

事前にできるTwitterの備え

災害発生時には、正確な情報の入手が大切です。事前にTwitterで備えておきましょう。

役立つアカウントをフォローしよう

災害時に信頼できる情報を発信するアカウントを、ふだんからフォローしておきましょう。

役立つアカウント一覧

最新の災害情報を入手する

NHK
ニュース

NHKニュース
@nhk_news

気象庁
防災情報

気象庁防災情報
@JMA_bousai

気象庁

気象庁
@JMA_kishou

首相
官邸

首相官邸
(災害・危機管理情報)
@Kantei_Saigai

自治体

お住いの地域の
自治体アカウント

より詳しく知る

国土
交通省

国土交通省
@MLIT_JAPAN
● 近くの河川国道事務所

経済
産業省

経済産業省
@meti_NIPPON
● 各地域の電力会社

高速
道路

各地域の
高速道路会社

日頃から学べる

警視庁
災害
対策課

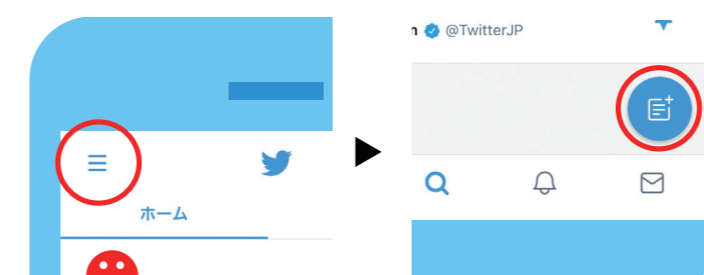
警視庁警備部災害対策課
@MPD_bousai

NHK
生活・防災

NHK生活・防災
@nhk_seikatsu

リストを作っておこう

Twitterには複数アカウントをまとめて管理できる「リスト」機能があります。お住いの地域の自治体やメディアなど災害時に役立つアカウントをまとめておくと便利です。

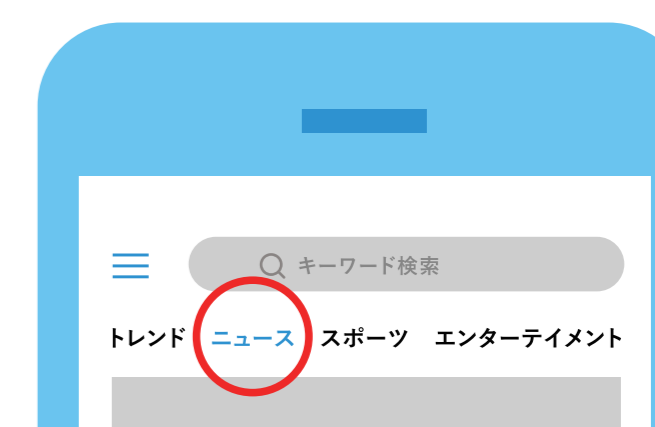


- 左上のメニュー「≡」をタップ
- 項目から「リスト」を選択
- 右下の「+」をタップして作成



検索タブをチェックしよう

Twitterにはツイートをまとめる「モーメント」機能があります。災害時には、Twitterが最新のニュースや情報をまとめたモーメントを公開することがあるので、「Q」を押して、「おすすめ」「ニュース」のタブを確認してください。日頃から使って慣れておきましょう。



検索タブの「トレンド」でも話題になっているトピックを閲覧できます。

気象予報士の投稿も参考にしよう

ふだんから最新の気象情報や防災情報を積極的に発信している人を見つけたら、フォローしておくで参考になります。認証済みバッジ(公式マーク)がついていたり、現在NHKなどに出演しているかどうか目安になります。



プッシュ通知を設定する

特定のアカウントのツイートを見逃したくない場合は、「🔔」をタップしてプッシュ通知の設定を。最新のツイートがあった場合に通知が届きます。



災害発生時のTwitterの使い方

#Twitter防災



災害発生時は身の安全の確保が最優先です。周囲の安全を確認してからTwitterを使うようにしてください。

災害について情報収集をするとき

タイムラインの表示 「最新ツイート」に設定

タイムライン右上の「🌟」をタップすると最新のツイート順に表示することができます。



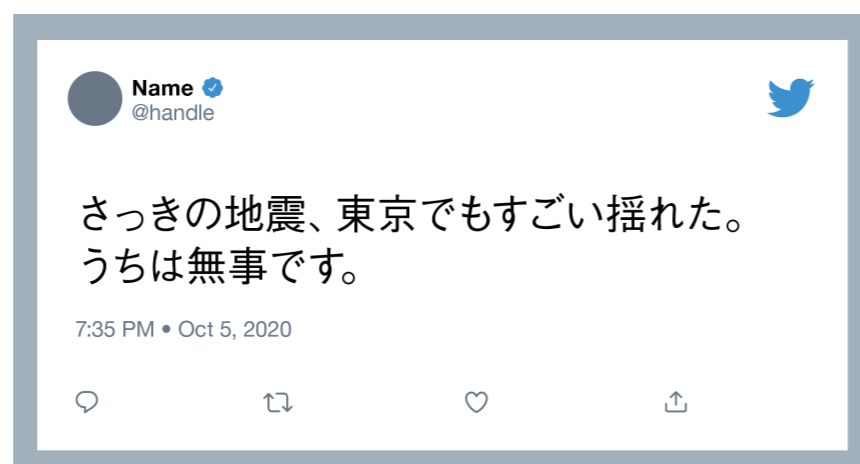
情報収集用の 「リストを固定」しよう

情報収集に使うアカウントをまとめたリストを、「📌」をタップして固定しましょう。タイムラインから左にスワイプすると表示され、確認が簡単になります。



ツイートして 自分の状況を知らせよう

「揺れた!」「みんな大丈夫ですか?」など簡単でも良いのでツイートしましょう。皆さんが「生きている」「無事である」サインになります。



助けを求めるとき

救助要請 まずは119番

身動きがとれなくなり、助けが必要なときは、119番に電話して救助を要請してください。



「#救助」でツイートを

電話が通じない場合は、「#救助」でツイートを。住所や位置情報など、自分のいる場所を特定できる情報を必ず書き込みましょう。

救助されたら報告ツイートをして、救助要請のツイートは削除してください。

- 1 具体的に救助内容を書きましょう。
- 2 住所がわかる場合は具体的に書きましょう。
- 3 #救助 ハッシュタグをつけましょう。
- 4 写真を添えて状況がわかるようにしましょう。
- 5 住所がわからない場合は、詳しい位置情報をつけてツイートすることもできます。

ハッシュタグ「#救助」の正しい使い方

ハッシュ記号「#」はシャープ記号「#」と打ち間違えないようにしましょう。「#」の横棒が右上がりになっていないことをチェック。

災害時のリツイートは慎重に

災害時にはデマや根拠のないうわさが広がり、パニックにつながることもあります。デマを拡散しないように、リツイートするときは慎重に。正しい情報が見極めましょう。



危険な場所に近付かない

災害が起きると、被害の確認や、撮影のために危険な場所に近づく人がいますが、命に関わる危険な行為ですので絶対にやめてください。また、投稿は安全な場所で行ってください。



Twitter以外の情報収集の手段

#Twitter防災



Twitterでは様々な情報が得られますが、目的に応じて複数の方法で情報入手できるようにしておきましょう。

防災アプリを入れておこう

役立つアプリ一覧

最新情報の入手先

NHK
ニュース
防災
NHKニュース防災
ニュース全般・
ハザードマップ

YAHOO!
防災速報
避難情報など
Yahoo!防災速報
避難情報など

YAHOO!
天気
気象・地震情報
Yahoo!天気
気象・地震情報

radiko
ラジオでの
情報入手
radiko
ラジオでの
情報入手

日頃の備え

全国
避難所
ガイド
全国避難所ガイド
地域の避難所を
チェック

東京
防災
東京以外でも使える
備えの情報が
あります

My
SOS
救命・応急手当の
基礎知識など

トイレ
MAP
最寄りのトイレを
探せます

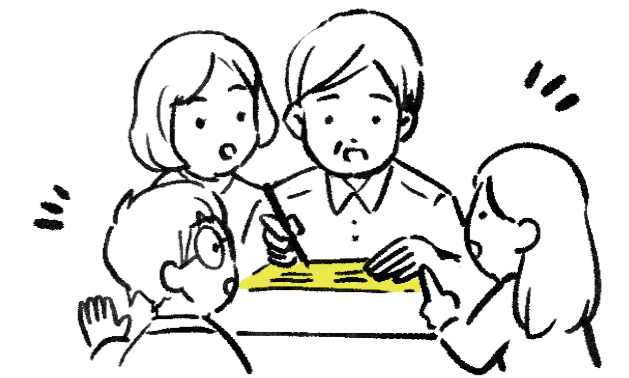
自治体HPをブックマーク

Twitterアカウントを持っていない自治体もあります。自治体のHPをブックマーク・ホーム画面に追加して、こまめに確認しましょう。



電話以外で家族と連絡できる方法を確認

LINEなどのメッセージアプリや、その他SNSなど、家族と連絡のつく手段を複数用意しておきましょう。



気象庁などの臨時会見は要チェック

気象庁や国土交通省などが「臨時会見」を開くのは、危険な状況の時です。Twitterのモーメントやテレビで臨時会見を見かけたら、本気で備えてください。

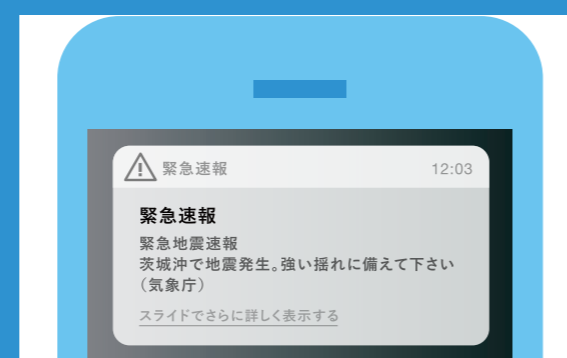


スマホの緊急速報をオンに

緊急地震速報や災害・避難情報などの速報をスマホですぐに受信できるように設定しておきましょう。

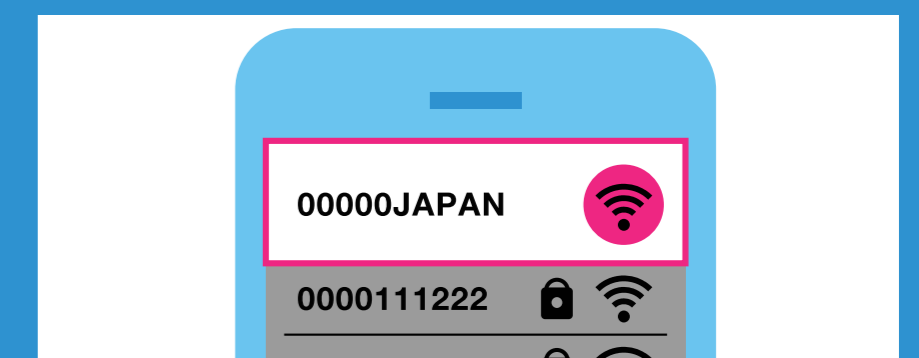


※格安スマホやSIMフリーのスマホでは「Yahoo!防災速報」などのアプリの通知をオンに。



災害時は無料WiFiが使える

大規模な災害が起きると通信各社が無料のWi-Fi「0000JAPAN」を提供します。どんなスマホや携帯でも利用できます。公共施設やコンビニの近くで探してください。



スマホの停電対策

情報収集のためにスマホは必需品です。停電への備えが欠かせません。
電気の復旧までに時間がかかるケースも想定して、万全の対策をしておきましょう。

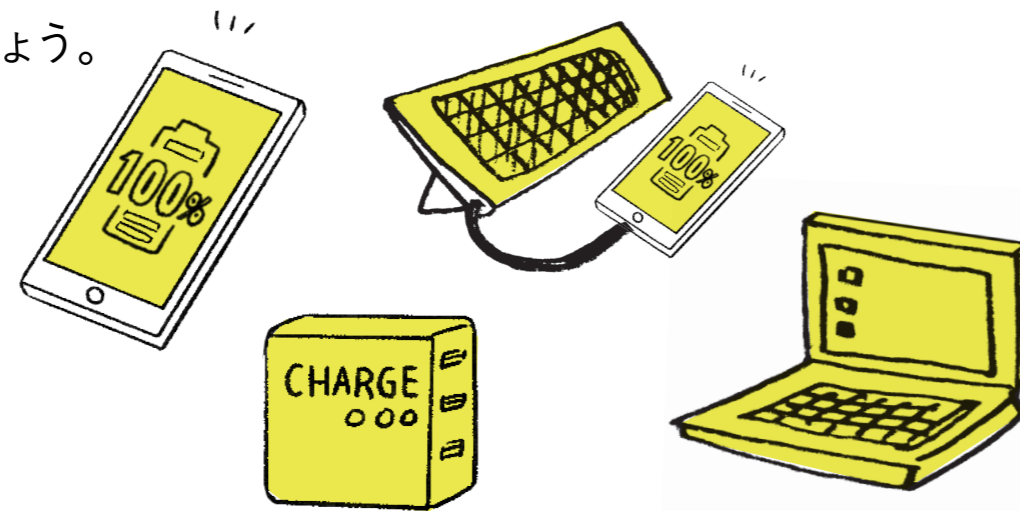
災害のときにスマホを活用するために

災害で停電した場合、電源復旧まで1週間ほどかかる場合もあります。
最低でも3日間はスマホを使えるように備えておきましょう。

モバイルバッテリーを持ち歩く

バッテリーを持ち歩く習慣をつけましょう。

- ソーラーパネル付きバッテリー
電源が不要なのでおすすめです
- 乾電池式バッテリー
電池を交換して何度でも使えます
- モバイルPC



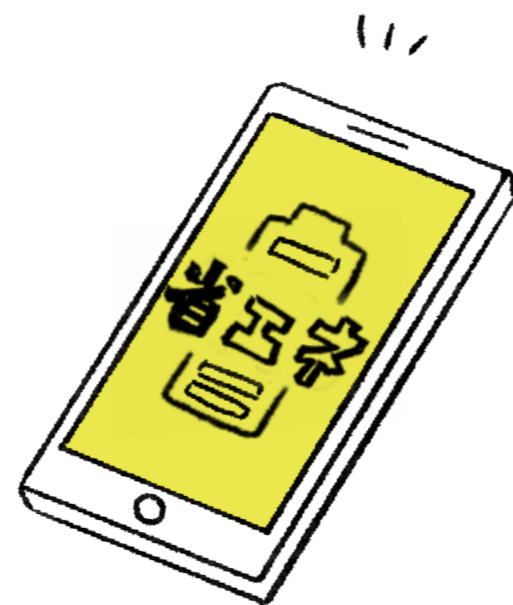
車で充電できるようにガソリンを満タンにしよう

停電時でも、車の中で暖を取ったり、
スマホなどの充電ができます。



省エネな使い方をこころがける

- 必要なとき以外はなるべく使わない
- 「低電力モード」「バッテリーセーバー」に
- 画面の明るさを落とすか「ダークモード」に
- 画面の自動オフの時間を短くする
- 使わないアプリは終了・プッシュ通知オフ
- 通信環境が悪いときは「機内モード」に
- 家族で順番にスマホを使うようにする



スマホが使えなくなったら

家族や友人と連絡をとるために 災害時に使える固定電話を探そう

公衆電話



特設公衆電話



公立の小中学校や公民館などの
公共施設、コンビニには、災害時に
無料で利用できる「特設公衆電話」
が設置されているところがありま
す。あらかじめ探しておきましょう。

災害伝言ダイヤル

災害伝言ダイヤルは音声メッセージの登録や確認が
できます。「171」をダイヤルし、音声案内に従って使用できます。

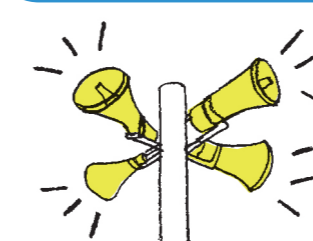


スマホ以外でも 地域の最新情報を入手しよう

携帯ラジオ



防災行政無線



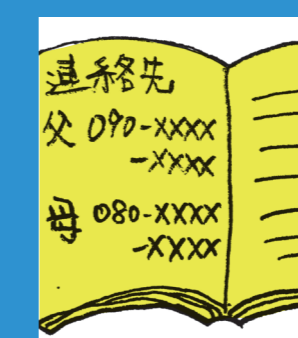
掲示板



自治体の災害対策本部・避
難所にある掲示板でも最新
の情報を入手できます。

家族の連絡先は紙にメモ

スマホの電池が切れて電
話帳が見れなくなる前に、
家族や職場など大切な連
絡先はノートや手帳にメ
モしておきましょう。



現金を持ち歩こう

停電時には電子マネー
が使えなくなる場合があ
ります。小銭や紙幣を準
備しておきましょう。

