

豪雨・台風に備えましょう！！

～災害から身を守るために～

近年、「数十年に一度」、「観測史上初」といった、我々の予測をはるかに超える豪雨や台風により、毎年のように全国各地で大きな被害が報告されています。
 あなたが住んでいる場所も、もはや安全とはいえなくなっているのかもしれない。
 この機会に防災対策を見直し、豪雨や台風など、イザというときに備えてみませんか？

知っていますか？ **令和3年5月から 避難情報の名称等が変わりました**

令和3年5月の災害対策基本法改正により、「避難勧告」は廃止、「避難指示」に一本化され、レベル4までに全員が避難することとなりました

レベル5「緊急安全確保」は、既に災害が発生しており、安全に避難することができない状態です
 レベル4までに確実に避難しましょう（高齢者等、避難に時間のかかる方はレベル3までに避難しましょう）

警戒レベル	避難情報
5	緊急安全確保
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報
1	早期注意情報

4までに避難！

☆ **避難場所、避難経路を確認しておきましょう！**
 役所で配布されているハザードマップで自宅周辺の確認をしておきましょう
 避難場所は、地域の避難所のほか、知人や親せきの家、ホテルなど、複数の候補をあらかじめ決めておきましょう（災害状況により、避難所が使えなくなることもあるためです）

☆ **川の近くでなくても、水が氾濫することがあります！**
 側溝や用水路が排水しきれずに、水があふれ出し冠水することがあります
 川から離れていても油断せず、逃げられなくなる前に避難しましょう



☆ **マンションなどの上層階や高台でも停電や断水には注意！**
 自宅の浸水の危険がない方でも、停電や断水への備えは必要です
 集合住宅の電気設備が低い階に設置されていたりすると、浸水で停電することがあります
 停電すれば給排水設備も動かなくなって、断水してしまうことがあります

☆ **ラジオ、懐中電灯、水、食糧等の防災グッズを準備しましょう！**
 災害用の備蓄は、最低3日分（できれば1週間分）用意しましょう



☆ **「まだ大丈夫」と考えず、思い切って避難する勇気を！**
 人には、災害の危険が迫っていても「まだ大丈夫」「長年住んでいて何もなかったから心配ない」「自分は大丈夫」など考える性質（「正常性バイアス」といいます）があります
 避難が遅れて取り返しがつかなくなる前に、思い切って避難しましょう

**「お隣がまだ避難していないから大丈夫」と思っていますか？
 お隣も同じ考えで、あなたが避難していないから避難していないだけかもしれませんよ！**

☆ **避難して何事もなかったとしても、それは「空振り」ではなく大切な「素振り」です！**
 避難しても結果的に大きな災害がなく終わることもありますが、それは無駄な「空振り」ではなく、本番に向けたよい練習の機会「素振り」だったととらえるようにしましょう
 いつかくる本番のために、「素振り」のつもりで、避難の練習を繰り返しておきましょう

災害に対するご家庭での備え

～ これだけは準備しておきましょう ～



食料や飲料などの備蓄は十分ですか？

災害のときには電気や水道、ガスが止まることがあります
普段から、飲料水や保存のできる食料などを備えておきましょう



☆ 飲料水 3日以上（できれば1週間分）

1人1日3リットルが目安とされています（3日分 = 9リットル）

※ その他、生活用水も必要となります

日ごろから、水道水を入れたポリタンクを用意するなどのほか、台風など断水のおそれがある場合は、あらかじめお風呂にため置きしておきましょう

☆ 非常食 3日以上（できれば1週間分）

ごはん（アルファ米など）、缶詰、ビスケット、板チョコ、ようかん、乾パンなど

☆ その他生活用品

トイレットペーパー、ティッシュペーパー、ろうそく、カセットコンロなど



非常用持ち出し袋、持っていますか？

自宅が被災すれば、安全な場所に避難して避難生活を送ることとなります
非常用の持ち出し袋を用意し、いつでも持ち出せるようにしておきましょう

☆ 飲料水、食料品

カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレート、サプリメントなど

☆ 貴重品

預金通帳、印鑑、現金、健康保険証、身分証の写しなど

☆ 救急用品、衛生用品

ばんそうこう、包帯、消毒液、マスク、常備薬、体温計、携帯トイレなど

☆ 日用品

衣類、下着、毛布、タオル、ティッシュ、モバイルバッテリー、ペン、メモ帳など

☆ その他防災必需品

ヘルメット、小型ラジオ、防災頭巾、軍手、懐中電灯、ライターなど

◎ これらの他にも、携帯電話が繋がらないときに公衆電話で使用するための小銭や、乳児のいる家庭の場合はミルク、紙おむつ、ほ乳びんなど、持病のある方は持病の薬といったように、個人や家庭の環境に合わせたものを用意しておきましょう

◎ 非常用持ち出し袋は、玄関付近・寝室などすぐに持ち出せる場所に保管しましょう

※ 押し入れは建物の歪みで取り出せなくなり、床下収納は浸水のおそれがあります



まずは小型の防災用ポーチを作ることからはじめてみませんか？

- | | | | |
|---------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ばんそうこう | <input type="checkbox"/> 小型ライト | <input type="checkbox"/> ホイッスル | <input type="checkbox"/> 身分証のコピー |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> 持病の薬 |
| <input type="checkbox"/> メモ帳 | <input type="checkbox"/> ポケットティッシュ | <input type="checkbox"/> 菓子類 | <input type="checkbox"/> 小銭 |
| <input type="checkbox"/> ペン | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | |

ほとんどのものが100円ショップでも手に入ります！