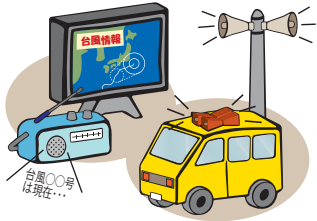


②避難時の注意事項

避難の呼びかけに注意し、正確な情報収集をしましょう。



災害時は誤った情報が流れることがあります。テレビ、ラジオ、インターネットなどで正確な情報を確かめましょう。

動きやすい服装で、荷物は最小限にしましょう。



非常時の持ち出し品はリュックに入れて行動し、両手が使えるようにしましょう。

早めの避難に心がけましょう。



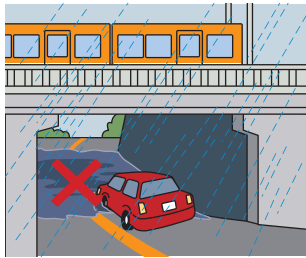
洪水ではん濫が始まってからの避難は大変危険です。早めの避難に心がけましょう。

逃げ遅れたら、高いところに移動し、救助を待ちましょう。



浸水が始まり、避難することに危険を感じた場合は、自宅の2階や高いところへ移動し、救助を待ちましょう。

車での避難はさけ、歩いて避難しましょう。



車での避難は交通渋滞を招き、緊急車両の妨げになります。また、道路冠水などで動けなくなることもあり、安全ではありません。

危険な場所はさけて、安全なルートで避難しましょう。



狭い道、塀ぎわ、川べりはさけ、できるだけ安全な広い道を選んで避難しましょう。ガード下や堤防などは危険です。

③大雨・洪水の中を避難するときは

足元に注意して!



泥水で足元が見えず、側溝などへの転落の危険があり、長い棒を杖代わりにして、安全確認をしながら歩きやすい運動靴で避難しましょう。また、裸足や長靴は危険です。

歩ける水の深さはひざぐらいまで!



歩ける深さの目安は、ひざぐらい(水深30~50cm)までです。また、水深が浅くても流れが強くなると危険です。無理をしないようにしましょう。

集団で、はぐれないように避難しましょう。



はぐれないようロープでお互いの体をつないで避難しましょう。

夜間の避難は注意して!



夜間の避難は、見通しが悪く、転倒や側溝への転落などの危険が伴います。明るい広い道を通行するなど、特に注意が必要です。

④洪水時の地下の危険性

大雨・洪水時の地下は危険です。早めの避難に心がけましょう。



地上が冠水すると一気に水が流れ込み、避難経路が断たれるおそれがあります。



浸水すると水圧でドアが開かなくなるおそれがあります。

自助・共助（地域での災害時要援護者支援を）

—あなたの助けを必要としている人がいます—



お年寄りや身体の不自由な方々は、災害時に自力で避難することが困難です。これら災害時要援護者の皆さんを災害から守るために、地域の皆さんで協力し、助け合いましょう。災害時にスムーズに支援活動を行うためには、あいさつを交わすなど、日頃からの気配り、コミュニケーションが大切です。

高齢者・傷病者

- ・できるだけ複数で援助する。
- ・手をつないだり、おぶったり、担架を利用したりして、本人が安心する方法で対応する。



目の不自由な人

- ・まず、声をかける。杖を持った人の手はとらず、ひじの上や肩に触れてもらい、半歩前あたりを歩いて誘導するのが原則。
- ・できるだけ状況を言葉で具体的にイメージできるように伝える。



耳の不自由な人

- ・手話、筆談、身振り・手振り、正面に向き合って口を大きく開いてはっきり、ゆっくり話す、手のひらに書く方法で意志を伝える。



車いすを利用している人

- ・階段や坂を上るときは前向き、下るときは後ろ向きにしてできるだけ複数で対応し、恐怖感を与えないようにする。



精神障害のある人

- ・声をかけたり、見守りをして落ち着かせる。

知的障害のある人

- ・声をかけて落ち着かせる。理解されなければ、手を引くなどする。

旅行者・外国人

- ・言葉だけでなく、身振り・手振り、図・絵を使って意思疎通を図る。

家族の連絡先

家族の名前	電話番号(携帯電話)	生年月日	血液型	アレルギー等