

.....

<2>もしものとき

.....

まずはかかりつけ医

ちょっと調子が悪い時、持病の管理など、身体に不調を感じたときにいつも受信をするお医者さん。

岡崎市の救急医療体制

1次救急（軽症）

かかりつけ医が対応できない場合に

1次救急

休日や夜間などに比較的軽傷の患者に対応
※特別警報や警報が発表された場合、休診となる場合もあります。

岡崎市医師会夜間急病診療所

☎52-1906（19時から通話可）

夜間の急な病気やけがに対応

【診療科】内科・外科・小児科

【受付時間】毎日 19:30～22:30

【住 所】竜美西 1 丁目 9-1（医師会公衆衛生センター1階）

休日緊急当直医療機関

日曜日・祝日・年末年始（12/31～1/3）の急な病気やけがに対応

【診療科】内科又は小児科・外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・眼科・産婦人科

【受付時間】9:00～12:00、14:00～18:00

岡崎歯科総合センター

☎21-8000

夜間、休日の急な口腔内トラブルに対応

【診療科】歯科

【受付時間】月～土 19:30～22:30

休 日 9:00～11:30、13:00～15:30

【住 所】中町 4 丁目 6 番地 2

2次救急（中等症～重症）

2次救急（当番制 *1）

手術や入院が必要な中等症～重症な患者に対応

藤田医科大学岡崎医療センター*2

☎64-8800

【住 所】 針崎町字五反田 1 番地

【H P】 <http://okazaki.fujita-hu.ac.jp/>

愛知医科大学メディカルセンター

☎66-2811

【住 所】 仁木町川越 17 番地 33

【H P】 <https://www.aichi-med-u.ac.jp/medicalcenter/>

岡崎南病院

☎51-5434

【住 所】 羽根東町 1 丁目 1 番地 3

【H P】 <http://okazakiminami-hp.jp/>

宇野病院

☎24-2211

【住 所】 中岡崎町 1 番地 10

【H P】 <http://www.uno.or.jp/>

3次救急（重症～重篤）

3次救急

命にかかわる重傷・重篤な患者に対応

岡崎市民病院 *2

☎21-8111

【住 所】 岡崎市高隆寺町字五所合 3 番地 1

【H P】 <http://www.okazakihospital.jp/>

*1 当番日（表）は市政だよりや市ホームページ、ツイッター（おかざきの救急医療【公式】）で確認を。受診前には電話をしましょう。

*2 岡崎市民病院、藤田医科大学岡崎医療センターは、紹介状を持参せずに受信した場合、一定の負担（5,000円+消費税）が必要となります。（救急車で搬送でも同様です。）

困ったときの相談先

岡崎市医療安全相談窓口

☎23-5089

市内の医療機関のご案内。かかりつけ医を探したい場合などに。

【受付時間】月～金 8:30～12:00、13:00～17:00
※年末年始を除く

あいち医療情報ネット

県内の医療機関情報を検索

【H P】<http://iryojoho.pref.aichi.jp/>

愛知県小児救急電話相談

☎ #8000 又は ☎ 052-962-9900

夜間の子どもの急な病気やけがへの対処方法を電話で相談

【受付時間】毎日 19:00～翌朝 8:00

愛知県救急医療情報センター

☎ 21-1133

今すぐ受信できる医療機関を案内

子どもの救急ガイドブック

症状別の対処方法などを掲載。保健所、市役所市政情報コーナー
(西庁舎 1 階) にて配布



Twitter (おかざきの救急医療【公式】)



市内の救急医療機関の情報や病気・ケガの時のワンポイントアドバイス、AED 設置情報などを発信

.....

地震～そのときにどうする?～

自宅で被災したら

避難するときの判断基準は次の5つ。

- ①避難指示などの避難情報が出た
- ②津波や土砂災害などの危険が迫っている
- ③火災やガス漏れ、家屋倒壊の危険性がある
- ④ライフラインが止まり、備蓄品がなくて生活できない
- ⑤自宅にとどまるのが不安

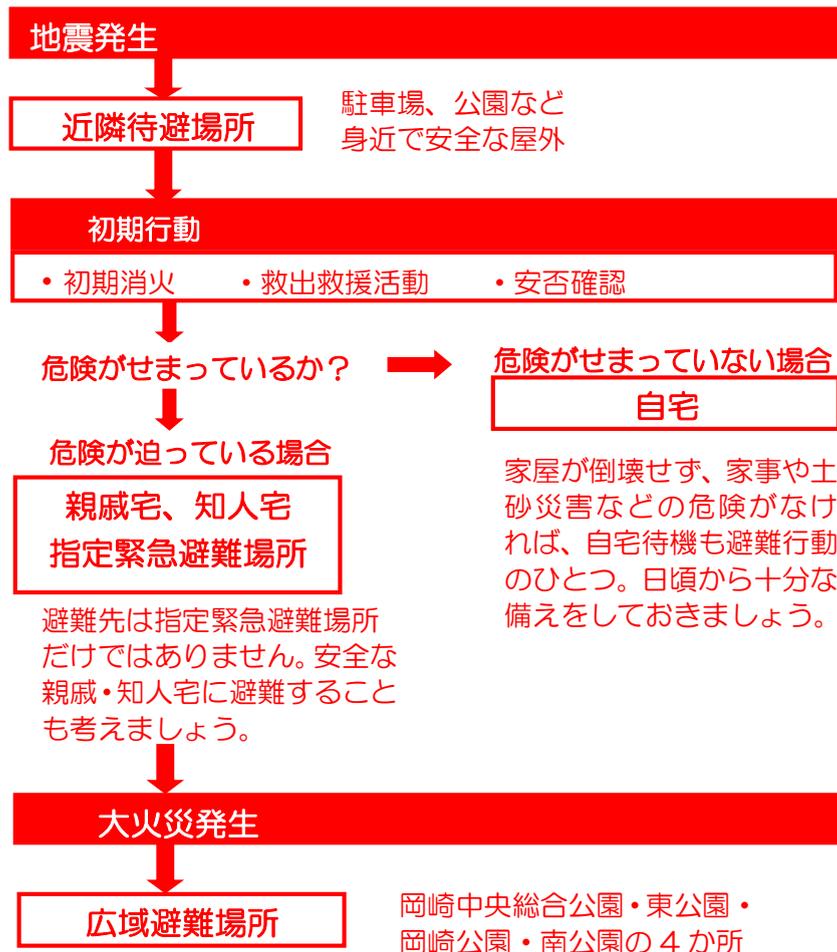
【優先すべきは、命です】

地震後、揺れがおさまってきたら、まずは自宅を出て、避難すべきか冷静に

判断します。どこへ避難するかなど、日頃から家族と話あっておきましょう。

いつ、どこへ避難する？

地震発生後は、家屋の倒壊から身を守るため、原則「屋外」へ避難します。



自宅に住めなくなった場合は、建物の安全性が確認された指定避難場所へ。避難生活が長期に及ぶ場合は応急仮設住宅などが用意されます。

※安全な場所にいる人は避難所に行く必要はありません。

外出先で被災したら

帰宅せず、その場にとどまる判断基準は次の5つ

<p>①自宅まで距離が遠（10km以上）、徒歩による帰宅が困難</p> 	<p>②移動中に水や食料を手に入れない</p> 	<p>③歩きにくい靴を履いている</p> 	<p>④防寒・防水具の備えがない（雨・雪の場合）</p> 	<p>⑤心臓病、高血圧などの持病がある</p> 
---	---	--	--	---

【そこにとどまる勇氣も大切です】

帰宅する場合、帰路の安全性が最も重要です。外出中に大きな揺れが発生すると公共交通機関がストップし、自家用車の運行も制限されるため、帰宅が困難になります。移動手段は原則、徒歩か自転車のみ。二次災害や転倒事故の可能性を考えれば、**安全が確保されるまでは極力「その場にとどまる」ことが重要です。**

南海トラフ地震に関連する情報

南海トラフで、地震発生の可能性が高まった場合に「南海トラフ地震に関する情報」が発表されます。

※異常な現象が発生せず、情報の発表がないまま、突発的に南海トラフ地震が発生することもあります。

南海トラフ地震臨時情報	防災対応が取りやすいようキーワード（「調査中」、「巨大地震警戒」、「巨大地震注意」、「調査終了」）を付して情報を発表
南海トラフ地震関連解説情報	調査結果を発表した後の状況の推移等を発表する場合や、「南海トラフ沿いの地震に関する評価検討会」の定例会合における調査結果を発表する場合に発表

臨時情報が発表されたら、以下のような防災対応をとってください。

《個々の状況に合わせて自主的な避難》

- 地震発生後の避難では間に合わない可能性のある要配慮者
- 地震発生後の避難では明らかに避難が完了できない地域の住民 など

《日頃からの地震への備えの再確認》

- 避難場所・避難経路の確認
- 家族との安否確認手段の確認
- 家具の固定の確認
- 非常持出品の確認 など

《できるだけ安全な防災行動》

- 高いところに物を置かない
- 屋内のできるだけ安全な場所で生活
- すぐに避難できる準備（非常持出品等）
- 危険なところにできるだけ近づかない など

.....

地震のことを知っておこう

Q 南海トラフ巨大地震が起こったら、岡崎市はどのくらい揺れるの？

A

県では、「過去地震最大モデル」と「理論上最大想定モデル」から地震被害予測を行っています。これによると、いずれも岡崎市内における最大震度は7。また、市域では「東海地震」「南海トラフ巨大地震」のよそくされる最大震度がいずれも6弱以上とされてきたことから、市の全域が「東海地震に係る地震防災対策強化地域」および「南海トラフ地震防災対策推進地域」に指定されています。

過去地震最大モデル

南海トラフで繰り返し発生している地震・津波のうち、過去実際に発生した5つの地震を参考に想定した、地震・津波対策を進める上で“軸”となるもの

理論上最大想定モデル

「命を守る」という観点から、あらゆる可能性を考慮した、千年に一度、あるいはさらに発生頻度の低い、最大クラスの地震・津波を想定したもの

Q 岡崎市内の被害想定を教えてください

A

平成26年5月、県防災会議地震部会が発表した調査結果によると、南海トラフ巨大地震が発生した場合、理論上最大想定モデルでは、市域のほとんどが震度5強以上、人的被害(死者数)は最大約700人、全壊・焼失棟数は約16,000棟となっています。理論上の数字ですが、こうした災害が起こりうることを想定したうえで、日ごろから備えておけば被害も大幅に減らせるはずです。

被害想定(震度予測・液状化危険度)を掲載したハザードマップを『岡崎市わが街ガイド』にて公開しています。

<https://www2.wagmap.jp/okazakicity/>



住まいの耐震強度チェックシート

(木造住宅対象) ※非木造住宅の場合は住環境整備課へお問い合わせください。

住環境整備課 ☎23-6709 FAX 23-7528

- 建設時期が1981年(昭和56年)6月以降である。
- 過去に大きな震災に遭ったことがない地域である。
- 増築していない。もしくは、建築確認などの必要な手続きを行って増築した。
- 屋根の軒先や床、柱など傷んだところはない。もしくは、傷んだところは、そのつど補修している。
- 建物の平面はどちらかというと長方形に近い。
- 一辺が4m以上の大きな吹き抜けがない。
- 2階の外壁の真下に1階の内壁、または外壁がある。もしくは平屋建てである。
- 1階の外壁の四方にはどの面にも壁がある。

- 屋根は、瓦など比較的重い葺材だが、1階の壁が多い。または、スレートや鉄板葺銅板葺など、比較的軽い屋根葺材である。
- 鉄筋コンクリート造の基礎に固定されている。

チェックが7つ以下の場合、早めに耐震診断の専門家に見てもらいましょう。チェックが8つ以上の場合も念のために見てもらいましょう。

市では耐震診断や耐震改修の補助を行っています。

住環境整備課 ☎23-6709 FAX 23-7528

木造住宅の無料耐震診断

昭和56年5月31日以前に着工された木造在来軸組構法または伝統構法による住宅の場合、耐震診断員（県登録）による無料診断が受けられます。

木造住宅の耐震補強工事補助金

市の無料耐震診断、県建築住宅センター実施の耐震診断をもとに耐震改修をする場合、最大100万円までの補助が受けられます。

※耐震シェルター、防災ベッドの整備費補助制度や非木造住宅の耐震診断・耐震改修費の補助制度については住環境整備課へお問い合わせを。

.....

大雨～そのときにどうする？～

避難するとき 市役所・支所で配布している水害対応ガイドブックも参考に。

いつ避難する？

警戒レベル	警戒レベル3 危険な場所から高齢者 などは避難	警戒レベル4 危険な場所から全員避難	警戒 レベル 4 ま で に 必 ず 避 難 ！	警戒レベル5
避難情報	高齢者等避難	避難指示		緊急安全確保
とるべき 行動	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢のかた、障がいの あるかた、乳幼児などの 避難に時間がかかるか たは早めに避難 	<ul style="list-style-type: none"> ・安全な場所への避難行動を開 始 ・外出することでかえって命に 危険が及ぶような状況では、自 宅内のより安全な場所に避難 		<ul style="list-style-type: none"> ・命の危険 直ちに安全確保！

原則 早めの避難 「警戒レベル4」までに必ず避難

河川の氾濫や土砂災害の危険性が高まる前に避難
積極的に情報を入手し、避難のきっかけをつかみましょう。



たとえばこんなところへ・・・

◎避難所

地震や水害などの災害の種類や降雨条件により、避難所の開設を判断します。全ての避難所が必ず開設されるとは限りません。

◎親戚、友人宅など、市内に限らずより安全な場所

避難指示を聞いてからは、原則歩いて避難

低い道路は通らない

浸水した道路は通らない

浸水想定について

岡崎市水害対応ガイドブック

市内各地区の水害特性や、いざ水害が起きた場合にどのような行動を取るべきかがまとめられています。

このガイドブックには、「気づきマップ」「浸水深いマップ」「逃げどきマップ」の3つのマップが掲載されており、それぞれのマップを用いて水害について学ぶことができます。



土砂災害区域について

岡崎市防災ガイドブック

岡崎市が発行しているガイドブックで、南海トラフ巨大地震による被害の状況をはじめ、土砂災害危険箇所や防災・減災の知識や避難時の心得等がまとめられています。



市役所市政情報コーナー（西庁舎1階）、防災課（東庁舎2階）、各支所で配布しているほか、市ホームページでも閲覧できます。

災害時避難行動要支援者支援制度とは？

市では、大規模災害時にひとりでは逃げるのが困難な方（災害時避難行動要支援者）が、地域市民への一部個人情報の開示への同意を前提に、名簿を作成しています。この名簿を活用して地域内での普段からの見守りと災害が発生した際に支援が得られる仕組みづくりを行い、住み慣れた地域で安心して生活できる環境づくりを図っています。

名簿登録者には「あんしん見守りキーホルダー」を配布しています。



要支援者登録には申請が必要です。詳細は下記までお問い合わせください。

災害時避難行動要支援者の台帳登録対象者	問合せ窓口	TEL	FAX
① 65歳以上のひとり暮らし高齢者	長寿課	23-6147	23-6520
② 65歳以上の高齢者のみの世帯			
③ 介護保険要介護3以上で在宅のかた	介護保険課	23-6683	
④ 在宅で第1種身体障がい者、第1種知的障がい者	障がい福祉課	23-6113	
⑤ 精神障がい者、難病患者のかた*で一定の支援が必要なかた	障がい福祉課	23-6180	25-7650
戦傷病者手帳をお持ちのかた、制度全般の問合せ	地域福祉課	23-6851	23-6515

上記①～⑤に準ずるかたなどが対象です。

※小児慢性特定疾病のかたは保健所 健康増進課（電話 23-6069 FAX23-5071）まで問合せを。

.....

災害に備えておぼえておこう！

災害時の緊急情報はここから確認！

自然災害の恐れがある場合や、もしくは災害時、まずはテレビ・ラジオのニュースなどから情報を入手しましょう。停電時は電池式ラジオや（充電が可能であれば）携帯電話のワンセグテレビも役立ちます。携帯電話の利用した緊急メール配信等も利用できますので、日ごろから予備の電池や充電器を用意するなど、どんな状況でも緊急情報を入手できるよう備えておくとよいでしょう。

ミクスネットワークのCATV

チャンネルおかざき

12チャンネルまたは121チャンネル

防災ラジオを使った「FM おかざき」の緊急割込み放送

FM おかざき

76.3MHz

携帯電話に緊急速報メールを一斉配信

**NTT ドコモ「エリアメール」
au・ソフトバンク「緊急速報メール」**

※事前登録必要なし、月額使用料、通信料ともに無料

おかざき防災緊急メール「防災くん」

Yahoo! 防災速報

防災緊急メール
「防災くん」



Yahoo! 防災速報（アプリ版）
URL <https://emg.yahoo.co.jp/>



ホームページにて防災情報の配信
「岡崎 防害」で検索

<http://okazaki-bouai-portal.transmod.jp/>

※市内の雨量や河川水位、地震震度、避難所など、災害に関するさまざまな情報を入手できます。

サイレン、広報車など

緊急地震速報

最大震度 5 弱以上と推定した地震の際に、強い揺れ（震度 4 以上）の地域を対象にお知らせするものです。速報を見聞きしたら、周囲の状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しましょう。

その他のサービス

市公式 SNS（LINE、Twitter、Facebook）や電話 FAX サービスでも災害情報を配信しています。

登録は市ホームページの案内をご覧ください。防災課まで問合せを。

<https://okazaki-bousai-portal.transmod.jp/sonae/73>

防災課: ☎ 23-6712 FAX 23-6618



非常持出品・家庭内備蓄品

家庭内備蓄品は、食料や水は最低 3 日分、できれば 7 日分を備蓄しましょう

食料関係

- 水（1 人 1 日 3L を目安）
- 鍋や水筒
- 乾パンやクラッカー・缶詰
- ナイフ・缶切り
- レトルト食品
- 携帯食器類
- 粉ミルク・液体ミルク、ほ乳ビン（赤ちゃんがいる場合）



日用品

- 卓上コンロ
- ロープ
- 使い捨てカイロ
- 予備の電池
- 懐中電灯
- 眼鏡
- ティッシュ
- 歯みがきセット
- モバイルバッテリー
- 携帯トイレ
- 携帯ラジオ
- 筆記用具
- 包装用ラップ
- マッチ・ライター
- 生理用品
- 大きなゴミ袋
- 洗面用具



安全対策

- 救急医療品
- 底の厚い靴
- 常備薬の予備
- 軍手
- 帽子
- 防塵マスク
- ヘルメット



貴重品

- 現金
- 預金通帳や有価証券などの権利証明書
- 印鑑
- 連絡カードや身分を証明するもの



衣類関係

- 衣類・下着
- 雨具
- 寝袋
- タオル・毛布



持出品（感染症対策）

- マスク
- 手指消毒用アルコール
- 体温計
- 石けん・ハンドソープ
- ウェットティッシュ



注意 自主避難者に対しては、食料・飲料水・生活必需品等は原則として支給されませんので、各自準備が必要です。

かしこい備蓄のコツ

備蓄食料の消費期限切れに注意しましょう。年に一度、防災の日などにチェックしたり、普段使う食材を多めに常備しておき、古い順に使ったらまた補充する「ローリングストック」式もおすすです。野菜不足を補うジュース類や、不安やストレスを和らげる好物も備蓄しておきましょう。

忘れていない？害用伝言ダイヤル「171」

電話がつながりにくくなる大災害発生時には、「災害用伝言ダイヤル」が開設されます。これは安否情報を確認するための「声の伝言板」の役割をする特別な電話サービスです。被災地内や、その他の地域のかたと伝言の録音・再生をすることができます。下記の日に体験利用できますので、いざという時に備えて試しておきましょう。

- ・毎月1日、15日、1月1日～3日、防災週間（8月30日～9月5日）、防災とボランティア週間（1月15日～21日）
- ・インターネットを利用して、伝言情報（テキスト、音声、画像）の登録・閲覧ができる「**災害用ブロードバンド伝言（web171）**」も提供されます。
- ・携帯電話では、安否情報などを文字情報として登録する「**災害用伝言版**」が各社から提供されます。

1 7 1 をダイヤルした後
ガイダンスに従ってください。



緊急時の連絡先

情報の種類	連絡先		電話番号
市の対策状況・被害の通報	災害対策本部		23-6777
火事・救急	消防本部	火事・救急	119
		その他	21-5151
事故・事件	岡崎警察署	緊急	110
		その他	58-0110
医療機関の案内	県救急医療情報センター （岡崎地域）		21-1133
停電	中部電力パワーグリッド 株式会社		0120-988-091
ガス漏れ等	東邦ガス株式会社		052-872-9238
電話の故障	西日本電信電話株式会社		113

災害被害救済制度	担当部局		
	課名	電話番号	場所
罹災証明書の発行	市民課（地震・風水害）	23-6528	東庁舎 1 階 ①番窓口
	消防本部（火災）	21-9769	各消防署本署（中、東、西）
水道のにごり水の相談	水道工事課	52-1510	上下水道局資材事務所

消毒方法の相談	保健衛生課	23-6187	岡崎げんき館 2 階
災害ごみの収集及び処理	廃棄物対策課	23-7412	福祉会館 5 階
災害見舞金の支給 日本赤十字社災害救援物資配分	地域福祉課	23-6145	東庁舎 1 階 ⑮番窓口
事業用設備資金、 運転資金等の融資あっせん	商工労政課	23-6214	西庁舎地下 1 階
家屋等の被害状況調査・ 固定資産税の減免	資産税課	23-6095	西庁舎 3 階
市民税・県民税の減免	市民税課	23-6082	東庁舎 3 階
国民健康保険料の減免	国保年金課	23-6167	東庁舎 1 階 ⑩番窓口
国民健康保険料の徴収猶予		23-6843	
国民健康保険料の免除		23-6431	
後期高齢者医療保険料の減免	医療助成室	23-6859 23-6841	東庁舎 1 階 ⑪番窓口
介護保険料の減免 介護サービス利用料本人負担額 の減免	介護保険課	23-6647	福祉会館 1 階 ⑲番窓口
障がい福祉サービス等利用者負 担額の減免	障がい福祉課	23-6853	福祉会館 1 階 ⑰番窓口
ボランティア支援の依頼 ※災害ボランティア支援センタ ーが設置された場合のみ	社会福祉協議会	47-8452	社会福祉センター1 階 (美合町)
その他、防災全般に関すること	防災課	23-6533	東庁舎 2 階

※各種減額・減免は一定以上の被害がないと適用できませんので、必ず担当部局に確認をしてください。