避難所について

避難所では

ルールを守りましょう

- 起床や就寝の時間、トイレの使い方、喫煙場所など避難所ごとのルールを守りましょう。
- ほかの人の居住スペースに立ち入ったり、のぞいたり、大声をあげたりするのはマナー違反です。

役割分担して運営に参加しましょう

- 避難者もできる範囲で、清掃、炊き出し、物資の配布など役割分担をしましょう。
- みなさんで助け合いながら避難所運営に参加しましょう。

ペットの避難　～飼い主が備えておくべきこと～

ペットの同行避難は各避難所に定められたルールに従いましょう。避難者がいるスペースから離れ、決められた場所につなぐ、持参したケージ（おり）等に入れるなど、飼い主が責任を持って世話をしましょう。

■災害時の心構え

避難所には、動物が苦手な人やアレルギーを持っている人など様々な人がいるので、周りの人に配慮しましょう。

■ペットのしつけと健康管理

普段からケージ（おり）等に慣れさせておき、決められた場所で排泄ができるようにしておきましょう。予防接種や寄生虫の駆除をしておきましょう。

■ペットの避難用具・備蓄品の用意

食料、リードやケージ（おり）等、避難先での飼育に必要なものを予め用意しておき、持参しましょう。ペット用の避難物資が届くまでには時間がかかる場合があるので５日分（できれば７日分以上）は用意しておきましょう。

避難所での生活

避難所には様々な事情を抱えた人が避難し、限られた空間で多くの人が集団で生活することになり、以下のような問題が起こります。ルールやマナーを守って共同生活を送ることが大事です。

避難所では、こうした問題から女性ならではの悩みがあります。
避難所運営に、女性も積極的に参加しましょう。

避難生活の問題から自分を守るための注意点

- ▲人目につきにくい場所や夜間は1人で出歩かない
- ▲知らない人からの声掛けに注意する
- ▲遠慮せず、我慢せずに意見を伝える
- ▲出かけるときは周りに声をかけてから

感染症対策

ウイルス等の感染症が収束しない中でも、
災害時には **危険な場所にいる人は避難することが原則** です。

適切な避難行動をとるために…
知っておくべき 5 つのポイント

1　避難とは『難』を『避』けること
自宅での安全確保が可能な人は、感染のリスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。

2　避難先は学校・公民館だけではありません
避難所が過密状態となることを防ぐため、安全な場所に住む親戚・知人宅に避難することも検討しましょう。

3　マスク・消毒液・体温計が不足しています
避難所の備蓄には限りがあるため、できるだけ自ら携行してください（マスクがない場合にはタオル・ハンカチ等、消毒液はウェットティッシュでも代用できます）。

4　避難場所、避難所の変更・増設を確認
本書発行後に情報が変わる可能性もあります。
災害時には町のホームページ等で確認してください。

5　豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です
やむをえず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認してください。

避難先では感染症予防に努めましょう

● 避難所に入る前に
感染の拡大を未然に防ぐことが非常に重要です。
避難所に入る前に、発熱の有無など体調チェックを行いましょう。

● 手洗いをこまめに
食事前や、トイレなど共有部分に触れた後は、石けんと水で手洗いをしましょう。水を十分に確保できない場合は、アルコール消毒液などで代用しましょう。

● 咳エチケットの徹底
飛沫感染の予防のため、咳などが出ていなくてもマスクを着用しましょう。

● 換気の実施
可能な限り、定期的に換気を行いましょう。
特に冬場の換気は、防寒対策も必要です。

● 「３密」（密閉・密集・密接）の回避
避難者同士２m程度の距離を保ちましょう。向かい合わせではなく背中合わせに座ったり、段ボールなどの間仕切りを利用すると、飛沫感染の予防になります。また食事時間をずらすなどして、密集・密接を避けましょう。

● 日々の健康状態をチェック
継続的に体温を測定し、体調の変化を感じた場合にはすぐに避難所のスタッフに相談しましょう。