事前対策

■ 避難先の検討

「避難」とは「難」を「避」けること。

個人で備える避難先 ⇒ 普段からどう行動するか決めておきましょう

新型コロナウイルス感染症の感染リスクがある中で、大きな災害が発生したときの「避難」として分散避難が求められています。町の指定避難所に行くことだけが避難ではありません。町民一人一人が平時から避難先を検討しておきましょう。

屋内安全確保(自宅での生活継続)	車中泊(浸水や土砂災害の危険性がない場合)	自宅外での生活	指定避難所への避難
在宅避難	一時的な車中避難	立ち退き避難	立ち退き避難
自宅が浸水や土砂災害の危険性がなく居住継続できる状態での避難方法 [垂直避難] 自宅の上階に避難する方法	定期的な換気を行い、エコノミークラス症候群にならないように、十分な水分補給やストレッチ等をしましょう。	普段から災害時の避難について話し合い、安全な場所の親戚・知人宅、ホテル・旅館、社宅等を避難先として検討しておきましょう。	新型コロナウイルス感染症対策として、アルコール消毒液、マスクなどの衛生品や、非常用持出品を用意し必ず持参しましょう。

■ 備蓄品・非常用持出品

災害に備えて準備しておく備蓄品として、非常用持出品が含まれます。備蓄品は、避難生活や被災した状況での生活に対して備えておきます。非常用持出品とは、リュックサックに入る程度のもので避難する際、持っていけるようなものです。

ライフラインの停止等への備えとして、数日間の避難生活に必要なものを用意。

備蓄量の目安　家族の人数 × 最低 3 日間分　※推奨 7 日間分

非常用食品
- □ ★ 水(飲料水=一人 1 日 3ℓ)
  ※生活用水は浴槽等に貯水
- □ ★ 食料品(米、乾燥ご飯、カップ麺、梅干等)

貴重品
- □ ★ 現金
  (公衆電話用に 10 円硬貨、100 円硬貨等)
- □ ★ 印鑑
- □ ★ 身分証明書
  (運転免許証、保険証等)のコピー
- □ ★ 預貯金通帳のコピー
- □ 車・家のスペアキー

情報収集
- □ ★ 携帯電話・スマートフォン
- □ モバイルバッテリー
- □ 携帯ラジオ
- □ ハザードマップ
- □ 乾電池
- □ 筆記用具

救急用品等
- □ 救急用品(ばんそうこう、傷薬等)
- □ ★ 医薬品(常備薬、持病の薬等)
- □ 体温計
- □ ★ アルコール消毒液
- □ ★ マスク
- □ ティッシュ・ウェットティッシュ
- □ 衣類(着替え用)
- □ タオル

生活用品
- □ 懐中電灯・ヘッドライト
- □ ヘルメット・防災ずきん
- □ 軍手
- □ 毛布(簡易ブランケット)
- □ ライター・マッチ・ろうそく
- □ 万能ナイフ
- □ 歯磨きセット
- □ 燃料
  (卓上コンロ、固形燃料等)
- □ 紙コップ・紙皿
- □ 携帯用トイレ
- □ 雨具

その他(自分や家族に必要なもの)
- □
- □
- □
- □
- □
- □
- □

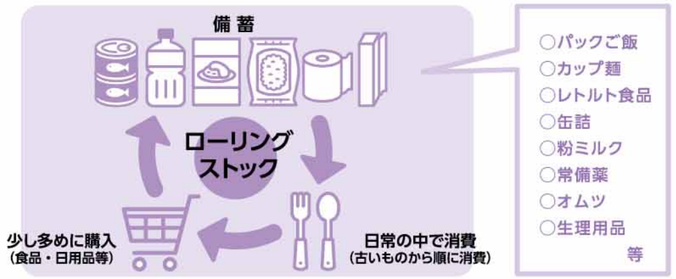
※ ★ のついたアイテムは**最小限の非常用持出品**です。各ご家庭で必要な非常用持出品についてご検討ください。
※ 定期的に消費期限等を確認し、必要に応じて入れ替えましょう。

■ ローリングストック法

ローリングストック法は、普段から少し多めに食料品等を購入し、消費した分を新たに買い足していく備蓄法です。

この方法では、常に一定量の備蓄ができ、消費期限切れ等による無駄もなくなります。また、災害時でも普段から食べ慣れている食事が提供できる点もポイントです。

ローリングストック法は、食料品だけでなく日用品（トイレットペーパーやラップフィルム等）の備蓄にも適しています。



風水害対策

■ 雨と風の勢い

■ 雨の強さと降り方の目安

	やや強い雨 10mm以上～20mm未満	強い雨 20mm以上～30mm未満	激しい雨 30mm以上～50mm未満	非常に激しい雨 50mm以上～80mm未満	猛烈な雨 80mm 以上
1時間雨量 (予報用語)					
状況のイメージ	ザーザーと降る。 地面からの跳ね返りで足元がぬれる。	どしゃ降り。 傘をさしていてもぬれる。	バケツをひっくり返したように降る。 道路が川のようになる。	滝のように降る (ゴーゴーと降り続く)。 傘は全く役に立たなくなる。 車の運転は危険。	息苦しくなるような圧迫感がある。 恐怖を感じる。

■ 風の強さと吹き方の目安

	やや強い風 10m/秒以上～15m/秒未満	強い風 15m/秒以上～20m/秒未満	非常に強い風 20m/秒以上～30m/秒未満	猛烈な風 30m/秒以上
風の強さ (予報用語)				
状況のイメージ	風に向かって歩きにくくなる。 傘がさせない。	風に向かって歩けなくなり、転倒する人も出る。	何かにつかまっていないと立っていられない。	屋外での行動は極めて危険。

■ 避難する際の注意点

【安全な経路での避難】
- ●あらかじめ避難先までの避難経路を複数決めておきましょう。
- ●避難経路の中から、安全に通行できる経路で避難しましょう。

【正確な情報の確認、自主的避難】
- ●テレビやラジオ、スマートフォン等で最新の気象情報、災害情報、避難情報を確認しましょう。
- ●危険を感じたら自主的に避難しましょう。

【避難の前に確認】
- ●ガス、電気、火の元を点検しましょう。
- ●避難の途中で家族が離散したときの行動も決めておきましょう。
- ●親戚や知人等に避難する旨を連絡しましょう。

【避難時の服装と行動】
- ●動きやすい服装で、できる限り 2 人以上で行動し、近所で声をかけ合って避難しましょう。

【避難の呼びかけに注意】
- ●町や消防団から避難の呼びかけがあった場合には、速やかに避難してください。

【水面下の危険に注意】
- ●できる限り高い場所にある道路を通りましょう。
- ●浸水場所では、水路や側溝、蓋が外れたマンホール等に注意しましょう。

【逃げ遅れたら高い建物に避難】
- ●避難場所まで行く余裕が無い場合は、近くの丈夫な建物の上階に避難して救助を待ちましょう。

■ 避難所での生活

【ルールとマナー】
- ●起床時間や就寝時間、トイレの使い方、喫煙場所、ペット同伴の可否等、避難所のルールを守りましょう。
- ●他の人の居住スペースへの立ち入りや覗き、大声をあげる等はマナー違反です。

【清潔に保つ】
- ●室内は土足厳禁です。
- ●居住スペースと通路の区分を明確にしましょう。
- ●室内の清掃、整理整頓に努めましょう。
- ●ゴミは決められた場所に捨てましょう。
- ●トイレは清潔に使用しましょう。

【プライバシーの保護】
- ●居住スペースは避難者それぞれの「家」です。プライバシーの確保を徹底し、問題が生じたら施設担当者に相談しましょう。
- ●女性、乳幼児や子どものいる家族、要配慮者等にも気を配りましょう。

【健康管理】
- ●適度に運動し、水分を補給してエコノミークラス症候群を予防しましょう。
- ●水分の補給、室温の調整、気温・室温に応じた衣服の脱ぎ着等により、熱中症を予防しましょう。

【防犯対策】
- ●避難所は完璧な居住環境ではありません。自分の身は自分で守ることを心掛けましょう。
- ●怪しい人物を見かけたら、施設担当者や警察に連絡しましょう。

【感染症対策】
- ●こまめに手洗い、うがいをしましょう。咳エチケット（マスクの着用等）を徹底しましょう。換気は十分に行いましょう。
- ●多くの人が触れる場所（手すりやドアノブ等）は定期的に消毒しましょう。
- ●発熱等の症状がある場合、別のスペースで生活していただく場合があります。