

避難の心得

避難時はみんなで協力し、 落ち着いて安全に

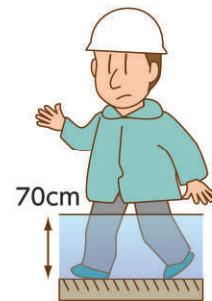
災害時の避難は、ふだん通っている道でも慎重に歩きましょう。

冠水した道路は足元が見えないため危険です。早めに避難所など安全な場所への避難を心がけましょう。



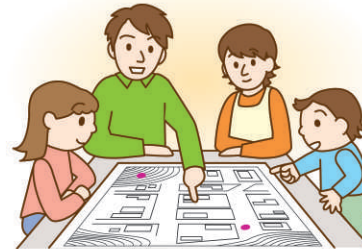
歩ける水深は 成人男性70cm・成人女性50cm

冠水した道で歩ける水の深さは、男性で70cm・女性で50cmまでです。水深が腰まであるようなら高いところで救助を待ちましょう。



事前の準備が大事

避難するときの荷物は最小限とし、事前に準備しておきましょう。避難所までの経路は、自分たちで決めておき、安全に通行できるかあらかじめ確認しておきましょう。



避難所へいけない場合

2階や、山・川と反対側の部屋に移動するなど、いま自分がいる場所からより安全な場所に移動しましょう。



情報・呼びかけに注意を

テレビ・ラジオによる最新の気象情報、災害情報に注意し、町や消防団から避難の呼びかけがあった場合には、速やかに避難しましょう。



協力しあって避難しよう

お年寄りや子ども、病気の方、体が不自由な方は、早めの避難が必要です。近所の方は、避難に支援が必要な方に協力しましょう。



避難勧告等の区分について

避難勧告等は、災害から身を守るため、危険度に応じて町が発令する情報です。このうち避難準備・高齢者等避難開始は、みなさんが早期に安全確保のための行動をとることができるよう呼びかけるもので、避難勧告、避難指示（緊急）は避難のための必要情報を周知するためのものです。避難勧告等が発令された場合には、早めに避難所など安全な場所への避難を心がけましょう。

避難情報等の種類	発令時の状況	住民等に必要な行動
警戒レベル5 災害発生情報	すでに災害が発生し、人的・物的被害が発生している状況。	命を守るための最善の行動をとる。
警戒レベル4 避難指示 (緊急)	前兆現象の発生や、切迫した状況から、人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況。 堤防の隣接地等、地域の特性等から人的被害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況。 人的被害の発生した状況。	避難勧告等の発令後で避難中の住民は、確実な避難行動を直ちに完了する。 未だ避難していない対象住民は、直ちに避難行動に移るとともに、その時間がないときは、生命を守る最低限の行動をとる。
警戒レベル4 避難勧告	通常の避難行動ができる方が避難行動を開始しなければならない段階であり、人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況。	通常の避難行動ができる方は、避難所等への避難行動を開始する。
警戒レベル3 避難準備・ 高齢者等 避難開始	要配慮者、特に避難行動に時間を要する方が避難しなければならない段階であり、人的被害の発生する可能性が高まった状況。	要配慮者、特に避難行動に時間を要する方は、計画された避難所へ避難を開始する。 上記以外の方は、家族等との連絡、非常持出品の用意等、避難準備を開始する。

要配慮者への対応

高齢者や障がい者などの要配慮者は、大規模災害時に被害を受けやすく、地域の皆さまの支援が必要となります。要配慮者を災害から守るために、要配慮者の立場に立った支援を行いましょう。

●要配慮者とは

- ① 聞こえない、見えない → 聴覚障がい者、視覚障がい者
- ② 移動できない → 高齢者、要介護者、肢体不自由者
- ③ 助けを呼べない、動けない → 重度障がい者、言語障がい者
- ④ 理解・判断しにくい、混乱する、自分の状況を伝えるにくい → 発達障がい者、精神障がい者、知的障がい者、外国人
- ⑤ 生活の上で特別な配慮が必要 → 妊産婦、乳幼児、難病患者

地域の皆さまに期待されること

●要配慮者の把握と共有

要配慮者本人の意思やプライバシーに配慮しながら、行政区や自主防災組織などで要配慮者に対してどのような支援ができるのかを話し合っておきましょう。

また、普段の生活の中でのちょっとしたあいさつや交流などから、お互いの認識を深めましょう。

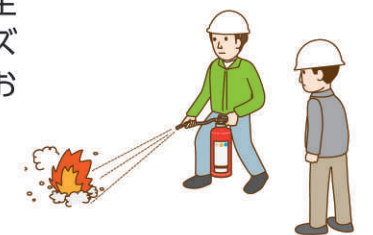
●支援内容・体制を具体的に決めておく

地域内の要配慮者の居住状況、生活状況などを把握し、災害時の情報の伝え方や支援方法、支援体制などを具体的に決めておきましょう。



●防災訓練への参加

地域に要配慮者がいることを把握するとともに、いざという時に冷静に対処できるように要配慮者と訓練を行い、避難方法や避難生活でのニーズを把握しておきましょう。



要配慮者自身の備え

●自分の状況を伝える

日頃から近所の方とあいさつを交わしたり、地域活動に参加しましょう。

また、自身の状況を尋ねられたときは、災害時の不安や困ることなどをきちんと伝えるようにしましょう。

●必要備品の準備など

自身の状況に応じて必要な持出品を準備しましょう。また、かかりつけの医療機関の連絡先なども確認しておきましょう。

いざという時に、誰とどうやってどこに避難するのか家族で確認しておきましょう。

●防災訓練への参加

防災訓練を通じて、避難所などについて確認するとともに、自分に必要な支援を確認しましょう。

また、地域の方々に「自分が必要な支援」を理解してもらうようにしましょう。

要配慮者を安全に誘導するポイント

要配慮者支援の留意点

- ① 支援だからと押しつけをせず、要配慮者本人の立場や意思を尊重する
- ② 要配慮者本人の希望を聞くために密なコミュニケーションをとる
- ③ 事故に繋がることがあるため、無理な支援の約束などをしない

●車いすを利用している人

- 必ず誰かがつきそい、車いすを押すなどの支援を行う。
- 階段では必ず2人以上、できれば3人以上で援助します。基本的には上がるときは前向き、下がるときは後ろ向きにして、恐怖感を与えないこと。ただし、必ず相手に確認しましょう。



●高齢者・乳幼児・病気の人

- あらかじめ災害時の支援者を決めておきます。できるだけ複数で対応しましょう。
- 高齢者や傷病者に対しては、程度に応じて「声をかけて励ます」「手を添える」「肩を貸す」などの支援を心がけましょう。
- 乳児や歩行が困難な人、また急を要する場合は、おんぶひもなどで背負います。



●目の不自由な人

- 目の不自由な人の一歩先を歩き、肘か肩に手を置いてもらい、ゆっくりと歩きます。手や白杖（はくじょう）を引っ張るのは危険です。
- 方向を示すときは「左に曲がって10mくらい」などと具体的に。「○時の方向です」と時計の針を想定して伝える方法もあります。

●耳の不自由な人

- 口をはっきりと動かし、正面から、身振りを交えて情報を伝えます。
- 手話が出来なければ、放送などの音声は、視覚的な方法（文字や絵）で伝えます。筆記具がないときは、手のひらや地面などに指で字を書きます。携帯電話やスマートフォンを利用して文字を画面で伝える方法もあります。

●知的・発達・精神障がいの人や外国人

- 簡単な言葉で、やさしく、ゆっくり話してください。
- 何が起きているのかを教えてください。
- 見通しが立たないと不安です。例えば、急に触らないで、「これから、ケガを診るために触ります」などと予告してください。
- 別室や間仕切りなどの環境で安心できることがあります。