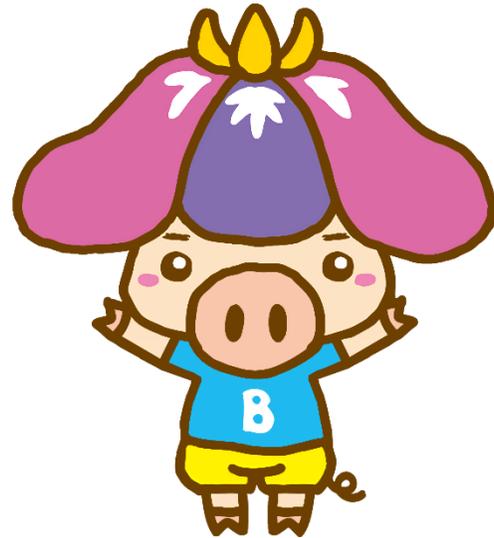


「フェーズフリーってなあに？」



碧南市

フェーズフリーとは？

「いつも」と「もしも」の2つのフェーズ（局面）をフリー（自由）にするということです。

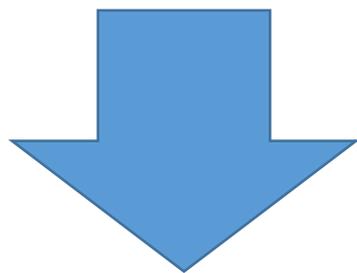
「いつも = 日常時」と「もしも = 非常時」をわけることなく、日常で使用しているモノやサービスを災害時に役立てよう！！！！

という考え方です。



フェーズフリーとは？

「備える」けど「災害のためだけに備えない」



「フェーズフリー」



フェーズフリーのメリット



- 非常時だけのものだと、しまいこんでしまうことが多い。
日常時に使えて、かつ非常時にも役立つものは経済的である。
- 非常時の備えを準備するにはコストも場所もかかる。
日頃から使用しているものを非常時に使えること。
- 非常時の時の想像力、対応力が高くなる。
日常時から災害への意識を持ち続けることが可能。

フェーズフリーの具体例



1 趣味や職場で「いつも」使用しているモノや行動

- **キャンプ用品**のテント、ランタン、寝袋、カセットコンロ、ポータブル充電器等を災害時避難先で使用。
- **自転車に乗る際のヘルメット**を避難時に使用する。
※防災用とは安全基準が違うが、ないよりはあったほうがよい。
- **散歩やランニングの途中**に家の付近の災害時に危なそうな場所を確認しておく！！

フェーズフリーの具体例

2 「いつも」のモノやサービスが「もしも」の時に活用できる

- 飲料水、カップ麺等箱買い！必ず家にストックを。
- トイレトペーパーは常に1ダース以上のストックを。
- 日常的に使用し減った分を買い足す！



(ローリングストック)



災害時は、食料、水、衛生用品は店舗から消えます。

フェーズフリーの具体例



3 本来持つ機能が「もしも」の時にも活用できる

○ハイブリッド車やPHEVなど電気自動車の購入
→災害時にモーターやバッテリーを電源として活用！

○スマホ等のモバイルバッテリーは常に充電したものを
持ち運ぼう

→災害時は電気の供給がストップする可能性あり。
情報収集や連絡手段の確保のために！！

職員が考えたこれもフェーズフリー？

フェーズフリーの考えを参考に職員の中で上がった、これもフェーズフリーかな？？というものを紹介します。

1 日頃からのご近所づきあい

○普段から近所の方とあいさつをして、顔見知りの関係を築いておくことで**災害時助け合いに繋がる！！**

2 新人職員のための業務マニュアルの作成

○もしものときには、業務継続のための**BCPに！**



職員が考えたこれもフェーズフリー？

3 ラジオの活用

○ラジオを聴く習慣を。**災害時の情報収集の手段**としても有効です。ラジオを普段から使ってみましょう。



職員が考えたこれもフェーズフリー？

4 野菜ジュースで災害時の栄養を！

○災害時は栄養バランスが崩れやすいので、野菜ジュースをストックしておくことで、**健康面にも配慮**ができます。缶ジュースならば保存も長期で可能です。



職員が考えたこれもフェーズフリー？

5 通勤はスニーカーで

○災害時にはヒールや革靴ではうまく歩けません。通勤途中で災害にあい、**徒歩での参集の可能性も**あります。歩きやすい履物で通勤を！



職員が考えたこれもフェーズフリー？

6 ビニール袋や撥水性のあるマイバックを持ち歩く

○普段使いは買い物時のマイバック。撥水性のあるものであれば、非常時には水を運ぶ**バケツ替わりに使用**できるものもあります。



職員が考えたこれもフェーズフリー？

7 筋トレをする

○日頃から体を鍛え体力をつけることで、**避難時に重い荷物をもって逃げるなど避難行動に必要な運動能力を培う。**



職員が考えたこれもフェーズフリー？

8 臨海公園（大芝生広場）

○普段は公園として市民が利用しておりますが、災害時には**防災ヘリのヘリポート**としての機能も！



職員が考えたこれもフェーズフリー？

9 月 1 回は B B Q

○定期的に B B Q を行うことで非常時にガスや電気が止まってもカセットコンロ等使用方法に困らず調理が可能。また、定期的な開催をすることで、**機器の点検、燃料の補充管理**を行うことができる！



まずはできることから！

「いつも」の行動で「もしも」の備えを！！

碧南市

