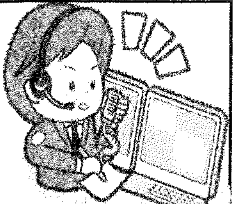
芋井駐在所だより

長野中央警察署
244−0110
芋 井 駐 在 所
235−0378



緊急の事件・事故時は110番を！

1　緊急以外の不要・不急の110番通報をしない
　110番は「緊急を要する事件・事故」のための緊急通報用電話です

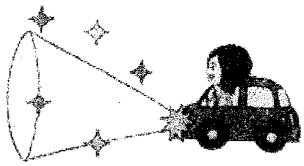
2　相談は「＃9110」・落とし物・要望・問合せは、お近くの警察署へ
　緊急でない相談は、相談専用ダイヤル「＃9110」へ
　緊急でない要望・問合せなどは、お近くの警察署へ

3　110番通報のポイント

・何がありましたか？　・場所はどこですか？　・いつのことですか？
・犯人の特徴は？　・今どうなっていますか　・通報者の住所・氏名等

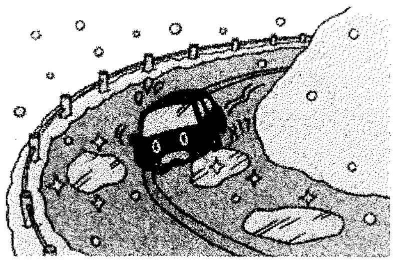
4　車両運転中の携帯電話による110番通報の注意事項
・運転中の携帯電話使用は禁止されています
　ハンズフリー機能を使うか、停車して通報してください

5　誤って110番通報してしまったら？
・すぐ電話を切らずに、「間違い」と伝えてください



冬期の運転には注意！

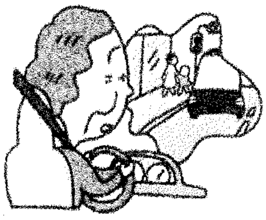
冬道は危険がいっぱい



○　山道、日陰の道路、橋の上、落ち葉がある場所等
　思わぬ場所でスリップの危険が潜んでいます。

○　視界は常に良好に！
　フロントガラスの霜は完全に除去してから発進をしましょう
　運転席の前だけ除去しても、助手席側が見えないと事故の元

○　歩行者に優しい運転を！
　雪道で狭くなっている場所では徐行と泥はねに注意
　歩行者は目立つ服装と、反射材の着用を！
　新年を迎え、今年も交通安全に心がけましょう。



交通事故はちょっとの油断で起きる、ちょっとの注意で防げる

「防災とボランティアの日」・「防災とボランティア週間」

【趣旨】

平成7年1月17日に発生した阪神淡路大震災を契機に、政府、地方公共団体等防災関係諸機関を始め、広く国民が災害時におけるボランティア活動及び自主的な防災活動についての認識を深めると共に、災害への備えの充実強化を図ることを目的として、「防災とボランティアの日」及び「防災とボランティア週間」が設けられ、これら期間中に広報・啓発活動を実施するものです。

【期間等】

○　「防災とボランティアの日」　毎年1月17日（大震災発生日）
○　「防災とボランティア週間」　令和8年1月15日（木）～1月21日（水）

【災害等に備えて】

「自分は大丈夫･･･」なんて過信していませんか？　家や周囲も点検を！
被害にあわないためには、日頃からの心構えと準備が必要です。「自分の身は自分で守る」！

既に準備している方も食品類や医薬品の期限を再確認し、食糧は３日分、できれば1週間分を用意しておきましょう！

いざという時のため、避難場所も確認しておきましょう！

食料関係	飲料水（1人1日3リットルが目安）、ビスケット・乾パン、缶詰・レトルト・インスタント食品
医療用品	常備薬・傷薬等、ティッシュペーパー（ガーゼ・包帯等）、トイレットペーパー類
貴重品	現金（小銭）、預金通帳・印鑑、運転免許証・健康保険証
衣類等	軍手・帽子、雨具、マスク、ヘルメット（あれば便利）
その他	ラジオ、懐中電灯、タオル、筆記具・メモ帳、ビニール・ゴミ袋、笛、マッチ・ライター、缶切り・ナイフ ろうそく、ウエットティッシュ、ポリタンク、ロープ、電池、モバイルバッテリー等

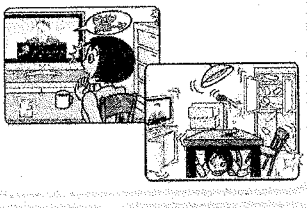
気象庁リーフレットから抜粋

緊急地震速報 利用の心得

周囲の状況に応じて

緊急地震速報を見聞きしたら…（地震の揺れを感じなくても）　あわてず、まず身の安全を!!　地震の揺れを感じたら…（緊急地震速報がなくても）

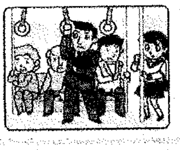
家庭では



◎頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
◎あわてて外へ飛び出さない
◎むりに火を消そうとしない

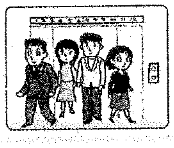
鉄道・バスでは

◎つり革、手すりにしっかりつかまる



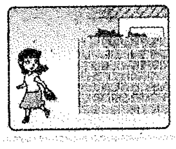
エレベーターでは

◎最寄りの階に停止させ、すぐにおりる

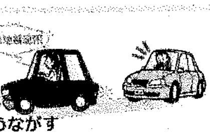


屋外（街）では

◎ブロック塀の倒壊に注意
◎看板や割れたガラスの落下に注意



自動車運転中は



◎急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす
◎ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながす

上記のほか、訪れた施設等において緊急地震速報を見聞きした時は、身を守り、係員の指示に従ってください。

緊急地震速報の「警報」と「予報」

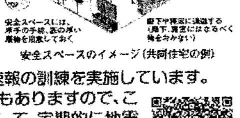
	【警報】	【予報】
入手手段	テレビ・ラジオ 携帯電話(緊急速報メール) 防災行政無線など	専用受信端末 スマホ(アプリ)など ※民間事業者が提供
基準	震度５弱以上を予想 (震度４以上の地域に発表)	震度３以上を予想 マグニチュード3.5以上と推定
内容	震源地、強い揺れが予想される地域など	震源地、地震の規模、予想震度、強い揺れの到達予想時刻など
特徴	原則、一つの地震に対して１回発表 比較的規模の大きい地震では複数回発表	予想内容が変化する度に、複数回発表 知りたい場所の震度や猶予時間がわかる
	人が強い揺れから身を守るために活用	主に列車や機器の制御などに活用

日頃からの備え

①「安全スペース」を作っておきましょう

地震の揺れに備えて、寝室や居間など室内のよくいるところに"物が落ちてこない、倒れてこない、移動してこない"スペースを作っておきましょう。

詳細は東京消防庁ホームページ「家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック」を参照してください。



安全スペースのイメージ（共同住宅の例）

②訓練に参加しましょう

6月及び11月5日(津波防災の日)前後に緊急地震速報の訓練を実施しています。訓練を行うための動画やスマートフォンのアプリ*もありますので、これらの機会やお住まいの自治体が行う訓練に参加して、定期的に地震から身を守るための対応行動を身につけておきましょう。

＊緊急地震速報訓練を実施するための映像・教材など（気象庁ホームページ）→

シェイクアウト訓練

主催者（主に自治体）が、"科学的な地震災害のシナリオ（訓練の想定）と日時を決めて、「訓練会場」を限定しない"のが特徴の訓練です。参加者は、決められた日時に職場・学校・家庭等のいつも過ごす場所で、シナリオに合わせて地震から身を守るための訓練をします。

詳しくは下記ホームページをご覧ください。

効果的な防災訓練と防災啓発（シェイクアウト）提唱会議　http://www.shakeout.jp/