

新型コロナウイルス感染症は心配…  
でも、危険が迫ったときには

# 迷わず避難を！

新型コロナウイルス感染症への不安から、避難をためらったために被害に遭うことというのは絶対にはありません。

一人ひとりが、いろいろな避難方法や感染症対策を知って、安全・安心な避難のための備えをしましょう！

## 安全・安心な避難のための3つのポイント

裏面の  
フローチャート  
を確認

### 避難所に行くだけが避難じゃない！避難について理解しよう！

- 避難とは『難』を『避ける』こと。安全な場所にいる人まで緊急避難場所（避難所）に行く必要はありません。
- 避難先は、市の指定している施設だけではありません。いろいろな避難方法を検討しましょう。

### 非常持ち出し品を予め準備しておこう！

下段  
チェックリスト  
を確認

- 非常持ち出し品をあらかじめ準備しておきましょう。避難所で一晩過ごすために必要なものと量が目安です。
- 必要なものは各世帯で異なりますが、避難時には、通常の非常持ち出し品に加えて、感染症対策に有効な持ち出し品もできる限り持参しましょう。

### どこにいても、自分でできる感染症対策を実践しよう！

- 他人と2メートル程度距離をとる、密接した状態での会話を避ける。
- 手洗い消毒やうがい、マスクの着用、咳エチケットの徹底。
- 毎日の体調チェック。



### あると便利な非常持ち出し品の例

- 携帯電話 ■ モバイルバッテリー ■ 毛布・タオルケット ■ ウエットティッシュ
- 食べ物 ■ 飲み物 ■ 着替え ■ 下着 ■ タオル ■ 携帯トイレ ■ ゴミ袋 など

### 感染症対策に有効な非常持ち出し品の例

- マスク ■ アルコール消毒液 ■ 体温計 ■ 除菌シート ■ 使い捨てのビニール手袋 ■ ゴーグル（眼鏡） ■ キャンプ用テント ■ パーテーションの代わりになるもの など

※感染症対策用物資は、避難所でも備蓄していますが、数に限りがあるため、各自で持参をお願いします。

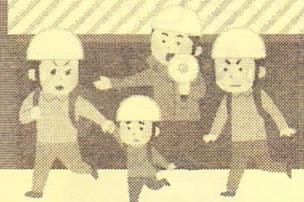


# 今のうちに、自宅が安全かどうかを確認しましょう！



ハザードマップ等

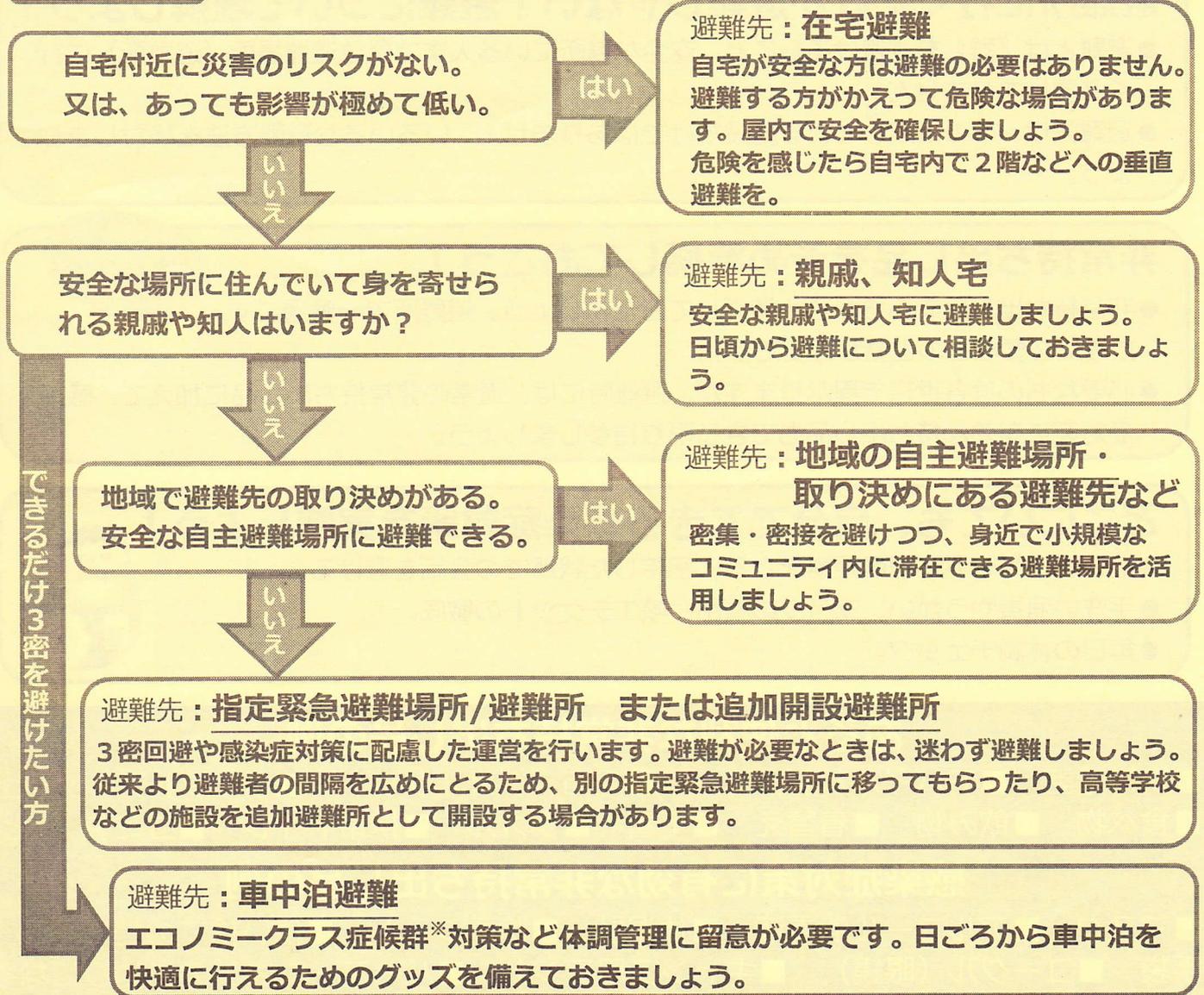
## 確認する内容は？



## 災害発生の恐れがあるときは

### 避難場所選定フローチャート

スタート！



※窮屈な場所に長時間同じ姿勢でいることで、血の流れが悪くなり、血管の中に血の塊ができて肺の血管を詰まらせてしまう病気