

避難の際に役立つ情報

災害時の安否確認

「災害用伝言ダイヤル 171」、「災害用伝言板 web171」は、災害時のつながりにくい状況において被災地の方の安否確認を行う伝言板です。災害時の安否確認の手段として覚えておいてください。

体験利用日があります。

- 毎月1日及び15日
- 正月三が日
- 防災週間
(8月30日9:00~9月5日17:00)
- 防災とボランティア週間
(1月15日9:00~1月21日17:00)



ご利用方法

災害用伝言ダイヤル 171

利用ガイダンスにしたがってご利用ください。

伝言の録音方法

- 1 **171** にダイヤルする
▼ガイダンスが流れます
- 2 録音する場合は **1** 暗証番号を利用する録音は「3」
▼ガイダンスが流れます
- 3 () () () () () () () () () () () ()
被災地の電話番号、携帯電話・PHS電話の電話番号をダイヤルしてください。
※市外局番から入力してください。

伝言の再生方法

- 1 **171** にダイヤルする
▼ガイダンスが流れます
- 2 再生する場合は **2** 暗証番号を利用する再生は「4」
▼ガイダンスが流れます
- 3 () () () () () () () () () () () ()
被災地の電話番号、携帯電話・PHS電話の電話番号をダイヤルしてください。
※市外局番から入力してください。

災害用伝言板 web 171

画面の指示によりご利用ください。

登録方法

- 1 <https://www.web171.jp> にアクセス
- 2 電話番号を入力
() () () () () () () () () () () ()
被災地の電話番号・携帯電話・PHS電話の電話番号を入力してください。
※市外局番から入力してください。
- 3 画面の指示に従って、文字による伝言を登録してください。

閲覧方法

- 1 <https://www.web171.jp> にアクセス
- 2 電話番号を入力
() () () () () () () () () () () ()
被災地の電話番号・携帯電話・PHS電話の電話番号を入力してください。
※市外局番から入力してください。
- 3 画面の指示に従って、文字による伝言を追加登録してください。

ヘルプカード

義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の方、妊娠初期の方など、外見からは支援や配慮を必要とすることが分からない方が普段から携帯することにより、災害時や日常生活の中で困ったときに、周囲の方に必要な支援や配慮を求めめるためのカードです。

<p>お願い・その他</p> <hr/> <p>カード記入日 年 月 日</p>	<p>あなたの支援が必要です。</p> <h2>ヘルプカード</h2> <p>●所有者が困っていたら、開いて、中を確認してください。</p> <p>長岡京市 </p>
<p>ふりがな 氏名</p> <hr/> <p>住所</p> <hr/> <p>電話番号</p> <p>生年月日 T・S・H・R 年 月 日生</p> <hr/> <p>障がい 病名</p>	<p><input type="checkbox"/>自宅 <input type="checkbox"/>その他 ()</p> <p>緊急連絡先 <input type="checkbox"/>自宅 <input type="checkbox"/>その他 ()</p> <p>かかりつけ 医の連絡先</p> <hr/> <p>服用している薬</p>

水害時の

在宅避難の注意点

コラム

自宅の**浸水継続時間**をハザードマップで確認を。孤立しないようご**近所や家族**との定期的な連絡を。

自宅の2階等に移動した場合の問題点

- ① 浸水が長期化した場合の問題
 - ・ 浸水深が深い場合には、家から外へ出られない
 - ・ 備蓄していても水や食料等がなくなる
 - ・ 衛生環境が悪化する
 - ・ 病人が出た場合に対応が難しい
 - ・ 定期的な診療を受けている人は診療を受けられない
- ② 電気、ガス、水道が止まった場合の問題
 - ・ 停電等により情報を得ることができなくなる
 - ・ トイレの水が流せなくなる
 - ・ 生活環境が悪化する
- ③ マンション等の高層階での避難生活が続いた場合の問題
 - ・ エレベータが止まり、階段での移動を余儀なくされる
 - ・ 低層階からの水・食料等の救援物資が調達しにくくなる
 - ・ 病人が出たとき、階段での移動は困難を極める等
- ④ 避難生活で孤立した場合の問題
 - ・ 体調を崩した場合の対応が難しい
 - ・ 情報を得られない場合、不安になる



車中泊避難の過ごし方

豪雨時の屋外の移動は**車も含め危険**です。やむをえず**車中泊をする場合**は、浸水しないよう**周囲の状況等を十分確認**して下さい。

エコノミークラス症候群予防のために

- ① こまめに水分補給
- ② 定期的に運動・ストレッチを行いましょう。また、弾性ストッキングを履くと効果があるといわれています。

- 状況に応じて冷暖房を活用
- 最寄りの避難所で「避難者登録」をしましょう
- 他の避難者のいる場所ではエンジンの使用は最小限に
- 余震による倒壊や、再度の大雨による浸水等から安全で、水平な場所に駐車

