

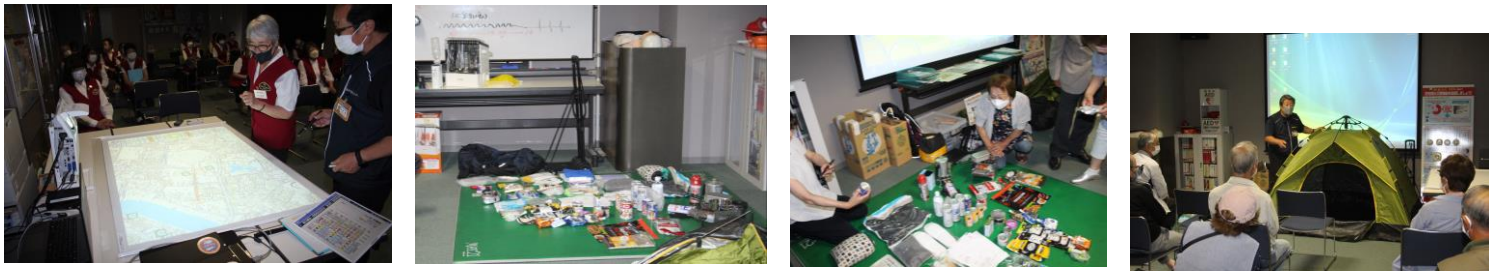
自主防災組織の活動

釧路市連合防災推進協議会・釧路市家庭防災推進員連絡協議会

防災ワンデー「釧路防災講演会2023」（令和5年1月15日（日）釧路市観光国際交流センター）



防災マイ・まっプランナー養成研修（令和5年7月13日（木）～14日（金）釧路市民防災センター）



消防防災フェス2023（令和5年9月3日（日）釧路市消防訓練場）



令和5年度釧路市防災総合訓練（令和5年9月28日（木）釧路港東港区耐震旅客船ターミナル）



避難所開設・運営訓練（令和5年10月27日（金）釧路市消防本部屋内訓練場）



釧路市連合防災推進協議会
16地区 261町内会
釧路市家庭防災推進員連絡協議会
19地区 400名

ご近所による災害時の助け合いの
『きずな』づくりに皆さんも私たちと
一緒に活動しませんか！

発行：釧路市連合防災推進協議会
事務局：釧路市消防本部予防課
電話：0154-23-0427

「冬の避難」に備えよう



～冬の避難には雪道や防寒等の備えで時間がかかります～

(1) 素早い避難のための準備をあらかじめしておこう！

～津波への心構え～ **逃げろと言われて、冬10分以内に逃げ始められるか？**

地震があったら、
津波が来る！
すぐ避難！
の心構えを日頃から
持ちましょう！

隣近所で
声を掛け合い
率先して
避難しましょう！

津波は常に想定外の恐れ！
徒歩で高い所へ
垂直避難を意識しよう！

(2) 低体温症にならない備えをしておこう！

～「寒さ」と「ぬれること」から身を守る～

日頃から準備してほしい
備蓄品・非常持ち出し品



寒さと雪道



防寒着・冬靴

体がぬれた時



乾いた衣類

避難所の寒さ



寝袋・上履き

非常食



カロリーのある
食べ物・飲み物



冬の避難所での注意点

低体温症・感染症に注意！

- ・低体温症（体温が35度以下に低下した状態）
- ・感染症の予防（手指消毒、手洗い、マスク着用）

【大津波警報】
津波一時避難場所一覧

