

災害に備える

災害から家族と自分の身を守るためには、事前の準備と話し合いを持つ事が重要です。まずは家からの避難場所、避難経路、はぐれた場合の集合場所・連絡網から決めておきましょう。また、被災時に我が家で必要な非常用品の中身を検討し、備えておく事も肝心です。
もしものときに備え、正しく安全に行動できる準備を行っておきましょう。

家族の防災メモ 万が一の事態に備えて、日頃から準備しておきましょう。

火事救急 **119**

警察 **110**

家族の
避難場所・避難所
離ればなれになった時の
集合場所

一番の**連絡先**

持ち出し品のおき場所

非常時持ち出し品のチェックリスト

マッチやライター

ガス切れや湿気に注意。防水
マッチも市販されている。

食料品

カップ麺、乾パン、
缶詰、チョコレートなど。
※赤ちゃんのいる家庭は粉ミルク、ほ乳瓶なども。

缶切り

多機能のものが便利です。

ラジオ

情報収集に欠かせない。
電灯と一体型のもも便利。

医療品

胃腸薬、消毒液、包帯、持病
の薬など。

衣類・運動靴

下着・雨具・ジャンパー・タオ
ルなど。怪我を防止するため。

貴重品

現金、通帳、印鑑など。

飲料水

一人一日3ℓが目安。

感染症対策

手指消毒液（アルコール）マスク、
ウェットティッシュなど

ヘルメット・軍手

落下物や飛来物から頭を保護するもの。
ガレキの撤去や救済に、厚手のものを用意。

寝具

寝袋やサバイバルシートなど。

懐中電灯・電池

夜間、すぐに手の届く場所に。
予備の電池は少し多めに。

携帯電話充電器

充電器・モバイルバッテリーなど

重さの目安は、
男性で15kg。
女性は10kg
程度です。

いざというとき困らないために、非常持ち出し品を揃えておきま
しょう。家族構成を考慮して、各家庭で必要な物を加えましょう。

弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メール等により緊急情報をお知らせします。

①速やかな避難行動 ②正確かつ迅速な情報収集

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください。

Jアラート

（例）直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の
中、又は地下に避難してください。ミサイルが、
●時●分頃、●●県周辺に落下するものとみ
られます。直ちに避難してください。

メッセージが流れたら 落ち着いて、直ちに行動してください。

屋外にいる場合 近くの建物の中か地下に避難。

（注）できれば頑丈な建物が望ましいものの、近くになければ、それ以外の建物でも構いません。

建物がない場合 物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。

屋内にいる場合 窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。

近くにミサイル
落下！

●屋外にいる場合 口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。

●屋内にいる場合 換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

▼医療施設一覧表

名 称	所 在 地	電 話 番 号
中頭病院	沖縄市字登川 610	939-1300
中部協同病院	沖縄市美里 1-31-15	938-8828
中部徳洲会病院	北中城村字比嘉 801	932-1110

▼ライフライン機関一覧表

名 称	所 在 地	電 話 番 号
沖縄市役所 防災課 道路課	沖縄市仲宗根町26-1	939-1212 (内線 2047) (内線 2613)
沖縄市上下水道局	沖縄市美里 5-28-1	937-6211
沖縄電力(株)うるま支店	うるま市江州 358-2	0120-586-705
NTT 西日本沖縄支店	浦添市城間 4-35-1	局番無し 113 携帯からは0120-444113

▼行政機関一覧表

名 称	所 在 地	電 話 番 号
沖縄市役所 防災課 道路課	沖縄市仲宗根町26-1	939-1212 (内線 2047) (内線 2613)
沖縄市上下水道局	沖縄市美里 5-28-1	937-6211
沖縄市教育委員会	沖縄市仲宗根町 26-1	934-0044
沖縄警察署	沖縄市山里 2-4-20	932-0110
沖縄市消防本部 (119)	沖縄市美里 5-29-1	929-1190
沖縄県中部土木事務所	沖縄市美原 1-6-34	894-6510
沖縄総合事務局 南部国道事務所 嘉手納国道出張所	北谷町字砂辺 282-1	943-6203
沖縄県中部保健所	沖縄市美原 1-6-28	938-9886

沖縄市役所 防災課

TEL(098)939-1212 FAX(098)934-0665
<http://www.city.okinawa.okinawa.jp>

この防災マップは、現在までに収集された情報を反映しております。地図で示す各警戒区域以外でも、土砂崩れや浸水などの災害が起こる事がありますので市民一人一人の心がけが重要です。