

平常時／今後気象状況悪化のおそれ

気象状況悪

災害のおそれ

災害発生

気象・避難情報
(気象庁)

平常時の確認事項

ハザードマップで
確認しましょう

(警戒レベル1)
早期注意情報

必要なものを準備

すべての方に必要な備え

☐常備薬 ☐応急医薬品 ☐お薬手帳 ☐現金 ☐身分証明書 ☐マイナ保険証(資格確認証) ☐携帯電話(充電器) ☐飲料水 ☐非常食
☐懐中電灯 ☐手袋、軍手 ☐携帯ラジオ ☐口腔ケア用品 ☐マスク ☐災害用トイレ ☐生理用品 ☐ビニール袋 ☐衣類

医療を必要とする方に必要な備え

☐手袋 ☐アルコール綿 ☐吸引チューブ ☐蒸留水／精製水 ☐注射器 ☐紙おむつ ☐義歯 ☐嚥下補助食品 ☐栄養剤☐注入セット
☐吸引器 ☐非電源式吸引機 ☐吸引ポンプ ☐人工呼吸器 ☐蘇生バッグ ☐予備呼吸器回路 ☐予備気管カニューレ ☐加温加湿器

荷物の重量が20kgを超えることもあります。いざというときは周囲の助けも必要になります。
ご家族だけではなく、地域の方たちとのコミュニケーションも大切にしましょう。



○自宅の状況を確認(自宅周辺の災害リスクを確認しましょう。)

淀川 浸水深 : _____ 寝屋川・古川 浸水深 : _____

自宅が「土砂災害警戒区域」のエリア内にある ☐ はい ☐ いいえ

自宅が「家屋倒壊等氾濫危険区域」のエリア内にある ☐ はい ☐ いいえ

○避難する場所(実際に避難した場合、どのような場所なら避難生活が出来るかを考えましょう。)

☐浸水域外の避難所 ☐浸水域外にある親戚・知人の自宅 ☐近くの頑丈な建物

☐自宅の浸水しない場所(2階など) ☐その他(_____)

避難先 : 避難先① _____ 避難先② _____

避難方法 : _____

避難する場所までの移動時間 : ① _____ ② _____

○避難する際に支援してくれる人 名前 : _____ 電話 : _____

(警戒レベル2)
河川氾濫・大雨・土砂
災害・高潮注意報
【避難行動の確認】

避難する際の注意点を考えましょう。

☐避難場所の開設状況を確認 ☐戸締り、電気ブレーカーを切る
☐火の元、戸締りの確認 ☐避難すること、避難先を家族へ連絡
☐非常用持出袋を持って避難準備 ☐動きやすい服、靴を履いて避難準備

在宅酸素など高度医療
機器を使用されている方
は、平時から業者に発災
時の対応など確認してお
きましょう

(警戒レベル3相当)
河川氾濫・大雨・土砂
災害・高潮警報
【高齢者等避難】

★避難のポイント★

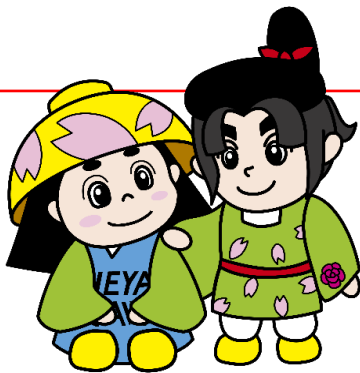
台風や大雨を想定し、雨が強くなる前に必要な事前準備を考えましょう。

☐テレビ等で天気予報を確認 ☐避難場所、避難経路の再確認 ☐家族の予定を確認
☐携帯電話の早めの充電 ☐非常用持出袋の再確認 ☐持病薬の準備
☐家の周りにある風に飛ばされそうな物の片づけ

(その他自由記載)

(警戒レベル4相当)
河川氾濫・大雨・土砂
災害・高潮危険警報
【避難指示】
全員避難！

急な大雨は短時間で状況が大きく変化します。
自宅の外に避難する場合は、雨や風が強くなる前に避難するようにしましょう。



避難対象区域の方は、ここまでに避難を完了

(警戒レベル5相当)
河川氾濫・大雨・
洪水・高潮特別警報
【緊急安全確保】

- すでに安全な非難が出来ず、命が危険な状況。
- 避難が完了していない場合は直ちに避難を開始。
- 外に避難することでかえって危険な場合は、その時点にいる建物内の安全な場所で安全を確保してください。



家族データ

～避難後、家族が離れ離れ
になった時のために～

名前	電話番号	必需品	昼の居場所	備考
例) 寝屋 太郎	090-*****-*****	インスリン注射	デイサービス	杖が必要

参考:
茅ヶ崎市、仙台市のマ
イ・タイムライン、寝屋
川市「命を守るワガヤ
ノ防災」
気象庁HP「新たな防災

暴風雨などの災害時の情報入手方法を事前に確認しましょう！

テレビから

□テレビのdボタン(データ放送)

テレビのdボタンを押せば、データ放送を通して災害情報や避難所開設状況、ライフラインなどの情報を見ることができます。

携帯電話・スマートフォン・パソコンから

□大阪府防災情報メール おおさか防災ネット

あらかじめ登録した府民に対し、府内の災害情報を配信。ウェブサイトでは、幅広い防災情報を集約して掲載しています。
まず以下のアドレスに空メールを送信し、登録を行ってください。右のQRコードを読み込んでメール送信することも可能です。

touroku@osaka-bousai.net

□市公式アプリ もっと寝屋川

暮らしに役立つ情報を提供するアプリです。普段の生活情報のほか、防災マップや避難所情報等多様な情報を提供しています。右のQRコードからダウンロードが可能です。



iOS (iPhone) 用 Android 用



地震などの災害時の自宅の安全対策

家具が倒れてこないように、固定したり、配置を考え、災害に備えておきましょう！

「地震による負傷原因の3割～5割は、家具類の転倒や落下によるもの」(内閣府：防災情報より)

	目的	方法
1. 家具の固定・配置	地震などの揺れによる転倒を防止。	大きな家具(本棚、タンス、冷蔵庫など)を壁に固定する。 専用の固定具を使用。
2. 窓やガラスの保護	窓ガラスの飛散による怪我を防ぐ。	窓に飛散防止フィルムを貼る、 または耐震ガラスを使用。
3. 避難経路の確保	緊急時に安全に避難できる経路を確保。	家の中の避難経路(廊下、階段)を障害物なく保つ。 障害物な家具の配置を見直す。
4. 電気・ガスの安全対策	火災のリスクを減少させる。	使用していないガス機器は元栓を閉める。 ストーブ等の暖房機器の周辺は整理整頓し、 可燃物を近くに置かない。
5. 緊急連絡先の掲示	緊急時にすぐに連絡が取れるようにする。	家族の連絡先や、 近隣の避難所の情報を目に見える場所に掲示。
6. 備蓄品の整理	必要な物品をすぐに取り出せるようにする。	食料や水、医療品を専用の収納場所にまとめ、 定期的にチェック。

在宅で医療機器を使用する難病患者さん向けの災害対策のポイント

皆さんもぜひ参考にして、今日から対策を始めましょう！

□ 食料や水、医療品を最低3日分用意しましょう。

□ 災害時の避難先をあらかじめ決めておくことが重要です。

□ 酸素療法を受けている方は、予備の酸素ボンベを用意しましょう。

□ 医療機器のためのバッテリーや発電機を準備しておく心安心です。

□ お住まいの地域のハザードマップを確認し、危険な場所を把握しましょう。

