

1-4 避難所での過ごし方を考えておきましょう Think About How You will Spend Your Time at the Evacuation Shelter

避難所でのマナー

貴重品は常に携帯しましょう

過去の災害では、避難所での盗難が発生しています。貴重品は必ず持ち歩きましょう。



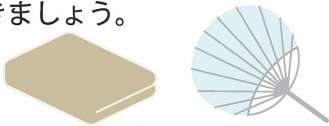
プライバシーを守りましょう

他人の荷物などを勝手に触ったり、のぞいたりしないようにしましょう。



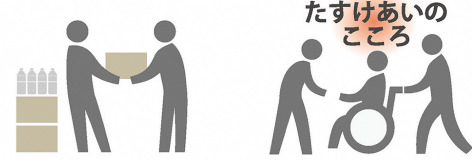
暑さ/寒さ対策をしましょう

停電などで空調が使用できない場合に備えて、うちわや扇子、薄い毛布(ブランケット)などを用意しておきましょう。



協力して避難所運営を行いましょ

- 避難所マニュアルに従った秩序ある避難所運営を行う。
- 市民どうしの役割分担、要配慮者への支援をする。
- 助け合いの心を持ち、協力し合う。

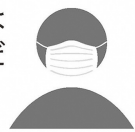


避難所内での新型コロナウイルス等による感染症拡大を防ぐために...

- 三密防止対策が必要です。
- 人数制限の可能性あります。

必ずマスクを着用しましょう

避難所内での感染症拡大を防ぐために、必ずマスクを着用しましょう。体調がすぐれない方は受付時に申し出てください。



ソーシャルディスタンスを保ちましょう

避難所では、密を避け、他の人との間隔をあけるように心掛けましょう。



こまめに消毒をしましょう

ほとんどの場所が、たくさんの人の手が触れる共有スペースです。自分の生活スペースに戻る前に必ず消毒をしましょう。



要配慮者への協力

高齢者・乳幼児・傷病者・外国人の方には

高齢者や乳幼児は、手をつなぐ、背負うなどによりしっかりと支援します。傷病者には複数人に対応しましょう。急を要するときはひも等を使って背負うなどして、周囲の方が協力して支援しましょう。外国人の方で言葉が通じない場合には、声をかけて身振り手振りを交えて誘導しましょう。



からだの不自由な人には

それぞれの人に適した誘導方法を確認しましょう。車椅子の場合は、必ず複数人で協力し、スロープを上がる時は前向きに、下がる時は後ろ向きにして、恐怖感を与えないように配慮しましょう。



目の不自由な人には

「お手伝いしましょうか」などと、まず声をかけましょう。話すときは、はっきりゆっくり、大きな声で。誘導するときは、杖を持っていないほうのひじのあたりを軽く触れるか、腕をかして、半歩前くらいをゆっくり歩きましょう。



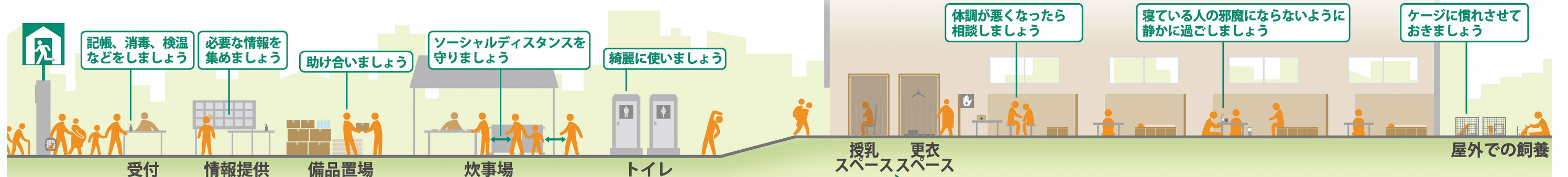
耳の不自由な人には

話すときは、近くまで寄って相手にまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かしましょう。口頭でわからないのであれば、紙とペンで筆談しましょう。紙やペンがなければ、相手の手のひらに字を書いて筆談しましょう。

このマークの呼び方は「耳マーク」。聴覚に障がいがある方は、見た目では不自由があることが分かりづらいため、このマークを見かけたら十分配慮しましょう。



避難所でのルールを守り、秩序を保って過ごしましょう！(下の図はイメージです。)



避難所ルール厳守

共同生活の場です。騒いだり、自分勝手な行動はやめ、ルールを守りましょう。

食物アレルギーに注意!

配給食料の中にはアレルギー対応していないものもあります。食品表示をよく確認することが必要です。

適度な運動を!

長時間同じ姿勢でいると、エコノミー症候群になる場合があります。定期的に立ち上がったたり、ストレッチをするなど、適度な運動を心掛けましょう。

女性への配慮

女性が避難所であるべくストレスなく過ごせるように、就寝場所や専用スペース等を巡回警備するなど、安全・安心への配慮が重要です。

災害対応力を強化する女性の視点
～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～

<https://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/guideline.html>

ペットも同行避難

ペットも一緒に避難

ペット用避難用具

衛生管理上、ペットは屋外となります。そのため、ケージは必ず持参していただくとともに、日頃からケージに慣れさせておいてください。市ではペット用品の備蓄はしていません。ペット用品(食料等)は飼い主の方が持参してください。