

避難の考え方(避難行動判定フロー)

「自らの命は自らが守る」という意識を持ち、自宅周辺の災害の危険性やとるべき行動を日頃から確認しておきましょう。

ハザードマップで自宅の位置を確認し、印をつけましょう。
※地図の精度によって自宅の位置が正確でない場合があります。



自宅がある場所に危険区域の色(洪水浸水想定区域、土砂災害警戒区域など)が塗られていますか?

いいえ

原則として避難する必要はありませんが、色が塗られていなくても、災害の危険性について調査・解析されていない地域の場合もあります。
川沿いにお住まいの方や、がけのそばにお住まいの方などは、防災気象情報や町からの避難情報に注意し、必要に応じて避難してください。



災害発生の危険があるので、**原則として立ち退き避難**(自宅以外の安全な場所へ避難)してください。



ご自身または一緒に避難する方の中で、避難に時間を要する方(高齢者、障がいをお持ちの方、乳幼児など)はいますか?



安全な場所(危険区域の色が塗られていない場所)に住んでいて、身を寄せられる親戚や知人はいますか?

いいえ

※すでに災害が発生している場合や、夜間の場合など、危険な状況の中で自宅の外へ避難するのがかえって危険だと感じたときは、危険な場所(川やがけ)からなるべく離れた場所にとどまって命を守る行動(屋内安全確保)をとってください。



※洪水の危険があっても、家の中で浸水深よりも高い場所に避難できるなどの条件を満たしていれば、**屋内安全確保**(在宅避難)も可能です。

安全な場所(危険区域の色が塗られていない場所)に住んでいて、身を寄せられる親戚や知人はいますか?



警戒レベル3

の避難情報が出たら、**安全な親戚宅や知人宅**に避難してください。
※日頃から相談しておきましょう。

警戒レベル3

の避難情報が出たら、**町が開設した避難場所**に避難してください。
※町からの情報に注意しましょう。

警戒レベル4

の避難情報が出たら、**安全な親戚宅や知人宅**に避難してください。
※日頃から相談しておきましょう。

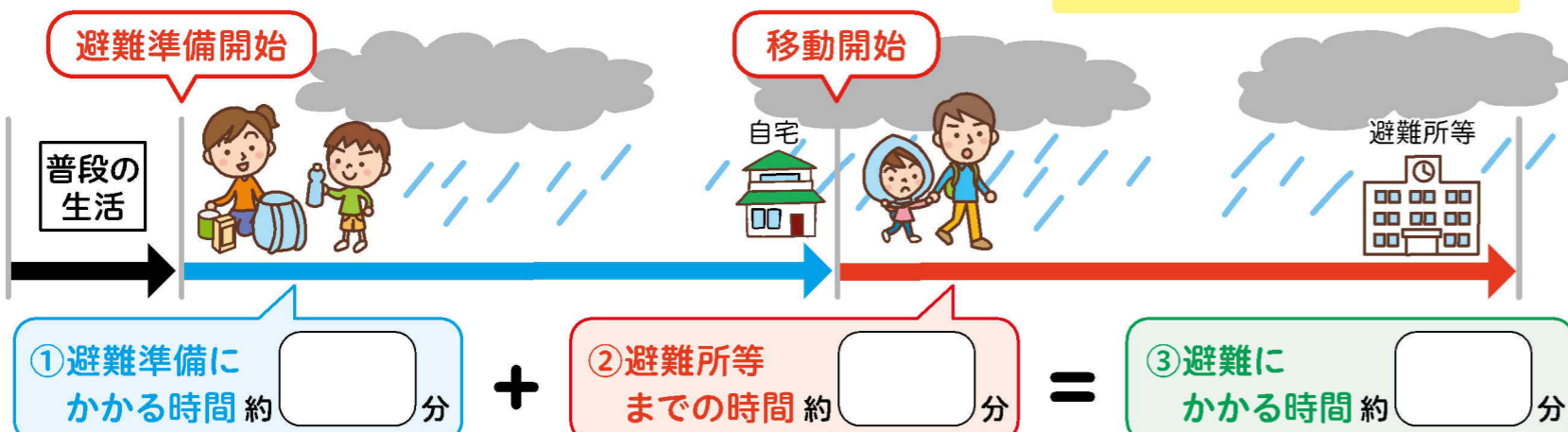
警戒レベル4

の避難情報が出たら、**町が開設した避難場所**に避難してください。
※町からの情報に注意しましょう。

避難のタイミングを考えましょう

避難にかかる時間を計算して、避難行動を開始するタイミングを考えましょう。

500m歩くのにかかる時間(目安)
大人:約6~8分 高齢者:約10分



避難のポイント(全般)

非常持出品は最小限!

非常持出品はリュックサックにまとめ、両手が自由に使えるようにしましょう。
身軽に行動できるように持出品は最小限にしましょう。



自分の住所、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、事前に防災メモを用意し、身につけて避難しましょう。



外出中の家族には連絡メモを残そう!

避難前にはガスの元栓やブレーカーを切り、外出中の家族に「〇〇へ避難する」といったような連絡メモを残しておくといいでしょう。



集団で助け合おう!

単独での行動は避け、できるだけ近所の人たちと集団で避難場所へ避難しましょう。
避難は、家族、隣近所、地域みんなで助け合いましょ。



緊急車両の通行を妨げないように

緊急車両の通行の妨げにならないよう、徒歩や車の乗り合わせて避難しましょう。



避難所では係の人の指示に従いましょう!

避難所に着いたら、住所、氏名を報告し、係の人の指示に従いましょう。



避難のポイント(要配慮者への配慮)

高齢者や障がいをお持ちの方など、災害時において特に配慮を要する方々は、災害発生時において地域の皆さんの支援が必要となります。日頃より、地域で話し合いを進め、災害発生時の安否確認の実施、避難場所までの移動支援、また、避難生活となった場合に特段の配慮を行いましょ。

高齢者・病人

・おんぶ(または担架、リアカーなど)を利用して安全な場所まで避難する。
・複数の介助者で対応する。



目の不自由な方

・声をかけ、情報を伝える。
・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って、半歩手前をゆっくり歩く。



車いすを利用している方

・階段では介助者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する。
・介助者が1人の場合、ひもなどを用意し、おんぶして避難する。



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する。
・手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。



屋内安全確保(在宅避難)の注意点

今後の防災情報に注意しましょ。

身の危険を感じた場合は避難しましょ。

ライフラインが停止した場合を想定しておきましょ。



住む場所が安全だったとしても、ライフラインが停止している場合があります。
屋内安全確保(在宅避難)をする場合は、数日間(最低3日)の備蓄品などを準備しておきましょ。

電気・ガスが止まった!

- ・電化製品が使えない。
- ・明かりがつかない。
- ・ガスが使えない。
- ▶ 卓上コンロやLEDランタンを準備!

水道が止まった!

- ・水道、トイレが使えない。
- ▶ 簡易トイレの準備!

車中泊避難の注意点

車中泊避難は、プライバシーの確保、エアコンの完備、ラジオ・テレビからの情報収集などの利点があります。その一方で、エコノミークラス症候群や一酸化炭素中毒など健康上の危険にも十分注意する必要があります。

一酸化炭素中毒に注意

- ・こまめな換気をしましょ。
- ・長時間のアイドリングを避けましょ。
- ・他の車の排ガスを取り込まないように車と車の距離を保ちましょ。

エコノミークラス症候群を防ごう

- ▶ 長時間、車内で同じ姿勢であることを避ける。
- ▶ ゆったりした服装で過ごす。ベルトもきつく締めない。
- ▶ 血流を改善する弾性ストッキングをはく。
- ▶ 眠るときは、足をあげるか、できるだけ体を水平にする。



- ▶ 適度に水分をとる。(アルコールは不可)
- ▶ とどき車外に出て歩いたり、体操したりして体を動かす。
- ▶ かかたを動かしたり、ふくらはぎをマッサージしたりする。