

包括だより 特別号



R3年8月の豪雨災害から1年が経とうとしております。災害はいつでも起こる可能性があります。いざという時、速やかに避難できる備えはできておられますか？常時の備えが大切になります。

この機会に、あらためて災害予防・対策等について見直してみましょう。

① 避難について

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保※1
<警戒レベル4までに必ず避難！>			
4	災害の おそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示（注）
3	災害の おそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※2	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 （気象庁）
1	今後気象状況悪化 のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 （気象庁）

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではない

※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人にも必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり危険を感じたら自主的に避難するタイミングである

（注）避難指示は、令和3年の災対法改正以前の避難勧告のタイミングで発令する 資料：内閣府「避難情報に関するガイドライン」より

まず守るのは「命」

警戒レベル3は、高齢者や障がいをお持ちの方等で、避難に時間を有すると思われる方は、出来る限り避難行動を開始し安全な場所へ避難しましょう。

必ず「避難場所」や「避難経路」を確認しておきましょう！！

安全な場所にある親せきや知人の家、安芸高田市が指定する「指定緊急避難場所」等の避難場所を複数個所確認しておきましょう。また、避難場所までの経路についても、安全にたどり着けるか把握しておく事も重要です。

※福祉避難所について・・・指定の避難所での避難生活が難しい方（ご高齢者や障がいのある方など）に対して、特別な配慮を必要とする方を対象とした避難所です。（※状況など必要に応じて、市が判断して開設されます。まず指定の避難場所へ避難しましょう。）

② 備蓄について

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。最低でも3日分、できれば1週間分くらいの食品を家庭で備蓄しておくことが重要です。

- 飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）
- 非常食 3日分の食料として、ご飯（アルファ米など）
ビスケット、板チョコ、乾パン など
- 生活用品 トイレtpーパー、ティッシュペーパー
マッチ、ろうそく・カセットコンロ など
- 生活用水 飲料水とは別に、トイレを流したりするための水



ローリングストックを活用しよう！！

普段から少し多めに食材・加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法で、日常生活で消費しながら備蓄する方法です。

③ 非常用持ち出し袋について

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

- 飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- 貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
- 懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- 衣類、下着、毛布、タオル
- 洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ



※常備薬やお薬手帳は、常時からいつでも持ち出せるようにしておきましょう。必要に応じて、紙パンツ、杖、入れ歯+洗浄液等も準備しておくといざという時に助かります。

資料：首相官邸「災害に対するご家庭での備え～これだけは準備しておこう！～」より

安芸高田市社会福祉協議会

安芸高田市地域包括支援センター（本所）

安芸高田市地域包括支援センター（ランチ）

電話・お太助フォン

☎47-1132

☎45-7530