

④ 洪水時の地下の危険性

大雨・洪水時の地下は危険です。早めの避難に心がけましょう。



地上が冠水すると一気に水が流れ込み、避難経路が断たれるおそれがあります。



浸水すると水圧でドアが開かなくなるおそれがあります。

自助・共助（地域での災害時要援護者支援を）

—あなたの助けを必要としている人がいます—

お年寄りや身体の不自由な方々は、災害時に自力で避難することが困難です。これら災害時要援護者の皆さんを災害から守るために、地域の皆さんで協力し、助け合いましょう。災害時にスムーズに支援活動を行うためには、あいさつを交わすなど、日頃からの気配り、コミュニケーションが大切です。



高齢者・傷病者	<ul style="list-style-type: none"> ●できるだけ複数で援助する。 ●手をつないだり、おぶったり、担架を利用したりして、本人が安心する方法で対応する 	
目の不自由な人	<ul style="list-style-type: none"> ●まず、声をかける。杖を持った人の手はとらず、ひじの上や肩に触れてもらい、半歩前あたりを歩いて誘導するのが原則。 ●できるだけ状況を言葉で具体的にイメージできるように伝える。 	
耳の不自由な人	<ul style="list-style-type: none"> ●手話、筆談、身振り・手振り、正面に向き合って口を大きく開いてはっきり、ゆっくり話す、手のひらに書く方法で意志を伝える。 	
車いすを利用している人	<ul style="list-style-type: none"> ●階段や坂を上るときは前向き、下るときは後ろ向きにしてできるだけ複数で対応し、恐怖感を与えないようにする。 	
精神障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ●声をかけたり、見守りをして落ち着かせる。 	
知的障害のある人	<ul style="list-style-type: none"> ●声をかけて落ち着かせる。理解されなければ、手を引くなどする。 	
旅行者・外国人	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉だけでなく、身振り・手振り、図・絵を使って意思疎通を図る。 	

家族の連絡先

家族の名前	電話番号(携帯番号)	生年月日	血液型	アレルギー等

非常時の持ち出し品チェックリスト

- 非常時の持ち出し品は、家族構成を考えて必要なものを用意しておきましょう。
- 速やかな避難ができるように、必要最小限のものをリュックサックや非常持ち出し袋にまとめておきましょう。
- 荷物は持ち運びできるか確認しておきましょう。10kg～15kgぐらいが持ち運びに適当な重さです。

非常時の持ち出し品

- 飲料水・非常食品
 - 飲料水 乾パン 缶詰 ビスケット チョコレート
 - カップめん アルファ米
- 貴重品
 - 現金(小銭も) 預貯金通帳 印鑑 健康保険証 運転免許証
- 衣料品
 - 衣類・下着 タオル 毛布・寝袋 雨ガッパ 軍手(厚手の手袋)
- 携帯ラジオ、予備電池、携帯電話
- 懐中電灯
- 医薬品(特に、持病をお持ちの方は、服用中の薬を忘れないようにしましょう。)
 - ばんそうこう 包帯・きず薬 常備薬 服用中の薬 生理用品
- 生活日用品
 - ウェットティッシュ ライター・マッチ ビニール袋 使い捨てカイロ ラップ
 - 筆記用具 紙コップ・紙皿 割りばし セロテープ ロープ
- 家族構成によって必要なもの(小さな子どもや介護が必要な方がいる家庭など)
 - 粉ミルク・ほ乳びん 紙おむつ 介護用品 ペットフード

非常備蓄品(数日間を自足できるように3日分を目安に用意しておきましょう。)

- 飲料水 9リットル(1人3リットル×3日分)
- 非常食品
 - 缶詰2～3缶 ビスケット1～2箱 板チョコ2～3枚 アルファ米
- 衣料品
 - 衣類(スウェット上下、セーターなど) 下着2～3組

※アルファ米は、一度炊いた米を乾燥させたもので、お湯や水を注ぐだけで食べられ、非常食としても活用できます。

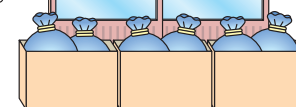


家庭での止水方法

簡易水防工法

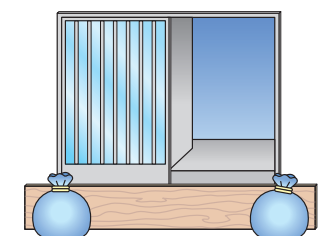
初期の段階で対応するものですが、簡易な水防対策として簡易水防工法を作成して利用する簡易水防工法方法があります。

家庭用ゴミ袋を二重にして、中に半分程度の水を入れて、土の代わりに使用します。



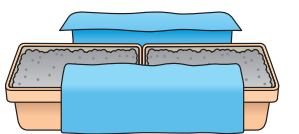
補強するためにダンボール箱を並べて、その中に水の入ったものも有効です。

止水板で水の侵入を防ぐ



出入り口に長めの板などを使用し、浸水を防ぎます。

プランターとレジャーシートによる工法



土を入れたプランターをレジャーシートで巻き込み使用し、浸水を防ぎます。