



STEP 4

家の中と外を確認！

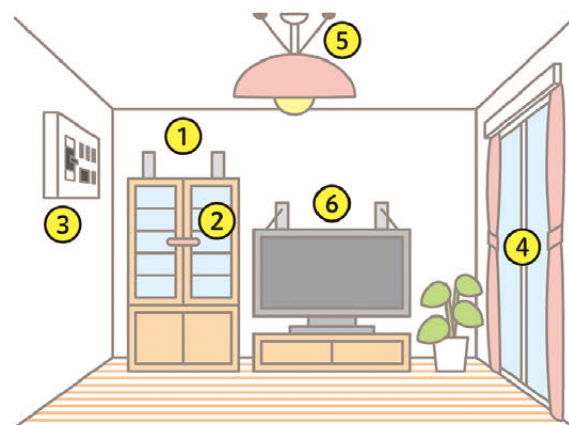
「いざという時」に備えよう！



自宅を避難所に！（家の中）

家の中を安全にしよう！

家具や家電、建具に一工夫をするだけで地震時の揺れから命を守ります。



- ① 家具を固定する
- ② 扉・戸棚にストッパーをつける
- ③ 分電盤に感震ブレーカーをつける
- ④ 窓ガラスに飛散防止フィルムをつける
- ⑤ 吊り照明を固定する
- ⑥ テレビを固定する

ローリングストックをしよう！

普段から食べ慣れている食料を食べながら、切らさないように少し多めに買い足しておくこと（ローリングストック）で、災害時にもいつもと同じような食事ができます。さらに、カセットコンロとボンベがあれば、冷蔵庫にある腐りやすいものから調理ができます。



トイレ対策をしよう！

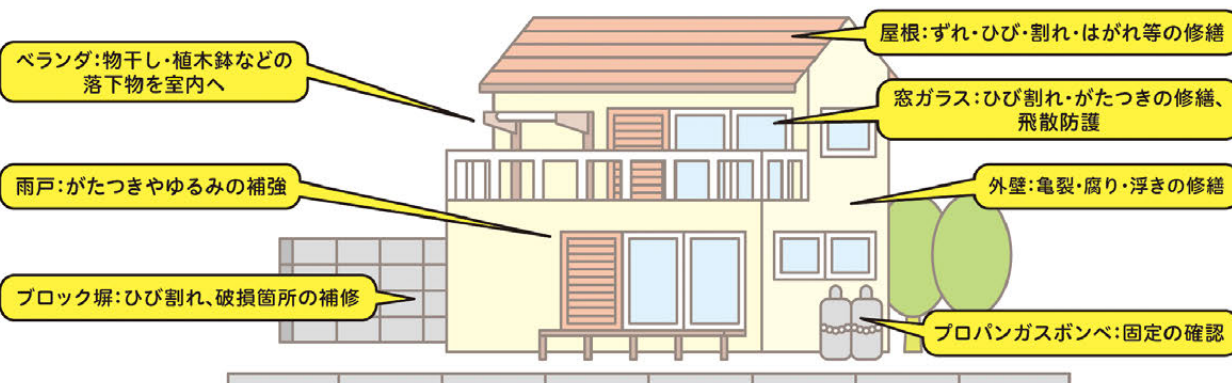
排水管に異常がないことを確認できればトイレは使えますが、断水に備えて流さないトイレ対策を用意しておくことで安心です。



※オムツ、ペットシート、猫砂、新聞紙などでも活用できます



自宅を避難所に！（家の外）



もっと、「防災」について取り組みたい！

Point! 神奈川区や横浜市では防災対策に関する補助事業があります。各事業には、申し込み条件や期限などがあります。詳しくは、総務課（防災担当）☎411-7004までお気軽にお問い合わせください。

神奈川区役所総務課 令和7年10月発行

〒221-0824 横浜市神奈川区広台太田町3-8 電話：411-7004 FAX：324-5904

貼るだけ
かんたん！

自分でつくるmy防災マップ

マップとシールで災害への備えを考えよう！



災害による被害を軽減するためには、自分の住むまちの災害リスクを知ることが重要です。発災時に、落ち着いて行動ができるように、各家庭で事前に「自分でつくるmy防災マップ」を作成して、大切に保管しておきましょう！



横浜市神奈川区役所



STEP 1 貼るだけかんたん!

神奈川区防災マップにシールを貼ろう!

1 マップのおもて面を
広げ、あなたの家に



このシールを
貼りましょう



2 マップのおもて面を見て、あなたの家は
延焼しやすい地域と周辺図 津波避難対象区域と周辺図 の中に入っていますか?

入っている
(マップのうら面へ)

どちらにも
入っていない
(マップはそのまま)

マップをうら面にし、おもて面と同様に

家のシールを貼り※ 3 4 5 へ進みます

※ 延焼しやすい地域と周辺図 津波避難対象区域と周辺図
両方にまたがる場合は、それぞれにシールを貼って進めましょう

※あなたの家が 延焼しやすい地域 重点対策地域(不燃化推進地域)
津波避難対象区域 に入っているか確認しましょう

そのまま
おもて面を使い

3 4 5

へ進みます

3 災害時の安全な場所に
シールを貼りましょう

指定されている
「地域防災拠点(指定避難所)」

家の近くの
「広域避難場所」

自治会・町内会で決められている
「いっとき避難場所」

※津波避難対象区域の中に
ある方は、家の近くの



津波避難施設



頑丈な建物

にも
シールを貼りましょう

4 家の近くの土砂災害危険箇所(マップの中の
土砂災害警戒区域 土砂災害特別警戒区域
や急傾斜地崩壊危険区域)に
シールを貼りましょう。

Point!

横浜市では、毎年、台風や集中豪雨により
がけ崩れが発生しています。



5 災害時に危険だと思う場所に
シールを貼りましょう

Point!

マップでわかる情報以外にも、住んでいる
人だからこその災害時に危険かもしれ
ない場所があります。

例

・古いブロック塀
・建物の外壁、窓ガラス
・看板などの落下物
など

4 5 身近な危険箇所を確認し、地震の後や大雨の時には、近づかないようにしましょう



STEP 2 イメージしてみよう

マップを見ながら 「いざという時」を考えてみよう!

まずは在宅避難を検討!!

災害時、自宅の状況を確認し、自宅で安全を確保
できる場合には、在宅避難に努めてください。

事前の備え

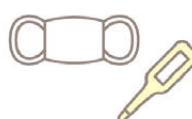
・在宅避難に備え、食料やトイレ
パック等の備蓄品を最低3日分
(できれば1週間分)準備してくだ
さい。



・避難所・避難場所だけではなく、
親戚や友人の家への避難も
検討してください。

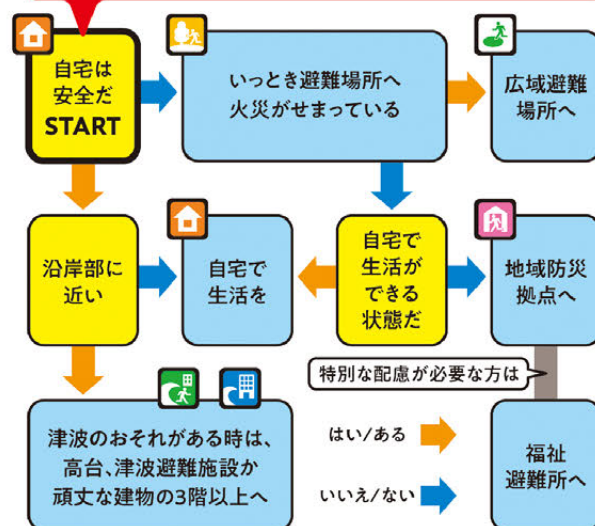


・避難所・避難場所に避難する際
には、持参する非常持出品に、マ
スク、体温計等も含めてくださ
い。



大地震が起きたら?

大地震発生!



STEP 3 安否を伝える・知る

「いざという時」の連絡方法を確認!

Point! 電話が繋がらない時は、「災害用伝言ダイヤル171」を活用しましょう!

171

171で発信

SNSなど複数の連絡手段が
あると安心です。

録音

再生

1

2

() -

※災害時に設置される特別な回線ですが、毎月1日と15日などに試すことができます
※固定電話・携帯電話・スマートフォンでも使用することができます

マップにシールを貼ることであなたの家の周りの危険な場所や役立つ場所を
把握することができます。「いざという時」を考えて、
my防災マップをつくりましょう。



ファイル

マップとシールをし
まうだけでなく役立つ
情報も紹介してい
ます



マップ

あなたの家や安全な
場所などにシールを
貼りましょう
※マップは両面あります



シール

目的に合わせてマッ
プへシールを貼りま
しょう

Point! 災害時に役立つ場所に のシールを貼りましょう。

・災害時給水所(マップの)・帰宅困難者一時滞在施設(マップの)・災害用井戸協力の家(マップの #)
・福祉避難所(マップの)・地域の防災倉庫・医療機関・自治会、町内会館・役所などの行政機関
・食料品、日用品の販売店・海拔表示 など