



## 避難所で感染を拡大させないために

避難に必要なものを事前に準備しましょう。避難所を利用する場合は定期的な清掃など衛生環境の確保にご協力ください。

### 手洗い、咳エチケット、健康管理を徹底

避難所では、咳エチケットやこまめに手洗いを（断水時を除く）など、基本的な感染症対策を徹底してください。また、健康観察も徹底し、体調が悪いときは避難所職員に申し出てください。



マスクの着用や手洗い、日頃からの検温が大切です！



### 事前に記入してください！

健康状態チェックカードと避難者カード兼人数確認票は、避難所の受付時に提出します。事前に書ける部分を記入しておくことで、受付で並ぶ“密”と待ち時間の解消に繋がります。非常持出品と一緒に保管しておきましょう。

健康状態チェックカードと避難者カード兼人数確認票は、市役所、地区センター、市HPなどで入手できます



コレが大事！



### 非常持出品に感染症対策品を追加

災害時“すぐに”持ち出せるよう備えておく非常持出品。コロナ禍の今、以下のものも一緒に準備しておきましょう。

- ☑ マスク、体温計
- ☑ アルコール消毒液
- ☑ 常備薬・お薬手帳
- ☑ ティッシュ、ペーパータオル、ポリ袋（多めに用意）
- ☑ ハンドソープ（避難所のものを使用しない）
- ☑ 使い捨てのビニール手袋（ドアノブなど多くの人が触れるものからの接触感染予防）
- ☑ 上履き、スリッパ（床からの接触感染予防）

非常持出品・非常備蓄品の一覧はこちら



### ローリングストック

「備える → 日常で使う → 買い足す」。缶詰、レトルト・インスタント食品、加工品などは普段から多めに買い、使った分だけ新しいものを補充する方法です。備蓄した食料は何かどのくらいあるか、賞味期限は切れていないか、食べ方はどうかなど、普段の食事に取り入れ定期的に確認することで、災害時の食事で困ることが減り、日常に近い食生活を送ることができます。



### 避難が遅れてしまった時は…

避難所などへ無理に移動せず、最善の行動を考えましょう。



# 感染症を避ける避難

問合先 防災安全課

台風に伴う大雨などにより災害が発生しやすい季節がやってきます。河川の増水や気象情報などを把握し、状況に応じて安全な場所に避難しましょう。新型コロナウイルスなど感染症の流行下では、避難所に人が集中すると感染拡大のリスクが高まりますが、被災は避けなくてはなりません。被災も感染症も避けるためにはどのようにすべきか、これからの避難のあり方を考えましょう。

## 分散避難を検討

避難所以外に避難できる場所を確認しましょう。



選択肢 1

### 自宅

自宅の安全が確保できれば必ずしも避難所へ行く必要はありません。ローリングストックなどを活用し、生活するために必要な食料や日用品（非常備蓄品）を日頃から備えておきましょう。（3ページ参照）



選択肢 2

### 親戚・友人宅

避難先としたい親戚・友人宅には、事前に連絡して避難の可否を確認しておきましょう。1カ所ではなく複数あるとより安心ですね。



選択肢 3

### ホテルなどの宿泊施設

台風や大雨など、事前に天候や災害の予想がつく場合は、そのタイミングに合わせて、ホテルや旅館など頑丈な建物で過ごすことも選択肢のひとつです。

その他

### 車（車中泊）

1日～数日程度の短期的な避難であれば、車も選択肢のひとつです。ただし、エコノミークラス症候群の危険性もあるので、状況に応じて判断しましょう。

## 避難について家族で話し合しましょう



### 住んでいる地域の安全を確認

「ハザードマップ」に豪雨などによる洪水や土砂災害が発生した場合の被害想定と避難所が示されています。自宅はどういった地域にあるのか、避難先の地域やその避難路は安全かなどを確認しておきましょう。



ハザードマップは市役所、地区センター、市HPなどで入手できます



### 避難のタイミング

市が発令する情報を基にどのタイミングでどう行動するか確認しておきましょう。「すぐメール」や「ららアプリ」は可児市の情報がいち早く届きます。普段からさまざまな情報ツールを利用して、慣れておきましょう。



### 避難時の持ち物

非常時に持ち出す荷物は両手が空くリュックにまとめておくことがおすすめです。非常持出品（3ページ参照）を確認しておきましょう。

### 避難時の同伴者

高齢者、子ども、障がい者など支援が必要な家族や隣人が誰と避難するか決め、連絡がとれるようにしておきましょう。