

1-3. 鎌倉市の避難施設②

津波来襲時緊急避難建築物

津波の発生が予想された場合、一時的に避難する避難施設。

地域	名 称	所在地
材木座	医療法人社団芳洋会 在宅型有料老人ホームあっとほーむ鎌倉	材木座 1-5-4
	鎌倉ヒロ病院（新館）	材木座 1-7-22
	鎌倉バンビル	材木座 3-5-16
	ピラ・かまくら	材木座 6-8-7
由比ガ浜	鎌倉消防署	由比ガ浜 4-1-10
	鎌倉わかみや	由比ガ浜 4-6-13
	第一小学校	由比ガ浜 2-9-55
	鎌倉女学院中学校・高等学校	由比ガ浜 2-10-4
	由比ガ浜コーポ1号	由比ガ浜 2-24-2
	由比ガ浜コーポ2号	由比ガ浜 2-24-2
	ハビネス由比ガ浜	由比ガ浜 1-1-13
	ダイヤモンド鎌倉別邸ソサエティ	由比ガ浜 3-12-25
	ザ・パークハウス鎌倉若宮大路	由比ガ浜 2-23-28
	由比ガ浜こどもセンター	由比ガ浜 3-11-48
	NTT東日本鎌倉ビル	由比ガ浜 2-11-18
	ウエリス鎌倉由比ヶ浜	由比ガ浜 4-6-46
小 町 御成町	早見芸術学園1号館	小町 1-2-16
	鎌陽洞ビル	御成町 11-29
	鎌倉彫会館	小町 2-15-13
	KNビル	御成町 11-40
	カドキホール	御成町 3-5
	櫻井ビル	小町 2-1-5
長 谷 坂ノ下	かまくら春秋スクエア	小町 2-14-7
	サイトウビル	長谷 2-16-15
	軽費老人ホームきしろホーム	坂ノ下 31-5
	鎌倉パークホテル	坂ノ下 33-6
	介護老人福祉施設鎌倉清和由比	坂ノ下 33-3

地域	名 称	所在地
腰 越	江ノ島ビーチハウス	腰越 3-11-6
	腰越中央医院	腰越 4-8-29
	鎌倉消防署腰越出張所	腰越 4-9-12

津波来襲時緊急避難空地

津波の発生が予想された場合、一時的に避難する屋外避難場所。

地域	名 称	所在地
大 町 材木座	妙本寺	大町 1-15-1
	来迎寺	材木座 2-9-19
	光明寺	材木座 6-17-19
	長勝寺	材木座 2-12-17
	実相寺	材木座 4-3-13
	第一中学校	材木座 6-19-19
	名越クリーンセンター	大町 5-11-16
	紅谷旧市営住宅跡	材木座 4-14-6
	御成小学校	御成町 19-1
	御成中学校	笹目町 2-1
長 谷 坂ノ下	光則寺	長谷 3-9-7
	高德院（大仏）	長谷 4-2-28
	長谷寺	長谷 3-11-2
	御霊神社	坂ノ下 4-9
七里ガ浜	鎌倉文学館	長谷 1-5-3
	稲村ガ崎 鎌倉海浜公園（稲村ガ崎地区）	稲村ガ崎 1-19
	七里ヶ浜ゴルフ場	七里ガ浜東 1-2-18
腰 越 津	県立鎌倉高等学校	七里ガ浜 2-21-1
	県立七里ガ浜高等学校	七里ガ浜東 2-3-1
	小動神社	腰越 2-9-12
	モンタナ修道院	津 550
	腰越小学校	腰越 5-7-1

防災関連機関一覧

機関	名 称	所在地	機関	名 称	所在地	機関	名 称	所在地
警察署・ 交番・ 駐在所	鎌倉警察署	由比ガ浜 2-11-26	警察署・ 交番・ 駐在所	深沢交番	笛田 1-4-45	消防署・ 消防出張所	鎌倉消防署 七里ガ浜出張所	七里ガ浜東 1-2-5
	浄明寺駐在所	二階堂 912-22		梶原口交番	常盤 345-6		大船消防署	大船 3-5-10
	稲村ガ崎駐在所	稲村ガ崎 3-4-9		大船警察署	大船 1709-2		大船消防署 玉縄出張所	玉縄 2-5-2
	名越交番	大町 4-4-5		今泉駐在所	今泉台 1-14-2		大船消防署 今泉出張所	今泉 2-4-25
	長谷交番	長谷 1-8-9		大船駅前交番	大船 1-9-4		鎌倉ヒロ病院	材木座 1-7-22
	御成交番	御成町 18-23		台交番	台 3-2-5		清川病院	小町 2-13-7
	鎌倉駅前交番	小町 1-2-1	消防署・ 消防出張所	山ノ内交番	山ノ内 1345		湘南記念病院	笛田 2-2-60
	滑川交番	由比ガ浜 4-1-1		玉縄交番	玉縄 1-2-17		大船中央病院	大船 6-2-24
	津駐在所	津 691-2		鎌倉市消防本部	大船 3-5-10		鎌倉病院	長谷 3-1-8
	西鎌倉駐在所	西鎌倉 1-18-1		鎌倉消防署	由比ガ浜 4-1-10		鈴木病院	腰越 1-1-1
	七里ガ浜駐在所	七里ガ浜東 1-2-1		鎌倉消防署 腰越出張所	腰越 4-9-12		湘南鎌倉総合病院	岡本 1370-1
	腰越交番	腰越 3-2-18		鎌倉消防署 深沢出張所	手広 1-16-12		ふれあい鎌倉ホスピタル	御成町 9-5
	鎌倉山駐在所	鎌倉山 2-15-12		鎌倉消防署 浄明寺出張所	浄明寺 6-2-7			

1-4. 災害時の避難について

①災害時の避難について

- ・事前にハザードマップなどで自宅周辺のリスクをご確認いただき、避難の必要がある場合は避難所へ避難してください。自宅での安全確保が可能な場合は避難所に行く必要はありません。
- ・自宅が危険な場合も、避難先は市指定の避難所だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えておきましょう。
- ・避難所では、限られた空間の中で、たくさんの方々が生活していきます。避難所におけるルールを守り、より良い環境を保ちましょう。

②避難所生活について

- ・必要最低限の非常持出品を持って避難しましょう
避難所には食糧や防災資機材の備蓄はされていますが、備蓄には限りがあるので、必要最低限の非常持出品を持って避難しましょう。

☐ 1. 懐中電灯・LEDライト

☐ 2. 軍手

☐ 3. ラジオ

☐ 4. 電池

☐ 5. 現金

☐ 6. 非常食・飲料水

☐ 7. 医薬品

☐ 8.ライター

☐ 9. ティッシュ・タオル

☐ 10. 防寒着

☐ 11. スニーカー・スリッパ

※感染症対策にも有効な非常持出品

☐ 12. マスク

☐ 13. 手指消毒アルコール

☐ 14. 石鹸

☐ 15. ウェットティッシュ

☐ 16. 体温計

- ・エコノミークラス症候群を予防するために、適度な運動と水分補給をしましょう。
- ・熱中症予防のため、水分補給、衣服の工夫をしましょう。
- ・災害時には、特に避難所で感染症拡大のリスクが高まります。感染症に「自分がかからない」ように手洗いを、かかっても「他人にうつさない」ために咳エチケットなどを行いましょう。

手洗いで感染症予防

手指消毒薬

流水で手洗いができない場合には、アルコールを含んだ手指消毒薬を使用しましょう。

画像出典：厚生労働省（<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/kehatsu.htm>）

手指消毒の手順

出典：「日本環境感染学会教育ツールVer.3.1より引用」

1 消毒薬約3mlを手のひらに取ります（ポンプを1回押すと約3mlです）。

2 初めに両手の指先に消毒薬をすりこみます。

3 次に手のひらをよくすりこみます。

4 手の甲にもすりこみます。

5 指の間にすりこみます。

6 親指にもすりこみます。

7 手首も忘れずにすりこみます。乾燥するまでよくすりこんでください。

指先から消毒するのがポイントです。

とくに食事前や調理前、トイレ使用後には手洗いを！

NIID 国立感染症研究所
NATIONAL INSTITUTE OF INFECTIOUS DISEASES

画像出典：政府インターネットTV（<http://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg7362.html?l=46&a=1>）

咳エチケットで感染症予防

咳エチケットとは
咳やくしゃみが出たときに周りの人へ病気をうつさないためのマナーです。

マスクがない場合には？

①咳やくしゃみの際はティッシュで口と鼻をおおきましょう。

②ティッシュ等がない場合には、二の腕で口と鼻をおおきましょう。

マスクがある場合には、正しくマスクを着用しましょう。

正しいマスクの着用

画像出典：政府広報（http://www.gov-online.go.jp/useful/article/200909/img/06_04.gif）

NIID 国立感染症研究所
NATIONAL INSTITUTE OF INFECTIOUS DISEASES

※出典：NIID 国立感染症研究所