

令和4年

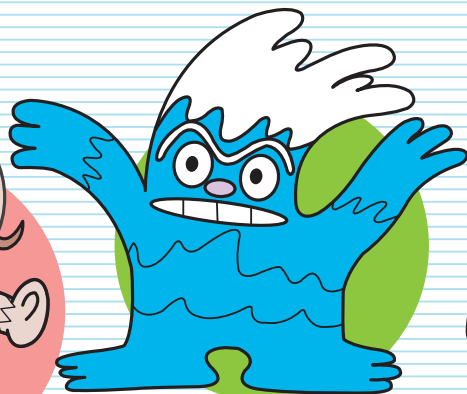
こうち防災カレンダー

高知県防災キャラクター ©やなせたかし



じしんまん

とにかく、人を困らせる
ことが趣味の嫌な奴



つなみまん

じしんまんの手下
優柔不断で一旦怒ると
手がつけられない



たいさくくん

元気防災きっず
少しあわてんぼう



ヘルパちゃん

元気防災きっず
やさしいが、
少しおせっかい



トラフ博士

国立K大学名誉教授
地震の権威で物知り博士



ゆうどうくん

トラフ博士の助手
責任感は強いが、
ただいま勉強中

高知県からのお知らせ

啓発等に活用できるツール

- 南海トラフ地震対策啓発ドラマ
「その日、その時…」
(YouTube 公開、DVD の貸し出し)
- その他の動画
 - ・なんでだろう～応急手当の必要性
 - ・津波から命を守るために… など
- 起震車の体験
- 避難所運営ゲームHUG の貸出
- 防災キャラクター着ぐるみ、
腕人形の貸出
- あそぼうさいカルタ



詳細は南海トラフ
地震対策課に問い
合わせるのじゃ！



自助・共助の取組 - 自主防災組織 -

災害による被害をできる限り少なくするには、自分の身は自分で守る「自助」や、地域や近隣の人たちが協力して助け合う「共助」への取組がとても大切で、共助の要となるのが**自主防災組織**です。

日ごろの生活の中で、地域で防災活動に取り組む「自主防災活動」へ参加していただき、「共助」の力を高めましょう。

※県内の自主防災組織率：97.1% (組織されている地域の世帯数 /

県内全世帯数) 令和3年4月1日現在



県では、自主防災活動の参考となる事例や事業を紹介している「自主防災活動事例集(令和3年3月)」を作成しておりますので、ぜひご活用ください。



自分の命を守るために
家族や知人を守るために

高知県防災アプリ

災害時に必要となる
防災情報を**プッシュ通知**で
お知らせします

無料

高知
防災



南海トラフ地震から 命を守るために!

LINE

LINE 公式アカウント

地震対策として知っておきたいことや
防災訓練のお知らせなどを発信していきます



高知県 南海トラフ地震対策課

生き抜くために
南海トラフ地震に
備えちょき



「南海トラフ地震
に備えちょき」を
令和2年12月に改訂
しました。南海トラフ
地震への備えにぜひ
ご活用ください。



1月



12

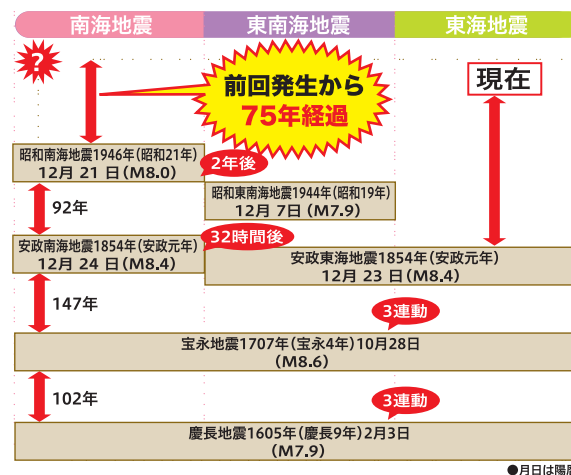
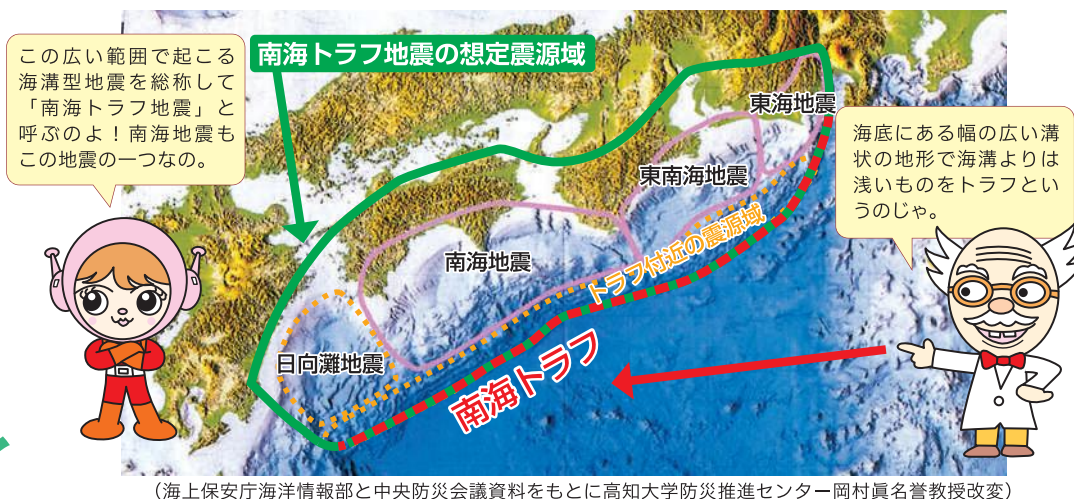
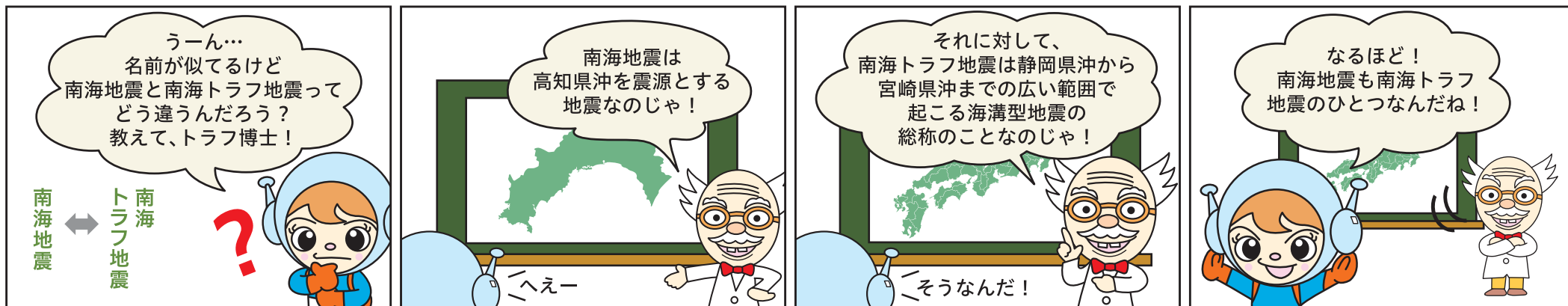
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2

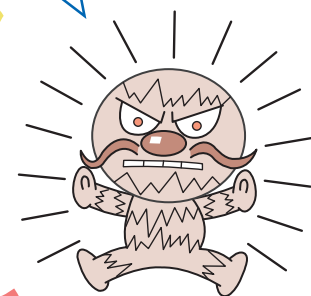
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1 元日
2	3	4	5	6	7	8
9	10 成人の日	11	12	13	14	15
16	17 阪神・淡路大震災 (1995年) 防災とボランティアの日	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1 	2 	3  	4  	5  

南海トラフ地震を知ろう！



南海地震、東南海地震、
東海地震はそれぞれが
単独、時間差、または同
時に発生する可能性が
あるんだー！



1月のポイント！

南海トラフ地震の今後の発生確率

- これまでの南海地震は、おおむね90年～150年ごとに発生しています。
- 昭和南海地震(1946年12月)からすでに75年が経過しており、
次の南海トラフ地震の発生確率は今後30年以内に70～80%と見込まれています。

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは
「備えちよき」
6ページを
ご覧ください。

2月



1

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

3

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

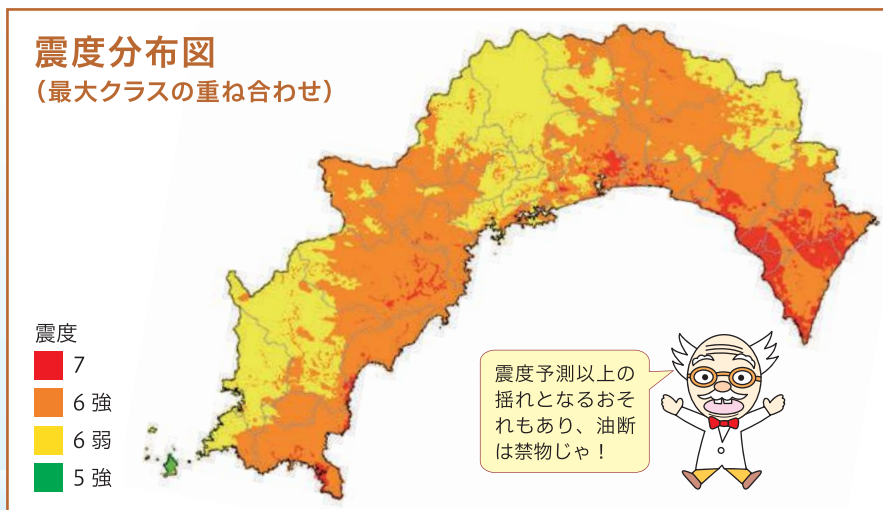
日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3 慶長地震(南海、東南海、東海の三運動:1605年)	4	5
6	7	8	9	10	11 建国記念の日	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23 天皇誕生日	24	25	26
27	28	1	2	3	4	5



南海トラフ地震はどれくらい揺れるの？



震度階級	人の体感・行動	固定していない家具の状況	屋外の状況	耐震性の低い木造建物
6弱	立っていることが困難になる。 	大半が移動し、倒れるものもある。 	壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。	倒れるものもある。
6強	立ってられず、はわないと動けない。飛ばされることもある。 	ほとんどが移動し、倒れるものが増える。	補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。	傾くものや、倒れるものが増える。
7		ほとんどが移動したり倒れたりし、飛ぶこともある。	補強されているブロック塀も破損するものがある。	傾くものや、倒れるものがさらに増える。



2月のポイント！

地震の揺れの大きさ

- 自分が暮らしている地域がどれくらい揺れるのか、確認しておきましょう。
- 地震が発生したら、物が落ちてこない、倒れてこない、移動してこない場所で**頭を守りましょう。**
- 机の下では、**脚を持ちましょう。**

令和2年度高知県「南海トラフ地震に備えよう！」啓発ポスター・標語コンクール (小学校低学年の部) 最優秀賞 高知市立潮江南小学校 3年 田村 泰生さん



南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは「備えちよき」9ページをご覧ください。

3月



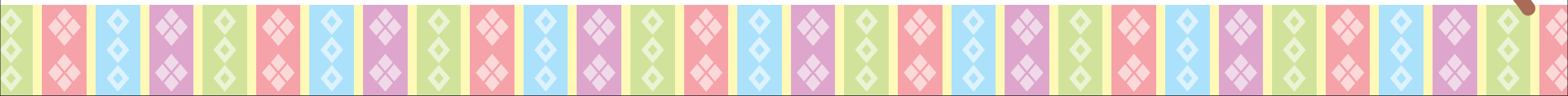
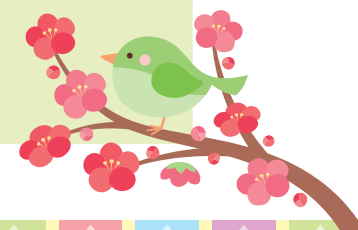
2

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

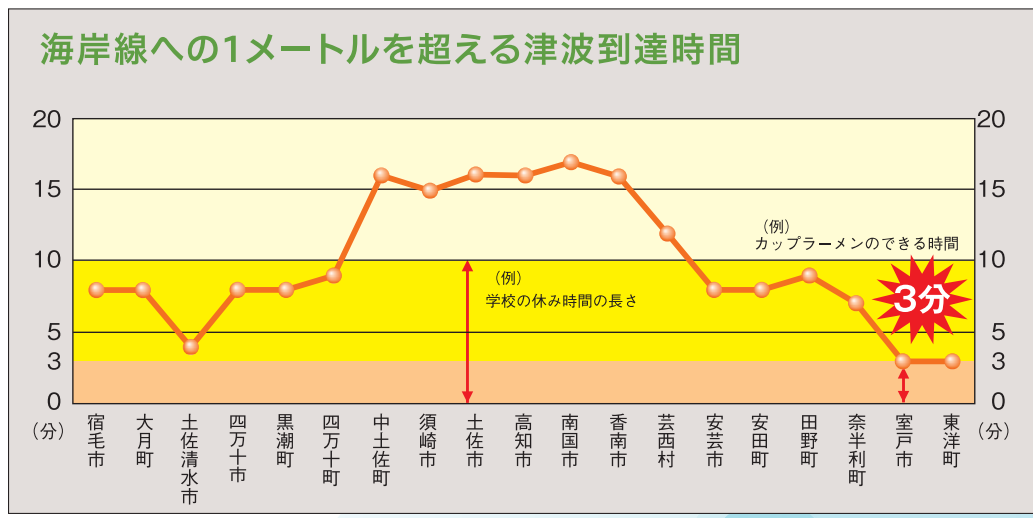
4

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

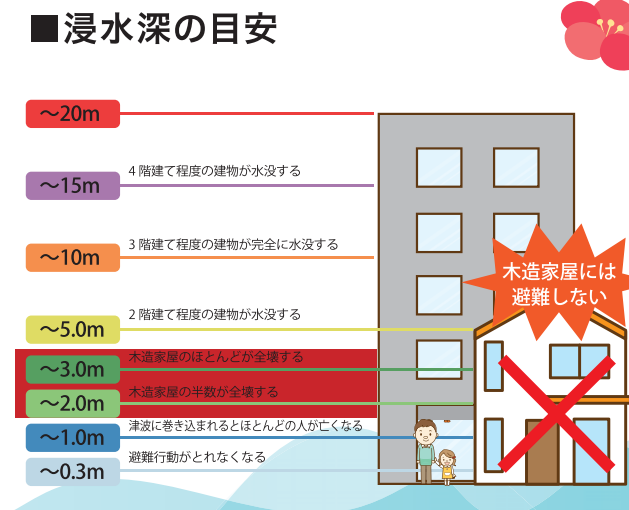
日	月	火	水	木	金	土
27	28	1	2	3 昭和三陸地震 (1933年)	4	5
6	7	8	9	10	11 東日本大震災 (2011年)	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 春分の日	22	23	24 芸予地震 (2001年)	25	26
27	28	29	30	31	1	2



津波にも注意が必要なの？



津波警報・注意報は気象庁から約3分を目標に発表されるザブーン！警報を待っていると避難が間に合わない可能性があるザブーン！！



3月のポイント！

揺れがおさまったら、すぐに高い場所へ避難！

- 揺れがおさまったら、警報・注意報の発表や避難指示を待たずに急いで避難場所へ逃げましょう。
- 津波は繰り返し襲ってきます。警報等が解除されるまで、絶対に避難場所を離れないでください。

※東日本大震災では、津波警報(大津波・津波)が注意報に切り替わるまで29時間以上かかりました。

南海トラフ地震に備えちよき

※詳しくは「備えちよき」12, 28ページをご覧ください。

4月



3

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

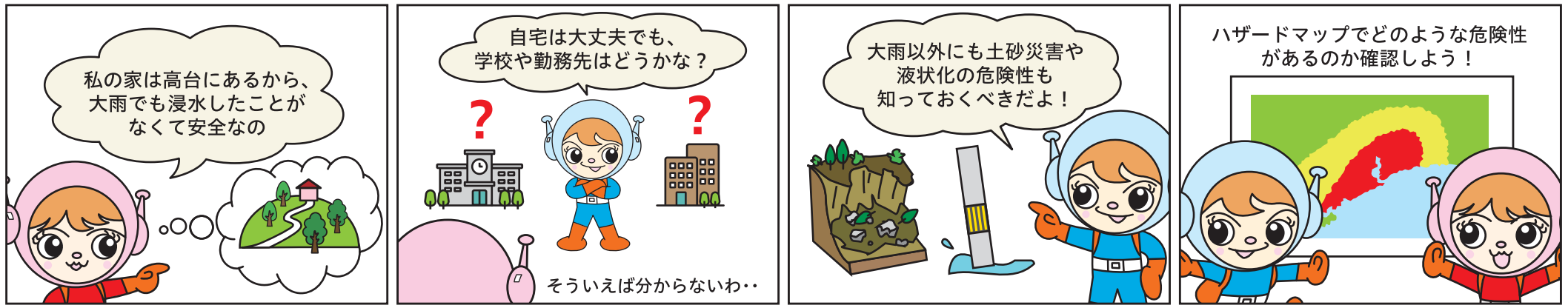
5

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14 熊本地震(前震) (2016年)	15	16 熊本地震(本震) (2016年)
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29 昭和の日	30



ハザードマップで地域の危険性を確認しよう！



ハザードマップとは、災害時の危険情報などを分かりやすくまとめた地図のことじゃ。市町村では、様々な災害に対応したハザードマップを作成しているのじゃ。

高知県防災マップ

地震や大雨などによる洪水・土砂災害のおそれのある場所を知ることができるので、ご活用ください。



高知県防災マップ

検索

津波ハザードマップ (津波の浸水予測時間や浸水深が分かる地図)



(提供 高知市)

土砂災害ハザードマップ (土砂災害のおそれ分かる地図)



(提供 大豊町)

洪水ハザードマップ (河川が氾濫した場合の危険性が分かる地図)



(提供 高知市/作成 株式会社ゼンリン)

避難場所マップ (避難場所が表示されている地図)



(高知県防災マップ)

4月のポイント！

- 日ごろから、**地域にどのような危険性があるのか確認**しておきましょう。
- 過去にどのような災害が発生したのか、**知っておく**ことも大切です。
- 地震によるブロック塀や建物の倒壊などにより、**想定している避難路が通れなくなる心配がないかも現地を確認**しておきましょう。

地域の危険性をチェック！



南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは「備えちよき」17ページをご覧ください。

5月



4

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

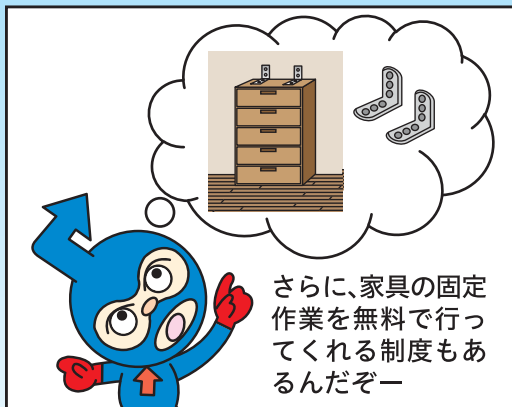
6

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4



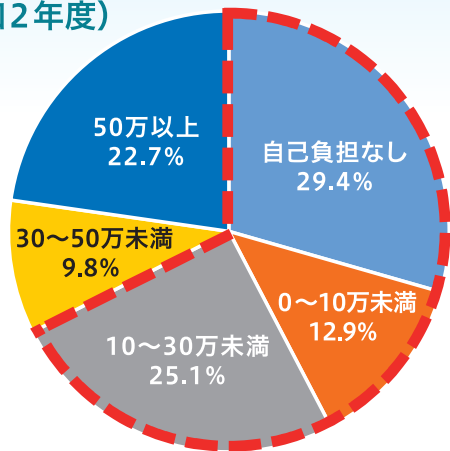
住宅の耐震化・家具の固定をしよう！



約7割弱の人が自己負担額30万円未満で耐震改修工事を実施できているんだ！



耐震改修工事費の自己負担額 (令和2年度)



倒壊のおそれのあるブロック塀の改修や老朽住宅への解体・撤去にも補助金が出る場合があるから、市町村担当課に相談してほしいぞー。



役所が補助金を事業者に直接支払う「代理受領制度」も手間が軽減されるから、利用してね。



ブロック塀の撤去や安全なフェンスなどへの改修



老朽住宅の解体・撤去

5月のポイント！ 補助金制度を活用して、住宅の耐震化や家具の固定などをしよう！

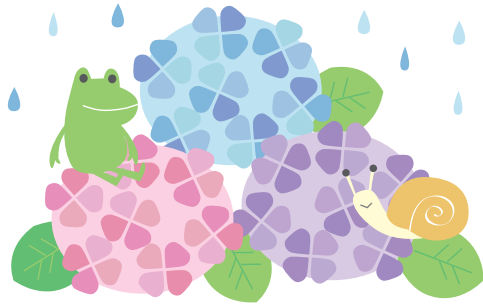
- 住宅の耐震診断や改修、家具の固定作業には補助金制度がありますので、ご活用ください。
- ブロック塀や老朽住宅が倒壊すれば、避難や救助の妨げになる場合があります。改修、解体、撤去などの対策も忘れずに行いましょう。

※阪神・淡路大震災では、神戸市内で亡くなった方のうち95%以上の方が、建物の倒壊で亡くなっています。
※室内の家具固定などの安全対策も大切です。居間や寝室、子供部屋などは重点的に対策をしましょう。

南海トラフ地震に備えちよき

※詳しくは「備えちよき」22ページをご覧ください。

6月



5

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

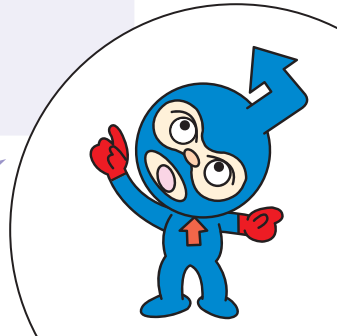
7

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18 大阪府北部地震 (2018年)
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28 西日本豪雨 (2018年6月28日 ~7月8日)	29	30	1	2



6月は土砂災害防止月間
だぞー。



風水害にも備えちょき！



警戒レベル	新たな避難情報等
5	災害発生又は切迫 緊急安全確保 ※1
〜<警戒レベル4までに必ず避難！>〜	
4	ひなんじ 避難指示 ※2
3	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難 ※3
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)



警戒レベル5で避難を開始しても、すでに災害が発生しているかもしれないから、すごく危険なの。



雨雲の動きや避難情報などを簡単に入手できる「高知県防災アプリ」が役に立つから、インストールして欲しいぞー。



['98高知豪雨 平成10年(1998年)9月24日~25日]

香美市土佐山田町繁藤では、総雨量995mmを記録。高知市を中心に死者8名、家屋の全壊25棟、床上浸水9,446棟、被害総額665億円といった甚大な被害が発生した。



【西日本豪雨 平成30年(2018年)6月28日~7月8日】

高知県初となる大雨特別警報が発表され、人的被害が発生したほか、高知自動車道の立川橋の流出や、県内50地区が孤立するなど、甚大な被害が発生した。



6月のポイント！

早め早めの避難で命を守ろう！

●夜間や、道路が浸水してからの避難は大変危険です。

早め早めの避難を心がけましょう。

南海トラフ地震に備えちょき



※詳しくは「備えちょき」64ページをご覧ください。

7月



6

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

8

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5 繁藤災害 (1972年)	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18 海の日	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6



一人で避難することが困難な方へ

最近、足腰が弱ってきて、地震が来た時に、一人で逃げれるか心配じゃー

大丈夫じゃろうか

個別避難計画

自分で避難ができない人のために、市町村では個別避難計画を作成しているんだぞー

計画は一人ひとりの状況に応じた内容となるよう話し合って決めるんだぞー

避難方法
避難支援者
避難経路など

まずは住んでいる市町村に相談じゃな!

自分自身にあった個別避難計画を作るのじゃ!!



日頃から地域ぐるみで備える

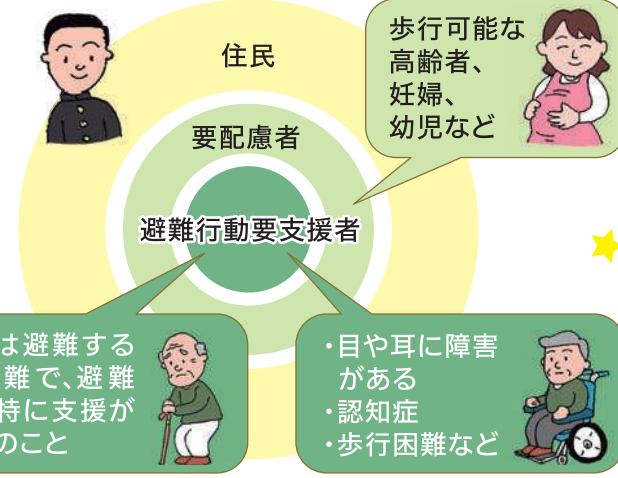
- ・避難場所や避難方法を地域で話し合う
- ・避難訓練や避難所運営訓練に参加するなど



声をかけ合いながら地域ぐるみで逃げる

- ・状況判断をしながら事前に決めておいた方法で逃げる
- ・周りの人と助け合う

災害時に特に配慮が必要な方々への理解を深め、いざというときに地域で助け合える関係づくりが大切よ。



7月のポイント!

みんなで逃げて、みんなで助かる

- 「津波や水害などから逃げるために、誰かの助けが欲しい」「避難すべきかどうか判断できない」などの不安を感じている避難行動要支援者の方は、まずはお住まいの市町村にご相談ください。
- みんなで逃げて、みんなで助かるため、支え合いの地域づくりを進めましょう。

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは「備えちよき」33ページをご覧ください。

8月



7

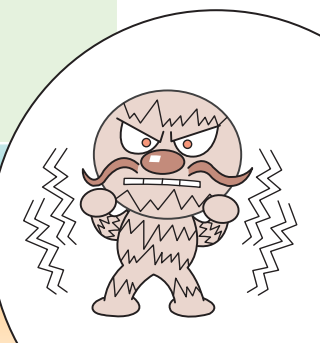
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9

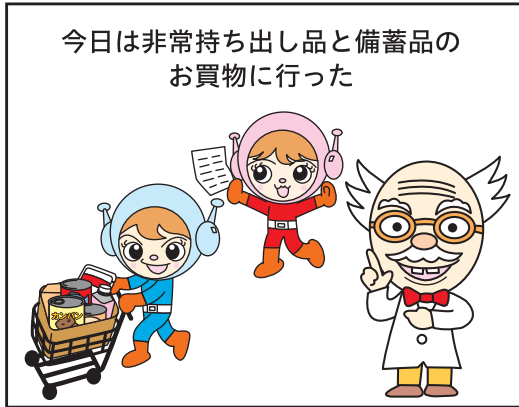
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11 山の日	12	13
14	15	16	17 早明浦豪雨 (2004年8月17日 ~18日)	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

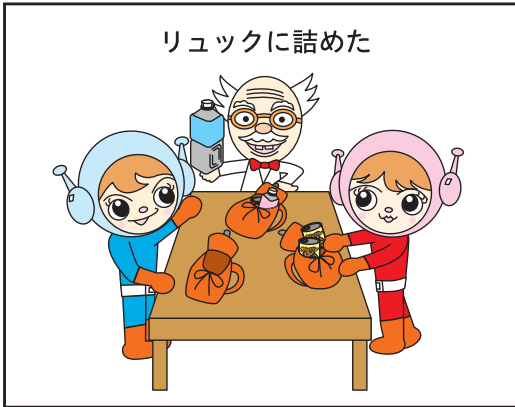
毎年8月30日から9月5日は
「高知県南海トラフ地震対策推進週間」だーん!



非常持ち出し袋を準備しよう!



今日は非常持ち出し品と備蓄品のお買物に行った



リュックに詰めた



その荷物を持ってみてこれじゃ逃げられない!

う〜ん、重い〜



そうか! 非常持ち出し品と備蓄品は違うのね!



できるだけ身軽に避難できるように、非常持ち出し品は必要最低限のものを袋に入れておくんだぞー。すぐに持ち出せるように、分かりやすい場所に保管するんだぞー。



スマートフォンでお薬情報を管理できる「eお薬手帳」も役に立つのじゃ! ぜひダウンロードしてほしいのじゃ。

check!

お薬手帳が役立ちます

処方されたお薬の名前、飲む量・回数・アレルギー歴・副作用歴などの記録が残されています

「eお薬手帳」アプリをダウンロードしよう!

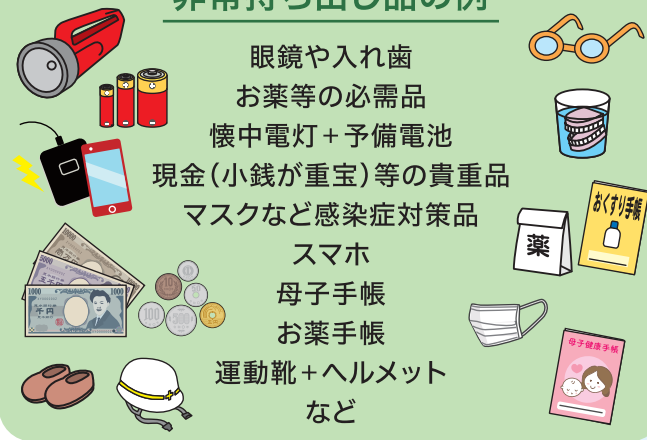
▼Android



▼iOS



非常持ち出し品の例



眼鏡や入れ歯

お薬等の必需品

懐中電灯+予備電池

現金(小銭が重宝)等の貴重品

マスクなど感染症対策品

スマホ

母子手帳

お薬手帳

運動靴+ヘルメット

など

8月のポイント!

- 身軽に避難できるように**非常持ち出し品は必要最低限の量**にしましょう。
- 赤ちゃんや高齢者がいる方など、**家族構成に合わせた準備**も考えてみましょう。

非常持ち出し袋を準備する!

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは「備えちよき」39ページをご覧ください。

9月



8

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

10

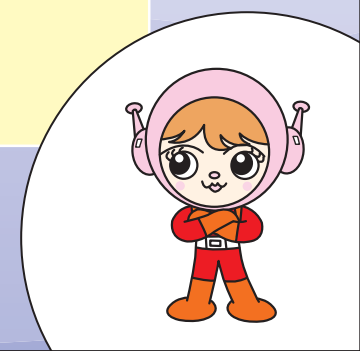
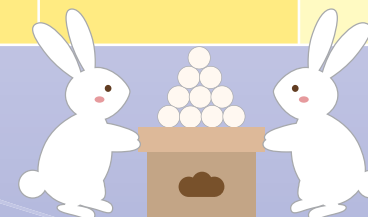
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 関東大震災(1923年) 防災の日	2	3
4	5	6 高知県西南豪雨 (2001年) 北海道胆振東部地震 (2018年)	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 敬老の日	20	21	22	23 秋分の日	24 '98高知豪雨 (1998年9月24日 ~25日)
25	26	27	28	29	30	1

【高知県HP】



毎年9月初旬に「シェイクアウト訓練」を実施しているから、ぜひ参加してね！



ローリングストックで簡単備蓄!

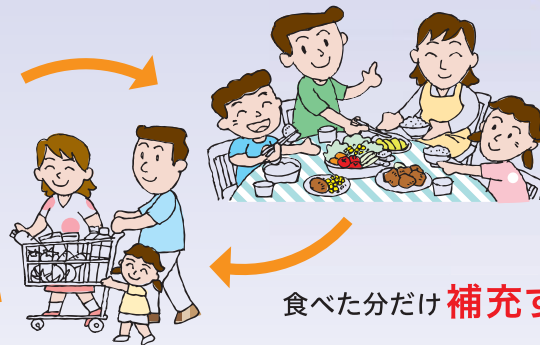


ローリングストックって何かしら?

少し多めにまとめて購入・追加で購入し備える



普段から食べている食材を「備える」「食べる」「補充する」と繰り返す方法のことじゃ。

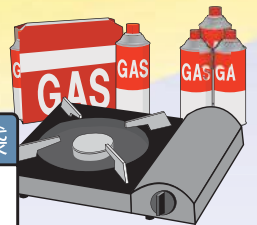


先に購入したものから食べる

食べた分だけ補充する



※カセットコンロとボンベがあれば加熱調理ができ、米・パスタ・乾麺などの普段食べている食品が備蓄品になります。
※トイレ袋も必ず必要です。



9月のポイント!

ローリングストックで簡単備蓄!

- 災害が発生すると、県外から支援が届き始めるのは4日目以降と考えられていますので、最低でも3日以上(可能であれば1週間分以上)の備蓄をしておきましょう。
- 水や食料はもちろんトイレ袋もしっかり備蓄しておきましょう。
- 寒さ対策として使い捨てカイロや感染症対策としてマスクなども役立ちます。また、生理用品や母子手帳なども必要に応じて準備しておきましょう。

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは「備えちよき」40ページをご覧ください。

10月



9

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

11

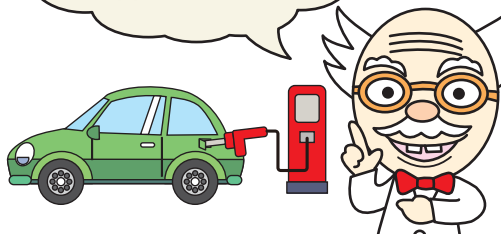
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10 スポーツの日	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28 宝永地震(南海、東南海、東海の三連動:1707年)	29
30	31	1	2	3	4	5



車の燃料も大切な備蓄品

飲食料品のほかにも
車の燃料も大切な
備蓄品なのじゃ！



東日本大震災では、ガソリンスタンドで
大渋滞がおり、緊急車両などに
影響が出ました



南海トラフ地震が発生すると、
県外からの応援が始まるまでの
「3日間は燃料が足りない」と
試算されています



燃料が半分になる前に
満タンにするのじゃ！



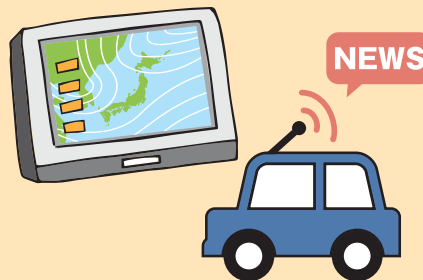
車に燃料があれば…

ガソリンスタンドでの渋滞を
回避できます



携帯電話を充電できます

ラジオやカーナビテレビで
情報収集できます



エアコンで暑さ寒さをしのげます！

ドライバーの誰もが
できる対策だぞー。

10月のポイント！

車の燃料が半分になる前に満タン給油！

- 東日本大震災では、製油所・輸送車両・地域のガソリンスタンドなどの被災によるガソリンの供給不足が発生し、**車への燃料補給が困難**になりました。
 - 災害に備えるために、**常に燃料の残量は半分以上**にしておきましょう。
- ※災害時は緊急車両などへ優先的に給油するため、**一般車両への給油は制限**されます。

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは
「備えちよき」
42ページを
ご覧ください。

11月



10

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

12

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

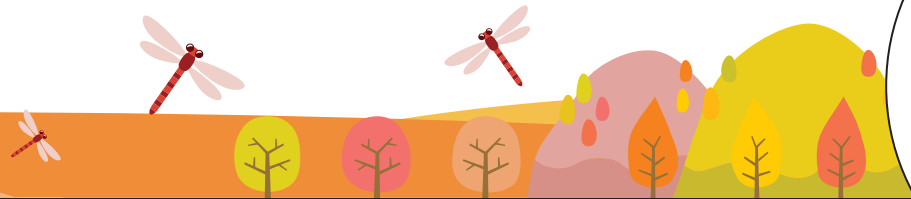


日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3 文化の日	4	5 世界津波の日、津波防災の日
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

【内閣府HP】



11月5日は「津波防災の日」だザブーン。
全国的に様々な訓練やシンポジウムが開催
されているので、参加して欲しいザブーン。



地震火災を防ごう！

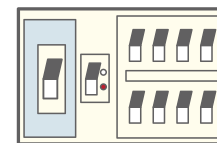
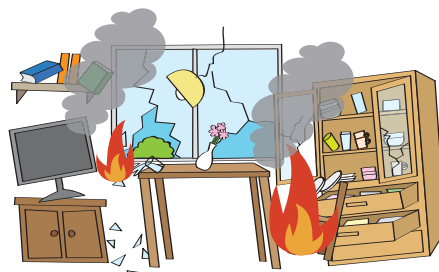
大きな地震の発生時には、
「火災による被害」にも
注意が必要です



電気ストーブなどが揺れて、
周りの物に触れて出火したり、



電気が復旧したことで、通電により
火災が発生することもあります



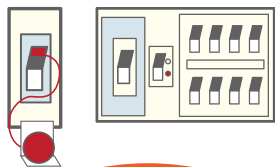
暖房機器の周りに
可燃物は置かない！
住宅用消火器や
感震ブレーカー(※)を
設置しよう！



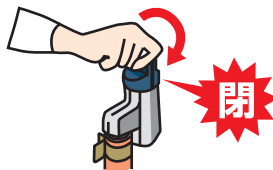
※感震ブレーカー（地震の揺れを感知し、自動的に電源を切ります。）

家で行う出火防止対策

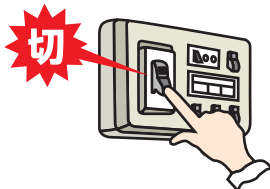
簡易タイプ・分電盤タイプ



自宅から避難する前に
ブレーカーを
落とす



事前の対策として
感震ブレーカーを
設置する



自宅から避難する前に
ガスの元栓を
閉める

東日本大震災におけ
る火災のうち過半数
が電気関係の出火
だったの。



東日本大震災における火災の発生原因



電気ストーブ、電気スタ
ンドなどの家電製品が
可燃物に触れて出火



家具が転倒し、
ケーブルが潰れて出火

ベッドに引火



タンスなどが
転倒し、家電製
品から出火



コンセント部
分に水がかか
り発熱・発火

11月のポイント！

地震火災にも備えよう！

- 出火防止対策として、「感震ブレーカーを設置する」「避難開始前にブレーカーを落とす」「ガスの元栓を閉める」を徹底しましょう。
- 感震ブレーカーは住宅での電気機器類の使用状況に応じて適切なものをお選びください。
- 暖房器具の周りに可燃物は置かないようにしましょう。

南海トラフ地震に備えちよき



※詳しくは
「備えちよき」
35ページを
ご覧ください。

12月



11

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

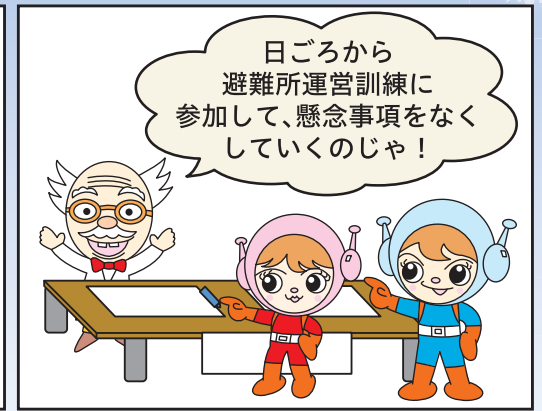
1

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7 昭和東南海地震 (1944年)	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21 昭和南海地震 (1946年)	22	23 安政東海地震 (1854年)	24 安政南海地震 (1854年)
25	26	27	28	29	30	31



避難所での生活は何に気をつければいいの？



避難先で必要なものを今のうちから確認しよう

日ごろの人と人とのつながりを大切にしよう

避難所の運営は避難者自身で行えるように訓練をしよう

親せき宅や知人宅など、分散避難も検討してみるんだぞー。避難所以外に避難する場合でも、避難所の名簿に登録すれば、必要な物資や情報などを受け取ることができるぞー。

感染症対策のために、マスクの着用や手洗いなどに努めよう

事前に避難所運営のマニュアルを作成しておこう

要配慮者に配慮しよう

県では、「避難所における要配慮者支援ガイド」を作成したので、ぜひ参考にしてほしいのじゃ。

12月のポイント！


避難所の環境づくり

- 避難所の運営は**基本的に避難者自身に行っていただきます**。日ごろから訓練に参加し、避難所運営マニュアルの実効性を高めましょう。
- 避難所生活では、様々な困難が予想されます。避難所がより良い環境になるよう、**みんなで協力し、助け合いましょ**う。
- 高齢者や障害がある方、妊産婦・乳幼児、日本語の理解が十分でない外国人などにも配慮**しましょう。

南海トラフ地震に備えちよき

※詳しくは「備えちよき」47、66ページをご覧ください。

避難所における要配慮者支援ガイド



お問い合わせ窓口
高知県危機管理部
南海トラフ地震対策課

☎088-823-9798

本カレンダーについて、アンケートへのご協力をお願いします

<http://www.pref.kochi.lg.jp/form/010201/bousaicalendar-impression.html>



- 4月(津波ハザードマップ)の地図は測量法第29条に基づく承認「平25情復、第818号」を得て、国土地理院発行の電子地形図25,000オンラインを複製したものを一部転載したものである。
- 4月(土砂災害ハザードマップ)の地図は測量法第29条に基づく承認「平29情復、第1536号」を得て、国土地理院発行の電子地形図(タイル)を複製したものを一部転載したものである。
- 4月(避難場所マップ)の地図は測量法第29条に基づく承認「平25情使、第896号」を得て、国土地理院発行の電子地形図25,000オンラインを複製したものを一部転載したものである。