

## 避難行動を確認しておこう！

# 避難行動判定フロー

災害が発生したとき  
あなたがとるべき**避難行動**は？！

普段から確認しておき、  
必ず取り組みましょう！



ハザードマップで自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周りと比べて**低い土地や崖のそば**などにお住まいの方は、香美市からの避難情報を参考に必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として※、自宅の外に避難が必要です。

例外

※浸水の危険があっても、  
①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまうおそれの高い区域の外側である。  
②浸水する深さよりも高いところにいる。  
③浸水しても水がひくまで我慢でき、水・食糧などの備えが十分にある場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。  
※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は、自宅に留まり安全確保をすることも可能です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

いいえ

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

はい

いいえ

はい

いいえ

警戒レベル**3**が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル**3**が出たら、市区町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

警戒レベル**4**が出たら、**安全な親戚や知人宅に避難**しましょう(日頃から相談しておきましょう)

警戒レベル**4**が出たら、市区町村が指定している**指定緊急避難場所**に避難しましょう

## 非常持出品をそろえよう！！

### 枕元に置いておきたいもの

- 非常持出袋(リュックサックなど)
- 運動靴(底が厚いもの)
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 防寒着
- 携帯電話

- 貴重品  常備薬・救急セット
- ビニール袋・ゴミ袋
- ティッシュ・濡れティッシュ
- 携帯ラジオ  電池・充電器類
- LEDライト・ローソク
- 着替え(下着・靴下)  非常食
- 飲料水  健康保険証

家族構成によって  
必要なものが異なります!!

### 乳幼児

- 離乳食  粉ミルク・哺乳瓶
- おむつ・おしりふき  おんぶひも

### 高齢者

- 入れ歯  介護食  大人用おむつ

### 疾患のある方

- 主治医連絡先  持病薬
- お薬手帳  ストマ(人工肛門、人工膀胱)

## 備蓄をしておきましょう！

災害の際、安全に避難するために必要最低限持ち出すものが『非常持ち出し品(7P参照)』、避難後の生活に備えて蓄えておくものが『備蓄品』です。命をつなぐために、必要なものを備蓄しておきましょう。

### 家に備えておきたいもの

- 食料(缶詰、レトルト食品、栄養補助食品、お菓子)
- 飲料水(1日1人あたり3ℓ)
- カセットコンロ、ガスボンベ
- 缶切り
- ラップ
- 防災頭巾、ヘルメット
- 軍手、ゴム手袋
- 防寒具、雨具
- タオル、毛布
- めがね、コンタクトレンズ
- マスク
- 使い捨てカイロ
- 工具
- 筆記具(油性ペン)
- 簡易食器(割りばし、紙皿)
- マッチ、ライター
- トイレ、トイレ袋
- 生理用品
- 南海トラフ地震に備えちよき(高知県防災マップ)
- 香美市防災総合マップ



発災後3日間(72時間)は、救命・救助活動が優先的に行われるため、避難所等への支援物資が遅れたり、届かないことが考えられます(大規模災害時には1週間程度届かないことも予想されています)。そのような場合に備えて、家庭で最低でも3日分、できれば一週間の備蓄をしておきましょう。  
家族のために、  
家族が食べられるものを、  
家族に必要なものを、  
今日から備えてみませんか。

## ローリングストックがおススメです

日頃から自宅で利用しているものを少し多めに買って置き、使ったら使った分だけ新しく買い足していく方法です。

備蓄食料や飲料水はローリングストックがおススメです。常に一定量を家に備蓄しておくことができ、非常時にいつも食べているものを口にできるため、安心です。



## 燃料が半分になる前 満タン給油！

車に燃料があれば

- ◆南海トラフ地震が発生すると、揺れや津波によって被災するガソリンスタンドもあります。
- ◆東日本大震災では、営業できたガソリンスタンドで大渋滞が起こり、緊急車両等に影響が出ました。
- ◆県が行った試算では、県外からの応援が始まるまでの3日間は燃料が足りません。
- ◆皆さんが、日頃から常にガソリン残量を半分以上にすれば、災害への備えとなり、燃料の不安も少なくなります。

- ★携帯電話を充電できます！  
※車のソケットがアダプターで電源となります。
- ★ラジオやカーナビテレビで情報収集できます！
- ★エアコンで暑さ、寒さをしのげます！
- ★ガソリンスタンドでの渋滞を回避できます！
- ★県全体の備蓄量が増え、燃料不足を縮小できます！

！ 災害時には緊急車両などが優先し給油します。そのため、一般車両への給油は制限されます。

