

新型コロナウイルスの影響下でも 危険な場所にいる人は避難を

新型コロナウイルスへの備えも

避難所は、クラスター(集団)感染が起こる可能性がある場所です。一人ひとりがマスクの着用や距離などに気を付け、さまざまな工夫を行うことで感染を防ぐことができます。あなたの協力が不可欠です。

【複数の避難先を準備】

災害時には市で避難所を開設しますが、場合によっては避難所が過密になる可能性があります。市が用意する避難所だけでなく、親戚や知人宅などへの避難も検討しておいてください。

【到着時や避難中の健康チェック】

避難所の利用時には、体温や体調について確認をします。熱がある、咳が出るなどの症状がある場合は、症状のない人と分かれて滞在してもらいます。避難前、避難中に少しでも体調に異変を感じたら、避難所スタッフに申し出てください。

【持ち物にも配慮】

体調管理には体温計、飛沫感染防止

避難所へ持って行くもの

避難行動の確認と合わせて、日ごろから避難生活に必要な非常食や飲料水などの非常持出品を備えておくことも大切です。

避難所には備蓄食料などを用意していますが、必要最低限のものしかなく、物資は持参が原則です。ひとたび災害が発生すれば、避難所でも水が出ない、停電しているなどさまざまな状況が考えられます。また、避難所に行く以外にも、移動が困難なときや自宅の方が安全なときは、宅内での避難生活も想定されます。下のリストを参考に、自分や家族には何が必要か、考えてみてください。また、できることから「非常持出品袋」を作ってみましょう。



▲個人でもできる感染症対策を

切り取ってチェックしてみましょう▼



持ち物チェックリスト

<input type="checkbox"/> 非常食(乾パン、缶詰、アルファ化米など)	<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り
<input type="checkbox"/> 飲料水(ペットボトル) 1人1日3ℓ	<input type="checkbox"/> 衣類(保温性が高いもの)、防寒具
<input type="checkbox"/> ヘルメット、防災ずきん	☆ <input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 雨具
<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電機)	<input type="checkbox"/> 軍手
<input type="checkbox"/> 懐中電灯、ろうそく	<input type="checkbox"/> ビニール袋、ラップ
<input type="checkbox"/> 予備電池(携帯ラジオ、懐中電灯など)	<input type="checkbox"/> ティッシュ
<input type="checkbox"/> 毛布、タオル	<input type="checkbox"/> 石けん、歯ブラシ
<input type="checkbox"/> 救急医療品(傷薬やかぜ薬、目薬など)	<input type="checkbox"/> 生理用品
<input type="checkbox"/> 常備薬、常用薬 <input type="checkbox"/> お薬手帳	<input type="checkbox"/> 携帯用トイレ
<input type="checkbox"/> 貴重品(通帳や印鑑など) <input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> 現金
<input type="checkbox"/> 運転免許証	☆ <input type="checkbox"/> 体温計
<input type="checkbox"/> 筆記用具	☆ <input type="checkbox"/> 消毒液(除菌シート)
	※ ☆は新型コロナウイルス感染症対策

◆乳幼児がいる場合

- 粉ミルク
- ほ乳びん(消毒剤も)
- 離乳食(レトルトや缶詰)
- スプーン
- おむつ
- お尻ふき
- 着替え
- 抱っこひも
- バスタオル
- ガーゼ、ハンカチ
- 医薬品
- 母子手帳

◆高齢者・要介護者がいる場合

- レトルト食品(おかゆなど)
- おむつ
- お尻ふき
- 着替え
- ティッシュ
- 補助具、装具(予備)
- 常備薬、常用薬
- 障害者手帳



▲こまめな手洗いで感染症対策

【距離をとる】 避難所での過密状態を避けるため、避難者同士で距離をとること、また、定期的な換気も行います。

【恐怖に負けない】 新型コロナウイルス感染症も水害も正しく知り、正しく恐れましょう。不安や恐怖は話を大きくして、あなたのことを怯えさせます。不確かな情

【消毒の励行・マスクの着用】 多数の人が利用する避難所では、手指の消毒や咳エチケットが重要です。こまめに手洗いすること、暑い時期ですが、マスクを着用することを心掛けましょう。また、不特定多数の人が触れる箇所(ドアやトイレなど)の拭き取り消毒などを徹底する必要があります。

【到着時や避難中の健康チェック】 避難所の利用時には、体温や体調について確認をします。熱がある、咳が出るなどの症状がある場合は、症状のない人と分かれて滞在してもらいます。避難前、避難中に少しでも体調に異変を感じたら、避難所スタッフに申し出てください。

報をうのみにしないで、もう一度考えてみてください。いざ、災害が起こったときも冷静に。あなたにもできる備えを、今からはじめましょう。

知っておくべきポイント

- ◆避難とは「難」を「避」けること。安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- ◆避難先は、小・中学校、公民館ではありません。安全な親戚や知人宅に避難することも考えてみましょう。
- ◆マスク・消毒液・体温計が不足しています。できるだけ持ってきてください。



約2ℓ

ソーシャルディスタンス(*)をできるだけ守って避難しましょう。※だいたい両手を広げて当たらないくらい。最低1ℓ。