

浄土宗の 減災の手引き

～普段からの心構えと準備～

減災のための大きな3本柱

『蓄える・知る・伝える』

1. 蓄 ～ 備品をチェック!...1
2. 知 ～ 二次災害を防ぐには?...3
3. 伝 ～ 安否確認どうすれば?...5

◆寺院として備えるものは?...6

◆各ご寺院で確認しよう...7



浄土宗

※ 本手引きは、災害時に寺院が避難所、地域の支援拠点として活動するための手引きではありません。



1. 蓄：備品をチェック！

災害そのものを防ぐ事はできませんが、発生し、被災した場合に、生活をしていくために必要なものを備蓄しておくことは非常に大切となります。各ご寺院で必要なもののチェックリストを作成し、普段から補充や交換を心掛けるようにしましょう。食料品に関しては最低でも3日分は備えておくようにしましょう。

<食料など>



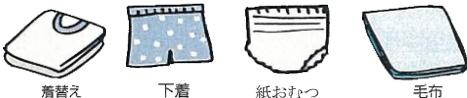
<作業用品類>



※軍手は、ガラスも扱えるような厚手のモノが役立ちます。

※雨水タンクも便利です。
注意：ポウフラ対策のため、必要時だけ活用しましょう。

<衣類など>



<情報収集用品>



ポイント！

災害時、最も困るのが水の確保。身の安全を確保したら、すぐに水を確保しましょう。

★ポリタンクに水を溜める。

★日頃からお風呂の浴槽に水を張っておくのも役立ちます。

備品・備蓄リスト



< 応急医薬品類 >



< 日用品類 >



< その他 >



ポイント!

- ★非常持ち出し品はコンパクトにまとめる。
(一度、背負って重さをチェックしてみましょう)
- ★必要なものの優先順位を決めて準備する。



2. 知：二次災害を防ぐには？

いざ、災害が起こったら、慌てず、的確な状況判断が出来るように、どう行動するべきかを知っておきましょう。また、火災や津波など情報収集にも努めましょう。

災害が起こる前に備えよう

1. 家具の転倒防止など

食器棚 ■家具転倒防止金具で固定する。 ■重い食器は下の方へ置く。
■棚板には滑り止めシートを敷く。 ■軽い食器は上の方へ置く。
■ガラス飛散防止フィルムを貼る。 ■扉に留め金具を付ける。

照明器具 ■鎖と金具を使って固定。
■蛍光灯は蛍光管の両端を、耐熱テープで留める。

家具 ■配置や収納方法を工夫。
■家具転倒防止金具で固定する。
■寝室にはなるべく置かない。

テレビ ■家具の上に置かない。
■低い位置に固定する。
■固定マットを敷く。

2. 火災を出さないために

- 耐震自動消火装置のついたものを使う。
- 設置場所の安全を確認する。
- 周囲を片付けておく。
- 燃えやすい物が上から落ちてこないようにする。
- 発火性危険物などの瓶の口はシッカリ閉めておく。
- 発火性危険物は、ストーブなどの近くで保管しない。



ポイント！

住まいの安全チェック

- ★家具や大型電気製品などは転倒防止策を。
- ★落下・散乱物への予防策を。
- ★ガラス類は、飛散防止対策を。
- ★塀や門柱もチェックしておく。
- ★建物の安全性もチェックする。

二次災害を防ぐ方法を知る



災害が起きてしまったら、まず・・・

1. 出口の確保

- 戸を開けて出口を確保する。
- 2階にいたら慌てて階段を降りず、机の下などで、身を守る。
- ヘルメットや防災頭巾で身を守る。

2. 火災を出さないために

- 火を使っていたらすぐに消す。
- ガス器具は元栓を閉める。

3. 出火してしまったら・・・

- 大きな声で「火事だ!」と叫んで周囲に知らせる。
- 火が小さいうちに、すぐ消す。
- すぐに「119」番に連絡する。

4. 避難する時の注意点は?

- ヘルメット・防災頭巾で身を守る。
- エレベーターを使わず階段で避難する。
- 渋滞に巻き込まれ、逃げ遅れないよう、歩いて避難する。
- 出来るだけ広い道の中央を歩き、門柱やブロック塀の倒壊に注意する。

5. デマに注意しよう

- 災害時はデマが多数発生しますので、情報の見極めが重要。
- 報道機関や区市町村、消防・警察からの情報に注意する。



ポイント!

- ★すぐにスイッチを切り、電源プラグを抜く。
- ★電気のブレーカーを確認する。
- ★燃え広がったら無理をせず、「119」番に連絡する。



3. 伝：安否確認どうすれば？

普段から災害時の安否を知らせる方法と確認する方法を決めておきましょう。

○災害時に連絡する項目

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. 連絡者氏名 | 2. 連絡者の寺院との関係 |
| 3. 建物（本堂・庫裏等）の被害は？ | 4. ケガをした人は？ |
| 5. 避難場所は？ | 6. 連絡先（携帯番号等）は？ |

<FAX・E-mail>

※ 台風や豪雨などの被害も教区や宗務庁へご連絡ください。

■ FAX送信先：浄土宗災害復興事務局 **075-531-5105**

■ E-mail：**somu@jodo.or.jp**

<パーソンファインダー (Google) > 大規模災害時に開設

パーソンファインダーは Google で災害時に提供するインターネットサービスです。パソコンや携帯で探している人の名前を入れることで、その人の情報を持っている人が入力し公開されるシステムです。

<NTT 災害用伝言ダイヤル「171」> 大規模災害時に活用

「171」をダイヤルし、音声ガイダンスに従い下記のとおり録音、再生を行います。

操作手順	録音	再生
① 171をダイヤル	171	171
② 録音・再生を選ぶ	1	2
③ 被災寺院の電話番号を入力	0** *** ****	0** *** ****
浄土宗寺院名鑑記載の電話番号で入力して下さい		
伝言ダイヤルセンターに接続します。		
④ メッセージの録音 メッセージの再生 プッシュ式電話機の場合です。 ダイヤル式電話機の場合は、 ガイダンスに従ってください。	1#	1#
		伝言を繰返す時 8#
		次の伝言に移る時 9#
	伝言の録音	伝言の再生
	録音終了後 9#	追加録音する時 3#
	訂正する時 8#	ガイダンスが流れるまでお待ちください
	録音した伝言内容を確認する。 「伝言をお預かりしました」 ガイダンスが流れる。	「お伝えする伝言は以上です。」 ガイダンスが流れる。
⑤ 終了	自動で終話する。	

寺院として備える



1

<耐震診断チェック>

- 一度、本堂の耐震診断をチェックし、今後の対策の参考にしましょう。
※耐震改修に対して、各自治体で助成制度もあります。
確認しましょう。

<檀家との連絡方法を決めておく>

- お檀家さんと連絡を取り合う方法を確立しておきましょう。
- 地域のコミュニティ（近隣寺院や地域仏教会）と日頃から連絡を取り合いましょう。
- 過去帳や名簿のバックアップが大切になってきます。
USBメモリやSDカード、CD-Rなどにデータ化しておくると便利です。

<ご本尊様について>

- 大切なご本尊様が地震の際に転倒して壊れないように、また、火災が生じた際には持ち出せるよう、転倒防止策と持ち出すための両面を考えて対策を行いましょう。

<被災地寺院の声をもとに>

実際に役立ったモノとして、被災されたご寺院からのナマの声です。

★往復ハガキが役立った

お檀家さんから返信をいただくことで、安否や現在の連絡先を確認するのに大いに役立った。

そのためにも、過去帳・名簿のデータ化が重要です。

★電気調理器が役立った

電気は復旧が早く、ガスボンベなど確保が難しい時に役立った。

★生理用品・紙おむつが役立った

★自転車・原付バイクが役立った

実際の情報収集は足で稼ぐ！自動車に比べ大いに役立った。

<防災事前確認メモ>

家族ぐるみで定期的に避難方法など確認を行って下さい。

避難場所（集合場所）の確認 _____

家族・親戚の連絡先メモ _____

（身近な人の電話番号など） _____

地域の主要機関連絡先 _____

（市役所や病院など） _____

※お寺・学校などから避難所までのルートも確認しておきましょう。

※地域の防災訓練にも参加し、日頃から隣近所で協力しましょう。

※備品などの保管場所も家族で確認しておきましょう。

<被害を受けたら教区・宗務庁へ>

大規模災害時に関わらず、台風や豪雨・竜巻などで被害を受けたご寺院は教区や宗務庁へご連絡ください。（教務所が被害を受けている場合は、宗務庁へご連絡ください）

総大本山などから、被害状況の問合せもごさいます。ご連絡いただければ、こちらからお伝えします。

【連絡先】 ※出来るだけFAXやE-mailを活用ください

浄土宗総務部

TEL : 075-525-0479 FAX : 075-531-5105

E-mail : somu@jodo.or.jp

～おわりに～

私たちはイザという時のために準備をし、実際に災害が発生した時に、身を守り、皆で助け合って災害からの復旧・復興を進める必要があります。そのためには、普段からの心構え、準備が重要です。そこで、大きく3本柱「蓄・知・伝」に分け、減災のための手引きを作成いたしました。

まずは、各自が減災への意識を高めるため、本手引きを活用していただき、被害を少なくするための一助となれば幸いです。

浄土宗

<http://jodo.or.jp/>

【参考文献】「東京大地震への備え」日本赤十字社東京都支部