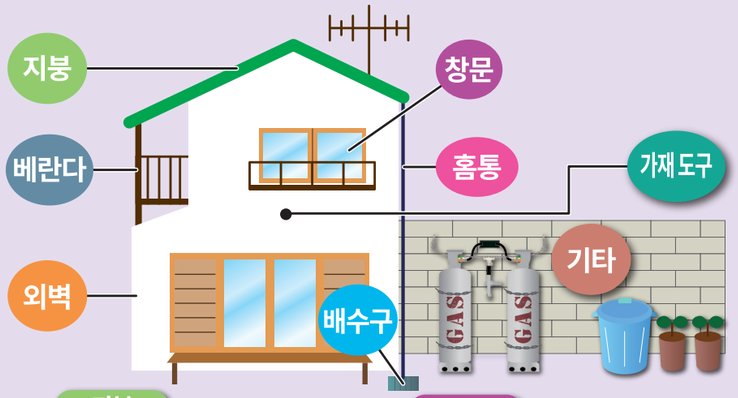
3-1. 평상시 대비책

①집 주변을 확인합시다.



지붕
□안테나, 함석 지붕, 기와가 흔들리지는 않나요?

베란다
□떨어지거나 날아갈 위험이 있는 물건은 없나요?

외벽
□벽에 균열은 없나요?

창문
□창틀, 덧문이 흔들리지는 않나요?

홈통
□연결 부위가 어긋나거나 칠이 벗겨져 녹이 슬지는 않았나요?

배수구
□배수구가 쓰레기나 토사로 막히지 않았나요?

가재 도구
□젖으면 안 되는 물건은 미리 높은 곳에 올려두었나요?

기타
□정원수에 지지대를 받쳐 두었나요?

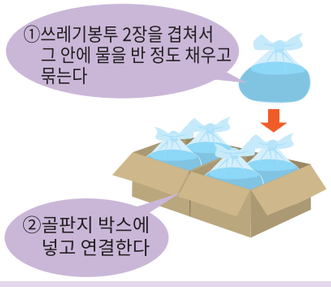
□블록 담이 무너질 우려는 없나요?

□프로판 가스통은 쇠사슬로 단단히 고정되어 있나요?

②비상시에 가정에서 할 수 있는 침수 대책을 알아 둡시다

가정에 있는 것을 모래 자루나 물막이판 대신 사용하여 침수를 경감시킬 수 있습니다.

【예시1】쓰레기봉투와 골판지 박스



【예시2】 폴리 탱크와 레저 시트



【예시3】 긴 화분과 레저 시트



③가정에서 방재 회의를 엽시다

재해는 갑자기 닥쳐옵니다. 언제 재해가 발생하더라도 피해를 최소화할 수 있도록 자택 내외의 위험 장소를 체크하고, 각자 해야 할 것과 대피 방법, 연락 방법 등을 가족끼리 이야기해 둡시다.

● 대피소와 대피 경로 확인하기

- 재해 지도를 활용하여 대피소를 확인합시다. 대피 경로는 여러 개를 정해두고, 가족끼리 함께 걸어보며 위험 요소가 없는지, 이동하기 쉬운지 확인하고, 재해 지도에 적어 둡시다.
- 자택에서 가장 가까운 대피소뿐만 아니라 직장 및 자주 가는 장소에서 가장 가까운 대피소도 확인해 둡시다.



● 집합 장소와 합류 방법 확인하기

- 재해는 직장이나 학교, 외출 장소 등으로 가족들이 뿔뿔이 흩어져 있을 때에 일어날 가능성도 있습니다. 전화가 잘 연결되지 않을 수도 있으므로 미리 행동을 확인해 둡시다.
- 어린이집, 유치원, 학교에서의 재해 시, 아동을 보호자에게 인도하는 절차를 확인해 둡시다.



● 가족의 연락처 확인하기

- 가족의 직장과 학교의 주소, 전화 번호를 확인해 둡시다.
- 친척과 지인 등 비상시의 연락처를 확인해 둡시다.
- 재해 전언 다이얼 '171'과 재해용 전언 게시판 등, 비상시의 연락 방법을 확인하고, 사용 방법을 알아 둡시다.



● 비상 대피 용품과 비상 비축품 체크하기

- 가족끼리 필요한 것이 갖추어져 있는지, 보관 장소가 어디인지 확인합시다.
- 음료수와 비상 식품은 정기적으로 교체하고, 손전등이나 라디오도 정기적으로 작동하는지 확인합시다.



● 자택의 위험 장소 체크하기

- 집안에서 어디가 가장 안전한지 생각해봅시다.
- 가구류나 유리 등, 집안의 안전 점검을 합시다.
- 지붕과 집 주변(프로판가스나 블록담 등)의 위험 장소를 점검하고 보강합시다.



④비상 대피 용품, 비축품

재해 발생 시, 공적 지원 물자가 곧바로 도착하지 않을 수 있습니다. 편의점 등의 가게에도 사람이 몰려서 상품이 금방 다 팔릴 수도 있습니다. 그러므로 각 가정에서 비상식 등 방재 용품을 준비해 두는 것이 매우 중요합니다.

비상 대피 용품

비상 대피 용품은 대피할 때 가지고 나가는 것입니다.
본인이 운반할 수 있는 만큼의 필수 용품만을 배낭 등 양 손을 쓸 수 있는 가방에 넣읍시다.

귀중품



□신분증
□건강보험증
□인감 □통장
□현금(잔돈 준비)

소형 도구류



□손전등, 헤드라이트
□건전지 □라디오
□휴대 전화, 충전기

의약품류



□처방약/상비약 □마스크
□약 수첩 □체온계

봉지류

□비닐 봉지/비닐 백
□지퍼백

물/음료수 등



□음료수
(500ml×2병×가족 인원수만큼)
□휴대 식품(비스킷, 초콜릿, 영양 보조 식품 등)



기타

□소독용 알코올 □티슈, 물티슈 □목장갑 □우비, 방한복 □슬리퍼 □돗자리
□속옷/겉옷 등 갈아입을 옷 □필기 도구 □위생 용품/생리 용품 □일회용 핫팩 □수건
□만능칼 □칫솔 □플라스틱 컵/종이 접시

비축품

비축품이란, 재해 직후부터 혼란이 진정될 때까지 필요한 용품입니다.
최소 3일 치, 가능하면 1주일 치를 비축해 둡시다.

- 음료수, 생활 용수
- 비상용 급수 용기
- 비상식(알파미, 즉석식품 등)
- 휴대용 가스렌지, 부탄가스
- 비닐 랩, 알루미늄 호일
- 위생 용품
- 우비
- 일회용 핫팩
- 예비 전지



롤링 스톡법!

'비상식은 비상시에만'이라고 생각하시나요?

비상시의 식사는 꼭 비상식만이 아니라 평상시에 먹는 음식으로도 가능합니다. 예를 들면 통조림이나 컵라면, 즉석식품 등입니다.

이런 것을 평소 장볼 때 조금 많이 사두고, 매일 사용하면서 줄어든 만큼 다시 사두면 특별한 준비나 지출을 하지 않고도 비축할 수 있습니다.



3-2. 지역 내 방재 활동

①자조(自助), 공조(共助), 공조(公助)



'자조(自助)' , '공조(共助)' , ' 공조(公助)'라는 말이 있습니다. 재해 피해를 최소한으로 줄이기 위해서는 자조(自助), 공조(共助), 공조(公助) 각각의 대처를 연계하여 재해 대응 능력을 높이는 것이 중요합니다.

자조(自助)



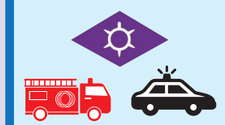
내 몸은 내가 지킨다
자신의 몸을 스스로 지키기 위한 준비와 행동을 자조(自助)라고 합니다.
재해 지도 등을 통해 재해에 관한 지식을 익히고, 재해를 올바르게 이해하며, 무엇을 준비하면 좋은지 생각하여 재해에 대한 준비를 해주십시오.

공조(共助)



우리 지역은 우리가 지킨다
인근 주민들과 협력하여 자신이 사는 지역을 지키기 위한 준비와 행동을 공조(共助)라고 합니다.
재해가 일어났을 때는 지역 주민들이 협력하여 피해를 최소한으로 억제하고 재해를 입은 사람을 구조할 필요가 있습니다. 평소부터, 재해 시 협력하여 대책에 임할 수 있는 체제를 갖추어 두는 것이 중요합니다.

공조(公助)



행정 등 공적 기관에 의한 대응
시, 경찰, 소방, 현, 정부의 행정 기관과 생활 필수 인프라 등을 관리하는 공공기관 등에 의한 재해 대책을 공조(公助)라고 합니다.
각 기관 모두 재해 발생 시 최대한 빨리, 긴급 대책 활동에 착수할 수 있도록 대비하고 있습니다.

②지구 방재 계획

고후시에서는 2017년도 및 2018년도에 모든 자치회에서 방재 연수회를 개최하고, 자치체마다 지역의 방재 활동에 대하여 정한 '지구 방재 계획'을 작성했습니다. 거주 중인 지역의 방재 계획에 대하여 다시 한번 확인합시다.

지구 방재 계획의 내용

- 반 편성과 역할 분담
- 가정 내 방재 대책 추진
- 방재 지식의 보급 계몽
- 재해 위험 장소의 파악
- 대피 장소(집합지/대피지/대피소)
- 안전 확인과 피해 상황의 조사
- 방재 훈련의 실시
- 방재 기자재와 식량 등의 비축
- 재해 시의 활동 계획
  기타



③재난 취약자를 도와줍시다

재난 취약자란 고령자나 장애인, 영유아나 외국인 등 재해 시에 지원이 필요한 분들입니다. 평소 근처에 사는 재난 취약자들과 친분을 쌓고, 비상시에는 대피를 도와줍시다.

신체가 불편한 분



지원자인 분은
- 계단에서는 2인 이상이 필요. 올라갈 때는 앞으로, 내려갈 때는 뒤로 향하게 들고 이동한다.

귀가 불편한 분



지원자인 분은
- 입을 크게 벌려 상대방이 알기 쉽게 이야기한다.
- 수화, 필담, 몸짓 등의 방법으로 정확한 정보를 전달한다.

눈이 불편한 분



지원자인 분은
- 재해 시에는 말을 걸어 정보를 전달한다.
- 유도할 때는 지원자의 팔꿈치를 살짝 잡게 하고, 반보 앞에서 천천히 걷는다.

외국인



지원자인 분은
- 몸짓과 손짓으로 정보를 전달하거나 번역 앱 등을 활용하여 고립되지 않게 한다.

■재난취약자 이용 시설의 대피 확보 계획 작성에 대하여

침수 예상 구역 내 및 토사 재해 경계 구역 내의 재난취약자 이용 시설의 관리자 등은, 대피 확보 계획의 작성, 훈련 실시 및 시에 대한 보고가 의무화되어 있습니다.

고후시의 대상 시설은 고후시 수방 계획에 게재되어 있습니다.

고후시 수방 계획: https://www.city.kofu.yamanashi.jp/bosaitaisaku/bosai/suibou.html

■대피 행동 지원 필요자 명단의 활용 방법

고후시에서는 재난 취약자 중 특히 대피 지원 등이 필요한 분들의 명단(대피 행동 지원 필요 명단)을 작성하고 있습니다.

대피 행동 지원 필요자 명단은 2종류가 있습니다.

●'평상시 자율 방재 조직 등에 개인 정보를 제공하는 것에 동의한 사람의 명단'

●'재해 발생 시에 명단 게재 대상자의 동의 유무에 상관 없이 법령을 근거로 자율 방재 조직 등에 제공되는 명단'

평상 시, 재해 발생 시의 활용 기준

평상시(개인 정보 제공에 동의한 분)

개인 정보 제공에 동의한 분의 명단은 거주 중인 지역의 자율 방재 조직(자치회)과 민생위원, 아동위원 등 대피 지원을 실시하는 관계 기관에 제공하고, 재해 시의 대피 지원 체제를 정비하기 위하여 활용합니다.

재해 시(개인 정보 제공에 동의한 분, 동의하지 않은 분)

대상자 전원의 명단을 재난 시에 거주 중인 지역의 자율 방재 조직(자치회)과 민생위원, 아동위원 등 대피 지원을 실시하는 관계 기관에 제공하고, 대피 정보의 전달, 대피 지원, 안부 확인 등에 활용합니다.

3-3. 방재 대책 사례

①고후시 종합 방재 훈련

주민 여러분 한 사람 한 사람이 지역의 재해 리스크나 방재에 관한 올바른 지식을 익히고, 재해를 입었을 때의 적합한 행동으로 이어질 수 있도록 고후시에서는 고후시 지역 방재 계획을 바탕으로 매년 종합 방재 훈련을 개최하고 있습니다.

훈련에서는 지역과 방재 관계 기관이 연계하고, 구출 구호 훈련 등의 실제 훈련을 하는 것 외에 시민체험형 훈련을 실시하여 지역 방재 능력의 향상을 도모하고 있습니다.



②고후시 방재 리더

재해 발생 시에 피해를 최소한으로 줄이기 위해서는 '우리 지역은 우리가 지킨다'는 공조(共助) 정신을 바탕으로 주민 여러분이 하나가 되어 연계된 행동을 취하고, 재해 발생 직후부터 신속하게 초동 대응을 하는 것이 중요합니다.

이에 따라 고후시에서는 재해에 강한 도시 만들기를 담당할 인재를 육성하기 위해 고후시 방재 리더 등록 제도를 신설하고, 지역에서 주체적으로 방재 활동에 힘쓸 리더를 육성하고 있습니다.



방재 리더 연수회 전경

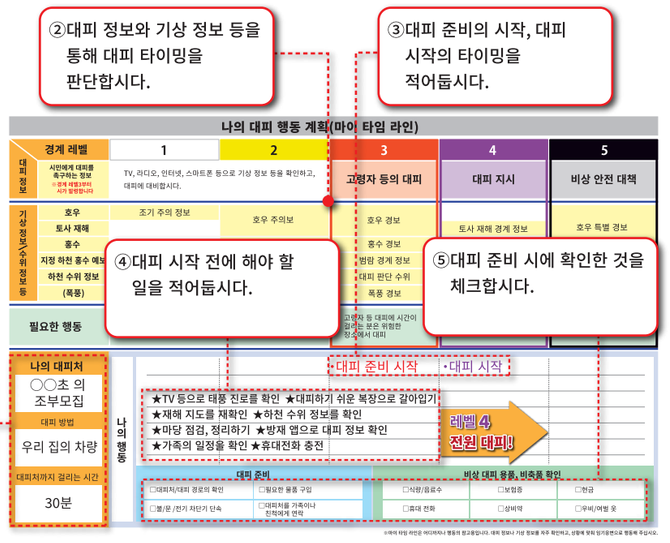
'나의 대피 행동 계획(마이 타임 라인)'을 작성합시다

마이 타임 라인이란, 태풍이나 호우 등, 비상시에 대비하여 개개인이 언제, 어떻게 대피 행동을 할지 미리 정리해 두는 대피 시의 기준이 되는 계획입니다. 사전에 자신의 대피 행동을 정리하여 작성해 두면 비상시에 당황하지 않고 행동할 수 있습니다.

자택의 상황과 해야 할 대피 행동을, 본 홍수 재해 지도로 확인한 후 마이 타임 라인을 활용하여 경계 레벨에 따른 대피 시작 타이밍과 그때까지 해야 할 행동을 정리해 둡시다.



①대피처, 대피 방법, 소요 시간을 적어둡시다.



3-4. 마이 타임 라인 【※작성 방법은 56페이지를 참고하세요】

나의 대피 행동 계획(마이 타임 라인)

대피 정보	경계 레벨	1	2	3	4	5
	시민에게 대피를 촉구하는 정보 ※경계 레벨3부터 시가 발령합니다	TV, 라디오, 인터넷, 스마트폰 등으로 기상 정보 등을 확인하고, 대피에 대비합시다.		고령자 등의 대피	대피 지시	비상 안전 대책
기상 정보/수위 정보 등	호우	조기 주의 정보	호우 주의보	호우 경보		호우 특별 경보
	토사 재해				토사 재해 경계 정보	
	홍수		홍수 주의보	홍수 경보		
	지정 하천 홍수 예보		범람 주의 정보	범람 경계 정보	범람 위험 정보	범람 발생 정보
	하천 수위 정보		범람 주의 수위	대피 판단 수위	범람 위험 수위	범람 발생
	(폭풍)	조기 주의 정보	강풍 주의보	폭풍 경보		폭풍 특별 경보
필요한 행동		•기상 정보, 대피 정보를 확인한다 •대피 경로 확인, 비상 대피 용품의 확인 등 대피 준비		고령자 등 대피에 시간이 걸리는 분은 위험한 장소에서 대피	위험한 장소에서 전원 대피	생명의 위험 즉시 안전 확보!

나의 대피처

대피 방법

대피처까지 걸리는 시간

나의 행동

레벨 4 전원 대피!

대피 준비

- □대피처/대피 경로의 확인
- □필요한 물품 구입
- □불/문 /전기 차단기 단속
- □대피처를 가족이나 친척에게 연락

비상 대피 용품, 비축품 확인

- □식량/음료수
- □보험증
- □현금
- □휴대 전화
- □상비약
- □우비/여벌 옷

※마이 타임 라인은 어디까지나 행동의 참고용입니다. 대피 정보나 기상 정보를 자주 확인하고, 상황에 맞춰 임기응변으로 행동해 주십시오.