

# 序言

我们所居住的海老名市，预计在不久的将来会发生“市中心南部直下型地震”、“南海海沟大地震”等大规模地震，还会因台风等大雨引发相模川洪灾、泥石流等。经历了过去的大规模灾害，已经明确存在“公共支援的极限”，如果行政难以做到迅速支援所有受灾者，行政自身也会因受灾而陷入功能不全的局面等。在这种一段时间内无法接受行政援助的情况下，地区居民自发地相互帮助，开展避难行动、救助活动、避难引导和避难所经营等就变得至关重要。

突如其来的自然灾害无法防止，但却可以事先采取防灾对策，做好心理准备，将受灾范围控制在最小限度。这本《海老名市防灾指南》刊载了各种灾害的应对措施、获取防灾信息的方法、日常准备等内容，希望大家在紧急时刻也能沉着冷静地开展活动，欢迎阅读使用。

## 放心安全背后的“自助”、“共助”和“公助”



## ◆ 目 录 ◆

地震篇	
● 知识	2
● 准备	4
● 实践	8
风灾、水灾、其他灾害篇	
● 知识	10
● 准备	16
● 实践	18
● 其他灾害	19
My Timeline (我的时间线)	
● 風在风灾与水灾中保护自身的“My Timeline (我的时间线)”	20
灾害防备	
● 紧急携带品·宠物	22
● 家庭内流通储备	23
● 获取信息	24
● 避难所一览表	25
避难地图 (Hazard Map)	
● 避难地图 (Hazard Map) 目录	26
● 避难地图 (Hazard Map)	27