

日頃の心構え

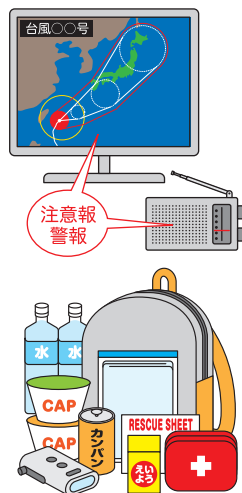
① 天気予報や気象状況に気をつける

台風シーズン等の洪水の起きやすい時期には、天気予報に注意し、各種注意報、警報は、テレビやラジオ、防災行政無線で流れるため見落としのないよう注意しましょう。

② 非常食や持ち出す物を準備しておく

災害発生時に持ち出す物を家族構成にあわせて、必要最小限に絞り込み非常用持ち出し袋等に入れ準備しておきましょう。

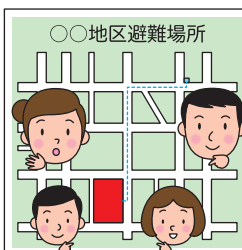
また、被災後の生活を支えるために、一人あたり3日分程度を目安にして食料、水、生活用品等の備蓄品を準備しておきましょう。



生活用品	☐ 携帯ラジオ ☐ 電池 ☐ せつけん ☐ タオル ☐ ろうそく	☐ ライター ☐ 洗面用具 ☐ 万能ナイフ ☐ 軍手 ☐ 靴・スリッパ	☐ カセットコンロ ☐ ひも ☐ 布ガムテープ ☐ レジャーシート ☐ 新聞紙	☐ 燃料 ☐ カップ ☐ バケツ ☐ 紙食器	☐ 懐中電灯 ☐ 裁縫道具 ☐ 生理用品 ☐ ティッシュ
貴重品	☐ 現金 ☐ 証明書	☐ 保険証 ☐ 各種カード	☐ 預貯金通帳 ☐ 家・車の鍵	☐ 印鑑	☐ 免許証
食料品	☐ 水（10ℓ/人） ☐ カンパン	☐ レトルト食品	☐ 缶詰	☐ カップ麺	
医薬品	☐ 消毒液 ☐ 常備薬	☐ 包帯 ☐ 湿布薬	☐ かぜ薬 ☐ 胃腸薬	☐ 傷薬	☐ 絆創膏
衣類	☐ 着替え用肌着 ☐ 着替え用衣類・靴下	☐ 帽子	☐ マスク	☐ 毛布	
赤ちゃん用品	☐ 粉ミルク ☐ 紙おむつ	☐ 肌着・衣類	☐ おんぶ帯	☐ 哺乳びん	

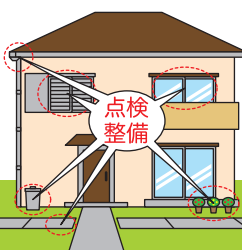
③ 避難所や避難路を確認しておく

地区ごとに、緊急・災害時の避難場所が定められています。自分の地区の避難場所がどこなのか、そこへ安全に行くための避難路はどこなのか、家族が離ればなれになったときの連絡方法を、家族会議を開いて普段から確認しておきましょう。



④ 家の周りを点検整備しておく

家の周りに風で吹き飛ばされそうな物や壊れそうな物、窓や雨どいなど修理が必要な物がないか確認しておきましょう。また被害を最小限にするため排水溝の整備点検や、避難路に邪魔な物がないかの確認もしましょう。



⑤ 災害弱者の立場で防災環境を点検整備しておく

心身にハンディキャップのある方やお年寄り等の弱者の方は、普段から隣近所との交流を保つよう心掛け、いざというときの援助を依頼しておきましょう。足や耳、目の不自由な人への警報や避難警告の伝達方法など弱者防災に対応できる地域づくりをしましょう。



緊急時の心構え

① 村からの避難勧告、指示には速やかに従う。

川の増水は短時間で一気に危険な状態になります。避難命令が出るということは既に相当危険な状況です。無視しては命に関りますので速やかに指示に従い避難等しましょう。



② 避難時は単独行動をしないで、みんなと一緒に行動する。

単独での行動は、もしもの時に助けが来るのに時間が経過したり、命に関わる惨事を招きかねません。緊急時には何人かで固まって行動しましょう。



③ 持ち出す荷物は最小限に、身軽に動くことを優先する。

必要最小限の物だけを持ち出し、機敏に行動出来るような体制で避難しましょう。



④ お年寄りや子どもを優先し、落ち着いて行動する。

避難時にあわてると、お年寄りや子ども、女性などの力の弱い者が危険な目に遭うことが少なくありません。落ち着いて弱い者を優先に避難行動をとしましょう。



⑤ 災害時要援護者の避難に協力する。

近隣に一人暮らしのお年寄りや、体の不自由な人がいる場合は、積極的に協力し避難の手助けをしましょう。



⑥ 車での避難は控える。

車での避難は特別な場合を除き控えるようにしましょう。交通渋滞や道路の冠水によって動けなくなる恐れがあります。また、救急車両の妨げにもなります。



⑦ 素速く火の始末をして避難を開始する。

避難する時は、落ち着いてまず火の始末をしましょう。調理器具や暖房器具の火を確実に消しましょう。