

避難所での注意点

避難所の開設・運営

大規模な災害等が発生した場合、町では状況に応じて町内の指定避難所を開設します。開設後は、施設管理者や避難した方も含め、協力して避難所運営を行います。

■防犯対策

避難所には、多くの人が集まります。自分の身は自分で守ることを心がけ、怪しい人を見かけたら、警察や施設の担当者に連絡しましょう。

■清潔に保つ

室内は土足厳禁として、布団を敷くところと通路を分けるようにしましょう。室内の清掃や整理整頓に努めましょう。ゴミ捨て場所を決め、ゴミには封をし、トイレは清潔に使用しましょう。

■プライバシーを守る

居住スペースは個々の「家」と同じです。特に女性、乳幼児や子どものいる家庭、要配慮者などにも気を配り、プライバシーの確保を徹底しましょう。

■エコノミークラス症候群対策

避難所内でずっと同じ姿勢でいるとエコノミークラス症候群になってしまいます。適度な運動を行い、健康状態を保ちましょう。

避難所3つのマナー

ゆずりあい

避難所はみんなで使うところです。限られたスペースしかありません。トイレの順番などできるだけゆずり合いましょう。



おもいやり

避難所では大きな声を出したり、走り回ったりすると、まわりの人たちの迷惑になります。お互いにおもいよりの気持ちで、過ごしましょう。



たすけあい

ケガをしている人や体の不自由な人、また、病気の人なども避難所には集まります。みんなが少しでも快適に過ごせるように助け合いましょう。



ペットの避難～飼い主が備えておくべきこと～

避難所はペットの同行避難が可能です。原則、避難者がいるスペースから離れた決められた場所（屋外など）につないだり、持参したケージ（おり）等に入れたりすることになります。避難所のルールに従って、飼い主が責任を持って世話をしましょう。

■災害時の心構え

避難所には、動物が苦手な人やアレルギーを持っている人など様々な人がいるので、周りの人に配慮しましょう。

■ペットのしつけと健康管理

ケージやキャリーバッグ等に慣れさせておき、決められた場所で排泄ができるようにしておきましょう。予防接種や寄生虫の駆除をしておきましょう。

■ペット避難用具・備蓄品の用意

食料、リードやキャリーバッグ等、避難先での飼育に必要なものを予め用意しておき、持参しましょう。ペット用の避難物資が届くまでには時間がかかる場合があるので、5日分（できれば7日以上）は用意しておきましょう。

詳しくは、環境省ホームページを確認



非常持ち出し品

災害が発生したときは、すぐに避難しなければいけません。避難する場合に備えて、平時からリュックサックなどに必需品をまとめ、持ち出しやすい場所に保管しておきましょう。



食料

- ☐ 飲料水（1人1日3リットルを目安）
- ☐ 非常食（缶詰、乾パン、レトルト食品など）
- ☐ 携帯食（チョコレート、キャンディーなど）
- ☐ 粉ミルクと哺乳瓶（赤ちゃんがいる場合）

日頃から、7日分の食料と飲料水を、備蓄品として常備しておきましょう。

救急・安全対策

- ☐ 常備薬（胃腸薬、かぜ薬など）
- ☐ 包帯、ガーゼ、ばんそうこう
- ☐ 傷薬、消毒薬
- ☐ 持病のある方の薬
- ☐ ヘルメット、防災ずきん
- ☐ ホイッスル

貴重品

- ☐ 現金（小銭）
- ☐ 預貯金通帳、印鑑
- ☐ クレジットカード類
- ☐ 健康保険証
- ☐ マイナンバーカード、免許証など（本人確認できるもの）

衣類など

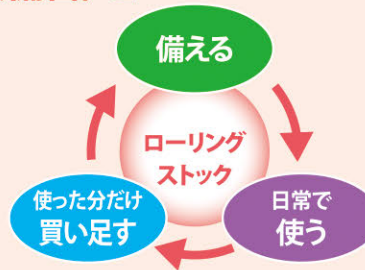
- ☐ 衣類（厚手の物と薄い物）
- ☐ 下着類
- ☐ タオル、毛布
- ☐ 手袋、軍手
- ☐ 寝袋
- ☐ 雨具

日用品など

- | | | |
|--------------------------------------|--|--------------------------------------|
| ☐ ビニール袋 | ☐ 携帯電話（充電器・バッテリー） | ☐ 生理用品 |
| ☐ 新聞紙 | ☐ 筆記用具（油性マジック） | ☐ 体温計 |
| ☐ ライター | ☐ 洗面用具 | ☐ 手指消毒液 |
| ☐ ナイフ、缶切り | ☐ メガネ | ☐ 布ガムテープ |
| ☐ ティッシュペーパー | ☐ マスク | ☐ ロープ |
| ☐ ウエットティッシュ | ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 地図（ハザードマップ） |
| ☐ 懐中電灯（予備電池） | ☐ 携帯トイレ | |
| ☐ 携帯ラジオ（予備電池） | ☐ 紙おむつ | |

ローリングストック（循環備蓄）を心がけましょう

普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法をローリングストックと言います。



携帯トイレを常備しましょう

災害時は断水や下水道管の破損によりトイレが使えなくなる可能性があります。自宅のトイレに取り付けて使うタイプなどの携帯トイレを常備しておくといいでしょう。



避難行動要支援者への協力

高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児、日本語が不自由な外国人の方等の特に配慮を要する方（要配慮者）のうち、災害発生時に自ら避難することが困難で支援が必要な方を、避難行動要支援者といいます。避難が必要となった場合は、地域で協力しあいながら、近所の高齢者、障がいのある方などの安否確認、避難場所への移動を支援しましょう。

高齢者・妊産婦・乳幼児・病人

- 手をつなぐ、またはおぶって安全な場所まで避難する。
- 複数の介助者で対応する。



目の不自由な方

- 声をかけ情報を伝える。
- 誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持つてもらい、半歩手前をゆっくり歩く。



車椅子を利用する方

- 階段では2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- 介助者が1人の場合、ひもなどを用意し、おぶって避難する。



耳の不自由な方

- 話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。

