

## 学习避难相关的知识

发生了灾害，再留在家中会有危险时，需冷静迅速地避难。此时，应首先保护孩子和老人等灾害时需援助者，还应招呼附近独居的老年家庭等，近邻间的相互协助非常重要。

### 避难的基本概念

#### 避难与否应自己判断

灾害迫近时，各人的情况都各不相同。必须各自作出判断，采取适当的行动。



#### 采取安全的避难行动

将确保安全放在第一位，尽量避免在危险的情况下避难。当危险逼近时，不仅要移动到指定的避难场所 **①水平避难**，更要采取安全的避难行动，例如避难至周边更加安全的场所或是更加安全的建筑物内等。



例如

- 在夜间或下暴雨时，很难判断避难路上的危险位置
- 水位已经涨至膝盖以上（50cm以上）
- 浸水虽只有20cm左右，但水的流速很快
- 浸水虽只有10cm左右，但水路等的位置不明，有落水的危险

**②垂直避难** 转移到屋外会有危险。当判断浸水不会造成建筑物倒塌的危险时，请考虑到自家住宅或近邻建筑物的2层以上（海啸时为3层以上）紧急临时避难，等待救援。

#### 使用警报级别传达疏散建议等信息

※警报级别用于洪水、土石灾害、暴风潮和内陆洪水（海啸不适合级别区分，故不列入对象）。

警报级别	居民应采取的行动	疏散信息等
<b>警报级别5</b> (由市区町村当局发布)	灾害已经发生，请采取最佳措施以挽救生命。	<b>灾害发生信息</b> ※ ※在掌握到灾难已确实发生时，将在可能的范围内发布。
<b>警报级别4</b> (由市区町村当局发布)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 采取疏散行动时应以撤离疏散到指定的紧急疏散地点为主。</li> <li>● 在极度可能发生灾害的状况下，若是自行判断撤离疏散到指定紧急疏散地点反而将危及性命时，请紧急疏散至邻近的安全地点，或是移动至建筑物内较安全的房间。</li> </ul>	<b>疏散建议，疏散指示（紧急）</b> ※ ※因应当地状况，在紧急或反复敦促疏散时发布
<b>警报级别3</b> (由市区町村当局发布)	疏散需时的年长者等需要关照的人员应撤离疏散。其他人员应做好撤离疏散的准备，自发地疏散。	<b>疏散准备、年长者等开始疏散</b>
<b>警报级别2</b> (气象厅宣布)	请依灾害地图再度确认灾害风险、疏散地点或疏散路线、疏散时机等，并再度确认和留意掌握疏散信息的方法等，确认自身的疏散行动以因应疏散。	<b>警告（大雨，洪水等）</b>
<b>警报级别1</b> (气象厅宣布)	通过关注防灾天气信息等最新信息来为灾害做更佳准备。	<b>预警信息（警告级别的可能性）</b>

### 为了安全避难

如果发出了避难劝告，就应及时避难。不要擅自作出“还不要紧”的判断，尽早对应是保护生命的关键。

#### ① 做好事前准备

平时就确认好前往避难场所的安全路径



#### ② 将携带品控制到最低限度

应肩背行李，空出双手。



#### ③ 穿着便于行动的服装

配戴安全帽或防灾头巾保护头部，穿着系鞋带的运动鞋。严禁赤脚和穿长靴。



#### ④ 不要使用汽车

只要有几十厘米的浸水汽车就会浮起。会对其他避难者或紧急车辆造成妨碍，非常危险。



#### ⑤ 近邻间互相打招呼

应2人以上一起避难。招呼上近邻并用引导绳索连结好，集体避难。老人和病人等要背着，给孩子绑上浮球，以确保安全。



#### ⑥ 当心脚下

水面下有窰井盖和侧沟等危险地方。用长棒代替拐杖，一边探路一边走。



#### ⑦ 当心水深

可步行的水深约为50cm。水的流速很快时20cm左右就会很危险。



#### ⑧ 在避难所留意气象信息

在避难所应相互协助。确认好受灾状况及今后的气象状况。



### 避难心得 10 条

- 确认火源！煤气阀门、电闸
- 拉着儿童和老人的手避难
- 随身携带防灾卡
- 与近邻们一起到集合场所去
- 步行避难！严禁使用汽车！
- 保护头部用安全帽和防灾头巾
- 家人间灵活利用联络记录
- 设定路线！一定要避开危险的道路和围墙边、河畔等处
- 行李控制在最小限度
- 请前往指定的避难场所避难