# 自助・共助で身を守る！

# 防災ブックレット

日頃からの備え …… 1
風水害 …… 7
火災 …… 9
災害時医療 / 国民保護 …… 12
地震 …… 3
土砂災害 …… 8
避難所 …… 10
避難施設一覧 …… 13

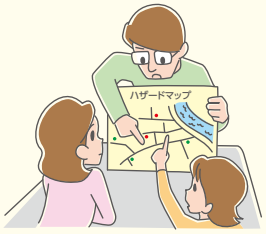

船橋市

# 日頃からの備え

実際に災害が発生したときのことを想定し、各々がするべきことやどこに避難するか、連絡方法などを事前に決めておきましょう。

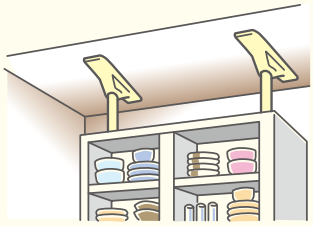
## 【家族での備え】

○災害時の家族の役割分担を決めておく。
○家族が離ればなれになったときの連絡手段、安否確認の方法や集合場所などを決めておく。
○洪水・内水・土砂災害ハザードマップなどで危険箇所を確認しておく。
○避難所への避難経路を決めておく。
○マイタイムラインを作成しておく。
○非常持出品・非常備蓄品をチェックする。




## 【家の中の安全対策のポイント】

○家具のない安全なスペースを作っておく。
○出入口など避難経路をふさがないようレイアウトを工夫する。
○金具やストッパー・つっぱり棒を使用するなど、家具の転倒・落下防止対策を講じる。
○感震ブレーカーの設置や避難時にブレーカーを切るなど、電気火災対策を講じる。



日頃からの防災対策を行うことで、災害時でも自宅で生活することができます。

**自宅で安全が確保でき、生活が継続可能なら「自宅が最善の避難所」です。**

自宅での避難生活が困難な場合、避難所だけではなく、親せきや知人宅等、受け入れてくれる場所へ避難することも検討しておきましょう。

### 自主防災組織（地域の防災対策）

自主防災組織とは「自分たちの地域は、自分たちで守る」という地域住民の自衛意識と連帯感により町会・自治会などが自主的に結成する組織です。

災害時は家庭での防災対策だけでは限界があります。家庭だけではなく、地域での防災対策を積極的に行いましょう。

## 【日常の活動】

○防災に関する知識の普及、また出火防止の徹底
○初期消火、避難、救出救護等の訓練の実施
○資機材等の備蓄及び保守管理
○地域内の避難場所・避難路、地域の危険箇所などの把握及び防災マップの作成
○避難所運営マニュアルの作成
○避難行動要支援者を中心とした要配慮者の支援内容や支援者の選出方法等のルールづくり

## 【災害時の活動】

○被害状況等の情報の収集及び伝達
○出火防止及び初期消火の実施
○救出・救護の実施及び協力
○集団避難の実施
○避難所の運営
○要配慮者への情報伝達、避難行動要支援者への避難誘導・支援
○要配慮者の避難所環境の配慮の支援内容や支援者の選出方法等のルールづくり

## 非常持出品～災害発生時に最初に持ち出すもの～

| | |
|---|---|
| 懐中電灯 | できれば一人に一つずつ用意。予備の電池も忘れずに（発電式のものもある）。 |
| 携帯ラジオ | 小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるもの。 |
| 非常食・飲料水 | 缶詰やクラッカーなど、火を通さずに食べられるもの。水はペットボトル入りが便利。 |
| 貴重品 | 多少の現金、健康保険証のコピー、マイナンバーカードなど。公衆電話を利用するための硬貨も。 |
| 救急医薬品 | 傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、常備薬とお薬手帳（写し）を必ず用意する。 |
| その他 | ヘルメット、下着類、軍手、ライター、ナイフ、ティッシュ、マスクなど。 |

## 非常持出品チェックリスト

| 品　名 | 点検日記入欄 | | |
|---|---|---|---|
| □ 非常食 | | | |
| □ 飲料水 | | | |
| □ 携帯ラジオ（予備の電池） | | | |
| □ 懐中電灯（予備の電池・電球） | | | |
| □ ヘルメット・防災ずきん | | | |
| □ 救急医薬品 | | | |
| □ 常備薬・お薬手帳（写し） | | | |
| □ 貴重品 | | | |
| □ 現金 | | | |
| □ 健康保険証のコピー・マイナンバーカード | | | |
| □ ろうそく・ランタン | | | |
| □ ライター（マッチ） | | | |
| □ ナイフ、缶きり、栓抜き | | | |
| □ ティッシュ（ウェットタイプも） | | | |
| □ タオルや手ぬぐい | | | |
| □ ビニール袋 | | | |
| □ 上着・下着 | | | |
| □ 軍手 | | | |
| □ シート | | | |
| □ 携帯電話の充電器（モバイルバッテリー） | | | |
| □ スリッパ | | | |
| □ マスク | | | |
| □ アルコール消毒液や除菌用ウェットティッシュ | | | |
| □ 体温計 | | | |
| □ 衛生用手袋・ゴム手袋 | | | |

## 非常備蓄品～復旧するまでの数日間を支えるもの～

| | |
|---|---|
| 食料品 | 缶詰やレトルト食品など非常食3日分（できれば7日分）以上を備蓄。高齢者や子ども、アレルギー体質の方など配給される食事をとるのが難しい家族がいる場合には、その事情に合った食料を多めに準備。 |
| 飲料水 | 飲料水は一人あたり1日3リットルが目安で、3日分（できれば7日分）以上を用意する。水の配給を受けるためのポリ容器などもあると便利。 |
| 燃料 | 卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベなど。 |
| 工具 | ロープ、バール、はさみ、のこぎりなど。 |
| その他 | 携帯トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、マスク、シート、筆記用具など。 |

※大規模災害の際、排水管が壊れたトイレを使用すると逆流するおそれがあります。
使用できることが確認できるまでは携帯トイレなどを使用しましょう。

## 非常備蓄品チェックリスト

| 品　名 | 点検日記入欄 | | |
|---|---|---|---|
| □ 食料品（缶詰、レトルト食品） | | | |
| □ 食料品（チョコレート、あめなど） | | | |
| □ 飲料水（1人あたり1日3リットル、3日分以上） | | | |
| □ 燃料（卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベなど） | | | |
| □ 毛布、タオルケット、寝袋など | | | |
| □ 洗面用具 | | | |
| □ なべ、やかん | | | |
| □ 簡易食器（わりばし、紙皿、紙コップなど） | | | |
| □ ラップ、アルミホイルなど | | | |
| □ ウェットティッシュ、トイレットペーパーなど | | | |
| □ マスク、使い捨てカイロ、新聞紙など | | | |
| □ 携帯トイレ | | | |
| □ 予備のメガネ、補聴器など | | | |
| □ 工具類（ロープ、バール、スコップなど） | | | |
| □ 文具類（筆記用具、ノート、マジックなど） | | | |
| □ 衣服（季節に合わせて衣替えすること） | | | |

### こんな用意もしておきましょう

**乳幼児のいる家庭**
粉ミルク、液体ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、清浄綿、背負いひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼなど

**妊婦のいる家庭**
脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、清浄綿および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳など

**要配慮者のいる家庭**
着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、予備のメガネ、緊急時の連絡先表など

**ペットのいる家庭**
P.11を参照ください

## ローリングストックによる備蓄

「ローリングストック」とは、普段の食品・消耗品を少し多めに買い置きしておき、古いものから消費し、消費した分を買い足す方法です。

普段愛用しているレトルト食品やインスタント食品を備蓄食料として充当すれば、無理なく利用・補充ができます。各ご家庭において、最低３日分（できれば7日分）備蓄しましょう。

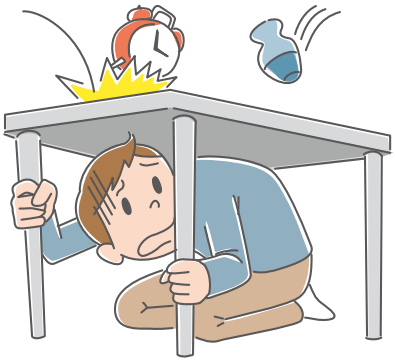
# 地震発生！そのときどうする

## 地震発生

丈夫な机の下に入るなど、まずはその場で自分の身を守る

提供　効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

地震による人的被害の多くは、揺れによる家具などの転倒、落下物などによる負傷です。地震が起こったとき、素早く３つの安全行動（まず低く、頭を守り、動かない）をとりましょう。



### 地震発生後 1～2分

揺れがおさまったらドアを開けて出口を確保する

ガラスの破片などから足を守るため靴をはく

火元を確認し、出火していたら初期消火を行う

### 地震発生後 3分～

同じ程度の地震に注意する

非常持出品（非常持出袋）を準備する

電話は控える

家族の安否を確認する

### 地震発生後 5分～

頭上からものが落ちてくる可能性があるので、周囲を確認してから外に出る

避難する時にはガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る（停電復旧後の通電火災の防止）

一人暮らし高齢者や要配慮者がいる家に積極的に声をかけ、隣近所の安否を確認する

### 地震発生後 10分～

テレビやラジオ、防災行政無線等で正しい情報を確認する

**【防災行政無線が聞こえにくい時は…】**

「ふなばし情報メール」や「船橋市 LINE 公式アカウント」に登録すると防災行政無線で放送した内容を受けとれます。
（詳細は裏表紙を確認してください。）

家族がそろっていない場合は目立つ場所にメモを残す

### 地震発生後 数時間

消防・救出活動に協力する

家が倒壊のおそれがある等、危険な場合は避難所で生活する（危険がない場合は、自宅で生活する）

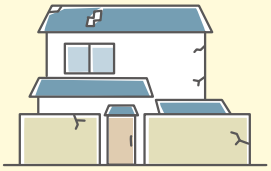
### 地震発生後 数日間

避難所では集団生活のルールを守り、運営に協力する

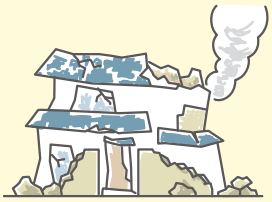
※大きな災害が発生したときに、インターネット上でのメールやＳＮＳは、情報入手や安否確認の手段として役立ちます。しかし、デマ（偽・誤情報）が拡散すると、多くの人の不安をあおり、救援活動にも支障を来すなど、被災された方や人命救助を含む災害支援や情報伝達に悪影響を及ぼす要因となります。デマに惑わされないために、信頼できる発信元からの正確な情報なのか、必ず確認しましょう。

# 地震発生時の避難チャート

**地震発生**



**自宅の状況を確認する**



自宅が安全

自宅が全半壊
火災が近づいている　など

**一時避難場所に避難**
（町会・班ごと）避難場所を決めておく
ご近所で安否確認を！

火災等の危険が
なくなった
自宅で暮らせる

自宅で
暮らせない

**自宅**
（在宅避難）

**親せき・知人宅**
**ホテル・旅館　など**

**宿泊可能避難所**
（学校等の避難所）

生活継続が可能なら**「自宅が最善の避難所」**です。
ライフラインが途絶えても暮らせる準備をしましょう。

## ▽▽▽ 避難のポイント ▽▽▽

- 避難の前にもう一度火元を確認。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る。
（停電復旧後の通電火災の防止）
- 外出中の家族のために、避難先を記した連絡メモを家族で決めた場所に残す。
- 狭い道やブロック塀、石垣、自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所は避けて歩く。
- 荷物は最小限にする。
- 非常持出品はリュックサックに入れて背負い、両手が使えるようにする。
- 長そで、長ズボンを着用する。
- 自宅で暮らせない場合、親せき・知人宅への避難も検討する。（分散避難）

# 自宅以外で地震が起きたら

## 地震発生

### 建物・乗り物内にいたら

**学校にいたら**
- 教室内では、机の下に潜って身を守り、慌てて外に飛び出すなど勝手な行動はせずに、先生の指示に従いましょう。

**デパートやスーパーにいたら**
- 商品棚などから離れます。ショーウインドーのガラスも危険です。
- 買い物かごなどがあればそれをかぶって落下物から頭を守ることができます。

**電車やバスに乗っているとき**
- 強い揺れを感知すると電車は緊急停車します。座席に座っている場合には低い姿勢をとり、頭部を鞄などで保護しましょう。立っている場合は手すりやつり革などをしっかり握って転倒しないようにしましょう。停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

**地下街にいたら**
- 慌てずに鞄などで頭を保護し、揺れが収まるのを待ちましょう。停電になっても、非常照明がつくまでむやみに動かないようにしましょう。
- 地下街では 60m ごとに非常口が設置されているので、一つの非常口に殺到せずに落ち着いて脱出しましょう。

**映画館や劇場にいたら**
- 鞄などで頭を保護し、座席の間に身を隠して、揺れが収まるのを待ちましょう。
- 停電しても誘導灯や非常灯がつきますので、慌てて出口や階段に殺到せず、係員の指示に従いましょう。

**エレベーターに乗っているとき**
- 揺れを感知すると自動的に最寄りの階に停止するのでそこで降ります。自動で停止しない場合は、すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出ます。
- 閉じこめられた場合は、非常用ボタンやインターホンで外部と連絡をとり、救出を待ちましょう。

**エスカレーターに乗っているとき**
- エスカレーターが突然止まったりすると、将棋倒しになることもあり大変危険です。揺れを感じたら、手すりを強く持ち、転倒しないように気をつけましょう。
- エスカレーター利用前に揺れを感じたら、エスカレーターを利用するのはやめましょう。

### 外出していたら

**車を運転しているとき**
- ゆっくりと道路左に寄せて、エンジンを切りましょう。
- 車から離れるときは緊急通行車両の妨げとなった場合に移動ができるように車検証などの貴重品を持ち、鍵を付けたまま（あるいは置いたまま）ロックをしないでおきましょう。

**住宅地にいたら**
- 住宅地の路地にあるブロック塀や石塀、電柱や自動販売機が倒れる危険がありますので、そばから離れましょう。
  屋根瓦やベランダからプランターが落下してくることもあります。頭上も注意しましょう。

**オフィス街や繁華街にいたら**
- 中高層ビルが立ち並ぶオフィス街や繁華街では窓ガラスや外壁、看板などが落下してくる危険性があります。鞄などで頭を保護し、できるだけ建物から離れましょう。

**地震が起きた後に注意すること（帰宅困難者にならないために）**

地震等が発生した直後に、多くの人々が一斉に帰宅を始めた場合、路上や駅周辺では大混雑が発生し、転倒等により負傷する恐れがあります。まず、身の安全を確保し、交通情報や被害情報を確認し、適切な行動を心がけましょう。

**適切な行動とは…**

慌てて移動を開始するのはやめて、まずは安全な場所（職場など）で情報収集しましょう。

職場などに歩きやすいスニーカーや懐中電灯、手袋、飲料水や食料などを用意しておきましょう。

移動の際は主要な道路や道幅の広い道路を選び、落下物を避けるため道路の真ん中を歩きましょう。

帰宅困難者支援施設や災害時帰宅支援ステーション（コンビニやガソリンスタンドなど）を確認しておきましょう。

# 海岸近くで地震が起きたら

津波から身を守るためには、津波警報等が発表されたら、すぐに避難を始めることが重要です。津波が来るのを見てから避難を始めるのでは間に合いません。津波浸水想定区域外へ逃げる時間がない場合は頑丈な建物の上階を目指して逃げることが大切です。津波警報等が発表された場合には、直ちに津波浸水想定区域外を目指して避難してください。

# 津波チャート

**地震発生！**（揺れを感じなくても）

- **津波警報が発表された** → 船橋市津波避難計画に定める避難対象地域にいる人は、避難対象地域の外への避難を基本とし、困難な場合は、津波一時避難施設などの安全な場所へ避難しましょう。
- **津波注意報が発表された** → 海水浴等で海岸付近にいる人は、直ちに海岸から離れ、すばやく陸上の安全な場所へ避難しましょう。

→ **津波警報等は、テレビやラジオ、携帯電話で知ることができます。正しい情報を入手しましょう。**

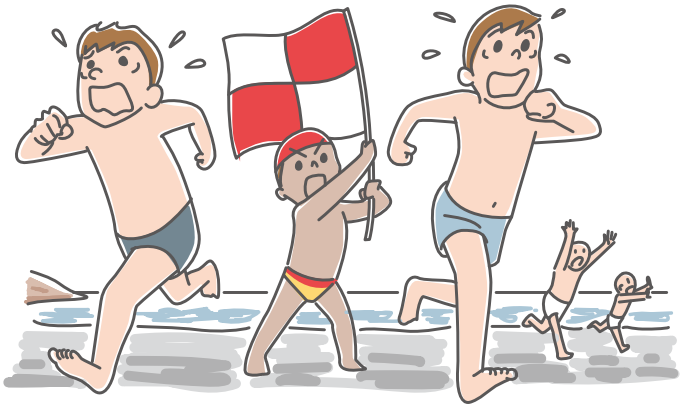
**津波は繰り返し襲ってきますので、津波警報等が解除されるまで安全な場所から離れないでください。**

## 避難は津波浸水想定区域の外か、津波一時避難施設へ

沿岸にお住いの方や、海水浴や潮干狩りに行く際は、「津波ハザードマップ」や「津波一時避難施設」を確認しておきましょう。また、日頃から津波避難誘導の標識等を確認しておくことが重要です。

津波警報等は、テレビやラジオ、携帯電話、防災行政無線等で知ることができます。また、海水浴場等では津波フラッグでお知らせすることもあります。海岸で津波フラッグを見かけたら、速やかに避難しましょう。

津波フラッグ



# 風水害の対応について

初夏から秋にかけては、台風や前線の影響で、大雨、洪水、暴風、高潮による自然災害が発生しやすい季節です。日頃から備えを行い、無理をせず早め早めの避難行動をとるようにしましょう。

## 1 日頃の備え

- 「洪水・内水・土砂災害ハザードマップ」や「避難行動判定フロー」、「避難行動の判断基準（警戒レベル）」を利用し、浸水区域や避難する所、避難方法を確認し、マイタイムライン（「洪水・内水・土砂災害ハザードマップ」に掲載）を作成しましょう。
- 非常持出品や非常備蓄品（できれば７日分以上）を確認し、不足がないように心がけましょう。
- 家の周りを点検し、吹き飛ばされそうなものはないか、雨戸や雨どいなどが痛んでないか確認しておきましょう。

## 2 大雨、台風の接近時について

- むやみに外出するのは控えましょう。
- 地下にいる場合は、地上へ移動しましょう。
- テレビやラジオ等で川の様子や気象情報に注意しましょう。
- 家財道具や生活用品を高い場所（２階など）に移動させましょう。

## 3 避難開始

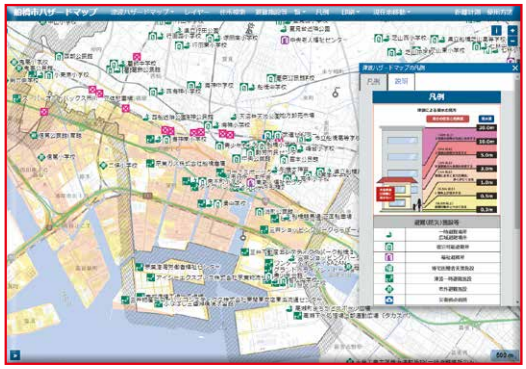
- 家族が離れている場合、安否を確認し、避難することを事前に連絡しましょう。
- 小さいお子さんやお年寄りがいる家庭は、早めに避難を開始しましょう。
- 風水害による停電でも通電火災が発生することがあります。避難する時はガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切りましょう。（通電火災防止）
- 自宅で暮らせない場合、親せき･知人宅への避難も検討しましょう。（分散避難）

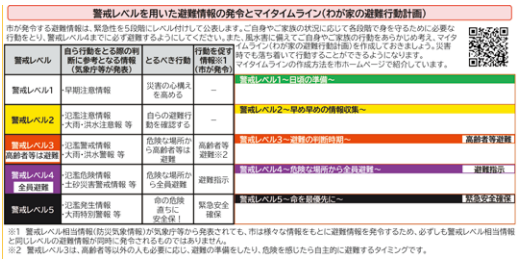
### 警戒レベルごとの避難行動の判断基準

| 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 |
| | | ＜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 |
| 3 | 災害のおそれあり | 危険な場所から高齢者等は避難 | 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） |

※　警戒レベル相当情報（防災気象情報）が気象庁等から発表されても、市はさまざまな情報をもとに避難情報を発令するため、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が同時に発令されるわけではありません

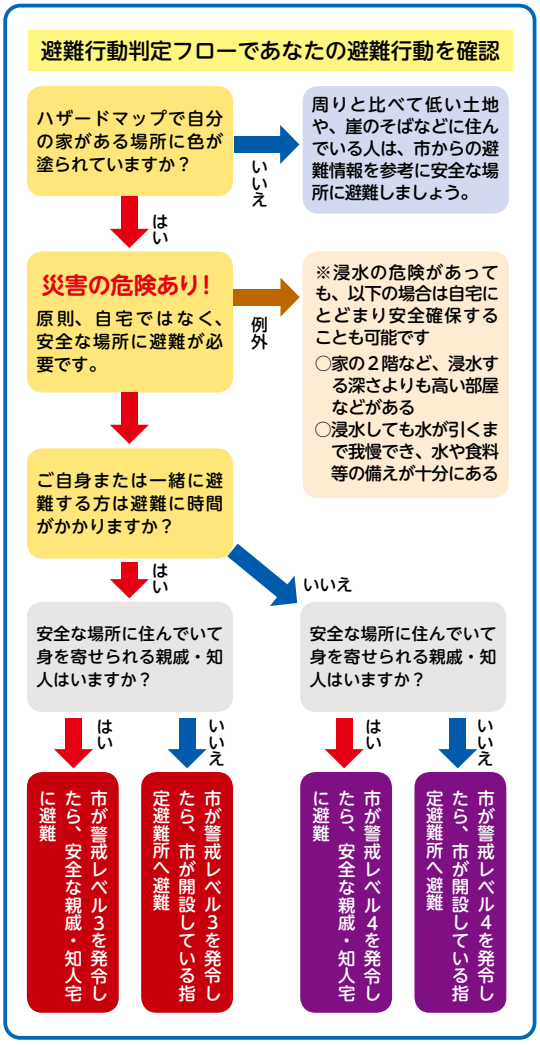
※　災害時は市が発令する避難情報を待つだけでなく、気象庁等が発表する土砂災害警戒情報や大雨警報などの防災気象情報も参考にしながら、適切な避難行動をとってください






※マイタイムラインは船橋市ハザードマップの「印刷ボタン」から印刷できます。

### 避難行動判定フローであなたの避難行動を確認



# 土砂災害から身を守るには

土砂災害は一瞬にして、甚大な被害をもたらします。土砂災害の被害を防ぐためには、一人ひとりが土砂災害から身を守れるように備えておくことが重要です。

# 土砂災害から身を守るための３つのポイント

## 1 住んでいる場所が「土砂災害警戒区域」等かどうか確認

土砂災害のおそれのある区域は「土砂災害警戒区域」「土砂災害特別警戒区域」や「基礎調査予定箇所」とされています。普段から自分の家や避難経路等がこれらの土砂災害のおそれのある地区にあるかどうか、「洪水・内水・土砂災害ハザードマップ」などで確認しましょう。

## 2 雨が降り出したら「土砂災害警戒情報」に注意

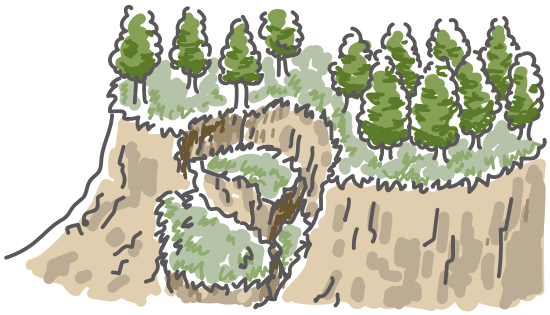
雨が降り出したら、土砂災害警戒情報に注意しましょう。土砂災害警戒情報は、避難が必要とされる警戒レベル４に相当し、災害の切迫度が高まっていることを示しています。情報は気象庁のホームページ、テレビやラジオの気象情報で発表されます。また、市の防災行政無線やメール等でもお知らせします。

## 3 警戒レベル４で全員避難

土砂災害警戒区域等にお住まいの方は、土砂災害警戒情報が発表されたら、避難指示の発令に留意するとともに、避難指示が発令されていなくても、早めに近くの避難場所など安全な場所に避難しましょう。特に、お年寄りや障害のある人など避難に時間がかかる人や、夜中に大雨が予想される場合は早めに避難しましょう。どうしても避難が困難なときは、近くの頑丈な建物の２階以上に緊急避難するか、家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や２階など）に避難しましょう。

# 土砂災害の前兆現象

土砂災害は一瞬にして、甚大な被害をもたらします。台風や大雨、または地震が発生した後に、次のような前兆現象を察知したら、早めに避難しましょう。



**●がけ崩れ**

斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震等で緩み、突然崩れ落ちる現象。

**【前兆現象】**

- 崖にひび割れができる
- 小石がパラパラと落ちてくる
- 崖から水が湧き出る
- 湧水が止まる、濁る
- 地鳴りがする

## もし、建物などに被害を受けたら…

### ―「罹災（被災）証明書」の発行について―

自然災害（火災を除く）により、建物などに被害を受けた場合で、保険金や融資などの申請に「罹災（被災）証明書」が必要な方は、市役所へ申請してください。

申請する際は事前に現場写真（全体・被害箇所）を撮っておいてください。

# 火災発生時の初期対応について

出火の現場に居合わせたら、まず「通報」、それから「初期消火」、「避難」の順で行動しましょう。ただ状況によって優先順位は異なります。逃げ遅れないよう冷静な判断を心がけましょう。

### ①通報

大きな声で「火事だー！」と叫び、隣近所に知らせましょう。声が出ないときは非常ベルを鳴らすか、なべなど音が出るものをたたきましょう。また、どんなに小さな火事でも必ず１１９番通報しましょう。

### ②初期消火

火がまだ横に広がっているうちは消火が可能です。消火器や水だけでなく、濡れたシーツ等、手近なものを利用しましょう。油なべや、電気器具に水をかけるのは危険です。火元により消火方法が異なりますので注意しましょう。

### ③避難

一般に初期消火が可能なのは、天井に火が回るまでと言われています。天井まで燃え広がったら速やかに逃げましょう。逃げる時は可能な限り窓やドアを閉め、空気を遮断しましょう。

### 通報のポイント

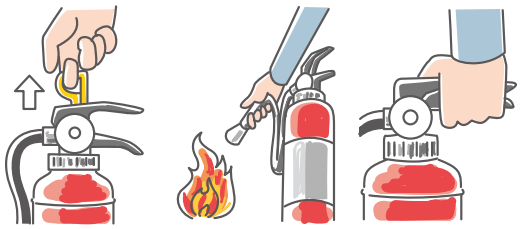
①火災であることを伝える
②災害現場の場所（住所）を伝える
③何が燃えているか伝える
④けが人や逃げ遅れた人がいるか伝える
⑤かけている電話番号（携帯電話の場合は携帯電話の番号）を伝える
⑥通報者の名前を伝える
※通報の際は落ち着いて係員の質問に答えましょう。

### 覚えておこう！ 火元によって消火方法が異なる

| | |
|---|---|
| **コンロ**<br>●油なべに水をかけるのは厳禁。<br>●消火器は離れた位置からなべの全面を覆うように向け噴射する。<br>●消火器がない場合は、シーツやバスタオルをぬらして手前からかぶせ、空気を遮断する。 | **電気器具**<br>●いきなり水をかけると感電の危険がある。コンセントかブレーカーを切り、消火器で消火する。 |
| **衣類**<br>●着衣に火がついたら、あわてず走らず床に転げまわって火を消す。風呂場に残り湯があれば、浴槽に飛び込む。 | **カーテン・ふすま・障子**<br>●カーテンは燃え広がる前に水をかける。できればレールから引きちぎり消火する。<br>●ふすまや障子などはけり倒して、踏み消す。その後、水をかけてしっかり消火する。 |
| **ストーブ**<br>●消火器は直接火元に向けて噴射する。<br>●消火器がない場合は、シーツや毛布などをぬらして手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。 | **たばこ**<br>●寝たばこなどにより布団などの綿製品が焦げた場合は、消したつもりでも見えないところに火種が残り、再び燃えだすことがあるので、浴槽などにつけ完全に消す。 |

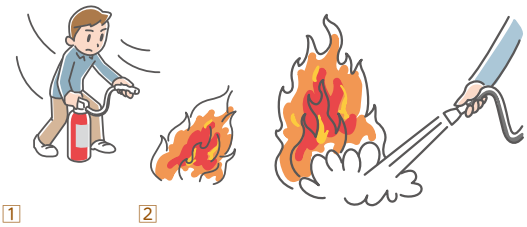
## 消火器の使い方を覚えておこう

### 消火器の使い方



1 安全ピンに指をかけ、上に引き抜く
2 ホースをはずして火元に向ける
3 レバーを強く握って噴射する

### 消火器の構え方



1 火の風上にまわり、風上から構える
2 やや腰を落として、低く構える
3 炎を狙うのではなく、火の根元を掃くように左右に振る

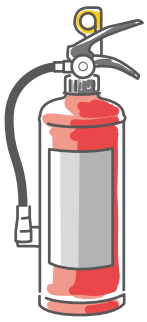
### 消火器は定期的に点検を！

**●安全ピン**
●変形、破損はないか
●封印は切れていないか

**●ホース**
●ひび割れ、ゆるみ、劣化はないか

**●本体・底部**
●サビや変形はないか

**●その他**
●使用期限を確認する
●放射時間、放射距離を確認する



**●レバー**
●変形、破損はないか

**●キャップ**
●変形やゆるみはないか

**●ゲージがついている場合**
●圧力を示す針が規定内にあるか

**●消火器の種類**
●有効な用途を確認する

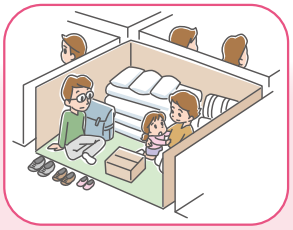
### 本当に恐ろしいのは煙です！

火災で発生する煙には、一酸化炭素などの有毒ガスが含まれています。吸い込むと中毒などにより命を落とす危険性があるので、次のポイントに気をつけながら避難しましょう。

●ぬらしたタオルやハンカチなどで口と鼻を覆う
●短い距離なら息を止め、一気に走りぬける
●できるだけ姿勢を低くする
●視界が悪いときは壁づたいに避難する

# 避難所での生活について

災害が起きると避難所には多くの人が避難してきます。避難所では、ルールを守って行動し、共同生活を送りましょう。また、避難所は建物の安全確認や準備等があり、すぐに入れない場合があります。

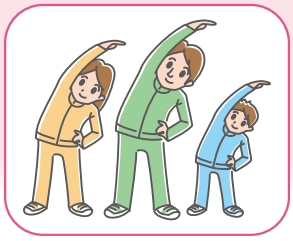


**【ルールを守る】**
消灯時間や配給時間など、さまざまな決まり事を守りましょう。

**【非常持出品を持参する】**
自分が使うもの、食べるものを持参しましょう。

**【からだを動かす】**
エコノミークラス症候群の予防などのためにも、適度にからだを動かしましょう。

**【トイレはきれいに使う】**
きれいに使って清潔なトイレを維持しましょう。



**【決められた区画で過ごす】**
自分の定められた区画で生活しましょう。

避難所の運営を行うためには、避難所を利用する地域の方々の協力が不可欠です。
年齢や性別に関係なく、可能な限り役割を分担し、より多くの人が避難所の運営に参加しましょう。

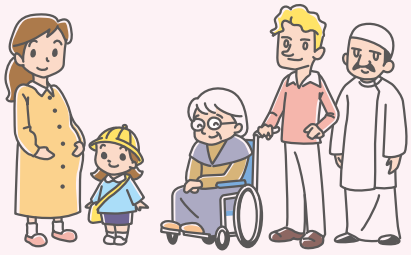
市 HP
「避難所運営マニュアル」

## 避難所で配慮が必要な方

避難所には様々な配慮を必要とする人も避難してきます。相談窓口を設置し、全ての方が支援を受けやすい環境を整えましょう。

### 配慮を必要とする方

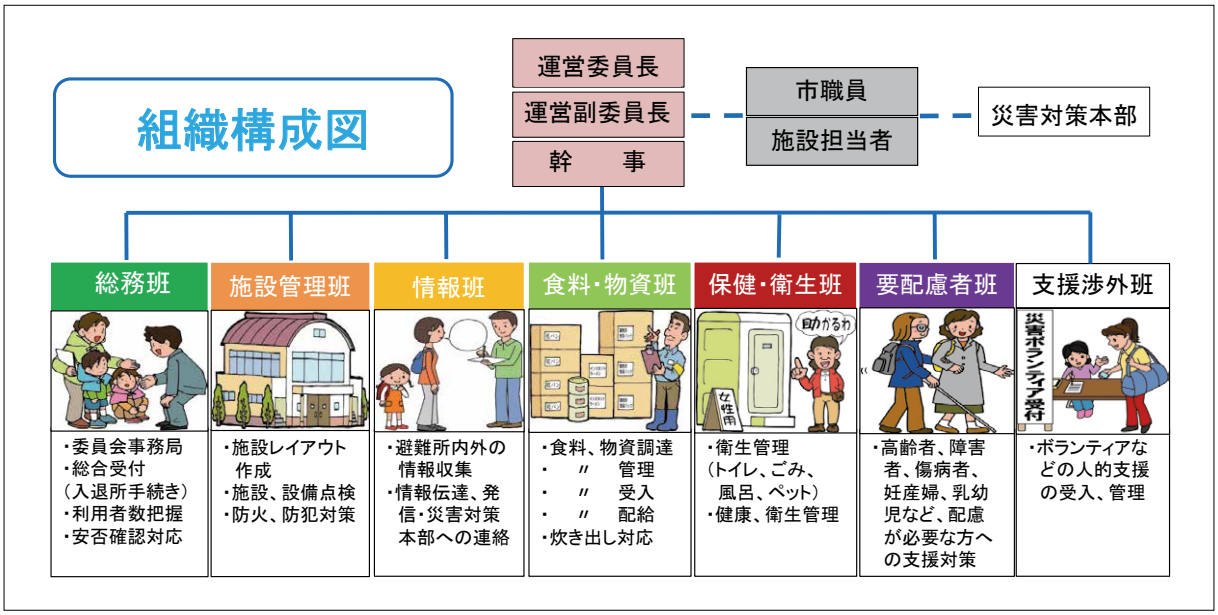
○排泄介助など介護が必要な方
○知的、精神に障害があり、共同での避難生活が難しい方
○妊婦・乳児
○外国人
○ＬＧＢＴ（性的少数者）　　など



**[特性に応じた配慮の具体例]**
・専用の部屋を案内するなど、一般の居住場所と分ける。
・食料等の配給が少ない場合は、健康状態などを考慮し、優先順位をつけて配食する。
・相談や支援を実施する場合には、プライバシーに配慮する。
・トイレ、更衣室、浴場などを安心して使用できるように配慮する。
・おむつの交換、授乳用の専用スペースをつくる。
・ホワイトボードや張り紙を使用し、情報を文字にして残す。
・文化や習慣の違いに配慮する。
※上記はあくまで具体例です。状況に応じて必要な配慮を考えましょう。

# 避難所運営委員会について

避難所運営委員会とは、災害時に避難所の開設･運営を円滑に行うため、平時から避難所運営について訓練やルール作りを行い、災害時には避難所運営を行う組織です。避難所運営には避難者住民の協力が必要不可欠です。避難所運営に必要な各種業務、施設利用に必要なルール作りなどを協力、分担して積極的に行いましょう。




# ペットの防災について

ペットに関する防災の基本は、飼い主が責任を持って対応することです。避難が必要な場合は、原則としてペットを同行して避難することが大事です。

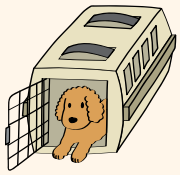
※同行避難中のペットの事故やトラブルに関しては、飼い主の責任となり得ますので特に注意しましょう。

## 【避難する際の注意点】

・鑑札・注射済票、迷子札、マイクロチップ等、飼い主がわかるようにしておきましょう。
・首輪とハーネス両方を装着し、それぞれにリードをつけて万全の安全策をとりましょう。

## 【避難所での注意点】

・避難所の指定された飼育場所でケージに入れるなど、ルールを守り飼育しましょう。
・ペットの世話や飼育場所の管理は、飼い主の責任です。清潔に保つよう心がけましょう。
・避難所にペット用の餌や備蓄品はありませんので、必ず準備しておきましょう。



## 【ペットのしつけと健康管理】

避難所でのトラブルを防止するため、日頃からしつけや健康管理を行いましょう。

不必要に吠えない、キャリーバッグやケージの中に入ることに嫌がらないよう慣らしておく、決められた場所で排泄できるようにするなどのしつけを普段から心がけましょう。

ペットの災害対策については
こちらもご覧ください。

市 HP
「人とペットの災害対策」

# 災害時の医療体制について

船橋市では、市内で震度 6 弱以上を観測または必要性が認められた場合には、直ちに二次救急病院（災害医療協力病院）前に「病院前救護所」を設置し、救護活動を開始します。「病院前救護所」は主に発災直後から 48 時間以内を目途に設置され、傷病者の重症度の判別と軽症者の応急処置を行います。重症者等については、治療のため院外へ搬送する場合もあります。

## もしケガしてしまったら

以下の (1) から (3) の優先順位に従って行動してください。

**(1) 極めて軽度の負傷等、ご家庭での応急処置が可能な場合には、ご家庭での対応**

**(2) ご家庭での対応が困難な傷病の場合には、自助、共助により病院前救護所へ**
（病院前救護所開設期間中は船橋市内の診療所、クリニックは原則休診となります。）

**(3) 緊急の場合には救急車を要請**

※日頃から発災時の行動を確認しておきましょう。

市 HP
「船橋市の災害医療体制」

### 病院前救護所設置病院

**（災害医療協力病院）**

1　船橋中央病院（海神 6-13-10）
2　千葉徳洲会病院（高根台 2-11-1）
3　青山病院（市場 4-21-8）
4　船橋総合病院（北本町 1-13-1）
5　板倉病院（本町 2-10-1）
6　北習志野花輪病院（習志野台 2-71-10）
7　船橋二和病院（二和東 5-1-1）
8　東船橋病院（高根台 4-29-1）
9　セコメディック病院（豊富町 696-1）

### 【家庭で出来る応急手当】

**（出血）**
・出血部分にガーゼなどを当て、圧迫する。
・傷口は心臓よりも高い位置にする。

**（やけど）**
・流水等で冷やす。
（服の上からやけどした場合はそのまま冷やす。）
・冷やした後は消毒ガーゼ等で保護する。

**（骨折）**
・折れた部分に添え木等を当てて固定する。
（添え木の代わりとなるもの：傘、週刊誌、段ボール）

# 弾道ミサイル落下時の行動について（国民保護）

ミサイルが飛来する可能性がある場合には防災行政無線で特別なサイレン音とともに、メッセージを流すほか、エリアメール・緊急速報メールにより緊急情報をお知らせします。
（着弾地域を特定することが困難であり、短時間での着弾が予想されます。）

### 【メッセージが流れた直後に取るべき行動】

**（屋外にいる場合）**
・近くの建物（出来れば頑丈な建物）の中、または地下に避難してください。
・近くに適当な建物等がない場合は、物陰に身を隠すか地面に伏せ頭部を守ってください。

**（屋内にいる場合）**
・できるだけ窓から離れ、できれば窓のない部屋へ移動してください。

「メッセージが流れた直後に取るべき行動」により避難することが必要ですが、あらかじめ指定された避難施設を確認しておくことも有効です。

提供　内閣官房国民保護ポータルサイト

# 避難施設一覧

注１ 一時避難場所・広域避難場所は屋外であるため、洪水、高潮、津波、土砂災害などの災害時には避難できない場合があります。
　　次の記号の記載がある一時避難場所・広域避難場所は該当の災害が発生する可能性がある場合は避難できません。＊…洪水　★…津波　◆…高潮　♥…土砂災害
注２ 海抜は、国土地理院のデータにより、避難施設の目安となる高さを示しています。海抜５m未満は小数点第１位まで、5 m以上は小数点第１位を四捨五入しています。
注３ この避難施設の他、民間の社会福祉施設等とも福祉避難所の設置運営に関する協定を締結しています。

## 小学校

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 市場小学校 | 市場 1-5-1 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | | 1.7 |
| 大穴小学校 | 大穴南 2-7-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 大穴北小学校 | 大穴北 1-7-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 小栗原小学校 | 本中山 3-16-12 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 1.6 |
| 海神小学校 | 海神 2-6-5 | ● ◆ | | ● | | | | 4.9 |
| 海神南小学校 | 海神町南 1-1510 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 2.7 |
| 葛飾小学校 | 印内 1-2-1 | ● | | ● | | | | 8 |
| 金杉小学校 | 金杉 8-10-1 | ● | | ● | | | | 20 |
| 金杉台小学校 | 金杉台 2-1-7 | ● ＊ | | ● | | | | 20 |
| 行田東小学校 | 行田 2-4-1 | ● | | ● | | | | 16 |
| 行田西小学校 | 行田 3-4-1 | ● | | ● | | | | 18 |
| 小室小学校 | 小室町 899 | ● | | ● | | | | 19 |
| 古和釜小学校 | 松が丘 3-42-1 | ● | | ● | | | | 23 |
| 咲が丘小学校 | 咲が丘 1-22-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 芝山西小学校 | 芝山 2-4-1 | ● | | ● | | | | 19 |
| 芝山東小学校 | 芝山 3-19-1 | ● ＊ | | ● | | | | 12 |
| 高郷小学校 | 西習志野 1-47-1 | ● | | ● | | | | 24 |
| 高根小学校 | 高根町 2895 | ● | | ● | | | | 22 |
| 高根台第二小学校 | 高根台 5-2-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 高根台第三小学校 | 高根台 1-4-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 高根東小学校 | 新高根 1-17-1 | ● | | ● | | | | 23 |
| 田喜野井小学校 | 田喜野井 4-33-1 | ● | | ● | | | | 20 |
| 塚田小学校 | 前貝塚町 600 | ● | | ● | | | | 19 |
| 塚田南小学校 | 行田 1-50-1 | ● | | ● | | | | 17 |
| 坪井小学校 | 坪井町 747-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 豊富小学校 | 豊富町 1 | ● | | ● | | | | 25 |
| 中野木小学校 | 中野木 2-19-1 | ● | | ● | | | | 20 |
| 夏見台小学校 | 夏見台 2-12-1 | ● | | ● | | | | 22 |
| 七林小学校 | 七林町 115-13 | ● | | ● | | | | 29 |
| 習志野台第一小学校 | 習志野台 2-51-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 習志野台第二小学校 | 習志野台 5-43-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 西海神小学校 | 海神 5-19-36 | ● | | ● | | | | 9 |
| 二宮小学校 | 前原東 5-9-3 | ● | | ● | | | | 25 |
| 飯山満小学校 | 飯山満町 3-1394-3 | ● | | ● | | | | 26 |
| 飯山満南小学校 | 飯山満町 1-954-4 | ● | | ● | | | | 21 |
| 二和小学校 | 二和東 1-9-11 | ● | | ● | | | | 29 |
| 船橋小学校 | 本町 4-17-20 | ◆ ● ★ | | ● | | | ● | 4.5 |
| 法典小学校 | 藤原 5-2-1 | ● | | ● | | | | 22 |
| 法典西小学校 | 上山町 1-111-5 | ● | | ● | | | | 21 |
| 法典東小学校 | 丸山 5-25-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 前原小学校 | 前原西 2-28-1 | ● | | ● | | | | 18 |
| 丸山小学校 | 丸山 4-43-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 三咲小学校 | 二和東 5-39-1 | ● | | ● | | | | 30 |
| 湊町小学校 | 湊町 1-16-5 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 1.0 |
| 南本町小学校 | 栄町 1-7-1 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 2.1 |
| 峰台小学校 | 宮本 6-33-1 | ♥ ● ★ | | ● | | | | 17 |
| 三山小学校 | 三山 2-42-1 | ● | | ● | | | | 25 |
| 三山東小学校 | 三山 6-32-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 宮本小学校 | 宮本 7-10-1 | ● | | ● | | | | 10 |

## 小学校

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 八木が谷小学校 | 八木が谷 2-3-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 八木が谷北小学校 | 八木が谷 4-13-1 | ● | | ● | | | | 24 |
| 薬円台小学校 | 薬円台 4-5-1 | ● | | ● | | | | 29 |
| 薬円台南小学校 | 薬円台 2-18-1 | ● | | ● | | | | 30 |
| 八栄小学校 | 夏見 5-27-1 | ● ★ | | ● | | | | 18 |
| 若松小学校 | 若松 3-2-4 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 3.8 |

## 中学校

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 旭中学校 | 旭町 2-23-1 | ● ♥ | | ● | | | | 14 |
| 大穴中学校 | 大穴南 3-19-2 | ● | | ● | | | | 26 |
| 御滝中学校 | 金杉 6-5-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 海神中学校 | 海神 4-27-1 | ● | | ● | | | | 15 |
| 葛飾中学校 | 印内 1-5-1 | ● | | ● | | | | 18 |
| 旧金杉台中学校 | 金杉台 1-2-18 | ● | | ● | | | | 16 |
| 行田中学校 | 行田 3-6-1 | ● | | ● | | | | 19 |
| 小室中学校 | 小室町 898 | ● | | ● | | | | 19 |
| 古和釜中学校 | 松が丘 3-69-1 | ● | | ● | | | | 24 |
| 芝山中学校 | 芝山 1-40-11 | ● | | ● | | | | 12 |
| 高根中学校 | 新高根 1-17-2 | ● | | ● | | | | 20 |
| 高根台中学校 | 高根台 3-3-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 坪井中学校 | 坪井東 1-24-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 豊富中学校 | 豊富町 12 | ● | | ● | | | | 27 |
| 七林中学校 | 七林町 130 | ● | | ● | | | | 28 |
| 習志野台中学校 | 習志野台 6-23-1 | ● | | ● | | | | 29 |
| 二宮中学校 | 滝台 1-2-1 | ● | | ● | | | | 23 |
| 飯山満中学校 | 飯山満町 1-946-1 | ● | | ● | | | | 21 |
| 船橋中学校 | 夏見 2-11-1 | ● | | ● | | | | 15 |
| 法田中学校 | 藤原 7-46-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 前原中学校 | 中野木 2-33-1 | ● | | ● | | | | 15 |
| 三田中学校 | 田喜野井 2-24-1 | ● | | ● | | | | 21 |
| 湊中学校 | 日の出 1-1-2 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 1.7 |
| 三山中学校 | 三山 6-26-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 宮本中学校 | 東船橋 7-8-1 | ● | | ● | | | | 22 |
| 八木が谷中学校 | 八木が谷 2-9-1 | ● | | ● | | | | 29 |
| 若松中学校 | 若松 3-2-3 | ◆ ● ＊★ | | ● | | | ● | 3.8 |

## 高校・大学・特別支援学校

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 市立船橋高校 | 市場 4-5-1 | ● | | ● | | | | 7 |
| 県立船橋高校 | 東船橋 6-1-1 | ● | | ● | | | | 18 |
| 県立船橋北高校 | 神保町 133-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 県立船橋啓明高校 | 旭町 333 | ● ＊ | | ● | | | | 13 |
| 県立船橋古和釜高校 | 古和釜町 586 | ● | | ● | | | | 27 |
| 県立船橋芝山高校 | 芝山 7-39-1 | ● | | ● | | | | 22 |
| 県立船橋東高校 | 芝山 2-13-1 | ● | | ● | | | | 20 |
| 県立船橋二和高校 | 二和西 1-3-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 県立船橋法典高校 | 藤原 4-1-1 | ● | | ● | | | | 25 |
| 県立薬園台高校 | 薬円台 5-34-1 | ● | | ● | | | | 29 |

## 高校・大学・特別支援学校

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 東葉高等学校 | 飯山満町 2-665-1 | ● | | ● | | | | 24 |
| 東邦大学 | 三山 2-2-1 | ● | | ● | | | | 27 |
| 日本大学　生産工学部 | 習志野市泉町 1-2-1 | ● | | | | | | 27 |
| 日本大学　理工学部 | 習志野台 7-24-1 | ● | | ● | | | | 28 |
| 船橋特別支援学校　高根台校舎 | 高根台 2-1-1 | ● | | ● | ● | | | 26 |
| 船橋特別支援学校 | 金堀町 349-1 | | | | ● | | | 29 |

●私立学校や県立高校は、避難者の減少に伴い、早期に市の施設の宿泊可能避難所に統合・集約することになります。

## 公園など

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 天沼弁天池公園 | 本町 7-16 | ◆ ● ＊ | | | | | | 2.6 |
| ＮＴＴ船橋グラウンド | 飯山満町 2-622 | ● | | | | | | 19 |
| 高根木戸近隣公園 | 高根台 5-3-1 | ● | | | | | | 27 |
| 夏見台近隣公園 | 夏見台 2-13 | ● | | | | | | 21 |
| 西船近隣公園 | 西船 1-25 | ◆ ● ★＊ | | | | | | 2.7 |
| 船橋競馬場　正面駐車場 | 若松 1-2-1 | ◆ ● ★＊ | | | | | | 2.3 |
| 船橋大神宮 | 宮本 5-2-1 | ● ★◆ | | | | | | 6 |
| 運動公園 | 夏見台 6-4-1 | | ● | | | | | 21 |
| 御滝公園 | 金杉 6-26 | | ● | | | | | 28 |
| 北習志野近隣公園 | 習志野台 3-4-1 | | ● | | | | | 25 |
| 県民の森 | 大神保町 586-2 | | ● | | | | | 25 |
| 県立行田公園 | 行田 2-5-1 | | ● | | | | | 17 |
| 坪井近隣公園 | 坪井町 1371 | | ● | | | | | 17 |
| 法典公園 | 藤原 5-9-10 | | ● | | | | | 24 |
| 薬円台公園 | 薬円台 4-25-19 | | ● | | | | | 30 |
| 地方卸売市場 | 市場 1-8-1 | | ◆ ● ＊★ | | | | | 3.1 |
| 中山競馬場 | 古作 1-1-1 | | ● | | | | | 21 |
| 陸上自衛隊　習志野演習場 | 習志野 3-1 | | ● | | | | | 29 |
| 高瀬町まちかどスポーツ広場 | 高瀬町 56 | | ◆ ● ＊★ | | | | | 4.2 |
| 高瀬下水処理場上部運動広場（タカスポ） | 高瀬町 56-1 | | | | | | ● | 4.2 |
| 大穴近隣公園 | 大穴南 4-22 | | ● | | | | | 25 |

## 公民館・児童ホームなど

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 海老が作公民館 | 大穴南 3-19-1 | | | ● | ● | | | 27 |
| 海神公民館 | 海神 6-3-36 | | | ● | ● | | | 13 |
| 葛飾公民館 | 西船 3-6-25-201 | | | ● | ● | | | 18 |
| 小室公民館 | 小室町 3308 | | | ● | ● | | | 20 |
| 小室児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 新高根公民館 | 新高根 1-12-9 | | | ● | ● | | | 25 |
| 新高根児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 西部公民館 | 本中山 1-6-6 | | | ● | ● | | | 6 |
| 本中山児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 高根公民館 | 高根町 2885-3 | | | ● | ● | | | 24 |
| 高根台公民館 | 高根台 1-2-5 | | | ● | ● | | | 28 |
| 老人憩の家 | | | | | | | | |
| 中央公民館 | 本町 2-2-5 | | | ● | ● | | | 2.2 |
| 塚田公民館 | 前貝塚町 601-1 | | | ● | ● | | | 19 |
| 塚田児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 坪井公民館 | 坪井町 1371 | | | ● | ● | | | 24 |
| 東部公民館 | 前原西 2-21-21 | | | ● | ● | | | 18 |
| 夏見公民館 | 夏見 2-29-1 | | | ● | ● | | | 18 |
| 習志野台公民館 | 習志野台 5-1-1 | | | ● | ● | | | 29 |
| 飯山満公民館 | 飯山満町 1-950-3 | | | ● | ● | | | 21 |
| 浜町公民館 | 浜町 2-1-15 | | | ● | ● | | | 1.9 |
| 老人憩の家 | | | | | | | | |

## 公民館・児童ホームなど

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 二和公民館 | 二和東 5-26-1 | | | ● | ● | | | 30 |
| 法典公民館 | 藤原 7-33-7 | | | ● | ● | | | 26 |
| 北部公民館 | 豊富町 4 | | | ● | ● | | | 26 |
| 松が丘公民館 | 松が丘 4-32-2 | | | ● | ● | | | 26 |
| 丸山公民館 | 丸山 5-19-6 | | | ● | ● | | | 26 |
| 三咲公民館 | 三咲 3-5-10 | | | ● | ● | | | 27 |
| 三咲児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 三田公民館 | 田喜野井 2-24-2 | | | ● | ● | | | 13 |
| 宮本公民館 | 宮本 6-18-1 | | | ● | ● | | | 12 |
| 宮本児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 八木が谷公民館 | 八木が谷 2-14-6 | | | ● | ● | | | 29 |
| 薬円台公民館 | 薬円台 5-18-1 | | | ● | ● | | | 28 |
| 薬円台児童ホーム・老人憩の家 | | | | | | | | |
| 勤労市民センター | 本町 4-19-6 | | | ● | | | | 3.7 |
| 青少年会館 | 若松 3-3-4 | | | ● | ● | | | 3.1 |
| 青少年センター | 本町 1-23-7 | | | ● | | | | 4.2 |
| 総合体育館　（船橋アリーナ） | 習志野台 7-5-1 | ● | | ● | | | | 26 |
| 武道センター | 市場 1-3-1 | | | ● | | | | 3.6 |
| 三山市民センター | 三山 8-19-1 | | | ● | ● | | | 26 |
| 北老人福祉センター | 三咲 7-24-1 | | | | ● | | | 24 |
| 中央老人福祉センター | 夏見台 1-11-3 | | | | ● | | | 20 |
| 西老人福祉センター・法典児童ホーム | 藤原 3-2-15 | | | | ● | | | 24 |
| 東老人福祉センター・身体障害者福祉センター・東船橋マザーズホーム | 薬円台 5-31-1 | | | | ● | | | 28 |
| 南老人福祉センター | 湊町 1-11-19 | | | | ● | | | 1.2 |

## 本庁・民間施設など

| 指定施設名称 | 所在地 | 一時避難場所 | 広域避難場所 | 宿泊可能避難所 | 福祉避難所 | 帰宅困難者支援施設 | 津波一時避難施設 | 海抜（m） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| アイシーエクスプレス（株）京葉物流センター | 潮見町 35-3 | | | | | | ● | 3.6 |
| IKEA Tokyo-Bay | 浜町 2-3-30 | | | | | | ● | 3.9 |
| グランドホライゾン・トーキョーベイ | 浜町 2-3-35 ～ 37 | | | | | | ● | 4.3 |
| 京葉港湾労働者福祉センター | 潮見町 32-3 | | | | | | ● | 3.8 |
| コナミスポーツクラブ船橋 | 湊町 2-8-45 | | | | | | ● | 0.9 |
| ダイアパレス ライブシティ船橋 | 栄町 1-9-1 | | | | | | ● | 2.0 |
| 三井物産グローバルロジスティクス（株）東関東支店東浜流通センター | 市川市東浜 1-2-1 | | | | | | ● | 4.2 |
| ビビット南船橋 | 浜町 2-2-7 | | | | | | ● | 2.7 |
| ふなばし三番瀬環境学習館 | 潮見町 40 | | | | | | ● | 3.7 |
| 南部清掃工場　工場棟 | 潮見町 38 | | | | | | ● | 3.2 |
| 船橋市　市庁舎 | 湊町 2-10-25 | | | | | | ● | 0.9 |
| 三井ショッピングパーク ららぽーと TOKYO-BAY | 浜町 2-1-1 | | | | | | ● | 2.7 |
| ワンダーベイシティ　SAZAN | 浜町 2-3-31 ～ 34 | | | | | | ● | 4.3 |
| 三井不動産ロジスティクスパーク船橋Ⅱ　立体駐車場棟 | 浜町 2-6-25 | | | | | | ● | 3.3 |
| スーパーオートバックス市川　立体駐車場 | 市川市鬼高 3-32-12 | | | | | | ● | 1.0 |
| 京葉ガス株式会社 船橋倉庫 | 南海神 1-7-1 | | | | | | ● | 1.6 |
| 石井食品 | 本町 2-7-17 | | | | | ● | | 1.3 |
| ホテルトレンド船橋 | 本町 2-7-10 | | | | | ● | | 1.7 |
| 市民文化ホール | 本町 2-2-5 | | | | | ● | | 2.2 |
| セミナーハウス クロスウェーブ船橋 | 本町 2-9-3 | | | | | ● | | 1.3 |
| ティップネス船橋店 | 本町 6-4-21 | | | | | ● | | 3.2 |
| 船橋商工会議所 | 本町 1-10-10 | | | | | ● | | 4.5 |
| 西船橋出張所 | 西船 4-17-3 | | | | | ● | | 6 |
| 東京医療保健大学 船橋キャンパス（体育館） | 海神町西 1-1042-2 | | | | | ● | | 2.2 |
| 三井ショッピングパーク ららテラス TOKYO-BAY LaLa terrace Green Park | 若松 2-2-1 | ◆ ● ＊★ | | | | | | 2.7 |
| 東京東信用金庫　船橋支店 | 本町 2-3-8 | | | | | ● | | 1.6 |
| ホテルフローラ船橋 | 本町 7-11-1 | | | | | ● | | 3.5 |

## 災害発生時の安否確認手段

災害時、多くの人が困ったのは家族や友人と連絡がとりあえなかったこと。家族がばらばらの場所で過ごす場合もあるでしょう。災害時にどのように連絡をとりあうのか、また、どうしても連絡がとれない場合にはどうするかも、話し合っておきましょう。

### 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

**メッセージを残す**　171 ▶ 1 ▶ 自宅（被災地）の電話番号 ▶ メッセージの録音

**メッセージを聞く**　171 ▶ 2 ▶ 伝言を聞きたい電話番号 ▶ メッセージの再生

※音声ガイダンスに従って操作してください。

### 携帯電話・スマートフォンの「災害用伝言板サービス」の使い方

公式メニューや専用アプリから災害用伝言板にアクセス

- **伝言を登録する場合** ▶ 「登録」を選択して伝言を入力（全角 100 文字以内）
- **伝言を確認する場合** ▶ 「確認」を選択して安否確認したい人の携帯電話番号を入力して伝言を見る

※「災害用伝言ダイヤル」や「災害用伝言板サービス」は、毎月 1 日、15 日、防災週間（8/30 ～ 9/5）、防災とボランティア週間（1/15 ～ 1/21）などに体験利用ができます。いざという時に備えて、体験しておきましょう。

## 船橋市の防災情報の入手手段

船橋市は、さまざまな手段により、防災に関する情報を発信しています。

### ●船橋市ホームページ

災害時の緊急情報など、船橋市に関するさまざまな情報を発信します。
https://www.city.funabashi.lg.jp/

### ●船橋市公式アプリ「ふなっぷ（Funapp）」

ふなっぷでは避難所の場所等、様々な防災コンテンツをご覧いただけます。
→右のコードを読み取り、表示された URL にアクセス、または、各アプリストアで「ふなっぷ」と検索し、アプリをダウンロード。
※アプリは無料ですが、ダウンロードや情報の送受信には、通信料が発生する場合がありますのでご注意ください。

Android　iOS

### ●防災行政無線

船橋市では、市内に防災行政無線を設置し、屋外にいる方に対して、気象情報や地震・津波情報、避難など防災に関する情報、災害時のさまざまな情報を発信しています。
防災行政無線の内容は、フリーダイヤル（0120-2784-61）やふなばし情報メール等で確認できます。
※ IP 電話からの放送確認はできません。

### ●船橋市公式 X

市のホームページから配信される新着情報を自動で収集し配信しています。「防災行政無線の情報」など、安全・安心に関する情報なども配信しています。
公式アカウント　Funabashi_city

### ●船橋市公式 LINE アカウント

避難情報や防災行政無線等の内容を LINE で自動配信します。〈配信方法〉右コードを読み取り友だち追加し、配信カテゴリで「ふなばし災害情報」を選択してください。重要情報は必ず配信されます
- LINE に配信する内容は、ふなばし情報メールの内容と同じものです。

### ●船橋市危機管理課 Facebook

市からの緊急情報だけではなく、防災訓練の様子などさまざまな情報を発信しています。右コードを読み取りぜひフォローしてください。

### ●船橋市ハザードマップ

船橋市の以下のハザードマップ（災害の危険性を色で表したもの）をインターネット上で公開しています。
インターネット環境のない場合等は、危機管理課（047-436-2037）にお問い合わせください。
・津波　・揺れやすさ(震度)　・液状化しやすさ
・洪水　・内水　・土砂災害　・高潮

### ●ふなばし情報メール「ふなばし災害情報」

船橋市は、風水害や地震などの自然災害や避難所開設などの情報をメールでお知らせする「ふなばし災害情報」や、防災行政無線の放送内容を受けとれる「防災行政無線放送内容」を配信しています。

#### 「ふなばし災害情報」の配信内容

❶各種気象警報
❷土砂災害警戒情報
❸震度 4 以上の地震発生情報
❹災害時の避難所開設情報
❺大規模事故災害（列車事故、航空機事故、危険物事故災害）などの情報
❻その他（大規模な停電情報など）

#### 利用について

このメールサービスは誰でも利用できますが、あらかじめ携帯電話やパソコンでの登録が必要です。登録料は無料ですが、登録の際の通信料とメール送受信、インターネット閲覧などにかかる費用は、登録者の負担になります。

#### 登録方法

ご登録の前に
「ふなばし情報メール」には、メール配信サービスの利用規約に同意していただいた上で、ご登録をお願いいたします。
また、携帯電話で迷惑メール対策の設定をされている場合は、次の 2 つの設定を行ってからご登録をお願いいたします。

- 「city.funabashi.lg.jp」ドメインからのメール受信を許可する
- URL 付きメールの受信を許可する

※迷惑メール対策をされていない場合でも、手順 1 で「仮登録完了のお知らせ」メールが届かない場合は上の 2 つの設定をお願いします。

1 空メール送信
右のコードを読み取り、表示された URL にアクセスし、空メールを送信してください。「仮登録完了のお知らせ」メールが届きます。
※右のコードを読み取れない場合は、下記アドレスに直接空メールを送信してください。
「ふなばし情報メール」登録用アドレス
t-funabashi@sg-p.jp

PC・スマホ

2 URL にアクセス
メールの URL を選択して本登録サイトにアクセスし、利用規約をご確認いただき、「同意する」ボタンを押してください。

フィーチャーフォン

3 配信カテゴリを選択
配信を希望するカテゴリを選択して「確認画面へ」ボタンを押してください。

4 登録
入力内容を確認し、「登録」ボタンを押してください。
「ご登録ありがとうございました」と表示されたら登録は完了です。
別途、「登録完了のお知らせ」メールが届きますので、ご確認ください。

（参考）政府広報オンライン（https://www.gov-online.go.jp/index.html）　消防庁ホームページ（https://www.fdma.go.jp）
首相官邸ホームページ（https://www.kantei.go.jp）

無断転載禁止　©船橋市