

自宅で行う防災訓練

防災 チェックシート

風水害編

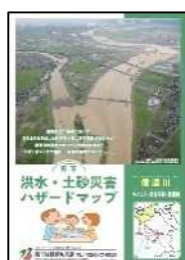
新型コロナウイルス
感染症 対応版

新型コロナウイルス感染症が広がる中でも風水害は待ってくれません。市民の皆さんに、**感染症対策を踏まえた風水害の避難行動**を理解していただくため「**防災チェックシート**」を作成しました。

この機会に、災害に対する心構えと安全対策などについて、家族で、そして地域で確認してみましょう。

【読み進め方】

- 各項目で当てはまる「**チェック項目** ()」をチェックし、それに続く **ポイント!** で、その項目における追加の情報を確認することができます。
- すべての がチェックできるようにしましょう。
- 「**ハザードマップ**」と「**マイ・タイムライン**」を一緒にご覧ください。



燕市 ハザードマップ

検索



燕市 マイ・タイムライン

検索

マイ・タイムラインは
6月1日に全世帯に
配布しました

(ともに燕市ホームページからダウンロードできます。)

目次	1. 「避難方法・避難行動」のチェック!	2
	2. 「避難先」のチェック!	4



作成 燕市総務部防災課

住所：新潟県燕市吉田西太田1934

TEL：0256-77-8381

1

「避難方法・避難行動」のチェック！ 「ハザードマップ」「マイ・タイムライン」を見ながらチェック！

Q1. 「避難行動」のチェック！

当てはまるもの（）にチェックしましょう。
（すべての項目にチェックできるようにしましょう。）

- 風水害（台風・大雨）が発生した時の避難先を決めている。
（避難先の場所： ）
- 避難先は、ハザードマップの浸水想定では、安全な場所にある。
（浸水深： m） ※ ハザードマップで浸水深を確認
☞ （浸水する場合）浸水深が3m以下で、2階以上に避難するため安全である。
- 避難先は、感染症対策を考えた適切な避難場所である。
☞ 3ページの避難行動判定フローチャートで確認しましょう。
- 予備の避難先を考えている。（予備の避難先： ）
- 風水害時に、避難するタイミングを決めている。
 警戒レベル3 警戒レベル4 その他（ ）
避難準備・高齢者等避難開始 避難勧告／避難指示（緊急）
☞ 3ページの避難行動判定フローチャートで適切か確認しましょう。
- 防災つばめ〜ルを登録している。
☞ 登録していない場合は、下の登録方法から登録しましょう。
- 風水害が発生する恐れのある時（発生した時）、自らテレビやインターネットで積極的に情報を収集している。

「マイ・タイムライン」を記入している。
☞ 記入していない場合は、今すぐ記入しましょう！

ポイント！

風水害時は、自ら気象情報などを収集することが重要です。

テレビやラジオ、インターネットで積極的に情報を収集しましょう。
市の防災情報は、**防災行政無線**や**防災つばめ〜ル**などで収集できます。

【防災つばめ〜ル 登録方法】

下のアドレスか、右のQRコードを読み込み、空メールを送信します。その後、返信されたメールに従い登録してください。

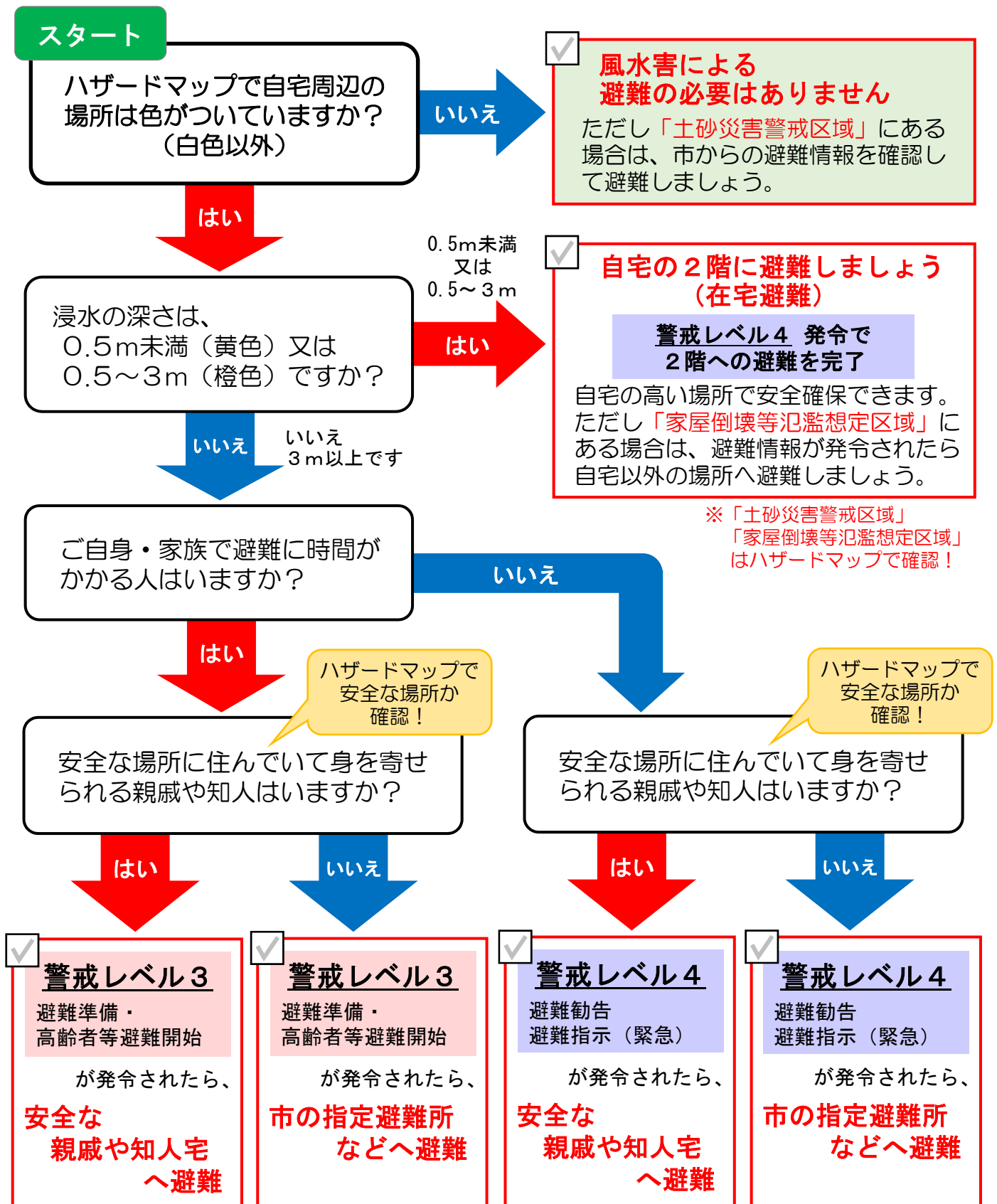
アドレス insert-mail@city-tsubame.jp



ポイント!

避難行動判定フローチャート

Q1で回答した内容（「避難先」「避難するタイミング」）が適切か、フローチャートで確認しましょう。



Q2. 「備蓄品」のチェック！

1. 非常用持ち出し品のリストがある。
☞ 「マイ・タイムライン」の非常用持ち出し品リストを記入しましょう。
2. 感染症対策として、**マスク**や**体温計**、**消毒液**を、非常用持ち出し品リストにチェックしている。
3. 食料・飲料水の備蓄品（3日分程度）を用意している。

ポイント！

- ・ 普段使用している物についても、避難時に持ち出すものを決めておきましょう。（薬、メガネ、杖、洗面具など）
- ・ 毛布などの寒さ対策の備蓄品も用意しましょう。（体温保持のため、夏でも必要です。）

2

「避難先」のチェック！

在宅避難、親戚・知人宅への避難、車中泊での避難、避難所への避難

Q1. 「在宅避難」「親戚・知人宅への避難」のチェック！

以下の3つを全て
チェックしたら✓

1. ライフラインが寸断されたときの準備をしている。
 - 携帯用・非常用のトイレを準備している。
 - カセットコンロ、ガスボンベなどを準備している。
 - 情報収集のために、モバイルバッテリーやポータブル電源、電池式のラジオを準備している。
2. 自宅の浸水に備えて、貴重品などを2階にあげている。

ポイント！

- ・ 避難する場所が**安全な場所**か確認しましょう。
- ・ 親戚や知人に避難することを連絡しましょう。
- ・ 在宅避難中も情報を収集するようにしましょう。

Q2. 「車で避難する場合（車中泊）」のチェック！

1. 車での避難経路と車中泊の場所は、浸水想定区域でない。
※ ハザードマップで確認
2. エコノミークラス症候群に必要な対策を知っている。

ポイント！

- ・ 市の指定避難所で車中泊を予定している場合は、**駐車場の広い避難所**を利用しましょう！
- ・ **適度な運動**、**水分補給**を行いましょう。

Q3. 「市の指定避難所に避難する場合（感染症対策）」のチェック！

(1) 「避難所の受付時」のチェック！

下の **ポイント!** を確認し、理解したら にチェックしましょう。

- 避難所では、受付で最初に検温を行います。
- 発熱・咳の症状や体調不良の避難者は、専用の部屋（避難所）に移動する場合があります。
- 要配慮者（障がい者、高齢者、妊産婦など）とその家族は、別のスペースに移動する場合があります。
- 避難者の確認のため、避難者カードを記入します。

ポイント!

避難所での感染拡大を防ぐため、**入所時の受付で検温**などを行い、避難スペースを区分する対応を行います。

【避難所入所の手順】

① 避難所に避難

担当職員が施設の安全確認をし、その後入所します。



② 受付（検温・体調の確認など）

検温と体調の確認を行い、避難者カードを受け取ります。



③ 居住スペースへ移動

体調確認・検温の結果により移動します。



発熱・症状がある人	避難所内の 専用の部屋 または 専用の避難所 へ案内します。
要配慮者	避難所内の 専用のスペース へ案内します。

④ 避難者カードの記入、提出

避難者カードは避難者を確認するために世帯ごとに記入する記録用紙です。
居住スペースで記入し、提出します。



(2) 「避難所の生活と感染症対策」のチェック！

次の避難所での対策などを確認し、理解したら☑にチェックしましょう。

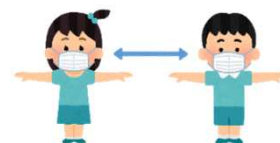
1. ☑ 手洗い、咳エチケット、マスクの着用をお願いします。

- こまめな手洗いをしましょう。（消毒液や石鹸を使用）
- マスクの着用を徹底しましょう。



2. ☑ 避難者同士の間隔をあけます。

- 避難所内の「密」を避けるため、家族（個人）の間隔を最低1mあけて配置します。



3. ☑ 定期的な換気・消毒・清掃をします。

- 避難スペースは、定期的に窓を開けて換気をします。
- ドアノブや手すりなど多くの人がさわる物を定期的に消毒し、部屋や通路を清掃します。
- 換気・消毒・清掃は、避難者と担当職員が協力して行います。



4. ☑ 定期的な健康チェックを行います。

- 定期的に検温するなど、体調確認を行います。
- 体調を崩さないように、軽い運動や、水分補給などをして、体調管理をしましょう。
- 発熱や咳の症状が生じた方、体調がすぐれない方は、遠慮せず職員に申し出てください。



5. ☑ 避難所での情報収集について

- 避難所においても、お持ちのスマートフォンなどを使い、災害情報などを収集しましょう。



6. ☑ 差別はやめましょう。

- 発熱や症状がある人への偏見、嫌悪、差別は絶対にやめましょう。



7. ☑ 【重要】避難所運営は、市と避難者などが連携して行います。

- 避難所では、避難者、担当職員、施設管理者が連携して運営を行うことが基本となります。多くの人が共同生活を送るため、ルールを守って生活しましょう。
- 避難所運営では、主に以下のことを協力して行います。

● 避難所ルールの決定、順守	● 避難所内のごみ処理
● 避難所内の配置の決定	● 要配慮者の支援
● 避難所の換気、消毒、清掃	● 避難所の防犯対策
● 食事の配給	● ペットの管理
● 支援物資の調達、受渡	

