



防災・緊急ガイド



防災



防災情報

危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

防災行政無線

放送する主な内容は次のとおりです。

- ①大地震発生時の情報(震度4以上で自動的に放送)
- ②警報などの気象情報
- ③武力攻撃事態や緊急対処事態など時間的余裕のない事態に関する緊急情報
- ④光化学スモッグ注意報の発令
- ⑤火災情報(大規模な火災が延焼している場合は地区を限定し放送)

防災情報テレホンサービス

防災行政無線の放送内容を確認できます。

防災情報テレホンサービス ニジウニマルボウサイ TEL 22-0131
フリーダイヤル ニサンクッサイ 0120-107662

火災情報テレホンサービス

火事などの情報 TEL 23-9471

災害情報共有システム (Lアラート)

テレビやインターネットなどで避難情報を即時に確認できるようになりました。提供する主な内容は次のとおりです。

- ①避難指示、高齢者等避難
- ②避難所開設情報
- ③災害対策本部設置状況

【利用例】

NHK総合テレビのデータ放送では、テレビのリモコンの「dボタン」を押す→「地域の防災・生活情報」を選択

インターネットで防災気象情報!!

気象庁や市ホームページなどで防災気象情報を提供しています。気象庁が発表する注意報・警報や、台風情報、各市町村が発令する避難情報などの最新情報がチェックできます。

災害時の情報入手はこちらからも!

次の2社とは「災害情報の放送に関する協定」を締結しています。

- ジェイコム木更津オフィス 11チャンネル
- かずさエフエム FM83.4MHz

きさらづ安心・安全メール 詳しくは31ページへ

災害情報などを入手できます。✉ t-kisarazu@sg-p.jp

災害時の連絡方法

大きな災害が発生したときに伝言サービスに伝言を入れておくと、家族・親戚・知人などの安否確認や集合場所の連絡などができます。

災害用伝言ダイヤル

「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って伝言の録音・再生を行ってください。

伝言の録音

伝言の再生

171 ※ガイダンスが流れます

1 ※ガイダンスが流れます

2 ※ガイダンスが流れます

被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください

TEL XXXX-XX-XXXX

携帯電話による災害用伝言板サービス

操作方法などは、契約している各電話会社にお問い合わせください。

〈 広告 〉



木更津市管工事業協同組合

〒292-0834 木更津市潮見2丁目8番地 TEL.0438-23-2561

私たち組合員は、相互の連携を密にし、積極的に市民サービスに取り組んでいます。災害復旧マニュアルを作成し、災害時にはかずさ水道広域連合企業団の指導のもと、水道施設の復旧活動等を行い地域社会に貢献いたします。上下水道工事のご用命は、下記組合業者をお願いします。

有限会社 カメヤマ水管工業	新田1-2-5	TEL (23) 3861	株式会社 協同建設木更津支店	江川1341-2	TEL (23) 6103
有限会社 綾部工務店	高砂1-5-22	TEL (41) 4132	株式会社 田辺設備木更津支店	真里1397-5	TEL (53) 2801
上総水道有限会社	高柳1-2-1	TEL (41) 7198	有限会社 梓工営	潮見3-18-6	TEL (40) 5540
鈴木設備株式会社	永井作1-9-12	TEL (23) 0667	こかい水道設備有限会社	岩根4-9-3	TEL (41) 9190
株式会社 小倉鑿井工業所	桜井805	TEL (36) 4027	有限会社 朝日設備	岩根3-10-7	TEL (41) 9167
有限会社 中央設備	中野202	TEL (20) 2477	有限会社 産洋設備	吾妻1-1-33	TEL (25) 5434
興和建設株式会社	桜井571	TEL (37) 0411	有限会社 鈴弘設備	芽野七曲199	TEL (53) 4797
株式会社 篠田設備工業	中里576-2	TEL (23) 1071	光・管工株式会社	本郷1-6-14	TEL (41) 3411
緑和熱学工業株式会社	桜井新町2-4-16	TEL (37) 0878	有限会社 設備保全センター	長須賀1107	TEL (20) 6051
桜井設備工業株式会社	祇園4-17-6	TEL (98) 4064	株式会社 葵商事	畑沢3-7-5	TEL (37) 1204
有限会社 マルニ工業	江川741-1	TEL (97) 7775	有限会社 和工	請西東5-25-10	TEL (37) 6873



警戒レベル別避難情報

水害・土砂災害について、市町村が出す避難情報と国や都道府県が出す防災気象情報を5段階に整理しました。

警戒レベル	避難情報	住民がとるべき行動	防災気象情報 (気象庁など)
警戒レベル5 ※災害発生または切迫	緊急安全確保 (市町村が発令)	命の危険 直ちに安全確保!	氾濫・大雨・土砂災害・ 高潮 特別警報
警戒レベル4 ※災害のおそれ高い	避難指示 (市町村が発令)	危険な場所から全員避難	氾濫・大雨・土砂災害・ 高潮 危険警報
警戒レベル3 ※災害のおそれあり	高齢者等避難 (市町村が発令)	避難に時間を要する方は早めに避難! (高齢者・障がいのある方・乳幼児など)	氾濫・大雨・土砂災害・ 高潮 警報
警戒レベル2	(気象庁が発表)	避難行動を確認 (避難場所や避難ルート、避難のタイミングなど)	氾濫・大雨・土砂災害・ 高潮 注意報
警戒レベル1	(気象庁が発表)	災害への心構えを高める	早期注意情報

※各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。
※令和8年5月29日から防災気象情報の見直しが行われ、注意報・警報などの名称が変更になりました。



土砂災害危険警報

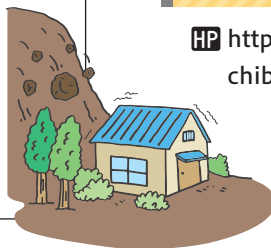
危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

土砂災害(がけ崩れ・土石流・地すべり)による被害の防止・軽減のため、土砂災害が発生するおそれが高まったときに、市が避難情報など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、銚子地方気象台が発表します。

土砂災害の前兆現象に注意しましょう!!

- 小石がパラパラと落ちてくる
- 斜面から水が吹き出す
- がけに亀裂が入る
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 山鳴りや立ち木の裂ける音が聞こえる

このような現象に気がいたらすぐに避難!!



千葉県防災ポータルサイト

HP <https://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/>



千葉県土砂災害警戒情報システム

HP <https://dosyabo.bousai.pref.chiba.lg.jp/chibaDosya/web/top/>



〈 広告 〉

創業55年以上のレトロなお店

(有) 親和商店

ユニフォーム・警備服・白衣
消防/防災/衛生用品・防災食
安全保護具/工具・発電機
旗(のぼり・横断幕)
各市キャラクターグッズ/ウエア
名入れタオル

SHINWA SHINWA

本店(君津)
☎0439(52)0714
〒299-1147 君津市人見1204
富津事務所・袖ヶ浦事務所・館山オフィス
南房総市オフィス・木更津オフィス
✉shinwa.r.9981@tkcnet.ne.jp

安全と信頼と真心を運びたい

砂・砂利販売 残土運搬処分
産業廃棄物収集運搬

SSK (有) 穴倉建材

一般貨物自動車運送事業 No.45000255
産業廃棄物収集運搬業 千葉県 No.1200127625

☎0438-98-0154
📍木更津市井尻993-9

小澤商事株式会社
UBE 三菱セメント株式会社特約販売店

営業内容

- 生コンクリート ● コンクリートパイル
- UBE 三菱セメント ● 砕石 ● 砂
- 地盤改良剤 ● その他建設資材全般

木更津市新田1-5-31 〒292-0832
Tel:0438-22-5285(代)
Fax:0438-22-5758

袖ヶ浦宇部生コン工場
袖ヶ浦市蔵波2039 〒299-0243
Tel:0438-62-4571(代) Fax:0438-62-4573
E-mail:ozawa@ozawa-gr.co.jp

非常時の持ち出し品 チェックリスト

危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

平时に用意してリュックなどに入れておくもの

□ 食料など

非常食・水・ビニール袋・ラップなど

1人3日分を目安に
備えておきましょう



□ 衛生用品・感染症対策

タオル・衣類・下着・上履き・洗面用具・生理用品・ティッシュ・ウェットティッシュ・ゴミ袋・救急用品・常備薬・マスク・体温計・手指消毒用アルコール・石鹸・ハンドソープ・歯ブラシ・歯磨き粉・マウスウォッシュなど



□ 赤ちゃん・子どもがいる方

粉(液体)ミルク・使い捨て哺乳瓶・紙コップ・離乳食・オムツ・おしり拭き・おんぶひも・子ども用のリュック(おもちゃ、お菓子など)など



□ あると便利なもの

携帯電話の充電器・ラジオ・ハザードマップ・懐中電灯・電池・雨具・ロープ・ろうそく・ライター・うちわやカイロなどの防暑・防寒対策品など



避難時に持ち出し品をチェック!

□ 貴重品など

現金・通帳・はんこ・本人確認書類・母子健康手帳

場所を決めておくと安心!



□ 持病をお持ちの方

持病の薬(1週間程度備えましょう)
お薬手帳(避難所での診察や薬の処方が必要)



〈広告〉

防災ハザードマップ

地震・風水害・土砂災害などの自然災害による災害リスクを掲載した「木更津市防災ハザードマップ」を令和3年6月に全戸配布し、本市への転入世帯には、転入届出時に配布しています。

また、市ホームページでは最新の「Web版防災ハザードマップ」を公開していますので併せてご活用ください。

津波避難ビル等一覧

No.	施設名称	所在地	標高(m)
1	木更津商工会館	潮浜1-17-59	3.5
2	東京電力パワーグリッド(株)木更津支社	貝淵3-13-40	3.4
3	ジェイコム木更津オフィス	大和2-7-15	3.8
4	龍宮城スパホテル三日月	北浜町1	3.5
5	エルシオンKISARAZU	富士見3-1-1	2.4
6	(株)かずさクリーンシステム	新港17-2	4.2
7	東京ベイプラザホテル	新田2-2-1	1.5
8	リリー木更津	中央3-6-1	2.1
9	木更津病院	岩根2-3-1	3.9
10	さつき園	長須賀1219	3.6
11	ホテルロイヤルガーデン木更津	大和1-8-14	2.6
12	東京湾アクアライン 管理事務所駐車場敷地	中島2533	10.5
13	海上自衛隊航空補給処	江川無番地	1.8
14	木更津ワシントンホテル	大和1-2-1	2.9
15	金田地域交流センター	金田東6-11-1	1.7
16	玄々堂木更津クリニック	中里231-1	1.6

自主防災組織

危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

地域ぐるみで防災活動「自主防災組織」の結成を!

災害が発生したときに頼りになるのが、地域一体で防災活動を行う自主防災組織です。

自主防災組織は、災害危険地区の把握・防災講習会・防災訓練などを通し、災害への心構えと非常時に役立つ知識を習得し「自分たちの地域は、自分たちで守る」をモットーに活動しています。

市内では町内会などをベースとして組織化されています。設立当初には、ヘルメット・担架・投光器などの防災資器材を交付しています。

水がある。緑がある。世界が集まる。

人と、自然と、文化が交流する
次世代リゾート空間「かずさアーク」

木更津市と立地企業の橋渡し。
お気軽にご相談ください。

かずさアカデミアホール(県立施設) TEL.0438-20-5555
オークラアカデミアパークホテル TEL.0438-52-0111

かずさアカデミアパーク 街づくり協議会
TEL.0438-20-5104(街づくり協議会事務局)

2027年2月、かずさアークは開業30周年を迎えます。これからも地域の皆様とともに歩み続けます。

株式会社かずさアカデミアパーク 〒292-0818 千葉県木更津市かずさ鎌足 2-3-9

シロアリ・床下全般・害虫・害獣駆除

武田環境衛生

木更津市請西南 4-33-51 TEL:0438-30-7441



指定避難所・指定緊急避難場所

危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

災害はいつ・どこで発生するか分かりません。通勤や通学の途中で被災すること考えて、家庭や勤務先などでよく話し合い、指定避難所・指定緊急避難場所を確認しておきましょう。

※避難できるようになるのは避難所が開設されてからのため、事前に市の発信する避難所開設情報を確認のうえ避難するようお願いします。



■ 指定避難所(避難者を収容し、一時的に滞在できる施設)

地区	名称	所在地	電話番号
木更津	木更津第一小学校	中央1-11-1	23-1051
	木更津第二小学校	文京5-6-24	23-2216
	木更津第一中学校	中央1-10-1	22-5321
	文京地域交流センター	文京2-6-54	23-3836
	市民体育館	貝淵2-13-40	23-5822
	木更津東高等学校	木更津2-2-45	23-0538
	木更津高等学校	文京4-1-1	22-6131
	請西小学校	請西2-8-1	36-9331
桜井・ 請西・ 太田	真舟小学校	真舟2-6-1	36-0058
	木更津第二中学校	請西941	36-2280
	太田中学校	東太田1-2-1	98-7001
	桜井地域交流センター	桜井新町4-2	30-7311
	拓殖大学紅陵高等学校	桜井1403	37-2511
	志学館中部・高等部	真舟3-29-1	37-3131
	木更津総合高等学校	東太田3-4-1	30-5511
	清和大学短期大学部	東太田3-4-2	30-5522
	清和大学	東太田3-4-5	30-5555
	八幡台小学校	八幡台4-5-1	36-6696
波岡	畑沢小学校	畑沢南2-16-1	36-3003
	畑沢中学校	畑沢1053-1	36-5021
	波岡中学校	大久保3-9-1	36-0911
	八幡台地域交流センター	八幡台4-2-1	36-4010
	畑沢地域交流センター	畑沢1053-12	37-1005
清川	波岡地域交流センター	大久保5-7-1	37-8515
	東清小学校	菅生114	98-0424
	西清小学校	長須賀2445	22-2818
	南清小学校	ほたる野3-5	98-3193
	祇園小学校	清川1-1-1	98-3158
	木更津第三中学校	永井作1-1-1	23-2645
	清川中学校	中尾1096	98-0188
	東清地域交流センター	笹子469-1	98-2919
清見台	西清川地域交流センター	永井作2-11-12	23-0286
	清見台小学校	清見台南1-15-1	98-2351
岩根	清見台地域交流センター	清見台南5-1-29	98-7654
	岩根小学校	西岩根8-1	41-1303
	高柳小学校	高柳5932	41-2085
	岩根中学校	高柳3-7-49	41-2096
	岩根西中学校	久津間373	41-3681
	岩根地域交流センター	高柳3-2-1	41-1184
	岩根西地域交流センター	江川934-1	41-1023
	鎌足中学校	矢那2797	52-2092
鎌足	鎌足地域交流センター	矢那899-1	52-3111
	かずさアカデミアホール (臨時駐車場を含む)	かずさ鎌足2-3-9	20-5555
中郷	中郷小学校	井尻978	98-0824
	旧中郷中学校	有吉932	—
	中郷地域交流センター	井尻789	98-0802
金田	金田小学校	中島2931-1	41-0009
	金田中学校	中島2820	41-0032
	金田地域交流センター	金田東6-11-1	97-6292
富来田	富来田小学校	真里谷518	53-2004
	旧富岡小学校	下郡1886	—
	富来田中学校	真里谷275	53-2020
	富来田地域交流センター	真里谷110	53-2027
	富岡地域交流センター	下郡1770-1	53-5952

■ 指定緊急避難場所(地震・火災などから命を守るため緊急に逃げ込む場所)

地区	名称	所在地
公園など	座面公園	木更津3-7
	大関公園	畑沢3-2
	清見台中央公園	清見台南4-5
	貝淵公園	桜町1-3
	中清水公園	畑沢4-4
	桜井南公園	桜井1595-2
	野際公園	清見台東1-4
	小櫃堰公園	祇園358
	大久保公園	大久保2-14
	大作公園	八幡台3-26
	真舟中央公園	真舟4-9
	板取公園	畑沢南5-10
	八幡台中央公園	八幡台4-3
	江沢公園	清川1-13
	八崎公園	請西3-2
	江川総合運動場	江川959-1
	港南台中央公園	港南台2-17
	桜井運動場	桜井新町4-2
	道の駅「木更津 うまかつの里」	下郡1369-1

■ 応急給水拠点一覧

災害時に水道が断水した場合、まず応急給水拠点で給水活動を開始し、応援体制が整い次第、順次他の避難所へ範囲を広げます。

給水施設	名称	所在地	電話番号
耐震性貯水槽	木更津第二小学校	文京5-6-24	23-2216
	岩根中学校	高柳3-7-49	41-2096
	太田中学校	東太田1-2-1	98-7001
簡易貯水槽	畑沢中学校	畑沢1053-1	36-5021
	消防署波岡分署	下鳥田813-1	36-3125
	富来田地域交流センター	真里谷110	53-2027
災害用井戸	木更津第一中学校	中央1-10-1	22-5321
	図書館(2カ所)	文京2-6-51	22-3190





休日・夜間診療



休日や夜間の急病時には

相談窓口、参考サイト・アプリ

- まずは、かかりつけ医に相談しましょう
- かかりつけ医に相談できない場合

子どもの場合

こども急病 電話相談 (15歳未満対象)	●局番なしの #8000 または TEL 043-242-9939 ●月曜日～土曜日 午後7時から翌朝午前8時まで ●日曜日・祝日 午前8時から翌朝午前8時まで(24時間対応) ●看護師が相談に応じます。必要な場合は小児科 医に電話を転送します。
「こどもの救急」 ホームページ (生後1カ月～ 6歳まで対象)	●インターネットで「こどもの救急」と検索してく ださい。 ※症状の緊急度を判断する目安にしてください。

大人の場合

救急安心 電話相談 (15歳以上対象)	●局番なしの #7119 または TEL 043-216-3668 ●24時間・365日対応 ●原則として看護師が相談に応じます。必要な場 合は医師に電話を転送します。
---------------------------	--

年齢問わず

全国版 救急受診 アプリ「Q助」	●インターネットで「Q助」と検索し、ダウンロード してご利用ください。 ※症状の緊急度を判断する目安にしてください。
------------------------	--

救急医療(急患のみ。適正な受診をお願いします)

- 第一次救急医療機関**
(対象：緊急に外来診療が必要な方)

【休日の昼間】午前9時～午後5時

休日の当番医	●当番の医療機関名などは、市広報紙・市ホーム ページなどに掲載します。 ●受診前に医療機関に電話してください。
--------	--

【夜間】毎日 午後8時～午後11時

木更津市夜間急病診療所 (内科・小児科)	中央1-5-18 TEL 25-6284
-------------------------	--------------------------------

- 第二次救急医療機関**
(対象：緊急に手術や入院が必要な方)

救急医療機関 (外科・内科)	●消防本部へお問い合わせください。 TEL 22-0119 ●午後6時～翌朝午前8時(休日は24時間対応)
-------------------	---

- 第三次救急医療機関**
(対象：一刻を争う重症な救急患者)

救命救急 センター (君津中央病院)	●救急車を呼んでください。 TEL 119 ●聴覚や言語障がいのある方は FAX119、メー ル119、NET119 もあります。 - 詳しくは障がい福祉課の聴覚障害者相談員に ご相談ください。
--------------------------	---

日頃からの心がけて いざ!というときも安心

便秘・口内炎など体調不良にご注意を!

大きな災害時には食事が偏り野菜不足からビタミン・ミネラル・食物繊維などの栄養素がとれず、便秘・口内炎などに悩んだという声が聞かれました。そんなときに備えて、じゃがいも、たまねぎなどの日持ちする野菜を、日頃から多めに買い置きしておきましょう。野菜ジュースやドライフルーツなども、あるといいでしょう。



たまねぎ



じゃがいも



ドライ
フルーツ



野菜
ジュース

POINT

- 費用、時間の面で、普段の買い物の範囲でできる
- 買い置きのスペースを少し増やすだけで済む

出典元：農林水産省ホームページ「災害時に備えた食品ストックガイド」より内容を抜粋し、編集・作成



きさらづ安心・安全メール



きさらづ安心・安全メール

危機管理課 TEL 23-7094 FAX 25-1351

安心して安全に暮らせるまちづくりを目指し、防災・地震・気象・災害情報など人命に関わる緊急情報や防災行政無線で流れる情報を「きさらづ安心・安全メール」で配信しています。

受信にはあらかじめメールアドレスの登録が必要です。

※登録料は無料ですが、通信料・メール送受信・インターネット閲覧などにかかる費用は、登録者の負担になります。



個人情報について

登録する個人情報はメールアドレスのみで、メール配信以外の目的で使いません。

また、第三者にも一切の開示・提供をしません。

登録(仮登録⇒返信⇒本登録⇒完了)

1. 「@city.kisarazu.lg.jp」のメールが受信できるように機器を設定後、「t-kisarazu@sg-p.jp」宛に空メールを送信してください。二次元コードを読み取ることができる機器から登録する場合は、上の二次元コードから空メール送信画面にアクセスできます。
2. 空メール送信後に「仮登録完了のお知らせ」メールが届きますので、メール本文に記載されている本登録用URLから利用者登録サイトにアクセスしてください。
3. 利用規約への同意の確認・配信カテゴリ選択後、入力内容を確認して登録すると「本登録完了のお知らせ」メールが届き登録完了です。



登録情報の変更・解除

配信するメールの本文に記載されている「登録の変更・解除は下記ページの案内をご確認ください。」メール記載のURLからマイページへアクセスして、登録情報の変更・解除手続きを行ってください。

お使いの機器の迷惑メール設定をご確認ください!

「きさらづ安心・安全メール」を受信するには、「@city.kisarazu.lg.jp」のメールを受信する必要がありますので、メールが届かない場合は、お使いの機器の迷惑メール設定を再度確認してください。



〈広告〉



木更津市電業会

私たち会員は、木更津市民のため積極的に地域サービスに取り組んでおります。木更津市並びに千葉県との防災協定を締結し、災害復旧マニュアルを作成して各施設の防災活動等を行い地域社会に貢献致しております。電気工事の御用命は下記組合者に御用命を御願い致します。

南総電機株式会社	木更津市請西1-10-28	☎0438-37-0031
共和電気工事株式会社	木更津市畑沢2-37-7	☎0438-36-5917
株式会社星和電工	木更津市有吉896	☎0438-98-3730
共栄電設株式会社	木更津市請西東4-15-1	☎0438-37-5953
房総電機工業株式会社	木更津市文京5-1-7	☎0438-22-6358
六幸電気工業株式会社	木更津市請西南5-25-18	☎0438-36-1252
有限会社大熊電気工事店	木更津市東中央2-10-5	☎0438-22-5316
有限会社山田電気工事	木更津市大寺1159	☎0438-98-1877
有限会社設備保全センター	木更津市長須賀1107	☎0438-20-6051
有限会社 LEE テックス	木更津市新宿2-1	☎0438-97-5111



消防・救急

住宅防火いのちを守る10のポイント

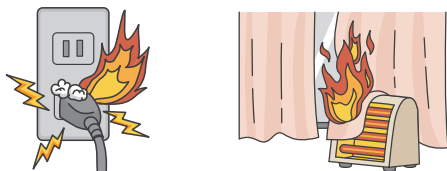
消防本部 予防課 TEL 23-9183 FAX 23-9096



4つの習慣・6つの対策

● 4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない。
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ④コンセントはほこりを掃除し、不必要なプラグは抜く。



● 6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具・衣類およびカーテンは、防災品を使用する。
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤お年寄りや身体の不自由な方は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火防災対策を行う。

火事だー! そのときあなたは どうしますか?

1 最初に「火事だー!!」と大きな声で叫ぶ

「火事だー!」と叫ぶことにより、それを聞いた人が集まってきて消火・通報・避難誘導などの行動が同時に進行できます。

2 消火器を持って消火

火災の初期の段階では、消火器で十分に消すことが可能です。

一人では消すことができない火でも数人が消火器を持って集まれば消すことができます。

火が天井に燃え移ったら消すことをあきらめ、すぐ避難してください。



備蓄食品があれば いざ!というときも安心

主に災害時に使用する「非常食」だけでなく、日常に使用し、災害時に使えるものを「ローリングストック」してバランスよく備えることが大切です。また、外出中に災害が発生することを考えて、普段から持ち歩く飲料水やチョコレートなどの「持ち歩き用品」も備えておきましょう。

備蓄食品を上手に選ぼう

家庭にある
食品をチェック



栄養バランスを考え、
家族の人数や
好みに応じた
備蓄内容・量を決定

賞味期限が
切れる前に消費し、
消費したものは
買い足す



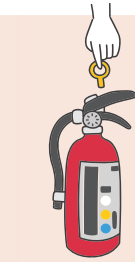
注意

災害直後は炭水化物ばかり摂取しがちです。エネルギー源となる炭水化物はとても重要ですが、栄養バランスを考慮しないと、体調不良や病気になる可能性があります。そんなときに役立つのは、缶詰。魚介の缶詰や、コンビーフなど、長期保存ができる上、手軽にたんぱく質をとることができるのでおすすめです。

出典元:農林水産省ホームページ「災害時に備えた食品ストックガイド」より内容を抜粋し、編集・作成

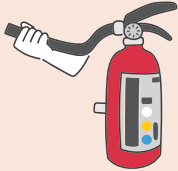
消火器の
使い方を
覚えておきましょう

1



安全栓を引き抜く

2



ホースまたはノズルを
火元に向ける

3



レバーを強くにぎる

3 「火事だー」と聞いた人はすぐに119番に通報

● 119番の通報(火災の場合)

- (1) 火事が発生した住所
- (2) 目標物
- (3) 何が燃えているか
- (4) その他の情報
- (5) 自分の名前と今使っている電話の番号

● 建物が燃えているときは、そこにいる人を外に避難させる。

● 家の中に忘れたものがあっても燃えている家には戻らない。

● 火事・救急・救助は119番

★ 119番通報でのお願い ★

119番通報は千葉市にある「ちば消防共同指令センター」で受信しています。同センターは、県下20消防本部の管轄からの119番通報を受け付けているので、木更津市からの発信であることを知らせるために**住所を告げるときは「木更津市」**からお願いします。



救急車の適正な利用について

消防本部 警防課 TEL 23-9184 FAX 23-9096

近年、軽い症状でも救急車を利用する方が増加していますので、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

病院へ行くか救急車を呼ぶか迷ったら、全国版救急受診アプリ「Q助」や救急安心電話相談「#7119」をご活用ください。

応急手当を学ぼう

心臓が止まってしまった、もしくは止まるおそれがあるような重篤な方を救命するために必要な一連の動きを「救命の連鎖」といいます。

救命の連鎖

① 心停止の予防

心臓が止まってしまうような事故や病気の予防

② 心停止の早期認識と通報

命に危険が迫っていることに早く気づき、早期の119番通報

③ 一次救命処置

心肺蘇生や、AEDによる除細動などの応急手当

④ 二次救命処置と心拍再開後の集中治療

救急救命士や医師による薬や器具などを使用した救命処置と心臓が再び動き出した後の専門の医師による集中治療



特に最初の3つの輪は、市民の皆さんによって行われるものです。

最初の輪は「あなた」から始まります。

〈 広告 〉



防災のことなら
なんでもおまかせ！

株式会社エノモト防災工業

- 消防設備保守点検業務
- 消防設備設置工事
- 消火器 ● 住宅用火災警報器
- 消防用品一式

消火器の耐用年数は10年です。
10年過ぎたら交換をお勧めします。



古い消火器引取ります。(有料)

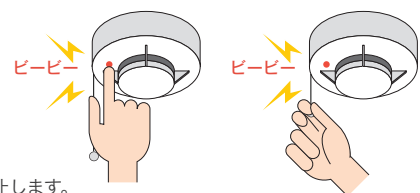
千葉県木更津市長須賀627番地の2
TEL 0438-23-0119 FAX 0438-23-0573
E-mail: ebk0119@ebk0119.com

住宅用火災警報器の交換目安は10年

住宅用火災警報器は古くなると電子部品の劣化や電池切れなどで火災を感じにくくなるおそれがあります。設置年月を確認し、設置から10年を目安に本体の交換をしましょう。

住宅用火災警報器の点検方法

本体のボタンを押すか、付属のひもを引いて点検できます。正常な場合は、正常を知らせる音声や警報音が鳴ります。



※一般的に点検の際の音声等は自動で停止します。

ご相談・お問い合わせは、最寄りの消防署へ



防犯



防犯対策

地域共生推進課 TEL 23-7492 FAX 25-3566

職員による防犯パトロール、自主防犯団体への活動支援などを行っています。また、防犯協会および防犯指導員協議会とともに官民一体となった防犯活動も行っています。

●木更津市防犯協会 事務局

木更津警察署内(潮見1-1-5) TEL 22-0110
地域共生推進課内(朝日3-8-1 朝日庁舎) TEL 23-7492

●木更津市防犯指導員協議会 事務局

地域共生推進課内(朝日3-8-1 朝日庁舎) TEL 23-7492

防犯パトロール

青色回転灯を装備した白黒の自主防犯パトロールカーが、定期的に市内各地区のパトロールを行っています。また、空き巣などの犯罪が多発している地域は、重点的にパトロールを行っています。

自主防犯活動支援事業

安全で安心して暮らせるまちづくりを目指し、各地域で自主的な防犯活動が行われています。市では、自主的に防犯活動を実施している団体および自治会などに、防犯活動(パトロールなど)に必要な物資を支給しています。

木更津市防犯指導員協議会による地域安全パトロール

青色回転灯を装備した防犯パトロール車を木更津市防犯指導員協議会へ貸し出し、地区ごとにパトロールを行っています。



防犯ボックス

地域共生推進課 TEL 23-7492 FAX 25-3566

防犯ボックスは地域防犯の核となる施設です。セーフティアドバイザーを配備し、防犯パトロールや地域の見守り活動などを行っています。

所在地: 請西南2-22-6(イオンタウン木更津請西店駐車場内)

〈 広告 〉

内閣総理大臣認可
日本ロックセキュリティ協同組合会員

開錠・修理・交換・鍵作製・取付・etc

印鑑スキャン即作成

ドクターキー®
Produce by 有限会社A

フリーダイヤル 0120-29-4169

本誌を見た! (出張料3千円引・店舗1割引)
千葉県内救急車両巡回中
本部・本店: 国道16号沿いワンスモール前 P10台可
千葉県稲毛区園生町392-3 TEL: 043-215-6901



防犯灯

地域共生推進課 TEL 23-7492 FAX 25-3566

自治会・町内会などが防犯灯を要望する場合、予算の範囲内で設置します。また、その電気料金も負担しています。

防犯灯の種類	LED灯(消費電力が10ワット以下)
要望申請者	自治会・町内会などの長
設置の基準	既存の防犯灯からおおむね40m間隔
設置場所	東電柱またはNTT柱共架とし、共架が可能でない場合は独立柱を設置するもの



交通安全



交通災害共済

地域共生推進課 TEL 23-7492 FAX 25-3566

交通災害共済は、加入者の皆さんの会費によって、交通事故に遭ったときにけがの程度に応じて見舞金を受けられる助け合いの制度です。

●加入できる方

- ①本市に住んでいる方
- ②本市住民に扶養されている方で、市外に住んでいる方
(例: 東京に下宿している大学生など)

●共済期間と会費

共済期間: 9月1日から翌年8月31日まで
会 費: 700円(加入月によって会費が異なります)

自転車保険加入

千葉県では、令和4年7月1日から自転車損害賠償保険などへの加入が義務化されました。

自転車側が加害者として、高額な賠償を命じられる事故も発生していますので、自転車事故を救済するためのTSマーク付帯保険などの各種保険へ加入しましょう。

※自転車保険については、各種保険会社などへご相談ください。



災害時緊急連絡先

火事・救急・救助

局番なし **119** 番

事件・事故

局番なし **110** 番

通報はあわてずに
落ち着いて正確に
伝えましょう!

海の事件・事故

局番なし **118** 番

