






● 逃げるときに 知っておくこと

災害が 起こったときのために undanから 逃げるときに 必要なものを 用意して どのように 逃げるか 話し合ってください。また 危ないと 思ったときは 情報を 確かめて 急いで 逃げて ください。

 <p>あぶ 危ないときは すぐに 逃げて ください</p> <p>かんせんする 病気に ならないために 安全な 友人の 家に 逃げることも 考えて ください。周りが 危ないときは すぐに 避難所に 逃げて ください。</p>	 <p>いえにいない 家族のために 連絡メモを 書いて ください</p> <p>「ここに 逃げます」といった メモを 家に 残してください。</p>
 <p>じゅうしょ、なまえ、れんらくさき(電話番号など)を 書いた メモを 持って ください</p> <p>とくに お年寄りや 子どもは メモを 用意しておいて それを 持って 逃げて ください。</p>	 <p>みんなで 助け合ってください</p> <p>1人では いないで みんなと 一緒に 決められたところに 逃げて ください。</p>
 <p>くるまでは 逃げないで ください</p> <p>くるまは だいたい30cmくらいの 水が あると 走れなくなり ます。車では 逃げないで ください。</p>	 <p>できるだけ 安全な 道を 歩いて 逃げて ください</p> <p>川の近く、地下の道は 通らないで できるだけ 安全な 広い道を通って ください。</p>
 <p>ペットと一緒に 逃げて ください</p> <p>ペットの につけるところは 避難所の 外です。避難所の中 に ペットを 入れることは できません。</p>	 <p>避難場所(逃げるところ)などでは 係の人の 言うことを 聞いて ください</p> <p>避難所に 着いたら、中に 入る前に 住んでいるところや 名前、今の 体の様子や 体温を 伝えましょう。</p>
 <p>逃げる 時に 持っていく もの、すぐに 持っていける ところに おきましょう</p> <p>逃げる 時に 持っていく もの、リュックサック(背中で もつ かばん)に入れて 両手をつか 使えるようにして すぐに 持っていける ところに おきましょう。 かんせんする 病気に ならないために マスク、アルコール消毒液、体温計、携帯トイレ(トイレ)が 使えない時に (必要)を持っていきましょう。</p>	

● 洪水のときの 逃げかた

● 夜に 逃げるときは 周りを 目で見て 確かめることが できません。気をつけて ください。

 <p>● 歩ける 深さは だいたい50cm。水の深さが 腰まで あるようなら 無理に 逃げようと しないで ください。すぐに 高いところに 逃げて ください。</p>	 <p>● 水の下には 何があるか 分からないので 長い棒を 杖の代わりして 安全を 確かめながら 歩いて ください。</p>	 <p>● 裸足、長靴では 逃げないで ください。長靴は 脱げやすいので 危ないです。ひもで 結べる 運動靴が よいです。</p>	 <p>● 離れないように お互いの体を ロープ(ひも)で 結んで 逃げて ください。特に 子どもは遠くに 行かないように 気をつけて 見ていて ください。</p>	 <p>● お年寄りや 体が不自由な人などは 背負ってください。子供は 浮き輪などを 使って安全を 確かめながら 逃げて ください。</p>
---	--	--	---	---


● 水平避難と 垂直避難

災害のときは 急いで 逃げるのが たいせつです。しかし 逃げる道に もう 水が来ていて 危ないと思うときは 無理に逃げようと しないで ください。そのときは 避難場所(逃げる ところ)に 行かないで 近くの 高い建物など 高いところに 行くことも たいせつです。

 <p>あぶに 危ない 逃げかた</p>	 <p>避難場所に行く(水平避難)</p>	 <p>高いところに行く(垂直避難)</p> <p>水が たくさん 来ていても たてもの 建物が 壊れないだろうと 思うときは 近くの建物の 高いところや 家の2階など 高いところに しばらく いて 助けを 待つことも 考えて ください。</p>
---	--	---


避難行動要支援者

避難行動要支援者とは、災害が起きたときに1人で逃げる事ができない人です。普通はお年寄りや障がいがある人のことです。みんなで助け合って近くの避難場所(逃げるところ)に行くのを助けてください。




お年寄り・病気の人

- 背負って安全なところまで逃げてください。
- 2人がそれよりもたくさんの方が助けてあげてください。




目が不自由な人

- 声をかけて情報を伝えます。
- 杖を持っている手には触らないでひじのあたりを軽く持ってもらい少し先をゆっくり歩いてください。



体が不自由な人

- 階段では2人がそれよりもたくさんの方がが必要です。上に行くときは前向き、下に行くときは後ろ向きで運んでください。
- 助ける人が1人しかいないときはひもなどを留意して背負って逃げてください。



耳が不自由な人

- 話すときは口を大きく開けて相手に分かりやすいようにしてください。
- 紙に書いたり手などを動かして正しい情報を伝えてください。

大雨・洪水のときの地下は危ない

大雨や洪水のときの地下(1階の下)は危ないです。地下は地上(1階)と水の来る速さが違うのですぐに水が来たり電気がとまります。急いで逃げてください。



地下にしていると外のことが分かりません。



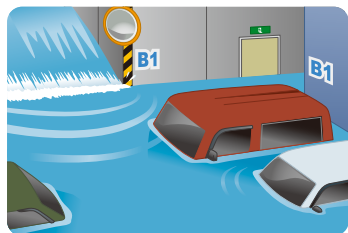
水の深さが20~30cmでも水の重さでドアは開かなくなります。



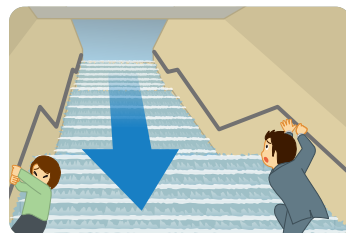
地上に水が来ると水が急に流れてきます。



水が来ると電気が消えてエレベーターは止まります。



地下の駐車場は水につかるかもしれません。



川などからあふれた水が地下に流れてくると階段から逃げる事ができなくなります。

大雨・洪水のときはアンダーパスに気をつけてください

道路や鉄道などが違う高さで交差するときにその下を通る地下の道を“アンダーパス”といいます。大雨・洪水のときはアンダーパスは最初に水につかる場所です。



もしも逃げないと

災害のときにもしも逃げないことを選んでしまうと次のようなことが起こるかも…

水が長い時間なくなるときは…

- 水が深いときは家の外に出る事ができなくなります。
- 留意しても水や食料がなくなります。
- 周りが清潔でなくなり病気になることがあります。
- 病気の人を助ける事が難しくなります。
- 決まったときに病院に行かないといけない人が病院に行けなくなります。

建物の高いところでは…

- エレベーターが止まると階段を通らないといけないのでどこかに行くことなどがたいへんになります。
- 水・食べものなどを低いところから運ぶのが難しくなります。
- 病気の人があると階段を歩いていくのはたいへんです。

電気・ガス・水道が止まると…

- 電気がとまるとテレビなどから情報が見られなくなります。
- 水、ガス、電気、電話などが止まると生活するのがたいへんになります。

外と連絡できないときは…

- 病気になると助けてもらえなくなります。
- 情報がないと心配になります。