

# 災害時の助け合い

## 自主防災組織への参加

自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識のもと、自主的に連携して防災活動を行う組織です。積極的に参加し、地域の活動に取り組みましょう。

### 自主防災組織の活動例

#### 平常時の活動

- 自主防災訓練（災害時の活動の習得）
- 防災研修会を開催（防災知識の普及）
- 防災点検（危険箇所や災害時要援護者の把握等）
- 地区防災マップの作成
- 地区防災計画の作成・見直し

#### 災害時の活動

- 災害対策本部の設置
- 災害時要援護者への情報伝達、安否確認、避難誘導
- 危険箇所の見回り、市災害対策本部への報告
- 避難所設営・運営への協力

## 災害時要援護者

災害時要援護者（高齢者、子ども、外国人、障害者など）は、災害時の避難行動に時間がかかります。災害時には次のような支援をしましょう。

<h4>高齢者・寝たきりの方</h4> <p>緊急時には、おぶって安全な場所まで避難する。複数の支援者で対応する。</p> 	<h4>妊娠中の方</h4> <p>転倒しないよう必要に応じて支える。お腹の張りなど体調に気を配る。</p> 	<h4>乳幼児のいる家庭</h4> <p>まめに声をかけ、荷物を持ったり子どもと手をつなぐなど手助けをする。</p> 	<h4>外国人の方</h4> <p>身振りや手振りで話しかけ、孤立しないように支援する。</p> 
<h4>車いすをお使いの方</h4> <p>階段では2人以上で支援。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。</p> 	<h4>視覚障害のある方</h4> <p>誘導する際は、支援者のひじのあたりを軽く持つてもらいゆっくり歩く。</p> 	<h4>聴覚障害のある方</h4> <p>口をはっきりと開け、顔を見て話し、筆談、身振りなどで正確な情報を伝える。</p> 	<h4>知的・精神障害のある方</h4> <p>状況等をゆっくりと丁寧に繰り返し伝える。言葉が伝わりにくいときは絵や文字で伝える。</p> 

### 平常時から災害に備えた準備を！

隣近所の日頃のお付き合い（コミュニケーション）が減少していませんか？災害はいつやってくるのかわかりません。日常生活での地域との交流や近隣による見守りこそが、災害時に生きてくるのではないのでしょうか。平常時から声掛けや防災訓練への参加の働き掛け、要援護者の所在確認などに取り組みましょう。また、支援を必要とする方自身も、避難するための必要物品の準備、防災訓練への参加や地域の人たちとの交流を心掛けましょう。市では、要援護者が地域の人たちとともに避難できるように、要援護者一人ひとりの避難計画（個別支援計画）の作成を支援しています。



問い合わせ先

- 福祉部 社会福祉課
- 福祉部 長寿福祉課

電話：0795-22-3111（代）

# 防災関係機関一覧

施設名称	所在地	電話番号	地図	
			計画規模降雨	想定最大規模降雨
西脇市役所 （くらし安心部 防災安全課）	西脇市下戸田128-1	0795-22-3111	P23 P31	P51 P59
西脇消防署（119）	西脇市野村町1796-502	0795-22-0119	P31	P59
西脇消防署西脇北出張所（119）	西脇市寺内515-1	0795-24-0119	P24	P52
西脇警察署（110）	西脇市郷瀬町666-6	0795-22-0110	P23	P51
ライフライン事業者		電話番号	備考	
電気	関西電力送配電株式会社	0800-777-3081	—	
電話	NTT西日本	113	—	
電話	NTT西日本	0120-444-113	ひかり電話・携帯電話・PHS	
都市ガス	伊丹産業株式会社	0795-22-8000	—	
LPGガス	各契約業者にご連絡ください	—	—	
上下水道	西脇市役所建設水道部	0795-22-3111	—	

## 災害用伝言ダイヤル171

大きな地震などが発生すると、電話がつながりにくくなります。安全であることを伝えたいときは、災害用伝言ダイヤル（171）を使いましょう。



※ガイダンスが流れるので、その指示に従って落ち着いて録音・再生してください。

いざというときに備えて、年に一度は家族で体験利用してみましょう。また、電話会社によって掲載日以外でも利用できる場合がありますので、各ホームページなどで確認してみましょう。

#### 体験可能日

- 毎月1日・15日
- 1月15日～1月21日
- 1月1日～1月3日
- 8月30日～9月5日

## 避難所一覧（福祉避難所）

施設名	住所	電話番号	地図		地震	風水害
			計画規模降雨	想定最大規模降雨		
しばざくら荘	上戸田194-1	0795-23-5958	P24	P52	○	○
特別養護老人ホーム コモエスタにしわき	蒲江551-1	0795-23-6551	P24	P52	○	○
特別養護老人ホーム楽寿園	前島町260-1	0795-23-7700	P14	P42	○	○
特別養護老人ホームオンバリーコ	上比延町1422-14	0795-25-0050	P25	P53	○	○
青年の家	上比延町1434-8	0795-22-3703	—	—	○	○
特別養護老人ホームみぎわ園	八坂町213-1	0795-22-1358	P30	P58	○	○
特別養護老人ホーム向陽苑	黒田庄町黒田783	0795-28-3293	—	—	○	○
西脇市黒田庄福祉センター	黒田庄町前坂2140	0795-28-5708	—	—	○	○

福祉避難所への避難には一定の条件があります。開設状況は市役所（0795-22-3111）へお問い合わせください。