

# 災害時の避難・安全確保のために、内容を確認し備えておきましょう

## ◆ 災害時の情報確認の方法 ◆

### 【テレビで】

- ① NBC をつける ② リモコンの d ボタンを押す
- ③ 自治体情報 → 防災・防犯情報を選ぶ



### 【メールで】

- ・ 長崎市防災メール（事前登録が必要）

[bousai.nagasaki-city@raidai.ktaiwork.jp](mailto:bousai.nagasaki-city@raidai.ktaiwork.jp) QRコード →




### 【インターネットで】

- ・ 防災ガイドながさき <http://119.city.nagasaki.nagasaki.jp/bousai/>

### 【電話で】

- ・ 長崎市防災行政無線放送内容テレフォンサービス 050-5530-9908
- ・ 長崎市災害情報テレフォンサービス 050-5530-9909

上記にて情報提供していますが、停電等により情報が入手できなくなることも考えられます。そのような場合に備えて、確実に情報が得られるように、事前に隣近所の人に頼んで、避難の呼びかけがあった時は、教えてもらえるようにしておきましょう。

警戒レベル	避難情報	とるべき行動
5	 <p>災害発生又は切迫</p>	<p>緊急安全確保<sup>※1</sup></p> <p>命の危険 直ちに安全確保！</p>
～＜警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難＞～		
4	 <p>災害のおそれ高い</p>	<p>避難指示</p> <p>危険な場所から全員避難 (立退き避難又は屋内安全確保<sup>※2</sup>)</p>
3	 <p>災害のおそれあり</p>	<p>高齢者等避難<sup>※4</sup></p> <p>危険な場所から 高齢者等<sup>※3</sup>は避難 (立退き避難又は屋内安全確保<sup>※2</sup>)</p>

※1 災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません



※2 土砂災害と津波は自宅・施設等が外力により倒壊するおそれがあるため、立退き避難をしてください

※3 避難を完了させるのに時間を要する在宅又は施設利用者の高齢者及び障害のある人等、及びその人の避難を支援する者

※4 高齢者等以外の人にも必要に応じ、出勤等の外出を控えるなど普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難するタイミング



- ◎ 自宅がどんな場所かを知り、安全な場所にいる人は、避難所に行く必要はありません。
- ◎ 避難する場合は、指定避難所に限りません。最適な避難場所に避難しましょう。
- ◎ 誰と、いつ、どのようにして、どこに避難するか決めておきましょう。

<p><b>立退き避難</b></p>	<p>自宅・施設等においては命が脅かされるおそれがあることからその場を離れ、災害リスクに対し安全な場所に移動する避難行動</p> <p>(1)指定避難場所 (2)安全な親戚・知人宅、ホテル・旅館等の自主的な避難先</p> 
<p><b>屋内安全確保※</b></p>	<p>ハザードマップ等で自ら自宅・施設等の浸水想定等を確認し、上階への避難や高層階に留まることにより、計画的に身の安全を確保することが可能な場合の避難行動</p> <p>(垂直避難) (待避)</p> <p>(1)浸水しない上階への移動 (2)浸水しない上層階に留まる</p> 

※【少なくとも以下の3つの条件が満たされている必要がある。】

1. 自宅・施設等が家屋倒壊等氾濫想定区域に存していないこと。
2. 自宅・施設等に浸水しない居室があること。
3. 自宅・施設等が一定期間浸水することにより生じる可能性がある支障(水、食料、薬等の確保が困難になる。電気、ガス、水道、トイレ等が使用できなくなる。)を許容できること

長崎市 : [https://www.city.nagasaki.lg.jp/bousai/210004/210005/p039986\\_d/fil/bousaijyouhou.pdf](https://www.city.nagasaki.lg.jp/bousai/210004/210005/p039986_d/fil/bousaijyouhou.pdf) 参考



## 自宅を離れて避難する前に確認しましょう！

- もう一度火の元、戸締り確かめましょう。
- 外出中の家族には、連絡メモを残しましょう。

## ◆ 避難する際に必要になるもの ◆

- ◎ 日ごろから、避難時に必要なものが持ち出せるように、必要物品を書き出しておきましょう。
- ◎ 災害時に準備を手伝ってもらう可能性もあります。どこに何があるのかも伝えられるように、整理しておきましょう。

- 貴重品 (現金、健康保険証、自宅の鍵、携帯 等)
- 医薬品 (薬、お薬手帳)
- 安心カード ⇒ ふだんは専用容器で冷蔵庫に保管しておきましょう
- 衛生用品 (マスク、歯ブラシ、ティッシュ 等)
- 衣類
- 毛布
- クッション
- 食料・飲料水 (目安は3日分)
- 懐中電灯
- 充電済モバイルバッテリー
- 眼鏡、入れ歯、補聴器
- 
- 
- 
- 
- 

あなたに必要な物品を書き足しましょう