

避難について

地震の場合

①最初の大きな揺れは数十秒間

- まず、身を守る安全確保(手近な座布団などで頭を保護)
- すばやく火の確認(ガスの元栓・コンセント)
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

②揺れがおさまったら

- 火元を確認(火が出たら落ちていて初期消火)
- 家族の安全を確認(倒れた家屋の下敷きになっていないかを確認)
- 靴をはく(家の中はガラスの破片が散乱。靴やスリッパをはく)
- 避難するときは、屋根がわら・ブロック塀・自動販売機等に注意

③みんなの無事を確認／火災の発生を防ぐ

隣近所に声をかけよう

- 隣近所で助け合う(災害時要配慮者の安全確保)
- 行方不明者はいないか
- ケガ人はいないか

出火防止 初期消火

- 初期消火
- 消火器を使う
- 漏電・ガス漏れに注意(ガスの元栓・電気のブレーカーを切る)
- 余震に注意
- バケツリレー(風呂の水はため置きをしておく)

④協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう(最低3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく)
- 災害情報・被害情報の収集
- こわれた家に入らない
- 無理はやめよう
- 助け合いの心が大切

●避難所生活は共同生活ですので、マナーとルールを守ることが大切。

風水害の場合

①避難する時はひもで締められる運動靴で

長靴は中に水が入り、かえて動きにくくなります。

②はぐれないよう、互いの身体をロープで結ぶ

子どもからは絶対に目を離さないように。

③歩ける深さの限界は男性:70cm、女性:50cm

流速がある場合、足のくるぶし以上の水量があると、流されるおそれがあり危険です。無理をせず、高所で救助を待ちましょう。

④両手は自由にしておく

互いの手をつなぐのは、行動の自由を奪うことにもつながります。非常持ち出し品などではできるだけ背負うようにして、手を自由にしておきましょう。

⑤安全を確保しながら歩く

水面下には、ふたの脱落したマンホール、側溝、段差など危険が多いので、長い棒を杖がわりにして、安全を確保しながら歩きます。

⑥高齢者や身体の不自由な人は背負う

幼児は浮き袋、乳児はベビーバスなどを利用して、安全を確保します。

火災の場合

①避難ルートの確認

日頃から火災が発生した場合に備えて避難ルートを確認しておきましょう。

②落ち着いて行動する

火災報知設備の警報を聞いたときは、状況を確認するとともに、速やかな行動を心がけましょう。

③煙から逃げる

煙が部屋や廊下に充満してきた場合は、ハンカチやタオルなどで口・鼻をしっかりと覆い、煙を吸わないよう姿勢を低くして避難しましょう。



災害時要配慮者を守る

災害時における
ハンディ
キャップ

1.危険を察知しにくい

危険を知らせる警告が聞こえない、見えない視聴覚障がい者など

2.危険であることを理解・判断しにくい

言葉がわからない外国人、判断力に乏しい精神障がい者・乳幼児、地理に疎い旅行者など

3.危険に対して適切な行動がとれない

手足が不自由な傷病者・障がい者・高齢者・妊婦など

外国人
旅行者



- とっさのときは、身振り手振りで話しかけ孤立させないようにする。
- 旅行先では非常口の確認を。

高齢者
傷病者



- 援助が必要な時は複数の人数で対応する。急を要するときは、おんぶ紐などでおぶって安全な場所まで避難する。

耳が
不自由な人



- 話をするときはまっすぐ顔を向け、口はなるべく大きく動かして話す。
- 筆談(筆記法)は手のひらに指先で字を書くやり方でもよい。

目が
不自由な人



- 杖をもった方の手はとらない。
- 手先や手首を持たないでひじのあたりに軽く触れて、ゆっくり歩く。
- 方向や目の前の位置などは、時計の文字盤の位置を想定して伝える。

車いすを
利用
している人

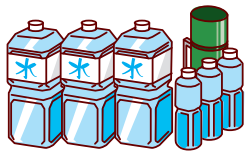


- 階段では2人以上で援助を。上りは前向き、下りは後ろ向きで移動します。
- 救援者が1人の場合、おぶって避難しましょう。

非常時持出用品・備蓄品の確認

● 食料・水の備蓄は **最低3日分** 必要! ●

☐ 3日分の
水の備蓄



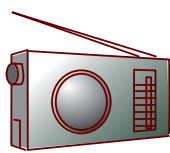
☐ 3日分の
食料の備蓄



☐ 現金



☐ 携帯ラジオ



☐ 非常持ち出し袋



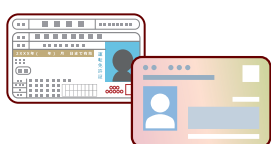
☐ 印鑑、
預金通帳



☐ 懐中電灯、
電池



☐ 運転免許証、
マイナンバーカード



☐ 下着、上着などの
衣料、毛布



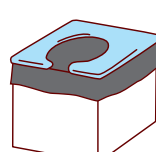
☐ タオル、軍手、
ポリ袋



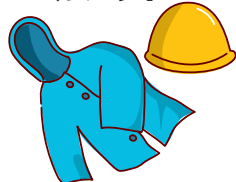
☐ ティッシュ、
生理用品



☐ 簡易
トイレ



☐ かっぱ、
ヘルメット



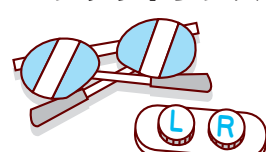
☐ 固形燃料、
卓上コンロ、
缶切り



☐ マッチ、ライター、
ろうそく



☐ 予備のメガネ、
コンタクトレンズ



☐ メモ帳、
筆記用具



☐ 粉ミルク、
ほ乳瓶、
紙おむつ



☐ 石けん、
水のいない
シャンプー



☐ 救急医薬品



☐ 掃除用品
(ほうき・ちりとり)



☐ マスク、体温計、
ごみ袋



避難所における感染症対策

災害等の発生により避難が必要となった場合、避難所など密集した環境下では感染症の感染が拡大するリスクが高まるため、次の対策をお願いします。

○避難の検討

- ・「避難」とは「難」を「避」けることであり、家屋の倒壊や火災の心配がなく、自宅での安全確保が可能な人は、感染リスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。
- ・「避難所」への避難以外にも、「親戚・知人宅」、「在宅避難」、「車中泊」、「テント泊」などさまざまな避難方法を検討してください。

○衛生用品の持参

- ・必要なものは各世帯により異なりますが、避難をする際には、食料、飲料水、衣類などのほか、非常持ち出し品として次の衛生用品も可能な限り準備してください。
マスク・アルコール消毒液・体温計・石鹸・ごみ袋 など

○感染症の感染が疑われる方、濃厚接触者等の避難について

- ・濃厚接触者等の方が避難する際は、事前に市災害対策本部(電話:32-8046)に連絡又は広域避難場所の避難者受付において、濃厚接触者等である旨を必ず申し出てください。