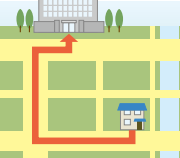


● 避難の心得

いざという時のために、日頃から避難に必要なものを整理し、避難の手順について話し合っておきましょう。また、災害の危険性が想定された場合には、情報入手して、早めの避難を心がけましょう。

 状況により、すばやく避難しましょう 感染症などの感染リスクを減らすために「避難所」への避難以外にも安全な「親戚・知人宅」などに避難することも考えてみましょう。ただし、周囲に不安があればためらわず、避難所に避難して下さい。	 外出中の家族には連絡メモを残そう 「どこどこへ避難する」といったようなメモを残しておくといいでしょう。
 住所、氏名、連絡先などを記載した防災メモを持とう 特に高齢者や子どもは、事前にメモを用意し、身につけて避難しましょう。	 集団で助け合おう 単独での行動は避け、近所の人たちと集団で決められた場所へ避難しましょう。
 車での避難は控えてください 車は、約30cmの浸水で走行困難になります。車での避難は注意しましょう。	 できるだけ安全なルートで避難しましょう 川べり、地下歩道などは避け、できるだけ安全な広い道を選びましょう。
 ペットと一緒に避難しましょう ペットの避難場所は、避難所の屋外になります。屋内には連れて入ることはできません。	 避難所等では係の人の指示に従いましょう 避難所等に着いたら、入る前に住所、氏名などとともに、現在の体調や体温を報告しましょう。
 非常持ち出し品は、すぐ持ち出せる場所に 非常持ち出し品は両手が使えるリュックサックにまとめすぐに持ち出せる場所に用意しておきましょう。感染症予防のため、マスク、アルコール消毒液、体温計、携帯トイレも持参しましょう。	

● 洪水時の避難

夜間の避難は周辺の状況を目で見て確かめることができません。十分に注意しましょう。

 ● 歩ける深さは約50cm。水深が腰まであるような無理は禁物です。早めに高所に避難しましょう。	 ● 水面下はどんな危険が潜んでいるかわからないので、長い棒を杖代わりにして安全を確認しながら歩きましょう。	 ● 裸足、長靴は禁物。長靴は脱げやすく危険なので、紐で締められる運動靴がよいでしょう。	 ● はぐれないようにお互いの体をロープで結んで避難しましょう。特に子どもから目を離さないように！	 ● お年寄りや身体の不自由な人などは背負いましょう。幼児は浮き袋等を使い、しっかり安全を確認して避難させましょう。
--	--	--	---	--

● 水平避難と垂直避難

災害では早めの避難が重要です。ただし、すでに避難経路が浸水しているなど、危険が間近に迫っている状況での無理な避難行動はできるだけ避けなければいけません。そのような場合は、避難所への移動（水平避難）だけでなく、近隣の高い建物や自宅の2階などといった高い場所への移動（垂直避難）を行うという判断も必要です。

 危険な避難	 避難場所への避難（水平避難）	 高所への避難（垂直避難） 浸水による建物倒壊の危険がないと判断される場合には、近隣建物の高層階や、自宅の2階以上へ緊急的に一時避難し、救助を待つことも検討してください。
---	--	--

● 避難行動要支援者

避難行動要支援者とは、年齢や障がいなどによって災害発生時の対応に何らかのハンデを負っている人々のことです。一般に高齢者や障がい者の方々などが該当します。地域で協力しあいながら、近所の高齢者、障がいのある方などの安否確認、避難施設への移動を支援しましょう。



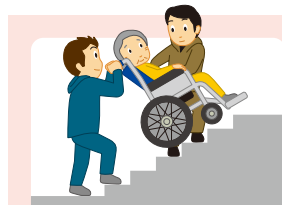
高齢者・病人

- おぶって安全な場所まで避難してください。
- 複数の介助者で対応してください。



目の不自由な方

- 声をかけ情報を伝えます。
- 誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持つてもらい、半歩手前をゆっくり歩きます。



肢体の不自由な方(車椅子)

- 階段では2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動します。
- 介助者が1人の場合、ひもなどを用意し、おぶって避難してください。



耳の不自由な方

- 話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにします。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝えます。

● 豪雨・洪水時の地下は危険

豪雨や洪水時の地下施設・地下室などは危険です。地下空間は、地上の浸水状況と大きく異なり、冠水や停電の危険性が高いため、特に早めの避難が必要です。



地下室では外の様子がわかりません。



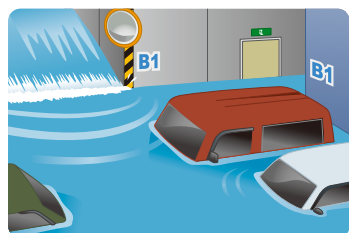
水深が20～30cmでも、水圧でドアは開かなくなります。



地上が浸水すると、一気に水が流れ込んできます。



浸水すると電気が消え、エレベーターは止まります。



地下駐車場は水につかるおそれがあります。



はん濫水が地下街へ流れ込むと、階段からの脱出が困難になります。

大雨・洪水時は、アンダーパスに注意

道路や鉄道などが立体交差する場合、その下を通る地下道を“アンダーパス”といいます。大雨・洪水時、アンダーパスは真っ先に冠水してしまいます。



もし避難しなかったら

災害時、もし、避難しないことを安易に選択した場合は、次のような問題が起こると予想されます。

浸水が長期化した場合は…

- 浸水深が深い場合には、家の外へ出ることが不可能になります。
- 備蓄していても水や食料等がなくなります。
- 衛生環境が悪化します。
- 病人が出た場合の対応が難しくなります。
- 定期的な診療を受けている人の診療が困難になります。

電気・ガス・水道が止まると…

- 停電により、テレビ等から情報を得ることができなくなります。
- ライフラインが止まることに伴い生活環境が悪化します。

高層階では…

- エレベータが止まり、階段での移動を余儀なくされることから、高層階特有の問題が発生します。
- 水・食料等の救援物資を、低層階から調達することが難しくなります。
- 病人が出たとき、階段での移動は困難を極めます。

孤立した場合は…

- 体調を崩した場合の対応が難しくなります。
- 情報を得られない場合、不安になります。