

わが家の災害対策



近年、私たちの記憶に刻まれるような大規模な災害が多く発生しています。平成23年に発生した東日本大震災では死者・行方不明者合わせて2万人近い方々が犠牲となっています。また、同じ年には奈良県にも大きな被害をもたらした、台風第12号による紀伊半島大水害も、まだ記憶に新しいことと思います。

「奈良県は災害が少ない」とよく言われますが、歴史的に見れば、奈良県にも様々な災害が起きています。

今後、いつ何時また大きな災害に見舞われるか、予想は困難です。しかし、日頃から十分な備えをしておくことによって、被害を最小限にとどめることができます。

この「わが家の災害対策」をご覧いただき、災害から身を守るための備えについて考え、家族や地域の人たちと防災について話し合うきっかけとしていただければ幸いです。

過去に県内で発生した主な水害・土砂災害

発生日月	災害名	死者(人)	行方不明者(人)	負傷者(人)
1912(大.元)9.21~23	風害・水害	51		
1917(大.6)9.28~30	水害・土砂災害	25	5	24
1921(大.10)9.23~25	風害・水害	5		23
1930(昭.5)7.30~8.1	水害・土砂災害	5	2	14
1934(昭.9)9.17~21	風害・土砂災害(室戸台風)	11		79
1950(昭.25)9.1~3	風害(ジェーン台風)	1		15
1953(昭.28)7.17~20	水害・土砂災害	31	13	30
1953(昭.28)9.22~25	風害・土砂災害	8	4	26
1956(昭.31)9.25~27	水害・土砂災害	2	2	2
1958(昭.33)8.24~25	水害・土砂災害	2	6	2
1959(昭.34)9.25~26	水害・土砂災害(伊勢湾台風)	88	25	104
1961(昭.36)9.14~16	風害・水害・土砂災害(第2室戸台風)	6		142
1971(昭.46)9.26	土砂災害	3	8	4
1982(昭.57)7.31~8.3	水害・土砂災害(大和川大水害)	14	2	38
1998(平.10)9.22	風害	2		87
2011(平.23)8.30~9.4	水害・土砂災害(紀伊半島大水害)	14	10	6

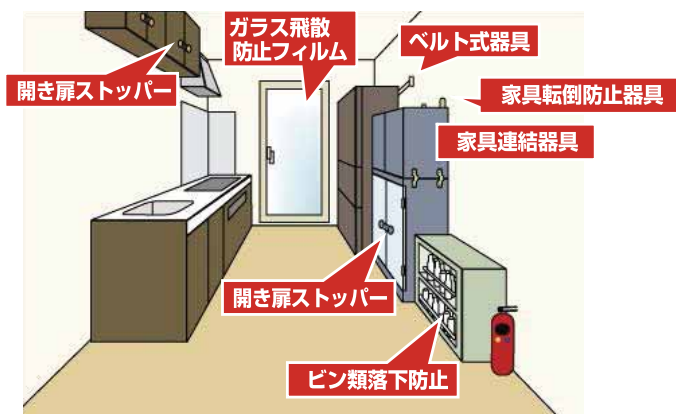
過去に県内で発生した地震災害

発生日月	時刻	地震名	規模(M)	奈良県の被害状況			備考
				死人(人)	負傷者(人)	建物被害	
1707 (宝永4) 10.28		宝永地震	8.4	63	不明	潰家 3,219戸	南海トラフを震源とする海溝型巨大地震。 全国の死者は少なくとも2万人といわれる。
1854 (嘉永7) 7.9	14:00頃	伊賀上野地震	7.3	約300	不明	約6,000戸	奈良、大和郡山で震度6。 全体の死者1,300人(諸説あり)負傷者994人
1854 (安政元年) 12.23	9:00頃	安政東海地震	8.4	不明	不明	不明	全体での死者は東海地震では2~3千人、南海地震では数千人と言われている。 立て続けに発生した巨大地震の揺れと津波により、関東から九州におよぶ広範囲の地域で甚大な被害が生じた。
1854 (安政元年) 12.24	16:00頃	安政南海地震	8.4				
1936 (昭.11) 2.21	10:07	河内大和地震	6.4	1	不明	家屋の損壊約1,200戸、小さな崖崩れ有り、法隆寺・唐招提寺・薬師寺で土崩の損傷などの被害有り	八木で震度5。大阪・奈良の府県境で震動が大きかった。 死者は大阪府で8人。余震多数。 余震分布から大和川断層の活動と考えられる。
1944 (昭.19) 12.7	13:35	東南海地震	7.9	3	21	全壊89戸	橿原で震度5。戦争末期に起こった巨大地震。 東海地方で軍用機工場がほぼ全滅などの大被害。 全体で死者1,251人、全壊16,455戸。
1946 (昭.21) 12.21	4:19	南海地震	8.0	0	13	全壊37戸、春日大社灯籠約300基倒れる。	橿原で震度5。近畿・四国が被害の中心となった。 全体で死者1,330人、全壊9,070戸。
1952 (昭.27) 7.18	1:09	吉野地震	6.7	3	6	半壊1戸、春日大社の石灯籠650基が倒れる。	橿原で震度4。近畿地方をはじめ、中部地方の西部でも小被害があった。震源がやや深かった(60km)ために被害地が分散している。全体で死者9人、負傷者136人、全壊20戸。

地震に備える

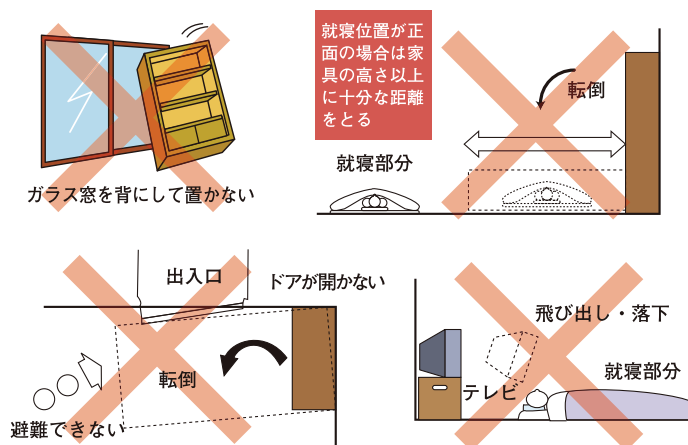
大地震の際、倒れてきた家具の下敷きになったり、落下してきた食器などでケガをする人がたくさんいます。日頃から家具の固定や配置を見直し、地震に備えておきましょう。

家具の転倒、落下を防ごう



- ①ガラス飛散防止フィルムを貼り、ガラス片でのケガを防止。
- ②開き戸ストッパーで吊り戸棚からの落下を防止。
- ③家具連結器具で、分離した家具類を固定し、転倒を防止。
- ④家具転倒防止器具を家具と天井の間に取りつけ、転倒を防止。
- ⑤ピン類落下防止具で、扉のない家具から、物の落下を防止。

家具の配置に気をつけよう



〈家具配置のポイント〉

- 寝室・幼児・高齢者のいる部屋には家具を置かない。
- 部屋の出入口付近や廊下、階段などに家具類を置かない。
- 地震時の出火を防ぐため、火気の周辺に家具を置かない。
- 家具の上にガラス製品やテレビなど、落下すると危険なものを置かない。
- 重いものを下のほうに収納し、倒れにくくしておく。
- 「前のめり」より、「後ろもたれ」気味に家具を置く。

住まいの耐震化を進めよう

昭和56年(1981年)に住宅の耐震基準が大きく変わりました。この年以降に建てられているかどうか家の強さを示す一つの目安となります。この年より以前に建てられた住宅については、十分な強度がないおそれもありますので、耐震診断を受け、必要であれば必ず耐震改修を行いましょう。

住宅の耐震化やリフォームその他に関する相談に応じています(要予約)

○(一社) 奈良県建築士会 (住宅無料相談)

TEL 0742-30-3111

住宅の耐震診断に関する専門家の紹介を行っています

○(一社) 奈良県建築士事務所協会

TEL 0742-34-8850

住宅の耐震化にかかる県の窓口







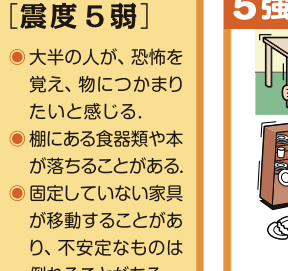
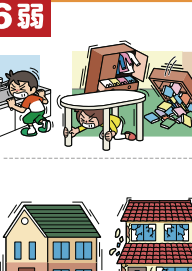
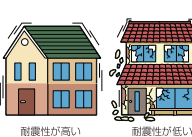



○奈良県建築課

TEL 0742-27-7561

この他、各市町村において「住宅無料相談室」を開設している場合があります。

地震が起きたときは

●震度と揺れ等の状況

<p>0</p>  <p>【震度0】 人は揺れを感じない。</p>	<p>1</p>  <p>【震度1】 屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。</p>	<p>2</p>  <p>【震度2】 屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。</p>	<p>3</p>  <p>【震度3】 屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。</p>
<p>4</p>  <p>【震度4】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ほとんどの人が驚く。 ●電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。 ●座りの悪い置物が、倒れることがある。 	<p>5弱</p>  <p>【震度5弱】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。 ●棚にある食器類や本が落ちることがある。 ●固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。 	<p>5強</p>  <p>【震度5強】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●物につかまらないうまく歩くことが難しい。 ●棚にある食器類や本で落ちるものが増える。 ●固定していない家具が倒れることがある。 ●補強されていないブロック塀が崩れることがある。 	
<p>6弱</p>  <p>【震度6弱】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●立っていることが困難になる。 ●固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。 ●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。 ●耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。 	<p>6強</p>  <p>【震度6強】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●はわないと動くことができない。飛ばされることもある。 ●固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。 ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。 ●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。 	<p>7</p> <p>【震度7】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。 ●耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが増える。 ●耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。 	

気象庁リーフレット「震度階級の解説表が新しくなりました」より

●地震発生時の行動

■家の中で

大きな揺れを感じたら、テーブルなどの下に隠れ、まずは自分自身の身を守ることが最優先です。決して無理はせず、落ち着いて行動しましょう。

■車の中で

徐々にスピードをゆるめ、ゆっくりと左側に停車しましょう。車を離れるときは、キーはつけたままで、ドアロックもしないようにしましょう。

■エレベーターで

地震時、停止装置が付いていたら、自動的に近い階で停止します。付いていなければ、全部のボタンを押し、停まった階で外に出ます。閉じ込められたら、非常ボタンを押し、救助を待ちます。

■スーパーやデパートで

手荷物やかごなどで頭を守り、ショーケースの転倒や商品の落下、ガラスの破片などに注意しましょう。あわてて出口に向かうと危険ですので、店員の指示に従って冷静に行動しましょう。

■屋外で

ブロック塀や自動販売機、電柱や電線など、崩れたり倒れたりする可能性のあるものから離れ、空き地や公園などに避難しましょう。



緊急地震速報

緊急地震速報は、強い揺れが来ることを、テレビやラジオ、携帯電話でみなさんにすばやく知らせる情報です。地震の揺れを感じる前に緊急地震速報を見聞きした時も、緊急地震速報を見聞きする前に地震の揺れを感じた時も、行動内容は同じです。慌てず身の安全を確保しましょう。

奈良県に被害をもたらす大きな地震①

では、実際に大地震が起きるとどのような被害が発生するのでしょうか。奈良県を襲う可能性のある大地震は、大きく2つの種類(内陸型地震・海溝型地震)に分けられます。そのうちの代表的な地震について、奈良県がまとめた被害の想定は次のとおりです。

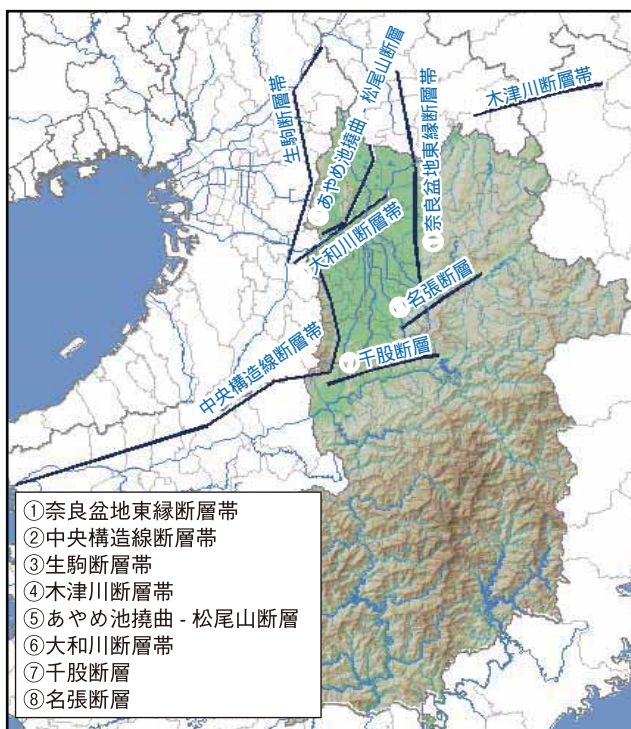
内陸型地震

県の真下で起こる地震で、局地的に激しい揺れに見舞われます。

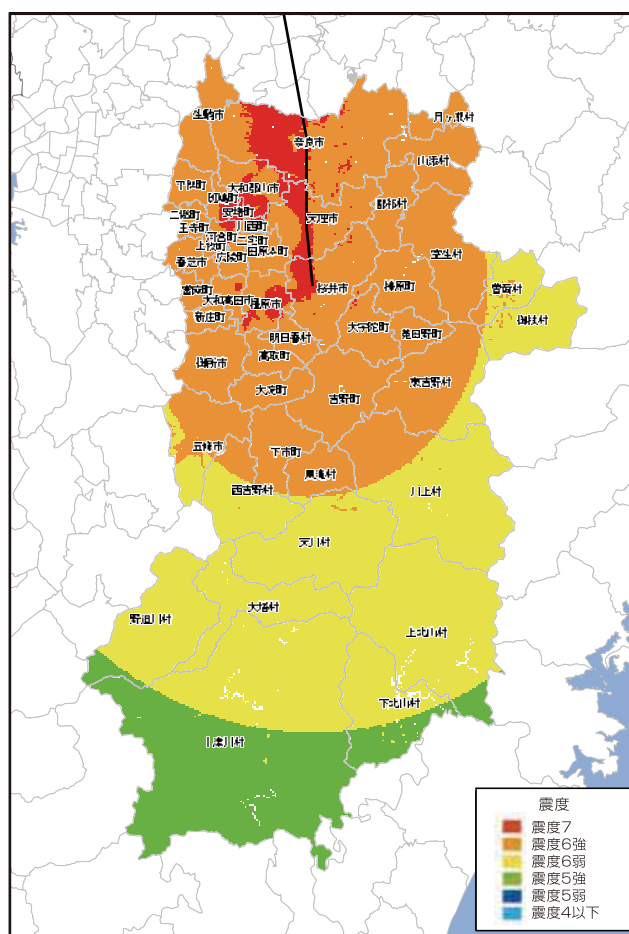
例「奈良盆地東縁断層帯地震」

奈良盆地東縁断層帯地震発生時の主な被害想定

マグニチュード (地震の規模)	7.5
死者	5,153人
負傷者	19,045人
住家全壊	119,535棟
住家半壊	83,442棟
建物火災	1,199件 (冬の18時発災の場合)
避難者	435,074人 (発災の1週間後)
断水世帯	433,526世帯
停電世帯	486,436世帯 (発災の直後)
都市ガス 供給支障世帯	256,903世帯 (発災の直後)



同地震の想定震度分布図



～ひとことメモ～

大きな地震を引き起こす可能性のある断層は、この「奈良盆地東縁断層帯」以外にも奈良県内に複数あります(左図参照)。

上の図で比較的震度が小さい地域でも、別の断層の地震では激しい揺れに見舞われることがあるということも、おぼえておきましょう。

出典：第2次奈良県地震被害想定調査報告書(平成16年10月公表)
(左図、上図、数値とも)

奈良県に被害をもたらす大きな地震②

海溝型地震

日本列島の沖にあるプレート境界で起こる地震で、広い地域で揺れに見舞われ、沿岸部では津波の被害も懸念されます。

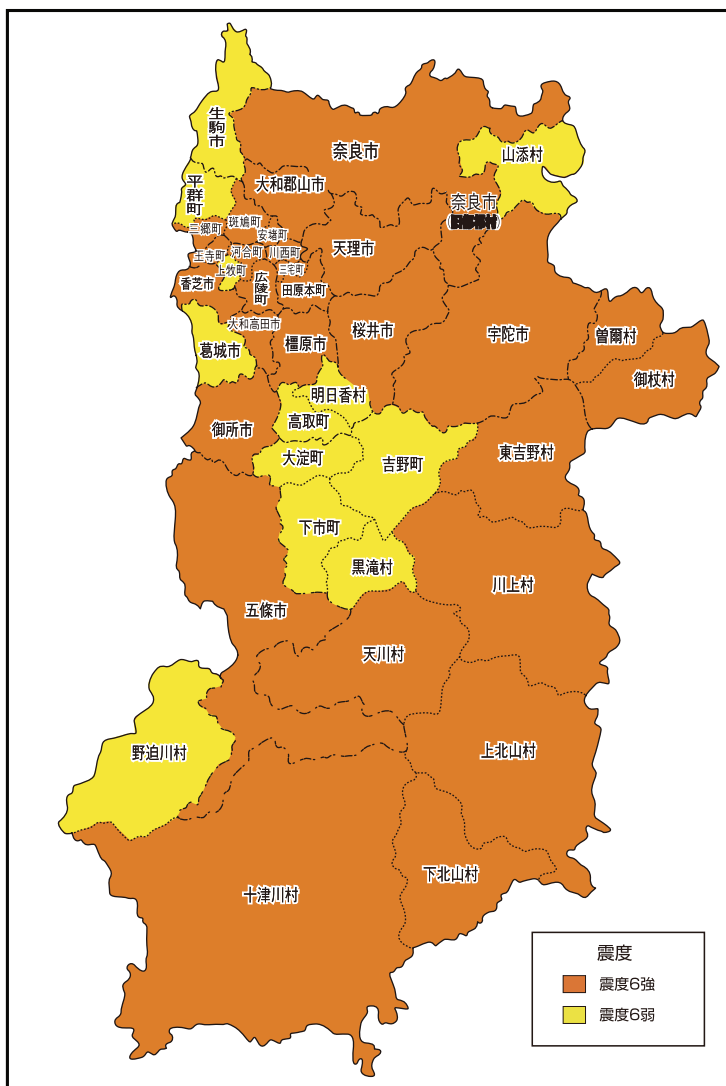
南海トラフ巨大地震

南海トラフ巨大地震発生時の奈良県内での主な被害想定（最大値）

マグニチュード (地震の規模)	9.1
死者数	約1,700人
負傷者数	約18,000人
住家全壊棟数	約47,000棟
避難者数(1週間後)	約29万人
帰宅困難者数	約13万人
断水人口(上水道)	約130万人
被害総額	3.4兆円

南海トラフを震源とするM8～9クラスの地震発生率は、今後30年間で70%程度とされています。南海トラフを震源としてこのような大規模な地震が発生すれば、人的被害、建物被害等がかなりの数に上るとともに、交通機関が寸断され、多数の帰宅困難者が発生すると予想されます。また、被害が広域にわたるため物流が滞り、食糧、飲料水等の物資が不足することも考えられます。家庭では1週間分以上の備蓄を確保しておきましょう。

同地震の想定震度分布図



出典：「中央防災会議 南海トラフ巨大地震の被害想定について（第二次報告）」
(平成25年3月18日内閣府発表)を基に作成(地図・表とも)

帰宅困難者への支援

関西の2府6県4政令市（奈良県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、和歌山県、徳島県、京都市、大阪市、堺市、神戸市）では、コンビニエンスストア、外食事業者等と「災害時における帰宅困難者支援に関する協定」を締結しています。

また、奈良県独自でも、奈良県石油商業協同組合とも同内容の協定を締結しています。この協定に基づいて、災害時の徒歩帰宅者を支援するために「水道水」「トイレ」「道路情報などの情報」の提供をいただける店舗を「災害時帰宅支援ステーション」と呼んでいます。支援サービス可能な店舗では、店舗入口付近にステッカーを掲出しています。



台風・水害・土砂災害に備える

台風

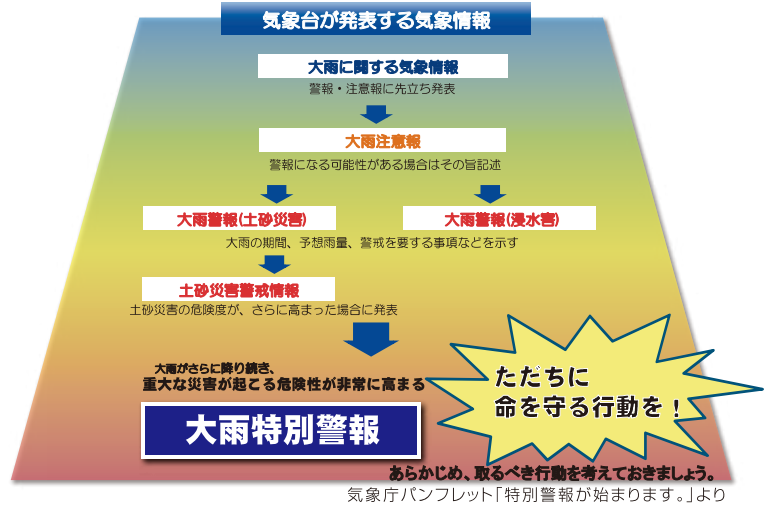
台風は、強い風とともに大雨を伴います。また、洪水等の**水害**や**土砂災害**が発生することがあります。このような災害は、事前に予測可能なことも多いため、気象情報に注意し、早めの対策が不可欠です。

気象情報に注意！

台風が近づくと気象庁は、警報等の気象情報を発表します。平成25年8月から、大規模な災害が切迫していることを知らせる「**特別警報**」が創設されました。大雨・暴風・高潮・波浪・大雪・暴風雪については、警報の基準をはるかに超える危険度の高いものを「〇〇特別警報」といった名称で発表します。特別警報が発表されたら、ただちに命を守る行動をとることが必要です。

また、市町村から「避難準備・高齢者等避難開始」・「避難勧告」・「避難指示（緊急）」が発令される場合がありますので、これらの情報についても注意が必要です。

特別警報が発表されるまで（大雨の場合のイメージ）



避難準備・高齢者等 避難開始

高齢者、障害者などの避難行動に時間を要する者とその支援をする者は、計画された避難場所への避難行動を開始。それ以外の者は避難の準備をするとともに、気象情報に注意し、危険だと思ったら早めに避難を開始。

避難勧告

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階。計画された避難場所等への避難行動を開始。

避難指示(緊急)

避難中の者は確実に避難を完了。未だ避難していない対象住民は、直ちに避難行動に移る。

水害から身を守るには

○ 普段からの準備

1. 避難経路や危険箇所の確認

住んでいる地域の過去の浸水実績や浸水想定区域図、洪水ハザードマップを確認して、避難経路や危険箇所を把握しておきましょう。

2. 非常食品の用意

備蓄品や非常持ち出し品を準備しておきましょう。(パンフレット裏面参照)

○ 水害発生時・避難時には

1. 災害情報に注意

テレビやインターネット等で正確な情報を把握しましょう。

2. 避難のポイント

安全で動きやすい服装で、脱げにくい運動靴を履いて避難。長靴は水が溜まるので厳禁です。ビル等にいる場合はエレベーターを利用せず、上層階に避難しましょう。車を運転の際は高台へゆっくりと移動し、いざとなったら車を置いて逃げましょう。川や橋へは絶対に近づかないでください。



土砂災害とは

土砂災害は大雨・台風・地震などの影響により、土や石が水と混ざり合うなどし、崩れたり流れ出たりする現象で、「がけ崩れ」「地すべり」「土石流」の3つに分類されます。兆候が現れたら、市町村役場に連絡し、早めに避難しましょう。

	がけ崩れ	地すべり	土石流
現象	地中にしみこんだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちる現象。	比較的緩やかな斜面において、地中の粘土層など、滑りやすい面が地下水の影響などで、ゆっくりと動き出す。	谷や斜面にたまった土・石・砂などが、梅雨や台風などの集中豪雨による水と一緒にあって、津波のように流れ出る。
発生の兆候	<ul style="list-style-type: none">・小石がばらばらと落ちてくる。・斜面から水が出てくる。・斜面にひび割れができる。	<ul style="list-style-type: none">・斜面に段差や亀裂が生じる。・ため池や水田、用水路の急激な減水。・石積み斜面の局所的な崩落。	<ul style="list-style-type: none">・雨が続けているのに、川の水位が下がる。・山鳴りがする。・川の濁り、流木等が混ざり出す。

土砂災害から身を守るには

事前に

- 地域の危険箇所の確認
お住まいの地域が、土砂災害のおそれがある区域（土砂災害警戒区域）として指定されているか事前に確認しておきましょう。お住まいの市町村にお問い合わせください。
- 避難場所や避難経路の確認
避難場所や避難経路を日頃から確認しておきましょう。

雨が降り始めたら

- 気象情報や災害情報に注意
テレビ・ラジオ・インターネット等で雨雲の動きや警報等の気象情報に気を配りましょう。

避難する時は

- 夜間に大雨が予想されるときは暗くなる前に避難しましょう。また、豪雨などで避難所に避難できないときは、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難するか、それも難しい場合は家の中でより安全な場所（かけから離れた部屋や2階など）に避難しましょう。なお、土砂災害は雨がやんだあとに発生することもありますので、注意が必要です。



土砂災害警戒情報

土砂災害警戒情報は、大雨による土砂災害発生の危険度が高まったとき、市町村長が避難勧告等を発令する際の判断や住民の自主避難の参考となるよう、都道府県と気象庁が共同で発表する防災情報です（技術的に予測が困難な地すべり等は、発表対象外です）。土砂災害警戒情報は、奈良県または奈良地方気象台のホームページ等で確認できます。

発表されたら、市町村の避難勧告等に注意し、警戒情報が出ていなくても周囲に発生の兆候が見られたら、直ちに自主避難を開始してください。

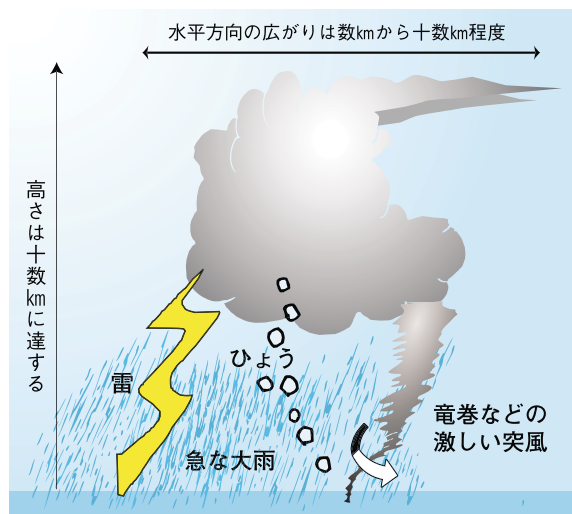
局地的大雨・竜巻に備える

春から夏にかけては、積乱雲（雷雲）が発生しやすく、この積乱雲によって「急な大雨」「竜巻」といった現象が起こります。

単独の積乱雲からもたらされる現象は、短時間（30分～1時間程度）で局地的な範囲に限られます。

次のような時は、積乱雲が近づく兆候です。

- 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- 大粒の雨や「ひょう」が降りだす。
- 冷たい風が吹き出す。
- 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。



局地的大雨から身を守るには

積乱雲による大雨は、雷を伴って短時間に狭い範囲で激しく降ります。積乱雲が近づく兆候が見られたら、すぐに次のような行動とりましょう。

- 頑丈な建物に避難する。
- 水辺からすぐに離れる。
- 地下にいる場合は、すぐに家の1階以上に退避する。

竜巻から身を守るには

空の変化には常に注意を払い、積乱雲が近づくサインを見逃さないことが大切です。積乱雲が近づくサインに気づいたら、早めに安全な場所に避難しましょう。竜巻が近づく際には「ゴーというジェット機のようなごう音がする」「雲の底から地上に伸びる“ろうと”状の雲がみられる」等といった特徴がみられます。このような場合、直ちに避難の必要があります。

屋外にいるとき

- 頑丈な建物に移動する。
- プレハブや物置には近づかない。
- 側溝など身のかくせるところに伏せる。

屋内にいるとき

- 雨戸や窓を閉める。
- 1階の窓ガラスのない部屋に移動する。
- 身を低くして、机等の下に入る。



竜巻注意情報

積乱雲の下で発生する竜巻や激しい突風が起きやすい気象状況であることを呼びかける情報で、各地の气象台等から、担当地域（概ね一つの県）を対象に発表されます。有効期間は発表から**1時間ですが、注意すべき状況が続く場合には、竜巻注意情報が再度発表されます。**

竜巻注意情報が発表され、発達した積乱雲が近づく兆しが確認された場合には、頑丈な建物に避難するなどの身の安全を確保する行動を早急にとりましょう。

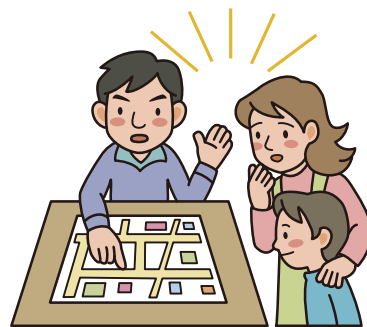
家族の連絡方法を確認しよう

～家庭の防災会議のすすめ～

災害発生時、家族が慌てず行動できるよう、普段から次のようなことを話し合い、それぞれ分担などを決めておきましょう。

避難の時の「場所」「方法」「ルート」は？

- 家族が離れ離れになってしまった時の集合場所や、最終的な避難場所を確認しておきましょう。
- 避難場所までの安全な避難方法やルートを確認しましょう。
- できれば家族で実際に下見をしてみましょう。



勤め先や外出中の家族の安否確認は？

- 勤め先や学校、親類等の連絡先を記入し、家の中の見やすい場所に貼っておきましょう。
(この冊子の裏表紙に記入できます。)
- 外出先で災害が発生した場合の安否の確認方法や集合場所について、事前に決めておきましょう。



災害用伝言ダイヤル（171）を活用しましょう！

ママ、今△△小学校に避難しているよ。

無事が確認できて安心したわ。

171にダイヤル

▼ガイダンスが流れます▼

録音は 1 伝言は 2

▼ガイダンスが流れます▼

被災地 (●●●●●●)●●-●●●●●●

被災地の方の電話番号を市外局番から入力

△△小学校に避難します。〇〇くんの無事も確認できました！

みんな無事だね！これから△△小学校に向かいます！

遠方の家族など

携帯電話やパソコンからインターネットに接続し、災害用伝言板などを利用する方法もあります。

- **携帯電話から**
各社のトップメニューで「災害用伝言板」を選択
- **パソコンから**
災害用伝言板「web171」
<https://www.web171.jp>



もしも①のときのアドバイス

災害用伝言ダイヤル、災害用伝言板、災害用伝言板「web171」には、体験期間（1/1～1/3、毎月1日、15日など）が設定されています。
(災害が実際に発生していない時は、体験利用以外の利用はできません。)
事前に利用方法を確認しておけば、実際に使う時に迷わないですよ！

災害被害を減らす「自助」「共助」

～地域の自主防災活動に参加しよう～

阪神・淡路大震災では

平成7年1月に発生した阪神・淡路大震災では、救出された人のうち、実に約98%が近隣住民などによる救出であったと言われています。また、住民による初期消火により火災の延焼をくい止めた例もあります。

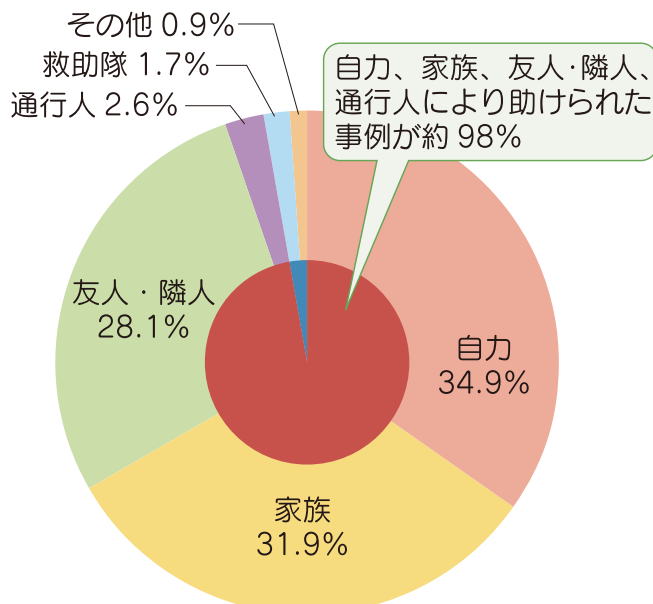
自主防災組織とは？

自主防災組織は、「自分たちの家族やまちは自分たちで守る」という意識のもと、住民同士が協力して自発的につくるものです。あなたのまちでも自主防災組織を結成し、災害に備えましょう。

すすんで参加しましょう！

災害時には、日頃やりなれていることも満足にできない、日頃やっていないことは絶対にできない、と言われています。積極的に地域の防災訓練などに参加しましょう。

生き埋めや閉じ込められた際の救助



(出典：(社)日本火災学会「兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」)

阪神・淡路大震災の体験談

芦屋市においても、大半は地域住民により救助された。

コミュニティのしっかりしているところほど多くの人命が助けられた。自主防災組織は重要である。また、1日目にいかに救助できるかが大切である。

人と防災未来センター語り部 (元芦屋市建設部長)
谷川 三郎氏

～災害に強い奈良県へ～

皆さんが安全に安心して暮らせる、災害に強い地域社会を実現するため、「奈良県地域防災活動推進条例」を制定しました。(平成26年4月1日施行)この条例によって、地域の皆さんによる防災活動を推進し、地域の防災力の向上を図ります。

災害の種類ごとに、3つの「奈良県防災の日・防災週間」を制定しました

防災に関する理解を深め、地域の防災活動の一層の推進を図るため、県内で過去に多大な被害が発生した日を「防災の日」として制定しました。皆さんも関連行事に参加して、防災について考えるきっかけとしてください。

7/9 奈良県地震防災の日
1854年
伊賀上野地震発生

8/1～3 奈良県水害防災の日
1982年(昭和57年)
大和川大水害発生

9/3～4 奈良県土砂災害防災の日
2011年(平成23年)
紀伊半島大水害発生

それぞれの「奈良県防災の日」を含む前後一定の期間を「奈良県防災週間」とします。



わが家の防災メモ

記入して、家の中の見やすい場所に貼っておきましょう！



非常持出品のチェック

<input type="checkbox"/> 懐中電灯		救急医療品	<input type="checkbox"/> 常備薬		乳児用品	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ		<input type="checkbox"/> 傷薬	<input type="checkbox"/> 胃腸薬		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 予備の電池・電球		<input type="checkbox"/> ばんそうこう	<input type="checkbox"/> 脱脂綿		妊婦用品	<input type="checkbox"/>
非常食・水		<input type="checkbox"/> 包帯	<input type="checkbox"/> ヘルメット（防災ずきん）		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 飲料水		<input type="checkbox"/> 軍手	<input type="checkbox"/> 衣類		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> レトルト食品		<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> タオル		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 缶詰		<input type="checkbox"/> ろうそく・ライター	<input type="checkbox"/> ナイフ		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
貴重品		<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 現金						
<input type="checkbox"/> 印鑑						
<input type="checkbox"/> 預金通帳						
<input type="checkbox"/> 保険証						
<input type="checkbox"/> 免許証						
<input type="checkbox"/>						

避難カード

緊急連絡先	連絡先	電話番号	連絡先	電話番号	
家族データ	氏名	電話（連絡先・学校）	血液型	アレルギー	備考（常備薬など）
親戚・知人連絡先	氏名	電話番号	住所	備考（家族との関係など）	
場所集合	場所	住所	備考（連絡先、避難経路など）		
場所避難	場所	住所	備考（連絡先、避難経路など）		

防災に関するお問い合わせ先

- 各市町村の防災担当課
- 各消防本部
- 奈良県防災統括室（防災全般に関すること） ☎0742-27-8425
- 奈良県安全・安心まちづくり推進課（自主防災に関すること） ☎0742-27-8576

表紙の写真

上段左：河道閉塞により多くの建物が浸水（天川村坪内、H23紀伊半島大水害）
 中段左：山腹崩壊により国道が寸断（川上村迫、H23紀伊半島大水害）
 下段左：土石流による被害の様子（五條市大塔町辻堂、H23紀伊半島大水害）

上段右：被災した街の様子（神戸市灘区、H7阪神・淡路大震災 神戸市提供）
 中段右：地震により倒壊した建物（H16新潟県中越地震 小千谷市提供）
 下段右：津波で被災した町災害対策庁舎（宮城県南三陸町、H23東日本大震災）