

实用 安全・安心 ハンドブック

～テロや武力攻撃から身を守る方法と国民保護～



万一の場合にどうする？

1 こんなことが身近で起こったら P3~8

急な爆発の発生 P3

- とっさに姿勢を低くし、身の安全を図り、頑丈なテーブルなどの下に隠れましょう。
- 火災の発生時は、煙を吸い込まないようにしましょう。
- 瓦礫（がれき）に閉じ込められた時は、配管などを叩き、自分の居場所をまわりに知らせましょう。

不審物の散布 P4~6

- 化学剤（サリンなど有毒な化学物質による攻撃）
化学剤に触れたり、吸い込まないようにし、風上や上階に避難しましょう。
- 生物剤（天然痘などのウィルス・細菌類による攻撃）
感染しないよう、外出を控えましょう。
- 核物質（放射性物質を爆弾などでばら撒く攻撃）
現場から速やかに離れ、体を洗いましょう。

武力攻撃の発生 P7~8

- 弾道ミサイル攻撃、ゲリラや特殊部隊による攻撃、航空攻撃
堅牢な建物や地下施設などの屋内に避難しましょう。
- 着上陸侵攻
遠方への長期の避難が必要となる場合があります。避難の指示にしたがい行動しましょう。

2 その場で出来る応急処置 P9~10

- テロや武力攻撃の場合は、現場が混乱し、普段のように救急車がかつけられない場合があります。
- 怪我や心肺停止への応急処置を知っておきましょう。

3 警報などが発令されたら P11~13

警報が発令されたら P11

- 行政機関から警報が発令されたら内容を確認し、落ち着いて行動しましょう。
- 屋外にいる時は、堅牢な建物の中などに避難しましょう。

避難の指示が出されたら P13

- 行政機関から避難の指示が出されたら、係員等の誘導にしたがい、落ち着いて避難しましょう。
- 避難所や遠方に避難する際は、非常持ち出し品（18ページ）をチェックのうえ、しっかりと家の戸締りをしましょう。

日頃からの備えは大丈夫？

1 緊急時連絡先・避難先を決めておこう P16

- いざという時のために、家族全員の連絡先や落ち合う場所を日頃から決めておきましょう。
- 災害時伝言ダイヤルなどの使い方を家族で練習しておきましょう。

2 備蓄品・非常持ち出し品を点検しよう P17

- 非常時に備え、家庭の備蓄品や非常持ち出し品を日頃からチェックしておきましょう。
- 電気・ガス・水道などライフラインの停止に備え、家族全員分の準備をしておきましょう。

3 緊急時の情報入手先を知っておこう P19

- テレビ、ラジオ、インターネット、電話など様々な方法を利用して、幅広い情報を集めましょう。

1 こんなことが身近で起こったら

急な爆発が発生したとき

テロなどにより、身の回り（駅、空港、デパート、ショッピングセンターなどを含む）で爆発が発生したときは、次のとおり対応しましょう。

●身の安全の確保

- とっさに姿勢を低くし、身の安全を図りましょう。
- 周囲で物が落下している場合には、落下が止むまで、頑丈なテーブルなどの下に身を隠しましょう。



●瓦礫（がれき）に閉じ込められた時

- 動き回って粉じんをかき立てないようにしましょう。ハンカチなどで口と鼻を覆いましょう。
- 配管などを叩き*、自分の居場所をまわりに知らせましょう。
- 粉じんなどを吸い込む可能性があるので、大声を上げるのは最後の手段としましょう。
- 明るくするためにライターなどで火をつけることは避けましょう。



*配管などを叩いても居場所を知らせることができないときは、粉じんを吸い込まないように注意を払いながら、携帯電話の使用も検討しましょう。

●通報

- 警察（110番）や消防（119番）にすぐ連絡しましょう。
- その際、警察や消防の指示に従って、落ち着いて行動しましょう。

●けが人の手当

- 応急処置（9ページ）を参考に、手当などに協力しましょう。

●火災の発生時

- 煙を吸い込まないようにハンカチなどで、口と鼻を覆いましょう。
- できる限り低い姿勢をとり、建物から出ましょう。
- 煙で前が見えない場合は、点字ブロックや壁に手を当て、方向を確認しながら避難しましょう。

不審物が散布されたとき

人に危害を与える目的で不審物*がまかれた場合は、特別な対応が必要になります。

駅、空港やショッピングセンターなど人が大勢集まる所では、日頃から、不審な手荷物やビンなどに注意を呼びかけていますが、万一の場合に備え、その特徴と対処方法を知っておきましょう。

*不審物…多数の人を殺傷する特性を有する物質。

化学剤

化学剤は、その特性により、神経剤、びらん剤、血液剤、窒息剤などに分類されます。微量でも、目の充血、咳き込み、かゆみ、嘔吐感などの症状が比較的早く現れます。

●現場からの避難

- ハンカチなどで口と鼻を覆い、その場から直ちに離れましょう。
- 化学剤は、風下方向に拡散し、空気より重いサリンなどは、下を這うように広がります。上の階や風上などに避難しましょう。
- 化学剤に近づいてはいけません。漏れつづけていても、そのまま放置してください。化学剤の処置は、防護服を着用した消防や警察の職員などに任せましょう。
- 屋内に避難する場合、窓を閉め、目張りにより室内を密閉し、できるだけ窓のない中央の部屋に移動しましょう。

●通報

- 駅や施設の係員又は警察（110番）や消防（119番）に通報しましょう。

●接触・吸入の可能性のあるとき

- 体の不調を感じた場合には、その旨を係員（警察、消防）などに告げましょう。
- 除染（化学剤を洗い流すこと）や治療が必要な場合があります。行政機関などの指示に従ってください。
- 上着などに付着したときは、その場で脱ぎビニール袋などに入れて密封しましょう。頭からかぶる服は、はさみなどで切り裂いて脱ぎましょう。
- その後、近くに水道の蛇口などがある場合は、手、顔、体などを水と石鹸でよく洗いましょう。
- 運転中に症状が現れることがあります。運転はできるだけ避けましょう。

ひとくちメモ

【化学剤の例と主な症状】

神経剤	サリン、VX等	縮瞳、流涙、嘔吐、痙攣、呼吸困難等
びらん剤	マスタード、ルイサイト等	皮膚の痛み、疱疹、目の充血、呼吸困難等
血液剤	シアン化水素、塩化シアン等	めまい、嘔吐、頭痛、呼吸困難等
窒息剤	塩素、ホスゲン等	流涙、嘔吐、呼吸困難等

参考文献：「テロ災害に対する消防活動テキスト」（消防庁）ほか

ココがポイント

- ① 化学剤に接触したり、吸い込まないようにすること
- ② すぐに現場を離れ、風上又は高い所に避難すること
- ③ 接触した可能性があるときは、速やかに脱衣又は洗い流すこと

生物剤

生物剤は、人体に有害な細菌やウイルスなどで、人に知られることなく散布されるおそれがあります。

生物剤に接触したり、吸い込んだ場合、感染症状を起こし、死に至ることがあります。

また、発症までの潜伏期間があるため、知らないうちに感染を拡げてしまう場合があります。

●現場からの避難

□ハンカチなどで口と鼻を覆い、その場から直ちに離れましょう。

□生物剤は、風により飛散します。風上などに避難しましょう。

□屋内に避難するときは、屋外で衣服を脱いで、ビニール袋などに入れて密閉しましょう。

□屋内では、窓を閉め、目張りをして室内を密閉し、できるだけ窓のない中央の部屋に移動しましょう。



ココがポイント

① 生物剤に接触したり、吸い込まないようにすること

② すぐに現場を離れ、風上に避難すること

③ 感染のおそれがある場合は、速やかに医師の診断を受けること

④ 感染拡大期は不要不急の外出を控え、万一、外出する際は必ずマスクなどを着用すること

●通報

□散布の現場を目撃したときや、不審な白い粉などを発見したときは、施設の係員又は警察（110番）や消防（119番）に通報しましょう。

●接触・吸入の可能性のあるとき

□手、顔、体を水と石鹸でよく洗いましょう。また、接触部分をアルコールで拭くと消毒に効果的です。

□行政機関等の指示に従い、医師の診断を受けてください。

□帰宅後、発疹、発熱などの症状が表れた場合は、すぐにかかりつけ医か最寄りの保健所に連絡しましょう。

●感染拡大のおそれがある場合の自宅待機

□行政機関から、一定の地域に対し不要不急の外出自粛（自宅待機）の要請が出されることがあります。

□その場合、外出は極力控え、万一、外出の際は、人混みを避け、ゴーグル、マスクなどを着用しましょう。

ひとくちメモ

【生物剤の例】

生物剤に使われるおそれのある細菌・ウイルスには多くの種類がありますが、一例は次のとおりです。

ウイルス	天然痘、エボラ出血熱 等
細菌	炭疽菌、ボツリヌス菌（毒素を産生）、コレラ菌、ペスト菌 等

参考文献：「テロ災害に対する消防活動テキスト」（消防庁）ほか

核物質

不審物として撒かれる可能性のある核物質（放射性物質）は汚い爆弾（ダーティボム）と呼ばれています。

いわゆる核分裂爆発を伴うものではありませんが、核物質の皮膚への付着、摂取、吸入などにより、将来の発ガンなど、放射線障害を受ける場合があります。

●現場からの避難

□放射線は目に見えないため、当初は核物質が撒かれたことを知ることは困難です。

□爆発とともに舞い上がる塵を吸い込まないように、ハンカチなどで口と鼻を覆うなどにより皮膚の露出をなるべく少なくしながら、その場から直ちに離れましょう。

●付着・吸入の可能性のあるとき

□手、顔、体を水と石鹸でよく洗いましょう。

□屋外から屋内に戻ってきた場合は、衣服を脱いでビニール袋などに入れて密封しましょう。

□付着、摂取、吸入したおそれがある場合は、行政機関等の指示に従い、医師の診断を受けてください。



ココがポイント

① 核物質に接触したり、吸い込まないようにすること

② すぐに現場を離れ、風上に避難すること

③ 付着・摂取・吸入のおそれがある場合は、速やかに医師の診断を受けること

ひとくちメモ

【NBC テロ】

核物質、生物剤、化学剤を人ごみなどで散布するテロのことを、NBC テロといいます。それぞれ英語の頭文字を表しています。

- N …… 核 (Nuclear)
- B …… 生物 (Biological)
- C …… 化学 (Chemical)

【防護措置】

NBC テロに遭遇した場合、避難する間は身体への被害を最小限にとどめる必要があります。

これを防護措置といいます。

タオルやハンカチで口や鼻を覆うことは、最も基本的な防護措置ですが、可能であれば、次のような資材を使用するといでしょう。



●マスク

ガーゼや不織布を用いた衛生マスクが一般的。生物テロなど感染症対策に対応できるN95マスク、化学テロ用の防毒マスクなど、より高度なマスクがあります。使い捨ての不織布マスクが安価で市販されています。

●ゴーグル

目の粘膜からの吸入を防止できるゴーグルが市販されています。



●防護服

細菌やウイルスの皮膚への付着や吸入を防ぐ簡易防護服などがあります。消防や警察などでは、より高度な防護服が準備されています。

武力攻撃を受けたとき

武力攻撃とは、我が国に対する外部からの攻撃を言います。

もちろん、国の外交努力により、そのような事態は避けなければなりません。あってはならない万が一の事態として、想定されている武力攻撃には4種類があります。

弾道ミサイル攻撃

弾道ミサイルの場合、発射前に着弾地域を特定することが極めて困難であり、また、ごく短時間で着弾が予想されます。

弾頭の種類（通常弾頭であるのか、核・化学・生物弾頭であるのか）を着弾前に特定するのが困難であり、弾頭の種類に応じて、被害の様相や対応が大きく異なります。

●化学・生物弾頭の場合

□化学・生物弾頭の場合は、密閉された屋内への避難が有効と考えられています。

□それぞれの特有の対応については、化学剤（4ページ）、生物剤（5ページ）記載のとおりです。



●屋内避難

□弾頭の種類が不明な攻撃当初は屋内へ避難し、その後状況に応じ行政機関からの指示にしたがい避難します。

□屋内への避難にあたっては、できるだけ近隣の鉄筋コンクリートなど堅牢な建物や地下施設などに避難しましょう。

●核弾頭の場合

□核爆発時の爆風、熱線、放射線による直接被害が生じます。また、閃光や火球を見ると失明のおそれがあります。

□その後、放射性粉塵が風下地域を中心に広範囲に降下します。これも有害なものですから、不用意に近づかないよう、注意しましょう。

□外部放射線が強く、自宅等の屋内避難では、十分な防護効果が得られない場合等は、コンクリート建家の屋内や遠方への避難が必要な場合*があります。

※「国際放射線防護委員会報告」(ICRP Publ.63) ほか



① 警報が出たら、すみやかに鉄筋コンクリートなど堅牢な建物や地下施設*などに避難すること

② その後、行政機関からの指示に従い、安全な場所などに避難すること

*地下施設…地下駐車場、地階、地下通路、地下街などを言います。

ゲリラや特殊部隊による攻撃

□被害は比較的狭い範囲に限定されるのが一般的です。

□核物質・生物剤・化学剤が使用されることも想定されます。

□攻撃当初は一旦屋内に避難し、その後状況に応じ行政機関からの指示にしたがい行動しましょう。



航空攻撃

□弾道ミサイル攻撃の場合に比べ、その兆候を察知することは比較的容易ですが、攻撃目標の特定は困難です。

□都市部の主要な施設やライフラインのインフラ施設が目標となることも想定されます。

□近隣の鉄筋コンクリートなどの堅牢な建物や地下施設などに屋内避難します。

□その後は状況に応じ行政機関の指示にしたがい適切に避難しましょう。



着上陸侵攻

□着上陸侵攻は、船舶・航空機などにより、侵攻部隊を上陸させる攻撃です。移動時間がかかることから攻撃の予測が可能です。

□一方、攻撃の対象地域が広範囲にわたり、他都道府県など遠方への長期の避難が必要となる場合があります。

□攻撃が予測された時点においてあらかじめ行政機関などから避難の指示が出される場合もあります。

□避難の経路や手段などについて、行政機関からの指示にしたがい避難しましょう。

ひとくちメモ

【緊急対処事態】

「武力攻撃の手段に準ずる手段を用いて多数の人を殺傷する行為が発生した事態又は当該行為が発生する明白な危険が切迫していると認められるに至った事態(事態対処法)」を言います。

例としては、次のようなものがあります。

- 石油コンビナートや大規模集客施設の爆破
- 生物剤、化学剤などの大量散布
- 航空機などによる自爆テロ

【石油コンビナート破壊の場合の避難の要点】

区分	避難方法	避難対象範囲
危険物タンクの全面火災	●徒歩避難	限られた地域
漏洩した可燃性ガス引火によるフラッシュ火災	●徒歩避難 ●徒歩の場合は、風向に直角方向へ避難 ●徒歩では時間を要する場合は自家用車による避難	広範囲に及ぶ
毒性ガスの漏洩	●徒歩避難 ●徒歩の場合は、風向に直角方向へ避難 ●ハンカチなどで口と鼻を覆って避難 ●徒歩では時間を要する場合は自家用車による避難	広範囲に及ぶ

出典：「富山県国民保護計画」（平 18.3 富山県）

2 その場で出来る応急処置

テロや武力攻撃の場合は、現場が混乱し、普段のように救急車がかつけられない場合があります。怪我などの応急処置を知っておきましょう。

● 切り傷などによる出血

□出血部分を清潔なガーゼや布でやや強く押さえ、止血します*。

□骨折がないことを確認し、傷口を心臓よりも高くします。

□包帯を巻く時は患部を清潔に保ちます。



※処置に際しては、2次被害の防止に配慮することが望ましいでしょう。

● 火傷（やけど）

□冷水（流水など）で患部を冷やします。水ぶくれをしている場合は破らないように注意します。

□消毒ガーゼかきれいな布を当て包帯をします。

● 骨折

□出血している場合はその手当てをまず行います。

□負傷箇所はあまり動かさないようにします。

□氷や冷シップなどを利用して腫れや痛みをやわらげます。

□可能であれば、添え木（棒、板、傘、ダンボールなども代用可）を当て、骨折部分の上下を固定します。



□腕の場合は三角巾などで固定します。

● NBC 被曝（ひばく）*

□化学剤、生物剤などに被曝している場合は、速やかに衣類を脱がせ、持ち物とともにビニール袋などに密閉します。

□本人の意識がないなど衣類を脱がせることができない場合は、ハサミ等で衣類を切り裂いて脱がせます。

□温水や石鹸などで丁寧に身体を洗います。

※処置に際しては、消防や警察など専門機関の到着を待ったほうが望ましいでしょう。（下記参照）

ひとくちメモ

【2次被害の防止】

負傷者に対して応急処置を施す際に、感染した血液、唾液に触れたり、汚染された衣服に接触することにより、処置者自身が感染・被曝する場合があります。

こうした「2次被害」を避けるには、応急処置に際し、適切な防護措置を行う必要があります。

● 出血への処置の場合

プラスチック手袋を使用する。用意できない場合は、コンビニの袋等で代用。メガネを持っている場合は着用します。

● 心肺停止の場合（人工呼吸）

一方弁付きの感染防止用シートあるいは人工呼吸用マスクを使用。感染のおそれのある場合、AEDを使用するか、人工呼吸を省略し、すぐに胸骨圧迫（10ページ）に移ります。

● NBC 被曝者への処置の場合

ゴーグル、マスク、防護服などが無い場合、2次被害のおそれがあります。できれば、自ら処置を行わず、消防や警察など専門機関の到着を待ちましょう。

心肺停止

● 意識を調べる

□負傷者の肩を軽く叩きながら大声で呼びかけ反応を確認します。反応がない場合は、周囲に応援を求め、救急通報（119番）及びAED（自動体外式除細動器）の手配も依頼します。

● 気道の確保

□負傷者を仰向けに寝かせ、片手で額を押さえながら、もう一方の手の指先をあご先にあてて持ち上げ、気道を確保します。



● 呼吸を調べる

□耳と頬を負傷者の口元に近づけ、負傷者の胸の動きを見、息の音を聞いて、頬で息を感じながら正常な呼吸があるかを10秒以内で観察します。

□呼吸をしていない場合には、「心肺停止」と判断し、次の人工呼吸と胸骨圧迫の組み合わせ（心肺蘇生）を開始します。

● 人工呼吸*

□まず、気道を確保したまま、額を押さえている方の手で負傷者の鼻をつまんで、自分の口を大きく開け負傷者の口をおおって密着させ、ゆっくり息を吹き込みます。



※感染防護具を持っていないなど、人工呼吸の実施により感染のおそれがある場合（9ページ参照）には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫（心臓マッサージ）を繰り返します。

□負傷者の胸が上がるのが見てわかる程度の量を約1秒かけて吹き込みます。

□吹き込んだら、いったん口を離し、負傷者の息が自然に出るのを待ち、もう一度、息を吹き込みます。

● 循環のサインを調べる

□呼吸、咳や体に何らかの動きが見られるかを10秒以内で観察します。

□これらのサインがない場合は、直ちに胸骨圧迫を開始します。

● 胸骨圧迫（心臓マッサージ）

□圧迫する位置は、乳頭と乳頭を結ぶ線と胸骨の交わる点を目安にします。

□この位置に一方の手のひらのつけ根（手掌基部）をあて、その手の上にもう一方の手を重ね、垂直に体重が加わるよう両肘をまっすぐに伸ばし、肩が圧迫部位の真上になるような姿勢をとります。

□負傷者の胸が4～5cm沈み込む程度の圧迫を30回繰り返します。圧迫のテンポは、1分間に約100回の速さです。



□胸骨圧迫を30回続けたら、その後は人工呼吸を2回行います。この胸骨圧迫30回と人工呼吸2回の組み合わせを、救急車が到着するまで絶え間なく続けます。

□AEDを使用する場合は、音声メッセージと点滅するランプの指示に従ってください。



3 警報などが発令されたら

警報が発令されたら

テロや武力攻撃の危険が発生または迫ったとき、「国民保護法^{*}」に基づき、みなさんに注意を呼びかけるため、防災行政無線、市町村広報車、テレビ・ラジオ、J-ALERT などを通じて警報が発令されます。

^{*}国民保護法…正式名称は、「武力攻撃事態等における国民の保護のための措置に関する法律」。同法に基づき、県・市町村ではそれぞれ国民保護計画を策定しています。

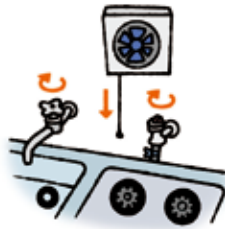


警告の主な内容

- 発生又はそのおそれがあるテロ等の内容と場所
- みなさんにとっていただきたい行動

●屋内にいる時

- ドアや窓を全部閉めましょう。
- ガス、水道、換気扇を止めましょう。
- ドア、壁、窓ガラスから離れて座りましょう。
- 外気を遮断する必要がある場合（NBCテロ発生時など）には、ドア、窓などの隙間をガムテープなどで目張りするとともに換気扇やエアコンを止めましょう。

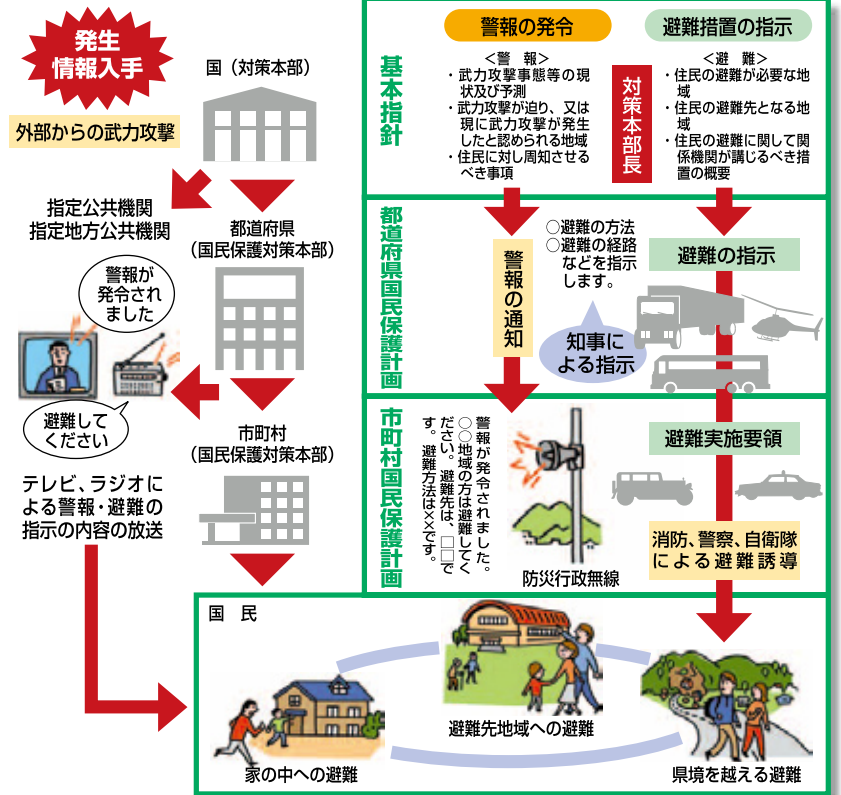


●屋外にいる時

- 近くの鉄筋コンクリートなどの堅牢な建物や地下街など屋内に避難しましょう。
- 建物などが周囲にない場合は、堅牢な遮蔽物の陰などに身を隠しましょう。
- 自動車などの運転中の場合は、できるだけ、道路外の場所に車両を止めてください。
- やむを得ず、自動車を道路に置いて避難するときは、道路の左側に沿ってキーを付けたまま駐車してください。



^{*}国民保護ポータルサイトでサンプル音を聴くことができます。
<http://www.kokuminhogo.go.jp/>



ひとくちメモ

【J-ALERT (全国瞬時警報システム)】

武力攻撃やテロ、緊急地震速報などの緊急情報を、衛星通信ネットワークを用いて瞬時に各自治体に送信し、防災行政無線を自動的に起動し警報を放送する消防庁のシステム。県内市町村でも、防災行政無線の更新などに併せ整備が進められています。



避難の指示が出されたら

テロや武力攻撃の危険がせまったときや、災害が発生したときには、県や市町村から、みなさんの安全を守るため、状況に応じた適切な避難の指示が出されます。

避難の指示は、防災行政無線、行政機関広報車のほか、テレビ、ラジオなどを通じてお伝えします。

避難の指示には、屋内への避難、近隣の避難所施設への避難のほか、市町村外や県外への広域避難などが考えられます。

避難の指示が出された場合は、指示にしたがって落ち着いて行動しましょう。

避難の指示の主な内容

- 危険を避けるため避難が必要な地域
- 避難先となる地域名・施設名
- 避難方法・経路（徒歩・バス・電車などの避難方法、避難経路）
- 緊急連絡先（県、市町村窓口など）

●出発するまで

□ガスの元栓、水道の蛇口を閉め、コンセントを抜きましょう。冷蔵庫のコンセントは挿したままにしておきましょう。

□頑丈な靴、長ズボン、長袖シャツ、帽子などを着用し、非常持ち出し品（18ページ）を持参しましょう。



□運転免許証、住民基本台帳カード（写真付）、パスポートなど、身分を証明できるもの、携帯電話など連絡できるものを忘れないでください。

□最後に必ず家の戸締りをしましょう。

●外に出たら

□近所の人に声をかけましょう。

□避難の経路や方法について行政機関からの指示にしたがいましょう。

□経路上に市町村等の係員がいる場合は、その指示にしたがって安全に避難しましょう。

□市町村などから、避難実施要領（避難の具体的手順を示したもの）が示された場合は、その要領を参考に避難しましょう。



2008.2 国民保護共同実動訓練（内閣官房ほか）

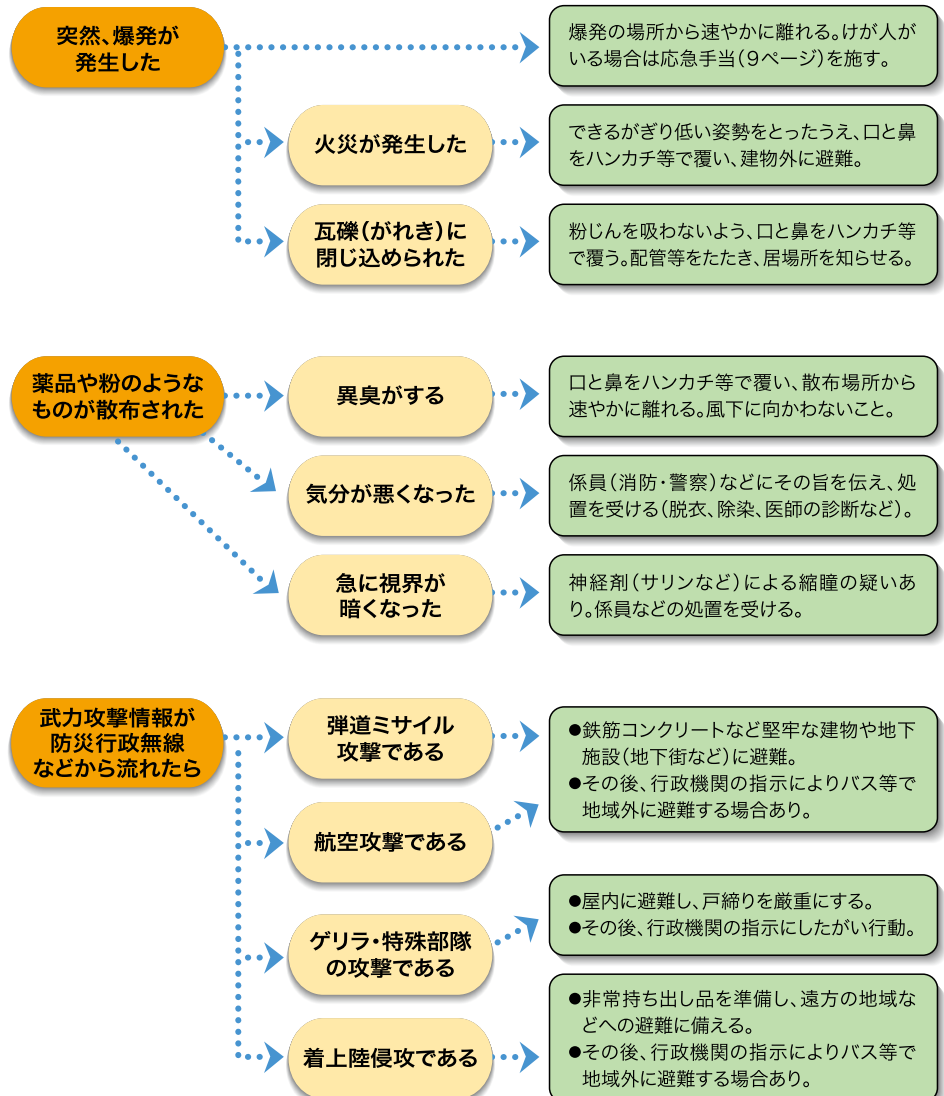
●情報の収集

□屋内・屋外を問わず、最新の情報の収集に努めましょう。

□防災行政無線、行政機関広報車のほか、テレビ、ラジオ、インターネット、携帯電話などを通じて、幅広く情報を収集しましょう。（⇒詳細は19ページ参照）

●事案別の避難の目安

行政機関が出す警報や避難の指示にしたがって行動しますが、内容を聞き漏らした場合や、突発的に事案が発生し、指示などを待つゆとりがないような場合に備え、おおよその避難の目安を知っておきましょう。（詳細は、3～8ページ参照）



Topics.1 テロや武力攻撃災害の兆候を発見したときは

国民保護法では、「武力攻撃災害の兆候を発見した者は、その旨を市町村長又は消防吏員、警察官若しくは海上保安官に通報しなければならない」とされており、皆さん一人ひとりからの情報が重要です。次のような不審な事象を見つけたら、すぐに連絡しましょう。

【不審な事象の例】

- 人が集まる場所での不審な手荷物、液体や白い粉
- 海岸沿いで不審船や挙動不審者
- 動物の大量死・植物の異常な枯れ方
- 化学薬品のような異臭・煙など

警察.....110番
 消防.....119番
 海の緊急連絡(海上保安庁).....118番

電話

Topics.2 消防団の活動

大規模テロや武力攻撃が発生したときは、消防団のみなさんは危険が及ばず、安全が確保されたなかで、次のような活動を行います。

警報や避難方法の住民への伝達

避難住民の誘導

災害への対処

- 消火活動など災害の防御
- 消防警戒区域の設定
- 常備消防の活動支援
- 負傷者の応急手当
- 被災情報の収集など



Topics.3 自主防災組織等にはどんなことが期待されるの？

地震など災害時における自主的な防災活動は、大規模テロや武力攻撃による災害などが発生した場合においても、同様に期待されるものです。

国民保護では、「国民の協力は国民の自発的な意思にゆだねられるものであって、その要請に当たっては強制にわたることがあってはならない。」と規定されています。

国、県、市町村は、その活動のための安全の確保に配慮します。

避難住民の誘導への協力

救援への協力

消火、負傷者の搬送、被災者の救助への協力

保健衛生の確保への協力

避難用バスへの誘導など

避難所での救援物資の配布や炊き出しなど

負傷者の搬送、応急手当など

健康相談所の開設支援など



1 緊急時連絡先・避難先を決めておこう

●緊急時の連絡先・集合場所

いざというときのために、家族全員の連絡先や落ち合う場所を日頃から決めておきましょう。

繋がりにくくなります。各電話会社が災害用伝言板などを設けていますので、使い方などを日頃から家族で練習しておきましょう。(各社、毎月1日や防災週間などに体験期間を設けています。)

災害時等には、固定電話や携帯電話が

【家族の緊急連絡リスト】

名前	職場・学校電話番号	本人携帯番号	持病・常備薬	生年月日	血液型
()	()	()	・	・	
()	()	()	・	・	
()	()	()	・	・	
()	()	()	・	・	
()	()	()	・	・	
()	()	()	・	・	

【親戚・知人の連絡リスト】

名前	電話番号	住所	メモ
()	()		
()	()		
()	()		
()	()		
()	()		
()	()		

【家族の避難先】

避難先	住所	名称	電話番号
家族の落ち合う場所		・公園・公民館 ・体育館・ビル	()
避難可能な最寄りの堅牢な建築物・地下施設		・公民館 ・体育館・ビル ・地下施設	()
行政機関から指定された一時集合場所		・公園・公民館 ・体育館・ビル	()
行政機関から指定された避難場所		・公園・公民館 ・体育館・ビル	()

2 備蓄品・非常持ち出し品を点検しよう

● 備蓄品の点検

- テロや武力攻撃だけでなく、地震、風水害などの自然災害や感染症への備えとして、家庭の備蓄品や非常持ち出し品を日頃からチェックしておきましょう。
- 備蓄品は一般には3日分を目安にしていますが、NBC テロや新型感染症対策として、長期の自宅待機に備え、最低2週間分の備蓄が望ましいでしょう。

備蓄品

飲料水	1人1日3リットルが目安です。 □ ミネラルウォーター □ ペットボトル・缶入り飲料 □ 給水用ポリタンク	ム	の表記があるもの。化学剤や生物剤汚染の衣服の洗濯洗浄用。)
生活用水	風呂の残り湯、雨水貯水タンクなどの水は、トイレや洗濯などに利用することができます。	防災用品	□ ヘルメット・防災ずきん □ 軍手(厚手の手袋) □ 懐中電灯(電池式又は手動発電式) □ 携帯ラジオ(ラジオ機能付ポータブルオーディオを含む) □ 予備電池(単1~4電池) □ 携帯電話充電キット(電池式) □ 笛・ホイッスル □ ゴーグル □ 避難マップ(避難施設、避難経路などが書かれたもの) □ 消火器・消火バケツ □ 工具(ハンマー、のこぎり等)
食料品	調理せずに食べられる菓子類なども準備しておきましょう。 □ 米(水だけで食べられるアルファ米もあります) □ 乾麺(カップめん、そば、ラーメン、ソーメン、うどん等) □ 切り餅 □ コーンフ레이크、シリアル類 □ カンパン・ビスケット □ アメ、チョコレート □ 缶詰 □ レトルト食品・冷凍食品 □ 各種調味料 □ 栄養補助食品 □ 紙皿、紙コップ、割り箸	食料品	電気、水道が止まった場合(洗濯できない場合)に備えておきましょう。また、衣類や履物などは汚染により廃棄が必要な場合があります。 □ 暖かい衣類(セーター、フリース、ジャケット等) □ 下着、靴下、長袖・長ズボン □ タオル、ハンカチ □ 履物(底の厚いもの。冬季は長靴・ブーツ) □ 雨具(レインコート、傘)
救急用品	負傷や感染対策として、救急用品を備えておきましょう。 □ 救急箱(ガーゼ、包帯、脱脂綿、ばんそうこう、体温計、はさみ・ピンセット、傷口用消毒液、常備薬、解熱鎮痛剤等) □ マスク(不織布マスク等) □ 生理用品 □ ゴム手袋 □ 水枕・氷枕 □ 安全ピン	火気	□ ろうそく □ ライター・マッチ □ カセットコンロ(ガスボンベ) □ 固形燃料
消毒薬品	□ 消毒用アルコール □ 殺菌ハンドソープ □ 塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)	その他	□ 筆記用具(ノート、鉛筆) □ 使い捨てカイロ □ ティッシュ・ウェットティッシュ・蓋付ごみ箱 □ トイレトペーパー・ごみ袋 □ 簡易トイレ □ 缶切り

● 非常持ち出し品の点検

- 非常持ち出し品は、持ち出せる重量などを考え、必要最低限のものを日頃から持ち出し袋などに準備しておきましょう。



非常持ち出し品

飲料水	携帯用飲料水を準備しましょう。 □ ペットボトル・缶入り飲料 □ 給水用ポリタンク(給水車から補給を受ける際に使用)	防災用品	□ ヘルメット・防災ずきん □ 軍手(厚手の手袋) □ 懐中電灯(電池式又は手動発電式) □ 携帯ラジオ(ラジオ機能付ポータブルオーディオを含む) □ 予備電池(単1~4電池) □ 携帯電話充電キット(電池式) □ 笛・ホイッスル □ ゴーグル □ 避難マップ(避難施設、避難経路などが書かれたもの)
食料品	調理せずに食べられる食品を準備しましょう。 □ アルファ米(水だけで食べられます) □ カップめん □ コーンフ레이크、シリアル類 □ カンパン・ビスケット □ アメ、チョコレート □ 缶詰 □ 栄養補助食品	衣類等	□ 暖かい衣類(セーター、フリース、ジャケット等) □ 下着、靴下、長袖・長ズボン □ タオル、ハンカチ □ 履物(底の厚いもの。冬季は長靴・ブーツ) □ 雨具(レインコート、傘) □ 毛布(寝袋)
貴重品	□ 現金(10円玉も) □ 預金通帳・印鑑 □ 各種カード類 □ 貴金属類 □ 権利証書類	火気	□ ろうそく □ ライター・マッチ □ 固形燃料
情報機器	□ 携帯電話 □ モバイルPC	身分証明書	□ パスポート・運転免許証 □ 健康保険証など
救急用品	避難中や避難所での負傷や感染対策として、救急セットを携行しましょう。 □ 救急セット(ガーゼ、包帯、脱脂綿、ばんそうこう(大・小)、体温計、はさみ・ピンセット、傷口用消毒液、常備薬、解熱鎮痛剤等) □ マスク(不織布マスクは、1日1枚の使い捨て。) □ 生理用品 □ ゴム手袋 □ 三角きん □ 安全ピン	その他	□ 筆記用具(ノート、鉛筆) □ 使い捨てカイロ □ ティッシュ・ウェットティッシュ □ ごみ袋・新聞紙(防寒・防水用) □ 缶切り
要援護者用品	□ 粉ミルク・ほ乳ビン □ 紙おむつ □ 母子健康手帳 □ おもちゃ類	常用薬	□ ばんそうこう(大・小) □ 体温計



3 緊急時の情報入手先を知っておこう

【一般情報】

防災行政無線、行政機関広報車などのほか、テレビ、ラジオ、インターネットなどを通じて、幅広く情報を収集しましょう。

また、不審物の散布などの事案では、風向・風速など気象情報も重要です。

●テレビ・ラジオ

緊急時においては、放送各社は行政機関からの要請や国民保護業務計画などにより、被災状況等を逐次放送します。

●富山防災 WEB(防災・気象・救急医療情報。PC・携帯兼用)

■ <http://www.bousai.pref.toyama.jp/>

●富山地方気象台(気象情報全般。PC 専用)

■ <http://www.tokyo-jma.go.jp/home/toyama/>



【家族などの安否確認】

緊急時には、次の情報提供手段が設けられる場合があります。

●行政機関安否情報相談窓口

県や市町村の相談窓口です。連絡先はテレビ、ラジオ等を通じお伝えします。

●消防庁・安否情報検索サイト(PC 専用)

全国の避難所、医療機関、警察などから収集したデータに基づき、安否情報の有無を確認することができます。(本サイトでは、入力した氏名に該当する情報の有無を確認できます。)

■ http://www.anpi.soumu.go.jp/anpi_nation/



●災害時伝言ダイヤル(災害時に開設)

■ 固定電話 (ボイスメール)

171番 → 1(伝言)、2(再生) → 相手の電話番号 → 伝言又は再生

■ 携帯電話 (メール)

災害用伝言版 (各社メニュー) → 登録 → 伝言、確認

【国民保護制度に関する情報】

●内閣官房・国民保護ポータルサイト

■ <http://www.kokuminhogo.go.jp/> (PC 用)

■ <http://www.kokuminhogo.go.jp/mobile/index.html> (携帯用)

●富山県の国民保護(PC 専用)

■ <http://www.pref.toyama.jp/sections/1004/kokuminhogo.html>



■ ご意見、ご質問は下記までお寄せください。

【富山県 防災・危機管理課】

〒930-8501 富山市新総曲輪 1-7

TEL076-444-9671 FAX076-432-0657

E-mail : kokuminhogo@esp.pref.toyama.lg.jp

国民保護措置を行う人やそのために使用される場所・車両等を識別するための国際的な特殊標章



このパンフレットは、内閣官房「国民保護ポータルサイト」及び総務省消防庁ホームページ、同行「国民の保護のためのしくみ」、
「なくてはならない国民保護」、公開実施された各都道府県と国との国民保護共同訓練の結果などをもとに構成しています。