リスクがあるのか？ 1
- ② 長野県では、過去にどんな災害が発生しているのか？ 2
- ③ これから、どんな災害が起こり得るのか？ 4
- ④ ハザードマップに載っている情報とは？ 6
- ⑤ ハザードマップは、どこで手に入れられるのか？ 8

2 災害に備える

- ① なぜ、非常持出品・備蓄品は必要なのか？ 10
- ② 自宅を「安全な場所」にするには？ 12

3 防災情報を知る

- ① 「警戒レベル」とは？ 14
- ② 避難情報は、どのように伝えられるのか？ 16

4 避難行動を知る

- ① 災害時には、どんな避難行動をとるべきか？ 17
- ② 風水害時の避難で、注意すべきことは？ 18
- ③ 地震発生時の避難で、注意すべきことは？ 20

5 マイ・タイムラインをつくる

- ① 「マイ・タイムライン」とは？ 22
- ② マイ・タイムラインは、どうやってつくるのか？ 22

6 避難所での生活を知る

- 避難所生活で、気をつけることは？ 24

7 被災したときの対応を知る

- ① 被災したとき、最初にすべきことは？ 26
- ② 被災者には、どんな支援制度があるのか？ 27

8 地域の防災活動に参加する

- ① 自主防災組織は、どうして必要なのか？ 28
- ② 「県政出前講座」では、どんなことが学べるのか？ 29

9 要配慮者を支援する

- ① 「要配慮者」とは？ 30
- ② 要配慮者を支援するとき、気をつけることは？ 31

10 ボランティア活動に参加する

- ボランティアが、自分で準備すべきことは？ 32

11 覚えておきたい防災豆知識

33

「信州防災手帳」を見てくれて、ありがとう。
長野県危機管理部防災普及啓発担当の
防災ダックだ。
災害から大切な命を守るためには、みんなが
「自らの命は自らが守る、お互いに助け合う」
意識を持って、防災に取り組む
ことが大切なんだ。
これから、「信州防災手帳」で
自らの命を守るために大切なことを
伝えていく。



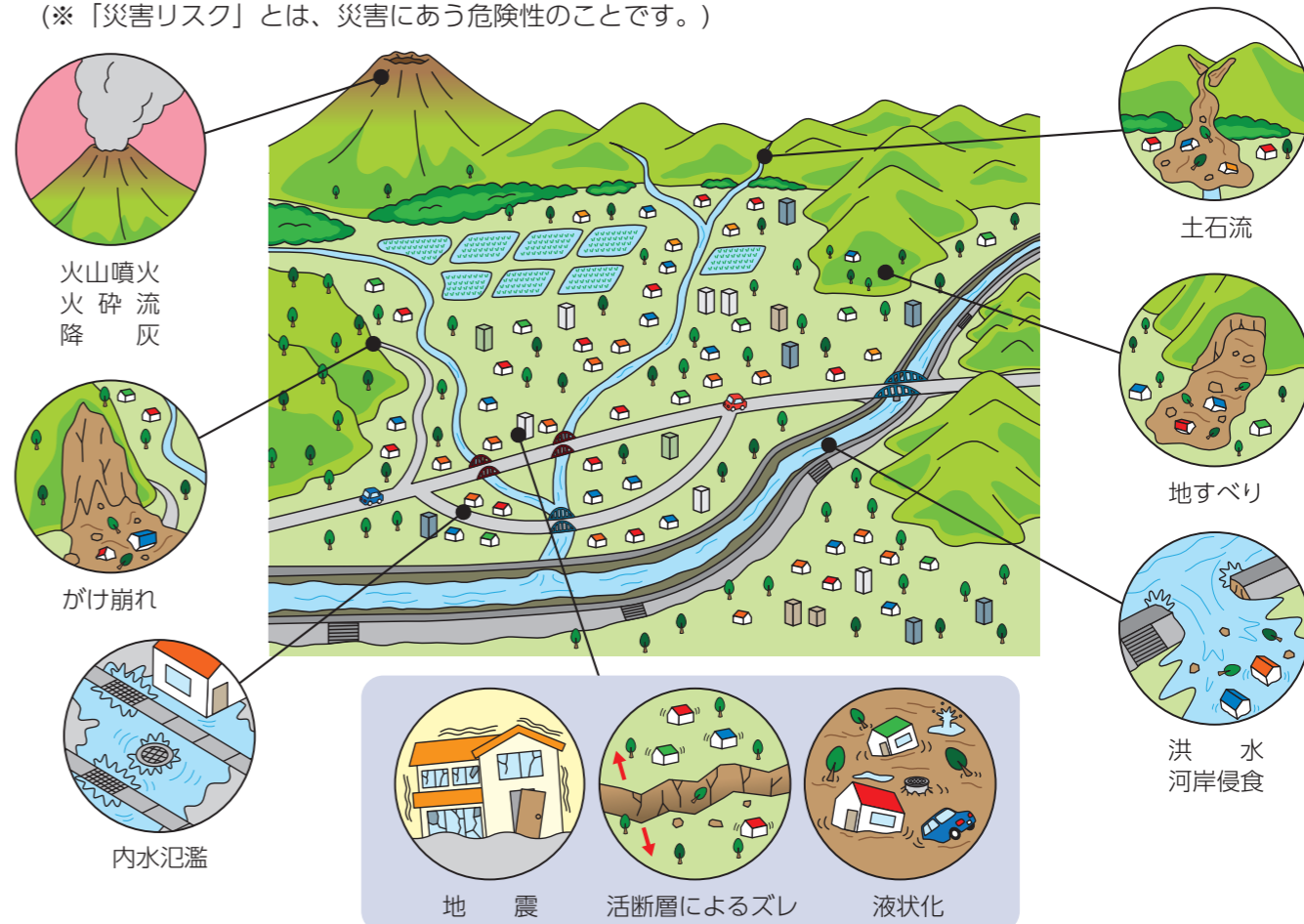
名前	防災ダック
年齢・性別	そいうのを超越した存在
職名	長野県 危機管理部 防災普及啓発担当
住所	県内広域防災拠点の どこか
前職	サービス業 (やきとり屋)
アピール ポイント	とにかく (かおが)かわいい

1 災害リスクを知る

① 私たちの身近には、どんな災害リスクがあるのか？

長野県は、豊かな自然に囲まれており、私たちはたくさんの恩恵を受けています。でもその一方で、県内ではこれまでに多くの災害が発生しており、その脅威にさらされてきました。

例えば次の図のように、わたしたちの住む地域には、様々な災害リスクが存在しています。
(※「災害リスク」とは、災害にあう危険性のことです。)



このほかにも、県内では、次のような災害の発生が考えられます。



大切な生命・財産を災害から守るには、自分が住む地域の災害リスクを正しく知る必要があります。

防災ダックのまとめ

みんなの住む地域にもいろんな災害リスクが潜んでいるかもしれないし、災害は明日突然起こるかもしれない。災害は、決して「他人事」ではないんだ。災害を「自分ごと」と捉えて、一人ひとりが災害から自分の身を守るように備えておくことが大切だ。

