

近年は予測をはるかに超える水害が日本全国で発生しています。避難とは「難」を「避」けることであり、避難所に行くことだけが避難ではありません。ハザードマップ等で自宅の安全性を確認して、自宅外に避難すべきかどうか検討することから始めましょう。

事前にできること

自分にあつた避難を考える

コロナ禍では避難所での感染リスクが高まります。事前に自分にあつた避難方法を考え、災害時に適切な判断ができるように家族とともに身の回りの状況を確認しておきましょう。

□住まいの危険を考える

ハザードマップで自宅の水害リスクを確認するとともに、用水路などの危険箇所や避難ルートをチェックする。

□避難のタイミングを知る

いつから降水量が増え、危険な雨風になりそうか、最新の情報を確認する。

□自分や同居人の体調や特性を把握する

乳幼児・妊婦・高齢者、基礎疾患や障がいのある方がいる場合、一人で避難できるのか、避難するのにどのくらい時間がかかるのか。

※災害時は公共交通機関が使えなくなることも十分に考えられます。(町による送迎不可)。

□ペットとともに避難できる場所があるか

※ペットと同行避難可能、原則として屋外飼養。

□家のタイプを再確認する

自宅やアパートで垂直避難ができるか。

□避難する場所を決める

3密を防ぐために様々な避難先を検討する

- ・町が用意する指定避難所
- ・親戚・友人宅
- ・自宅にとどまる(在宅避難)
- ・有料宿泊施設



事前にできること

ものの備え

備えは日常の中にあることが大切です。普段の生活で使っているものを防災用品として活用しましょう

□食べ物編

水は1人1日2~3リットルあると安心！ローリングストック法を活用し、レトルト食品や缶詰などをストックしておく。



□エチケット編

断水などにより、歯磨きができない場合には、□口腔ケアとして歯磨きシートやマウスウォッシュなどを使用する。



□いざという時に役に立つアイテム編

●食品用ラップ

- ①お皿にラップをかぶせて使えば節水に
- ②ケガをしてしまった時の包帯代わりに

●ビニール袋(大小サイズがあると便利)

- ①新聞紙を入れて簡易トイレに
- ②バケツなどに敷いて袋の口を縛れば、こぼさずに水の運搬が可能に
- ③頭からかぶってポンチョ、防寒具に

数日前にできること

家の外の備え

□側溝・排水溝の掃除をしておく
ごみが詰まっていると水が溢れる原因に。浸水しそうな場所には土のうも有効。

□窓ガラスの飛散防止対策

雨戸やシャッターがない場合、窓ガラス飛散防止のために合板を貼り付けたり、段ボールや養生テープなどでしっかり固定する。

□屋外のものを家の中にしまう

プランター、置物、自転車、物干し竿など風で飛ぶ可能性があるものは、しまつか固定する。

□車のガソリンを満タンにしておく
停電時でも、車の中で暖を取ったり、携帯電話などの充電が可能。

家の中の備え

□家の備蓄を確認しておく
在宅避難のために、日頃から食料品や生活必需品を蓄えておく。(災害時に買占めをしない)

□風呂場の浴槽に水を溜めておく
断水時でも手洗いやトイレなどに使える。

□携帯電話・パソコンを充電

停電に備えて携帯電話・パソコンはフル充電しておく。モバイルバッテリーも用意する。

□窓ガラスの飛散防止対策

窓ガラスが割れ飛散した際、ケガをしないように、カーテンを閉めておく。

発生時に気をつけること

歩ける深さ

浸水時に歩ける水の深さは膝くらいまで。水深50cm以上になると、水の流れて足をとられる可能性があります。



車での移動が危険なときも…無理に車で移動せず、今いる場所にとどまって安全を確保することも大切です。

- ・車が浸水したらすぐに外へ。
- ・水深30cm以上でエンジン停止の危険性があります。ドアも開かず、車ごと流される危険性も。



感染症対策のための必需品 ※避難所に避難する際はお持ちください

- マスク
- 体温計
- アルコール消毒液
- 除菌シート

「自らの命は自らが守る」ため、ご自身に災害の危険性が高まった際には速やかに避難してください。