

まずは身の安全の確保！ 避難方法もハザードマップで確認を！

“避難”という避難所に行くことを考えがちですが、“避難”とは“難を避ける”ことであり、身の安全を確保することです。災害が発生しても自宅が安全な状態であれば、不用意に外に出ず、自宅にとどまることも考えましょう。自宅にとどまることが安全と思えないときは近隣の避難所などの安全が確保できる場所に移動しましょう。

生活している地域のハザードマップで災害リスクを確認して、避難先・経路を決めておくことが大切です。

避難って具体的にどうすれば…

総合ハザードマップ



ハザードマップはこちら

視覚障がい者、外国人向け「耳で聴くハザードマップ」も発行！※詳しくは4面に掲載

事前の対策

- 避難所までの危険を避けた道順を、ハザードマップを使って決めておく
- 家族と集合場所や安否確認の方法を決めておく

自宅だけでなく職場などの周辺も

心の準備

- 「警戒レベル2」までに事前に決めておいた避難先への道順を確認する
- 非常用持ち出し袋や、移動しやすい服装を確認(用意)する

ペットの防災対策も

ペットも避難できるように、普段からケージに入れる訓練をしておきましょう。迷子防止の名札や徒歩避難時に足を守る靴下なども用意しておくことで安心です。



どんなものを用意しておけば…

ライフラインや物流が止まっても乗り切れる備えを！

発災直後は電気・ガス・水道が止まる場合があるほか、物流が乱れて食べ物や飲み物が手に入らないこともあるので、最低3日(できれば1週間)分を目安に生活に必要なものをストックしておきましょう。

普段から用意しておく物の例

- 非常食(カップ麺、レトルト食品、缶詰など)
- 水 1日3リットル/1人
- 懐中電灯 ● ラジオ
- 携帯トイレ 1日5回分/1人
- カセットコンロ(ガスボンベも)
- ティッシュ、ウェットティッシュ
- 乾電池 ● 常備薬
- アルミブランケット

家族構成や生活スタイルに必要なものは変わります。自分にとってないと困るものをよく考えてみましょう。

- 眼鏡 ● 生理用品 ● お薬手帳の写し
- おむつ
- 入れ歯、洗浄剤
- 哺乳瓶、液体ミルク
- ペットフード
- トイレ用品

非常食は自分に合うものでない食べにくいことがあります。買って満足せず、ぜひ食べてみてください。賞味期限切れを防ぐことにもつながります！食べ慣れたお菓子などを常備しておくのもおすすめです。

車にも備蓄を

大雪時の立ち往生などに備え、水や非常食、携帯トイレ、緊急脱出用ハンマーなどを車に常備しておく、いざというとき安心です。

防災情報を入手しよう

災害時に適切な行動をするためには、正しい情報を素早く確実に集めることが重要です。災害発生時には避難情報などの防災情報をさまざまな手段=右=で発信します。必要な時に情報が手に入るよう、事前に登録しておきましょう。

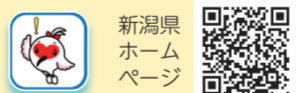
新潟市 LINE公式アカウント

にいがた防災メール

新潟県避難所アプリ ※新潟県ホームページへ

アプリ「新潟県防災ナビ」

住んでいる地域のハザードマップを確認できるほか、避難情報や気象情報などをプッシュ通知で知らせます。



近年の災害は激甚化の傾向!?



防災士に聞きました! 防災士 青柳 麻紀さん

大雨や地震、大雪など、自然災害にもさまざまありますが、近年は頻繁かつ大規模になっていると感じる人も多いのではないのでしょうか。実際に、気候変動の影響もあり、短時間の大雨(豪雨)が増えたり、その影響で土砂災害が増えたりするなど、激甚化の傾向があるといわれています。地震も、世界の2割が日本で発生しているといわれていて、数年に一度くらいの頻度で大きな地震が発生しています。災害はいつ発生するか分かりませんが、「必ず起こるもの」と考えて、発災時に慌てずに済むよう日頃から準備しておきましょう。

いざというときに慌てないために



もし今災害が起きたらどうすれば…

“もしも”を想定しておくことが命を守る行動につながる!

災害は、いつ起こるか分からないからこそ不安になるもの。だからこそ、いざというときに少しでも落ち着いて行動できるように、普段から事前の対策と心の準備をしておきましょう。

地震の場合

事前の対策

- リビングや寝室にスリッパを用意する
- 懐中電灯やヘッドライトを枕元に置く

ガラスの破片などでケガの危険が…

停電するとスマートフォンの光では暗くて足元が見えにくいことも

心の準備

- 揺れを感じたら机の下に隠れる、頭を守るなど、行動をイメージしておく
- よくいる場所で物が倒れたり落ちたりしてこない場所を見つける

地震以外の場合

大雨や台風、大雪など多くの災害は、発災前に防災気象情報が発信されます。同情報を確認し、自分の命を守る行動をとるようにしましょう。



学校、職場など外出先での「もしも」も考えましょう!



5月から新しくなった 防災気象情報を基に行動を

警報・注意報を災害の種類別に5段階の警戒レベルに整理しています。警報・注意報や河川の水位などを基に市が避難情報を発令するので、速やかに避難しましょう。特に、高齢者やこども連れなど、避難に時間がかかる人は早めの行動が大切です。

警戒レベル	気象台が発表			
	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
<警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難!>				
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

市が発令	
避難情報	とるべき行動
緊急安全確保	既に災害が発生! 直ちに身の安全を確保
避難指示	速やかに危険な場所から避難先へ避難
高齢者等避難	避難に時間がかかる人は避難 その他の人は避難の準備
-	避難行動を確認(避難する場所やルート、タイミングなど)
-	災害への心の準備

避難して無駄になることはありません。発災時に逃げ遅れないよう、防災気象情報や避難情報を基に素早く行動を始めましょう。

