



KOHOKU 12

広報よこはま港北区版 No.338 2025

広報よこはま
港北区版を
スマホで読む

X 港北区 X



在宅避難のススメ ～とりあえず避難所へ行く前に～

大地震等の災害発生直後、自宅に危険が無い場合、そのまま自宅で避難生活を送ることを**在宅避難**と言います。多くの避難者との共同生活を送る避難所とは異なり、住み慣れた環境で避難生活を送ることができるため、**プライバシーの確保ができ、ストレスや不安も少ない等のメリット**があります。

考えよう！在宅避難する？しない？



大地震発生!その時、自宅は…

- ☒ 火災やガス漏れの危険が無い?
- ☒ 備蓄品が最低 3 日以上ある?
- ☒ 土砂崩れ等の二次災害の危険はある? 等

危険・不安が
ない危険・不安が
ある

在宅避難

避難所(地域防災拠点)

※港北区内に29か所

避難所の確認はこちら



※安全の判断がつかない場合や、危険を感じる場合は、避難所(地域防災拠点)へ移動してください。
※本紙面は、発災直後から3日間を想定して、備えておくべきことを中心に掲載しています。

備蓄品を用意しよう！

備蓄品の例

(必要量は1週間分、最低でも3日分)

飲料水



1人あたり1日3リットルが目安
(3日で9リットル、
1週間分で21リットル分)

品質を長く保つため、涼しく暗い
場所に保管しましょう。

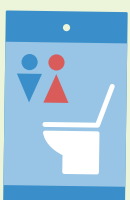
食料



1人あたり1日3食が目安
(3日分で9食、1週間分で21食分)

非常食ではなく、普段食べている
食品を少し余分に買っていただけ
でも備蓄になります。食べた分は
適宜補充しておきましょう。

携帯トイレ



1人あたり1日5回が目安
(3日で15回分、1週間で35回分)

- ・いざという時に慌てないよう、
使い方を確認しておきましょう。
- ・水や食料に比べて見落としがち
なので、忘れずに備えましょう!

家を守るために必要なこと！

家具の転倒防止

地震発生時にけがをした原因のうち、
約30～50%は家具等の転倒による
ものです。突っ張り棒等の転倒防止
器具を取り付けましょう。



感震ブレーカーの設置

地震火災の発生を抑えるために、地震の
揺れを感じて自動で電気を遮断する
感震ブレーカーを、自宅の分電盤等に
設置しましょう。



身の回りの物が防災グッズに？

日常生活で使っている物の中には、災害時にも役立つ物が多くあります。日常と非常時のフェーズを分けず、**どんな場面でも活用する考え方をフェーズフリーと呼びます。**

フェーズフリーで活用できる物の例

水筒やマイボトル ▶ 災害時、水の持ち運びや保存に使用

モバイルバッテリー ▶ 停電時の電源に使用

使い捨てカイロ・ブランケット ▶ 防寒や体温維持に使用

港北区
防災講演会
のお知らせ

日時 2026年2月15日(日)10時～11時
場所 港北公会堂
テーマ 発災時のトイレ問題について

詳細は
こちら

●問合せ 総務課 防災担当 ☎ 045-540-2206 📠 045-540-2209

港北
区役所

〒222-0032
港北区大豆戸町 26-1
☎ 045-540-2323(代表)
📠 045-540-2227

開庁日

なるべく電車・バスで
ご来庁ください

月～金曜(祝休日・年末年始除く) 8時45分～17時

第2・4土曜 9時～12時

(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)

港北区の
データ
(2025年
11月1日現在)人口
367,489世帯数
185,966