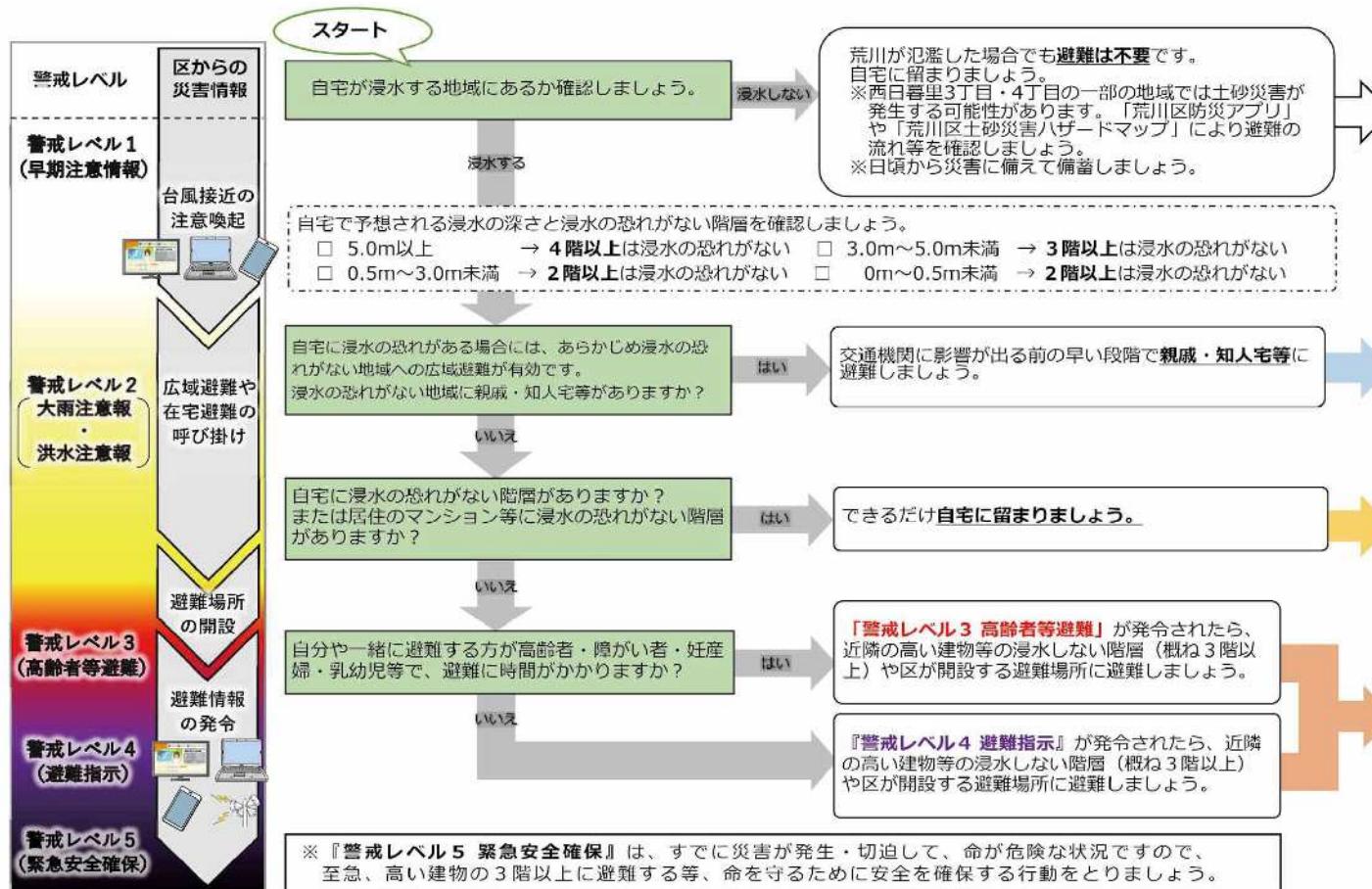


避難方法を確認しましょう

自分がとるべき避難方法を確認しましょう。
できるだけ、浸水の恐れがない地域や階層へ分散して避難しましょう。



□ 全ての方	
日頃から災害に備えて、自宅に留まる場合に1週間以上を過ごせる量の備蓄や、避難する場合に持参する非常持ち出し品を準備しましょう。	
備蓄の例	
▶ 飲料水（大人1人1日あたり3ℓ） ▶ 食料（大人1人1日あたり3食分） ▶ 携帯トイレ（大人1人1日あたり5回分） ▶ 生活用品（携中電灯、カセットコンロ、ラジオ、蓄電池等） ▶ 医療品（常備薬等） ▶ その他（モバイルバッテリー等）	
□ 親戚・知人宅等に避難する方	
避難先の親戚や知人等の連絡先を記入しておきましょう。	
名前	住所・連絡先等
※日頃から親戚・知人宅と広域避難について連絡を取っておきましょう。 ※すぐに避難ができるよう、親戚・知人宅等に持参する非常持ち出し品を準備しましょう。 ※浸水の恐れがない地域のホテル・勤務先等への避難も有効です。	
□ 自宅に留まる方	
自宅に留まることが不安である等やむを得ない場合における、避難場所への避難に備えて、近隣の避難場所の確認と非常持ち出し品の再点検を行うと安心です。	
□ 避難場所に避難する方	
近隣の避難場所を確認し、以下に記入しておきましょう。	
(例) ●●小学校、●●ふれあい館	
※避難する際には、必ず非常持ち出し品を持参し、マスク着用等の感染症対策をお願いします。	