

# 避難するときは...



落ち着いて、冷静な行動を心がけましょう。



自宅を離れる際は、ガスの元栓を締め電気のブレーカーを切りましょう。



隣近所にも声をかけ、お互いに協力して安全に避難しましょう。



家の中の、より安全な場所(がけや沢筋からできるだけ遠い部屋など)へ退避しましょう。

## 避難の際の注意事項

- 避難するときは、長靴は危険です。歩きやすい運動靴を履いて避難しましょう。
- 徒歩で避難する場合、避難中に両手を使えるように持ち出し品はリュックに入れましょう。
- 夜になってからの避難は危険が伴うので、明るいうちに避難しましょう。
- 道路が冠水している場合、側溝やマンホールが外れていることがありますので、足元を確かめながら進みましょう。
- 車が水に浸かると、故障して動かなくなり、脱出もできなくなるおそれがあります。冠水したアンダーパスなどの低い場所は避けて移動しましょう。
- 避難所への移動が危険な場合は、自宅の2階や近隣の高い建物などに避難しましょう。



## トピックス 地震の時には 地震は前触れなく発生します。まずは、急な揺れから身を守ることが大切です。

### 地震発生

最初の大地震と同程度の地震に注意  
津波のおそれのある地域では、早急に高台などへ避難を開始

	0~2分	2~10分	10分~数時間	数時間~1日	1日~
緊急地震速報の発表	まず身を守る!	自宅を点検する	隣近所との協力	自宅の状況に応じて行動	避難所での助け合い
地震発生数秒前	<ul style="list-style-type: none"> <li>● テーブルの下などに入り、落下物から身を守る。</li> <li>● 屋外にいる場合は、落下物や倒れそうな塀などに注意。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 揺れがおさまったら、火元を確認。</li> <li>● 家族の安否を確認。</li> <li>● 割れたガラスなどを踏まないよう、靴やスリッパを履く。</li> <li>● 避難できるように出口を確保。</li> <li>● ラジオなどをつけて正確な情報入手。</li> <li>● 非常時持ち出し品を準備。</li> <li>● 家屋倒壊のおそれがある場合は、屋外の開けた場所に避難。</li> <li>● 津波の危険がある場合は、すぐに高い所に避難。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 消火活動や救護活動を行う。</li> <li>● 隣近所に声をかける。</li> <li>● 火災やケガ人が発生した場合は、消防に連絡し、協力して</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 車中泊などの場合は、エコノミークラス症候群に注意。</li> <li>● 自宅が被災し生活が続けられない場合や倒壊の危険がある場合は、避難所へ向かう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 町民同士で助け合い協力して避難所を運営。</li> </ul>
まわりの人にも声をかけながら身の安全を確保。					