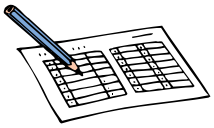
もしも災害が発生したら・・・

「家がつぶれる！」「がけが崩れる！」こんな心配があるときは、すばやく避難する必要があります。また、災害の拡大を防止するために「避難勧告」や「避難指示」が出されたときは避難しなければなりません。

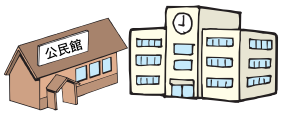
安全に避難するために

- 避難する前にもう一度火の元の確認

- 家には避難先や安否情報を記したメモを残す



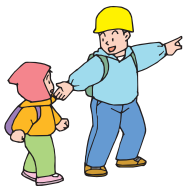
- 避難は徒歩で
- 避難はできるだけ指定の避難場所へ



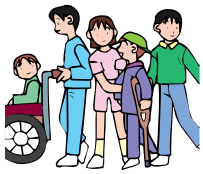
- 正しい情報を取り入れる

- 荷物は少なくする

- 安全な服装で避難



- お年寄りや子どもとはぐれないように行動する



- 狭い道やがけ、塀ぎわを通らない

注意！ 避難方法は水害と地震によって変わります。

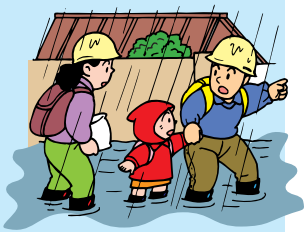
洪水のときの避難

履物に注意

裸足は禁物。
水深が長靴を越すようであれば、
運動靴のほうが歩きやすい。

ロープでつながって

はぐれないようにお互いの体をロープでつないで避難。
特にお年寄りや子どもから目を離さないよう注意。



歩ける深さ

水深が腰まであるようなら無理は禁物。
高所で救援を待つ。

足元に注意

水面下には側溝や障害物などもあり危険です。
長い棒を杖にして安全確認。

地震のときの避難

まず我が身の安全を

地震が起きたらまず第一に
身の安全を確保。

すばやく火の始末

調理器具や暖房器具の火を確実に消す。
火が出たときは
初期消火に努める。

脱出口を確保

建物が歪んでドアが開かなくなる可能性がある。
すばやく脱出口を確保。

外に逃げるときはあわてない

瓦やガラスなどの
落下物に注意。

災害弱者の支援

災害時には、傷病者、障害者、お年寄り、乳幼児、妊産婦などは、迅速かつ的確な行動をとることが困難であるため、特に危険にさらされやすくなります。

こんな時こそ、地域の住民の連携によって災害から弱者を守りましょう。

支援方法には次のようなものがあります。

- **複数の人数で対応する。**
- **「お手伝いしましょうか」などと、声をかける。**
- **誘導の際は手先や手首を持たず、ひじのあたりに軽く触れるか、腕をかして半歩くらい前をゆっくり歩く。**
- **話すときは、近くで相手にまっすぐ顔を向け、口は大きくはっきり動かす。**
- **車椅子の場合は、階段では３人以上で援助する。**
- **救護者が一人しかいないときは、ひもなどで背負い、救護者は両手の自由がきくようにする。**

- **口頭でわからないようであれば、身振りや紙とペンで筆談を。紙やペンがなければ手のひらに指先で字を書いて筆談する。**

もしも、災害が発生したら（まず避難）