

さかいで ぼうさい 131 カード

いつも
持ち歩こう！



減災チェックリスト

このカードは、大規模な地震が起きた時に、減災につながることを目的として、坂出市防災女性チーム「さかいで131おとめ隊」が作成しました。

個人情報を記入するため、ご自身の判断と責任での管理をお願いします。



坂出市

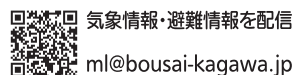
1 「いつも」の131

おすすめ持ち歩きグッズ

- ☐ ライト ☐ ホイッスル ☐ 携帯電話のバッテリー (電池切れになっちゃうよ)
- ☐ 使い捨てマスク ☐ この131カード ☐ 防犯ブザー (子どもからお年寄りまでみんな必要)
- ☐ その他、自分に必要なものは？ (メガネ、薬、子どものオムツなど)

★正確な情報収集のため、今すぐ登録を！

香川県防災情報メール

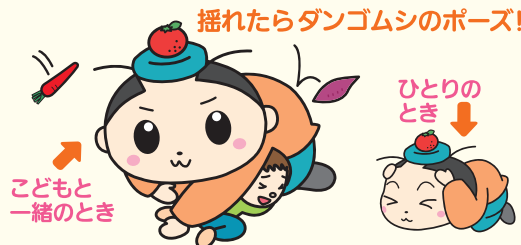


坂出市公式ツイッター



2 緊急地震速報が届いたら身を守ろう

坂出市は、震度6強のおそれ！
大事な頭を守ろう！



屋内

- ・キッチンなど危険が多いところから離れる
- ・トイレや浴室の場合はドアを開ける
- ・机の下などで頭を守る

屋外

- ・広くて安全な場所へ避難
- ・塀などから離れる
- ・持っているもので頭を守る

車

- ・ハザードランプをつけて、ゆっくり路肩に停まる
- ・ラジオを聞いて状況判断
- ・車をおいて避難する場合は緊急車両の妨げにならないところへ駐車する

3 揺れが収まったらどうする？

坂出市は、2.8mの津波のおそれ！
津波到達(約2時間)までに避難！

あなたはどこにいる？
裏の地図をみてみよう！

避難する

または

その場にとどまる



1 「いつも」の131 + これだけは持って避難

- ☐ 水・食べ物
- ☐ ラジオ
- ☐ スマホ・携帯電話
- ☐ 現金(小銭も)
- ☐ その他、自分に必要なものは？

自分で持てる重さの
グッズを備えるのじゃ



わたしの情報

ふりがな
氏名

性別 血液型 生年月日
男・女 型
住所

電話番号・メールアドレス

かかりつけ医療機関・アレルギー・服薬中の薬

メモ(大切なこと)

必要な連絡先

氏名	電話番号・メールアドレス
勤務先や学校の電話番号	
遠方の親戚・友人(固定電話)	※遠方は電話がつながりやすい

5 無事を知らせよう

災害用伝言ダイヤル171	災害用伝言板	三角連絡法
171 録音 or 再生 電話番号を登録 録音は30秒以内 最大10件登録可 48時間で消えるよ	NTT ドコモ ソフトバンク au その他 web171	離れた場所に 住む人を経由 して連絡を 取り合う方法

★毎月1日、15日などの利用体験日にやってみよう！

★ショートメール、ツイッター、Facebook、LINE 等も有効な連絡手段

安全な場所で情報収集を

- ☐ NHK 第1 1368kHz (高松放送局)
- ☐ RNC 1449kHz (西日本放送)
- ☐ FM-SUN 76.1MHz (KBN)
- 防災無線レフォンサービス
0877-85-6131

4 津波がこない区域に逃げよう

津波は繰り返し襲ってくる！津波警報等が解除されるまで、避難先で待機！

避難の前に
チェック

- ☐ ガスの元栓を閉める
- ☐ 電気のブレーカーを落とす
- ☐ 戸締り

あなたはどこに逃げる？
家族とどこで会う？



まず
逃げる
場所

(家にいる時、外出時などいくつか考えよう)

家族の
集合場所

例：〇〇時に△△(場所)の□□の前に集合



指定緊急避難場所（津波）

坂出市 津波ハザードマップ

〔ポケット版〕

0 500 1000m



指定緊急避難場所	備考	指定緊急避難場所	備考
坂出商業高等学校	指定避難所	万葉会館	指定避難所
金山小学校	指定避難所	与島開発総合センター	指定避難所
西庄小学校	指定避難所	岩黒小・中学校	指定避難所
林田小学校	指定避難所	中央公民館櫃石分館（櫃石小・中含む）	指定避難所
白峰中学校	指定避難所	南部公民館	
加茂小学校	指定避難所	西庄公民館	
府中小学校	指定避難所	西庄文化センター（西庄児童館含む）	
川津小学校	指定避難所	林田公民館	
坂出中学校	指定避難所	加茂公民館	
交流の里おうごし	指定避難所	府中公民館	
瀬居小学校	指定避難所	川津公民館	
瀬居中学校	指定避難所	川津文化センター	

指定緊急避難場所は、津波から身の安全を確保するため、浸水想定区域外にある公共施設を指定しています。指定避難所は、自宅で生活できない場合に避難生活をする施設を兼ねています。

津波警報が発表された時は、
津波浸水エリア外（矢印の方向）へ
避難して下さい。

