

今月の「どうする」は、「避難のタイミング」

豪雨・洪水の時

市が発令する避難勧告等の情報と、気象庁が発表する防災気象情報（5段階の警戒レベルで提供）をラジオやテレビ、などから手に入れましょう。

警戒レベル3（高齢者等避難）…危険な場所から高齢者等は避難

警戒レベル4（避難指示）…危険な場所から全員避難

警戒レベル5（緊急安全確保）…命の危険、直ちに安全確保（すでに災害が発生、切迫）

大切なこと

1. 過去の災害で大丈夫だったからといって油断してはいけません
2. **避難するかどうかを判断するのは自分です**
3. 避難に時間を要する方はできるだけ早めに避難しましょう
4. 危険な状況での避難は避け、安全の確保を第一に考えましょう
（垂直避難・避難所への避難でなく、近くのより安全と思われる建物に避難も可）



地震の時

先ずは、テレビやラジオなどから震度、被害状況、避難等の情報を手に入れましょう。

- ・津波警報のおそれがある時はただちに避難
- ・自宅の損壊が大きいときは避難
- ・余震がひどく、自宅倒壊の恐れがある時は避難
- ・近隣で火災が発生しているときは避難
- ・土砂災害のおそれがある時は避難
- ・避難勧告や避難指示が発令された時は避難



大切なこと

1. 大きな揺れが収まったら、まず落ち着きましょう
2. **避難が必要かどうかを自分で判断しましょう**
3. 避難所に行けば、何とかなんとかわらないでください（避難所生活の環境はとても悪い）
4. 判断ができない場合は、一次避難所にまずは避難しましょう。
（そこに行けば、ご近所さんや自主防災隊の人に相談できるでしょう）
5. 安全が確保されるのであれば、住み慣れた自宅がベストな避難所です
6. 自宅避難のための準備をしておきましょう

飲料水：1日3ℓ×家族の人数×3日（できれば7日）

食料品：最低3日分（ローリングストック）

生活用水：普段からお風呂の水をためておく

トイレ用品：携帯トイレ、トイレトペーパー、おむつ、生理用品

その他：カセットコンロ、赤ちゃん用品（ミルク、離乳食等）、電池