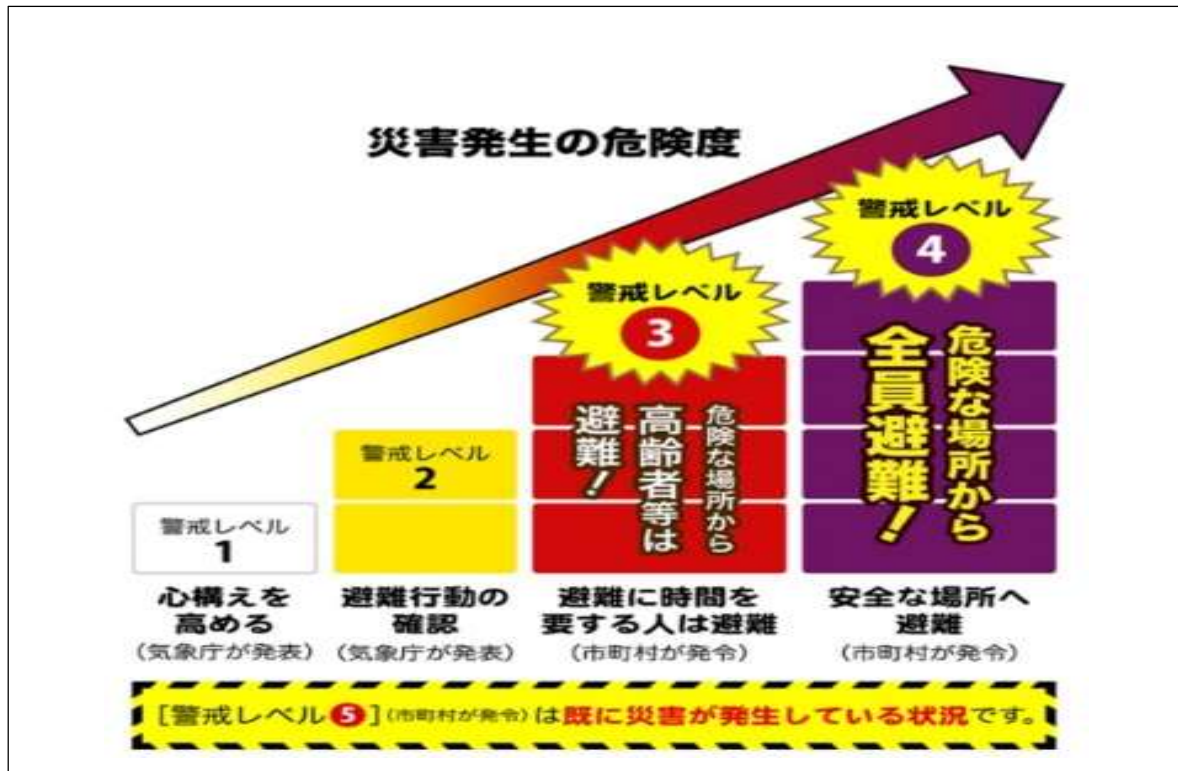




台風や大雨、地震などの自然災害は、想像を超える力で襲ってきます。どう行動したらいいのか日頃から考えていますか。「避難先」などで人が密集すると、新型コロナウイルスに感染する恐れもあります。災害がおきてから、避難先や避難方法を考えたのでは、遅すぎます。あらかじめハザードマップなどで自宅周辺のリスクを把握し、準備をしておきましょう。

\* 避難するタイミングは、警戒レベルで判断し、**警戒レベル4では全員安全な場所に避難**します。



「出典：政府広報オンライン」

\* 新型コロナ感染症対策を踏まえた災害時の避難のポイント



- ① 避難先を検討しておく
  - ・頼れる知人などがいれば知人宅へ避難
  - ・安全であれば在宅避難
  - ・危険な場所でなければ車中泊
  - ・不安があればためらわずに避難場所へ
- ② 避難場所に持っていくもの
  - ・マスク、アルコール消毒液、体温計
- ③ 感染拡大を防ぐために、避難場所に入る前に体調チェックをする。
- ④ 避難場所では
  - ・「密閉・密集・密接」3つの密を避ける
  - ・手洗いや消毒の徹底
  - ・毎日の体調のチェック

\*災害への家庭での備え、十分できているでしょうか。主な対策を紹介します。

➤家具の置き方、工夫していますか。

- ・家具が転倒しないよう、家具は壁に固定しましょう。
- ・寝室や子ども部屋には、できるだけ家具を置かないようにしましょう。
- ・家具が倒れた時に、出入り口をふさがないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。
- ・手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを準備しておきましょう。

➤食料・飲料水などの備蓄、できていますか。

- ・電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えます。
- ・飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）
- ・非常食 3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）、ビスケット、乾パン、缶詰など
- ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど
- ・大規模災害には「1週間分」の備蓄が望ましいです。
- ・飲料水とは別に生活用水のために日頃から、水道水を入れたポリタンクやお風呂の水を張っておくなどの備えもしておきましょう。

➤非常用持ち出しバッグの準備、できていますか。

- ・自宅が被災したときは、安全な場所で避難生活を送ることになります。
- ・非常時に持ち出すものを、リュックサックに詰めておき、いつでも持ち出せるようにします。

非常用持ち出しバッグの内容例（人数分用意しましょう）

食料品（カップ麺、缶詰、ビスケット、チョコレート）

貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）

救急用品（絆創膏、包帯、消毒液、常備薬など）

ヘルメット、防災ずきん、軍手、懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器  
衣類、下着、毛布、タオル、洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ  
マスク、アルコール消毒液、体温計（コロナ対策に必要）



➤家族同士の安否確認方法を、決めておきましょう。

- ・災害用伝言ダイヤル 局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音できます。自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。
- ・災害用伝言版 携帯電話やPHSからインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。

