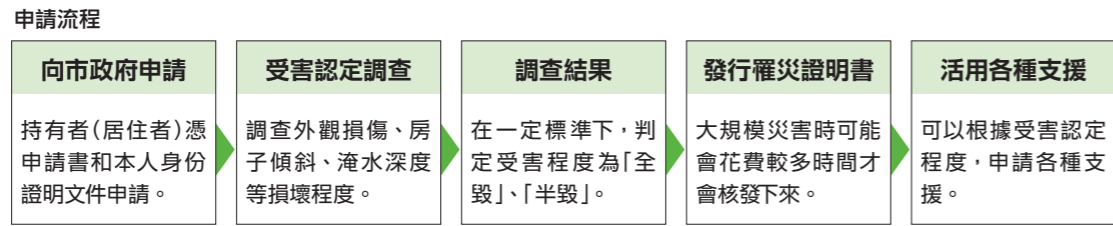


# 受災知識小幫手

萬一自家住宅受災時的支援制度、手續、房屋清理技巧等，請事先瞭解發生災難時的基本情況。

## 「罹災證明書」為住宅受災程度之證明文件

房屋因自然災害受損，於接受公共支援或申請火災保險、互助保險等時，需要證明受災程度的罹災證明書。申請發行時市政府的調查員會進行現場調查。



諮詢處 防災危機管理課 TEL 089-948-6794

## 受害認定的大致標準(1~2樓的木造/預製式獨棟住宅遭受水災時)

受害程度	全毀	大規模半毀	中規模半毀	半毀	準半毀	未達到準半毀 (局部損壞)
示意圖						
損壞率	50%以上	40%以上 未滿50%	30%以上 未滿40%	20%以上 未滿30%	10%以上 未滿20%	未滿10%
根據淹水深度判定	房屋流走或淹水離地深度1.8m以上	淹水離地深度1m以上未滿1.8m	淹水離地深度0.5m以上未滿1m	淹水離地深度未滿0.5m		水淹到地板

## 拍攝受災狀況

罹災證明書可能會花費較長時間才會核發下來。欲於接受受害認定調查前整理或修理時，請先拍攝受災情形的照片。

重點：

- ★拍攝大量圖片，以便得到正確的認定
- ★每個角度各拍一張「廣角」和「特寫」
- ★指著受害處讓照片可以了解受害位置
- ★記錄拍攝日期等。

### 房屋外部拍攝重點

- 從四面八方拍攝，損壞嚴重處拍特寫。
- 拍攝卷尺刻度入鏡的「特寫」照片，以了解淹水高度。
- 拍攝汽車和置物櫃的損壞情形。



### 房屋內部拍攝重點

- 拍攝各損壞房間的全景照片和損壞部分的特寫照片。窗戶、內壁、地板、紗窗、門、拉門、洗臉台、被水淹濕的家電等。



## 參考 「罹災申報證明書」

透過照片等確認自然災害造成的住宅等的受害情形，並證明受災者已經提出「罹災」申報。不進行現場調查。輕微的住宅受害、汽車和家產等的動產受害、圍牆和倉庫等的受害，皆憑此證明書辦理。

## 可使用的支援制度

住宅受害時，可以接受公共的支援。可接受的支援因災害規模和受害程度不同。災害發生後，市府官網等會公告支援內容和諮詢處。

- 受災者生活重建支援金
- 災害援助資金
- 災害撫恤金、災害慰問金
- 公共費用等的寬限、減免
- 住宅應急修理
- 入住應急臨時住宅

諮詢處

災害對策總部(成立) TEL 089-987-7000

## 專欄 什麼是「受災建築物應急危險度判定」?

進行緊急危險性判定，以確定是否會因餘震造成倒塌或牆壁掉落。其目的不是罹災證明的受害認定，而是為了防止二次災害發生。經過判定的建築物會被貼上「危險(紅)」「需注意(黃)」「已調查(綠)」的標籤。但是，被列為「危險」的建築物，在罹災證明書中不一定會被認定為「全毀」或「半毀」等。



## 房屋清理(清掃、乾燥、消毒)技巧

清理淹過水的房屋是非常艱巨的作業。如果生命線沒有恢復，復甦作業就無法如期進展。借助志工的幫助，不要過於勉強自己。

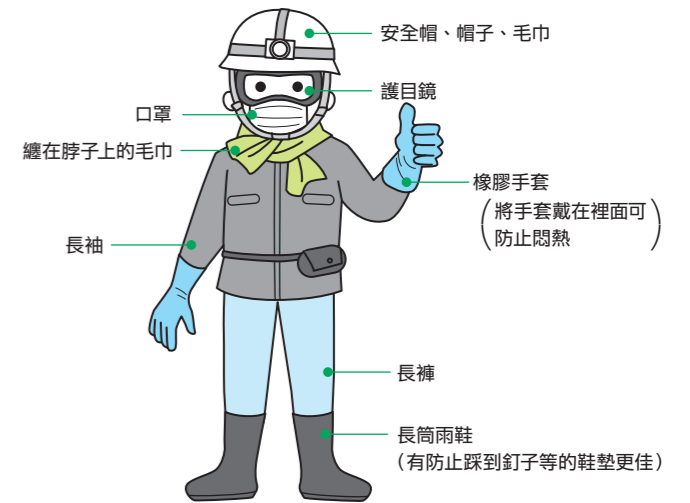
### 室內的清理

- ①清理室內不需要的物品，清除土砂。
- ②地板、牆壁、天花板等處，用水洗去泥巴等髒污或用抹布擦拭，徹底乾燥後，用沾有消毒液的布擦拭。
- ③將潮濕的家具分為「可原樣使用」「乾燥後可以使用」「廢棄處理」。
- ④廢棄處理的物品需遵循災害時的垃圾處理規則辦理。

### 作業時的服裝

基本上穿著皮膚不外露的衣服，防止被木材、釘子等傷害，以及接觸灰塵和砂子。為了防止中暑，請多喝水休息。

※如果有地板下作業用的頭燈、裝貴重物品的腰包等會更方便。



### 清理地板下和房屋周圍

- ①清理房屋周圍的污泥和不要的物品，並用水沖洗庭院樹木和外牆上的泥土和髒污。
- ②地板下如果積水或泥土堆積，可能會產生黴菌或惡臭，用鏟子等清除地板下的污泥和垃圾，用流水沖洗後，再用電扇或管道風扇徹底吹乾。地板上有淹水時務必進行消毒。
- ③清除地板下換氣口的垃圾，並改善地板下通風。
- ④需要很多專業知識，可以向施工業者諮詢或向志工求助。



### 徹底乾燥至關重要!

比消毒更重要的是「清除泥土、髒污」和「徹底乾燥」。做得不徹底的話會產生黴菌，消毒也沒有效果。多花時間徹底乾燥吧。

### 消毒的方法

房屋和家具的消毒應在清掃和徹底乾燥後進行。消毒液主要為逆性肥皂、次氯酸鈉(可以家庭用氯漂白劑代替)和消毒乙醇，這些物品可在藥局或家居中心購買。選擇適合材料的藥液，並遵循說明書使用。

### 參考 災害志工

房屋受災，需要人手幫忙清理時，可借助志工的力量。發生災害時會設置災害志工委員會，可以前往諮詢。此外，如果在受災地做災害志工，請事先加入志工活動保險。

諮詢處

松山市社會福祉協議會  
志工委員會  
TEL 089-921-2141

## 災害時的垃圾處理方法

### 生活垃圾

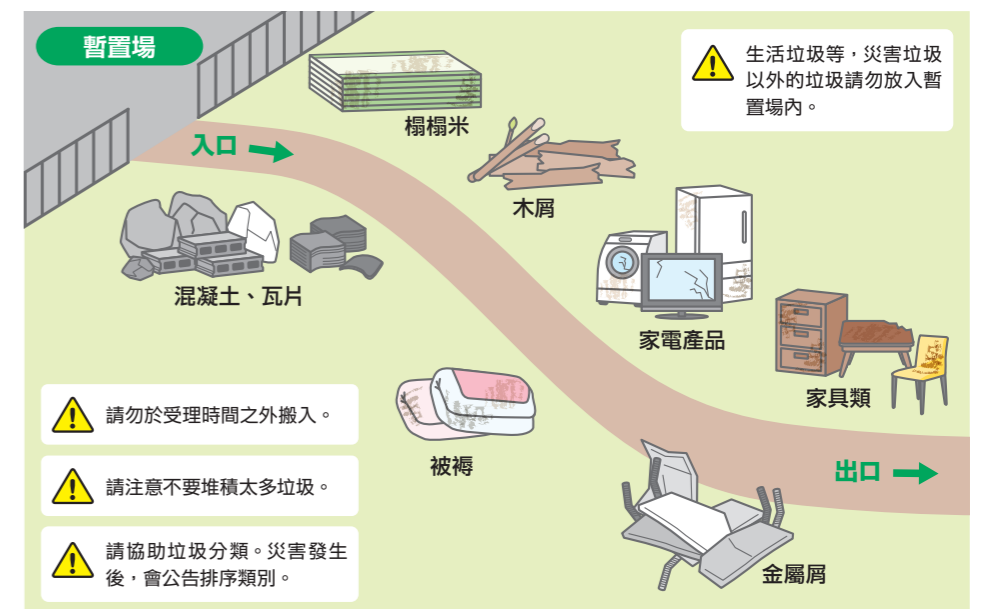
請優先處理容易腐爛的餘廚等可燃垃圾。紙類、瓶罐、寶特瓶等儘量放置在自己的腹地內。

### 災害垃圾(清理廢棄物)

請運至市政府指定的暫置場。暫置場是暫時存放災害垃圾的場所。設置場所、分類和排出方法等準備就緒後會公告。

### 不要將垃圾和瓦礫放置在道路或空地上!

將災害垃圾和瓦礫放置在道路上，會延誤救生和生命線的恢復。在市政府公告暫置場之前請放置在自己的腹地內。



根據受害狀況，收垃圾和垃圾處理設施可能暫時停止。災害發生後，市政府的官網會公告垃圾的收集和分類方法、暫置場的設置場所等最新資訊。

諮詢處 環境模範都市推進課 TEL 089-948-6434

# 以互助精神保命

災害發生時，鄰里間互相幫助非常重要。對高齡者和殘障人士等需要幫助的人(需要關照者\*1、避難行動須支援者\*2)提供援助，也是地區相互支援的基本。為了提高防災能力，地區居民的合作體制必不可少。

\*1 指高齡者、殘障人士、嬰幼兒及其他需要特別關照的人。  
\*2 指需要關照者中，於災害發生或有發生之虞時，自己避難有困難之需要協助避難者。

## 防災的基本在於自助、互助、公助相互聯合

- 自助...保護自己和家人生命財產的行動
- 互助...地區人們齊心協力互相幫助的行動
- 公助...國家和地方公共團體的行動

防災的基本在於「自助」「互助」「公助」相互聯合地發揮作用。其比例為自助：共助：公助=7:2:1。透過理解自己的人身安全自己守護的「自助」，並連結自己的地區自己保護的「互助」，來思索防災減災。



## 平時可做的防災準備

### 參加地區防災訓練等活動

參加訓練可以幫助確認防災行動，以便在發生災害時冷靜對應。



### 參加地區活動，與鄰居打招呼

參加地區活動，與鄰居打招呼，平時多與鄰居們往來。



### 記下可協助的人的聯絡方式

讓對方知道你希望在緊急時得到協助，並記下聯絡方式。



## 松山市的自主防災組織

發生大規模災害時，救援行動不能僅依賴消防和員警等公家單位。自主防災組織是為了應對前述事態，讓地區受害程度降到最低，而從平時致力於防災活動的居民團體。此組織推動適合地區實際狀況的防災活動，例如高齡者人口多、有土砂災害之虞...等。

關於自主防災組織的活動和訓練等，請向市政府洽詢。此外，松山市擁有自主防災組織核心的「防災士」人數，是日本自治體中最多的。

### 松山市的自主防災組織

- 組織數 **753**個組織
- 防災士人數 **7,136**名  
(令和4年(2022年)1月底當時)

#### 諮詢處

防災危機管理課 TEL 089-948-6795

## 什麼是避難行動須支援者制度？

災害時難以自力避難的人，預先進行避難行動須支援者登記，並透過行政、民生和兒童委員、協力人員、自主防災組織等的聯合，對災害發生時的避難支援和確認安否有助益的制度。登記的資訊作為避難行動須支援者名單，在嚴格的管理下，從平時起與避難支援人員共享。

### 松山市的登記對象

- ① 獨自生活的高齡者
- ② 臥床不起的高齡者
- ③ 身障人士(1~3級身障人士手冊持有者)
- ④ 智障人士(療育手冊持有者)
- ⑤ 精障人士(精障人士保健福祉手冊持有者)
- ⑥ 難治性病患者  
(特定醫療費(指定難治性疾)領取者證持有者)
- ⑦ 小兒慢性特定疾病兒童等  
(小兒慢性特定疾病醫療領取者證持有者)

### 登記申請處、諮詢處

- 高齡者  
高齡福祉課 TEL 089-948-6408
- 身障人士、智障人士  
障礙福祉課 TEL 089-948-6353
- 精障人士、難治性病患者  
保健預防課 TEL 089-911-1816
- 小兒慢性特定疾病兒童等  
健康推進課 TEL 089-911-1870

## 在地區中互相協助，支援需要關照者

發生災害時，地區居民應互相幫助以確保需要關照者和避難行動須支援者能夠安全避難，度過避難生活。

### 高齡者、傷病者

多人應對。背著或是扶著肘部、肩膀，引導至安全的場所。情況緊急時，使用擔架搬運。



### 輪椅使用者

樓梯等地方，一定要3~4個人合作。上樓梯時臉朝前；下樓梯時臉朝後，背朝下，防止引發恐懼。



### 外國人士、旅行者

可能因不懂日語而被孤立。使用簡單的日語和手勢與他們交談，防止孤立。



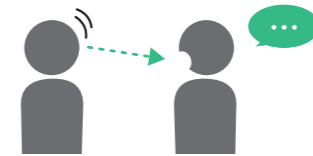
### 視障人士

不要牽著拿拐杖的手，而是觸摸對方的肘部，或請對方輕握你的肘部，慢慢地走在半步前。以點鐘位置告知方向。



### 聽障人士

站在對方的正面，把臉直立，嘴巴大幅度地活動，慢慢地說話。筆談也有效。沒有書寫用具的時候，用指尖在手掌上寫字。



### 孕婦和抱著嬰幼兒的人

孕婦和抱著嬰幼兒的人，會對周圍的人有所顧慮。可主動詢問是否需要幫助。



## 預先了解應急措施

發生大規模災害時，很多人同時受傷，所以急救隊的活動很困難。為了能在自己、家人、身邊的人受傷的時候實施簡單的治療和搬運，平時就要掌握應急治療相關的知識和技術。

### 心肺復甦術

#### 1 確認意識

- 輕拍肩膀呼喚「你還好嗎？」
- 觀察是否有反應。



#### 2 通報119，要求提供AED

- 沒有反應，大聲呼救。
- 請協助者撥打119。
- 請協助者搬運AED。

#### 3 確認呼吸

- 觀察胸部和腹部的動作，在10秒內確認是否「正常呼吸」。
- 如果胸部和腹部沒有動，即表示沒有「正常呼吸」，此時進行胸部按壓。

#### 4 壓迫胸骨

- 兩肘伸直，將兩手放在胸口中間位置。
  - 壓迫到胸部下沉約5cm。
  - 以每分鐘100~120次的速度進行。
- ※結合胸骨壓迫和人工呼吸時，反覆進行30次胸骨壓迫和2次人工呼吸。



#### 5 人工呼吸

- 抬起下巴確保氣道暢通，用大拇指和食指捏住鼻子。
- 摀住嘴防止漏氣，然後吹氣一秒鐘左右。
- 確認胸部是否有起伏。
- 移開嘴，用同樣的方法再次吹氣。



### AED的使用方法

進行心肺復甦術時，AED一到達馬上開始準備使用。

松山市內的AED設置設施可從市政府的官網確認。  
<https://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/iryo/kyubyokyuku/aed.html>

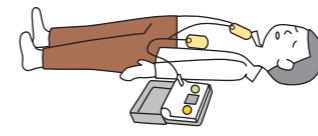


#### 1 打開電源。

※發出語音提示。



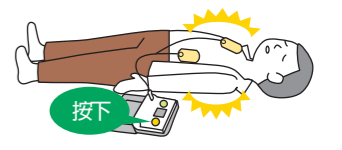
#### 2 貼上電極貼片。



#### 3 AED判斷是否需要電擊。



#### 4 確定需要電擊時，請確保沒有人碰觸患者身體，然後按下電擊按鈕。

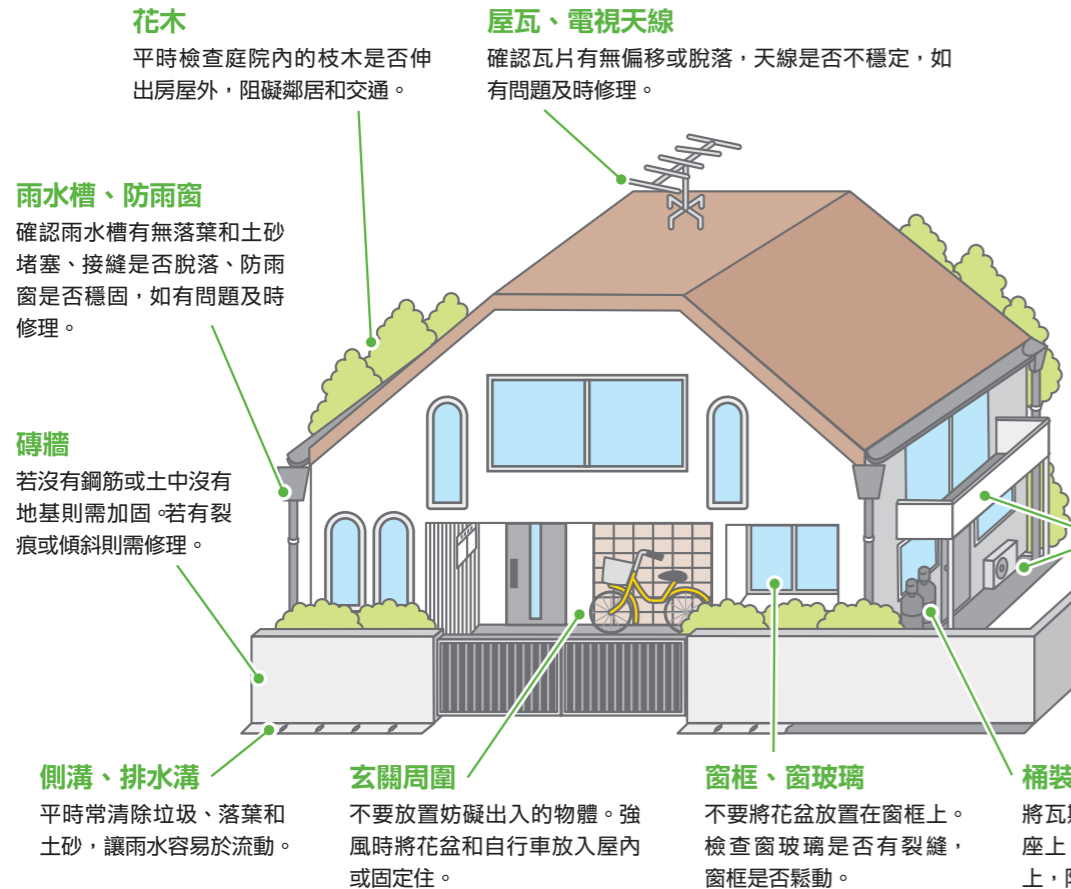




# 我們家的防災對策

平常措施對防災和減災至關重要。了解具體方法，平時做好防災對策吧。  
如果自家住宅沒有受害，則不需要去避難所，可以在自家住宅生活。

## 房屋周圍的安全對策



### 花木

平時檢查庭院內的枝木是否伸出房屋外，阻礙鄰居和交通。

### 屋瓦、電視天線

確認瓦片有無偏移或脫落，天線是否不穩定，如有問題及時修理。

### 雨水槽、防雨窗

確認雨水槽有無落葉和土砂堵塞、接縫是否脫落、防雨窗是否穩固，如有問題及時修理。

### 磚牆

若沒有鋼筋或土中沒有地基則需加固。若有裂痕或傾斜則需修理。

### 側溝、排水溝

平時常清除垃圾、落葉和土砂，讓雨水容易於流動。

### 玄關周圍

不要放置妨礙出入的物體。強風時將花盆和自行車放入屋內或固定住。

### 窗框、窗玻璃

不要將花盆放置在窗框上。檢查窗玻璃是否有裂縫，窗框是否鬆動。

### 桶裝瓦斯

將瓦斯桶放置在堅固的底座上，並用鏈條固定在牆上，防止傾倒。

### 陽台、室外機

保持整潔，防止物品飛散。固定住室外機，防止被吹走。颱風來臨時，放下曬衣竿，清掃排水口。

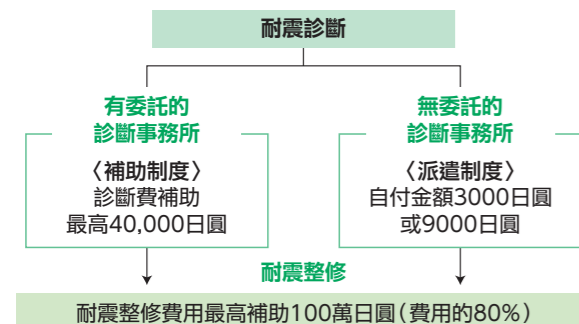
## 專欄 投保地震險

地震險是附加在火險上的保險。對於因地震震動造成的房屋和家財損壞，以及因地震引起的火災和海嘯損失，有一定的理賠（火險不理賠地震造成的火災損失）。為了災後重建生活，請考慮加入。

## 耐震化補貼制度

### 木造住宅抗震補助

對象 / 昭和56年(1981年)5月底前開工建造的木造獨棟住宅(2樓以下建築面積500㎡以下)



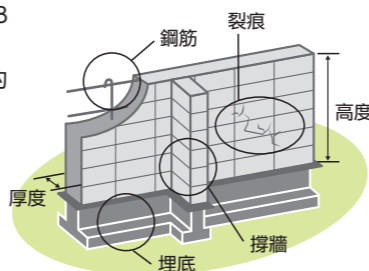
耐震化達到100%時，預測南海海槽地震的全毀受害將減少約十分之一，建築物倒塌、火災死亡人數將減少到約19分之一。

### 磚牆等安全對策補助

對象 / 面向避難路線和上學路線的磚牆  
 • 危險磚牆等(具下述任一情形時)  
 ①過高(超過2.2m)  
 ②厚度不足(未達10cm)  
 ③沒有撐牆(圍牆高度超過1.2m時)  
 ④沒有混凝土基礎  
 ⑤出現傾斜、裂痕等缺陷  
 ⑥沒有鋼筋(向專家諮詢)  
 補助制度 / 拆除或重建費用的2/3(1m8萬日圓左右)上限30萬日圓  
 • 沒有混凝土基礎的拆除費用的1/2上限7.5萬日圓

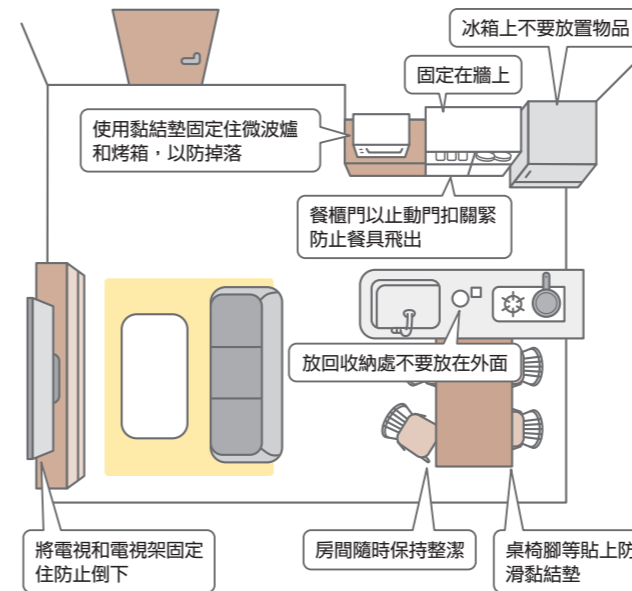
### 諮詢處

建築指導課 TEL 089-948-6512

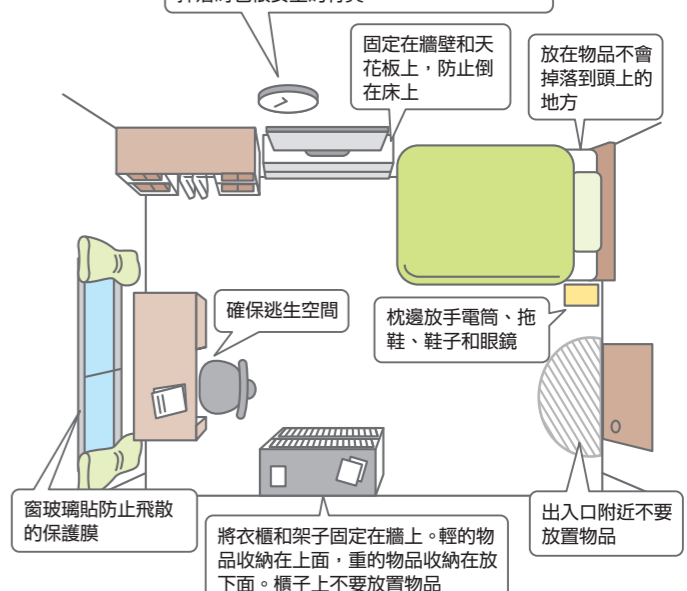


## 家中的安全對策

### 客廳・廚房



### 寢室



### 固定家具、防止翻倒掉落

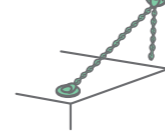
#### L型金屬配件

直接固定家具和牆壁最有效的類型。牆側固定在有龍骨的位置。



#### 鏈條式固定裝置

分別將金屬零件裝在家具和牆壁上，並用鏈條或帶子將兩個金屬零件繫在一起，將家具固定。



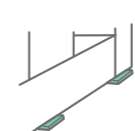
#### 伸縮桿固定器

安裝在家具和天花板間的空隙中。家具底部可以搭配黏結墊使用。



#### 黏結墊(護墊式)

具黏性的凝膠狀護墊，可以黏結家具底部和地板，或是電視本體和電視架。



#### 止動式器具

塞在家具前下部，使之傾向牆壁，以防止翻倒和移動。



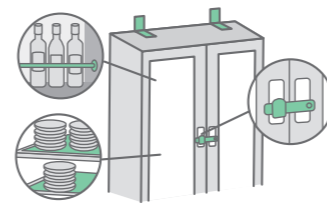
#### 腳輪底座

在腳輪下放置盤狀器具，以防止家具移動。



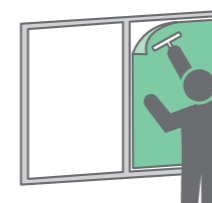
### 門、抽屜的對策

在餐櫃的門上安裝止動門扣等防止餐具飛出的器具，並在餐具下鋪上防滑墊。也有在感應到震動時自動上鎖的耐震鎖。

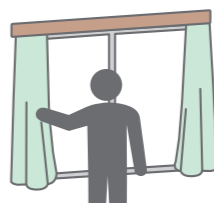


### 防止玻璃飛散

玻璃貼上防止飛散的保護膜能減緩玻璃碎裂，或是在破裂時避免飛散。也有具備防UV等額外功能的保護膜。

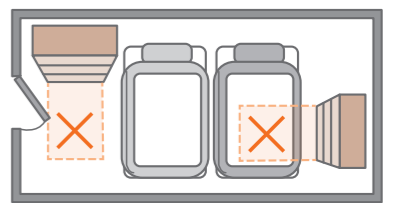


白天拉薄簾絲窗簾，晚上拉厚窗簾，也有防止飛散的效果。



### 家具擺設位置

不要在房間門口或走廊放置家具，防止堵塞門或避難路線。擺放的位置應使其不至於落在睡眠區或爐灶上。此外，還需注意抽屜的方向。



### 預防火災

#### 住宅用滅火器

有粉末型和強化液型。女性和高齡者也容易使用。



#### 住宅用火災警報器

設於廚房和臥室的天花板上，感應到煙霧和熱量時以聲音告知。當心電池沒電。



#### 耐燃產品

具有即使著火也不會延燒的性能。有窗簾、地毯、被褥等。



#### 感震斷路器

感應到強烈震動時關閉電力的裝置。有簡易型和插座型等。



## 專欄 小心復電火災!

復電火災是指地震或風災、水災停電後，因電力恢復所引起的火災。例如，可燃物接觸到電爐，在電力恢復時起火導致火災等。避難時關掉電源開關、停電時從插座上拔下電器插頭等可防止復電火災。

# 需儲備的防災用品

根據場合準備防災用品，例如隨身攜帶用、避難所用，以及在家避難用等。

## 隨身攜帶防災包

「防災包」是指外出受災時，可以度過半天左右的隨身攜帶物品。重點在於不要太重。放在小包包或小布袋裡，外出時隨身攜帶。



### 【內容示例】

哨子、燈、行動電源、糖果或巧克力等體積小熱量高的攜帶食物、家人的聯絡電話、身份證(影本)、筆記用具和記事本、現金、慢性病藥、口罩、濕巾、眼鏡和隱形眼鏡等

## 準備帶出用的緊急避難包

準備一套最低限度的物品放在背包裡，以便避難時攜帶，並放在可以立刻取得的地方。定期檢查收音機和手電筒是否有損壞。

### 貴重物品

存摺、印章、現金、健康保險證、駕駛執照(影本)。



### 生活用品

衣服、毛巾、雨具、濕巾、面紙、野餐墊、塑膠袋、保鮮膜、毛毯、暖暖包、小刀、筆記用具。



### 水和食物

飲料水、糖或巧克力等高熱量食品。罐頭、鹹餅乾等無需烹飪即可食用的食物。\*不要忘記開罐器。



### 衛生用品

口罩、消毒液、體溫計、液體皂、刷牙用品、應急廁所、衛生紙、生理用品。



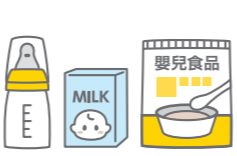
### 醫藥品等

慢性病藥、退燒藥、感冒藥、腸胃藥等常備藥、備用眼鏡、隱形眼鏡、用藥手冊、假牙、助聽器。



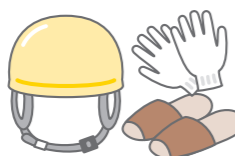
### 嬰兒用品

奶粉、液態奶、奶瓶、斷奶食品、尿布、潔膚濕巾、衣服、防寒服、紗布手帕、浴巾、母子手冊。



### 避難用品

手電筒(儘量每人一個)、頭燈、安全帽、防災頭罩、手套、拖鞋。



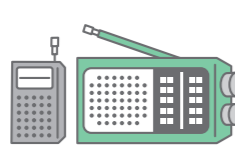
### 照護用品

照護食品(粥等)、照護用品、紙尿布、身體濕巾、衣服、常備藥。



### 手提收音機

小巧輕便，可以收聽 AM 和 FM。也有可以手動充電、給手機充電的方便收音機。



### 充電器、備用電池

手機充電器、手電筒、頭燈、可攜式收音機的備用電池(準備多一點)



## 專欄 松山育兒防災手冊

松山市官網有刊載，是一本彙編了育兒世代備災要點的防災手冊，內容包括發生災害時的嬰兒飲食，以及和孩子在避難所生活的注意事項等。有幼童的家庭，請一定要查閱。



## 準備好家庭儲備品

在家裡儲備至少3天，最好是1週左右的生活必需品，以防發生沒水、沒電、沒瓦斯等使用。不是準備特別的物品，而是儲備日常生活中使用的必需品，以便邊使用邊補充。

### 水和食物

#### 水、主食

一人一天大致3公升的量用於飲料和烹飪。袋裝飯、泡麵、乾麵(烏龍麵、蕎麥麵、義大利麵)、穀片。



#### 主菜、副菜

肉、魚、大豆等的罐頭，咖喱、牛丼配料等袋裝食品，以及味噌湯、湯品等冷凍乾燥食品。



#### 其他

蔬菜汁、魚板、起司、餅乾和巧克力等點心、根菜類、乾貨、調味料、營養輔助食品。



### 【循環型庫存儲備方式】

所謂循環型庫存，就是將日常使用的食品和日用品多買一點，按舊的順序使用，減少後再補買的方法。

#### 使用冰箱儲備

還建議儲存冷凍食品及使用冰箱儲備。自然解凍後即可食用。

### 【卡式爐/瓦斯罐】

有卡式爐和瓦斯罐，即可燒開水進行簡單的烹調，是在家避難不可或缺的物品。一瓶瓦斯罐大致可維持1小時左右，如果每天使用30分鐘，1週則需要3~4瓶。



注意使用期限!  
(大致標準)卡式爐約10年  
瓦斯罐約7年

多準備一些瓦斯罐!

### 生活用品

#### 重要度高的項目

緊急給水袋、塑膠桶、提燈、卡式爐、瓦斯罐。



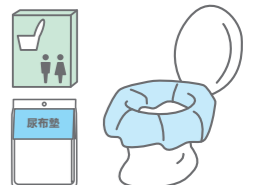
#### 〈根據家庭需要儲備〉

有高齡者、嬰幼兒、慢性病或有寵物的家庭，應根據需要儲備。有食物過敏的人需要藥物和不會過敏的食物。此外，如果有免洗餐具會更方便。寵物需要食物、衛生用品(貓砂、尿布墊、便便袋)、外出包、牽繩等。



### 【常被遺忘的如廁準備】

因斷水或下水道損壞，馬桶可能無法使用，因此需要做好準備。套在馬桶座上的袋子和凝固劑的套裝用品很方便。大致的準備標準是每人每天5份。



## 專欄 應放在辦公室的儲備品

請準備好以下物品，以便回家有困難時可留在公司。

行動電源/應急食品、水/手電筒/乾電池/攜帶式廁所/輕便鞋/雨衣/毛毯/衛生用品等



定期檢查消費期限、使用期限，並重新審視必需品內容!

## 加點巧思

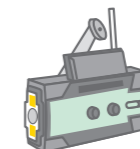
### 烹飪用保鮮膜

鋪在餐具上，僅更換保鮮膜，則無需清洗即可衛生地使用。可作為急救繃帶和紗布的替代品，也可作為防寒用品。



### 手搖式太陽能行動電源

停電時也可以手動或太陽能充電的行動電池。也有附LED燈和收音機功能的款式。



### 雨水箱

事先儲存雨水，可於斷水時用於廁所和雜項用水。有提供設置費用的補助制度。



諮詢處 水資源對策課 TEL 089-948-6223