



災害への備え 避難所での過ごし方

避難所での過ごし方・ルール

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う

- 避難所マニュアルに従った秩序ある避難所運営を行う。
- 住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。



避難所内での感染症拡大を防ぐために...

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係員へ申し出てください。



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。



- **三密防止対策が必要です。**
- **人数制限の可能性があります。**

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。



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。)



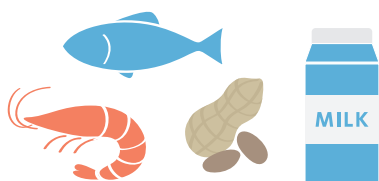
避難所ルール厳守

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。



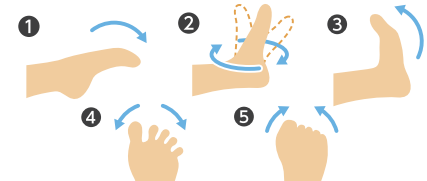
食物アレルギーに注意！

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とともに、不安な時は避難所係員に聞いてください。



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。定期的な立ち上がり、ストレッチをするなど、適度な運動を心掛けましょう。



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援護します。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援護しましょう。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。



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。

視覚障がい者の安全やバリアフリーを考慮した建物・設備・機器に表示する世界共通のマークです。視覚障がい者の利用への配慮について、ご理解、ご協力をお願いします。



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。



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。口頭でわからないようであれば、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。



女性への配慮

女性が避難所とな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。(女性用品の配布方法にも配慮が必要です)

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

ペットと一緒に避難

和気町が指定する避難所では、ペットを連れて避難できますが、衛生管理上、基本的に屋外での飼養となります。アレルギーなどがある避難者の方もいますので、周囲の方への十分な配慮をお願いします。



ペット用避難用具

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。また、町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。

