

はげしい雨や風のとときに

自分を守れるよう、



ふだんから備えておきましょう

そなえ

1

いま 今すぐにできること

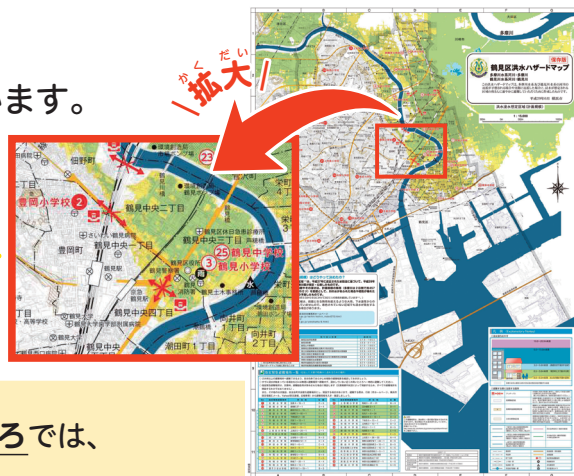
(連絡先を確認しましょう)

避難することになりそうなときは、
 家族や支援者と連絡を取って相談しましょう。
 相談する家族や支援者の連絡先を
 右に書いておきましょう。
 また、避難するときに
 どのような行動をすればいいか、
 ふだんから家族や支援者と話せるとよいです。

家族・支援者の連絡先	
名前	電話番号

(住んでいるところにどんな危険があるか知りましょう)

家の近くでどんなところが危ないかを示した
 地図があります。 **ハザードマップ** といいます。



ハザードマップは自分が住んでいる
 区の区役所でもらえます。

たとえば

- 崖の近くや地面がやわらかいところでは、
 崖や地面が崩れて家が壊れるかもしれません。
- 川の近くでは、大雨で川の水があふれて、水が家に入ってくるかもしれません。

避難するときには 持っていくもの

必要なものを 確認しましょう

住んでいるところや 雨や風のはげしさによっては、避難をすることがあります。

避難するときには、生活に必要なものを自分で持っていきます。



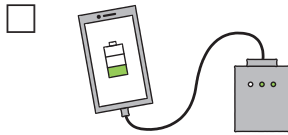
忘れずに持っていきましょう



障害者手帳や
保険証などの 身分証明書



お金や 通帳、
銀行のカード



携帯電話や
スマートフォン、充電器



いつも
飲んでいる 薬



いつも
使っている 眼鏡や
コンタクトレンズ

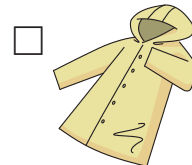
身に付けていきましょう



ヘルメット



厚底の運動靴

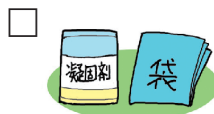


レインコート
(傘を持っていくのは
危ないです)

防災バッグなどに入れておきましょう



乾パンや 缶詰など、
料理しなくても
食べられるもの



トイレパック



軍手



飲みもの
(500ml くらい)



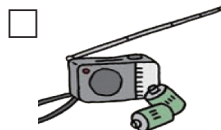
懐中電灯



タオル



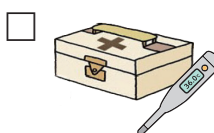
紙皿、紙コップ



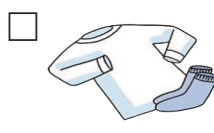
携帯ラジオと
電池



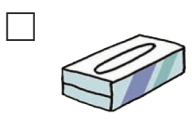
マスク、
ビニール袋



ばんそうこう、
消毒液、体温計



下着、上着、
靴下などの
着るもの



ティッシュや
ウェットティッシュ

はげしい雨や風が来る前に

雨や風の情報を知りましょう

「横浜市防災情報 Eメール」に登録しておく、避難が必要なときなどにメールが届きます。まずは右に書いてあるアドレスにメールを送ってください。

横浜市防災情報 Eメール

bousai-yokohama@
cousmail-entry.
cous.jp



件名や本文は
何も書かなくていいです。

はげしい雨や風などが来そうなときは

テレビやラジオ、インターネットなどで状況を確認しましょう。横浜市のホームページやツイッターにも情報がのります。「横浜市 防災情報」と検索してみてください。川や崖など外の様子を直接見に行くことは危ないです。絶対にしないでください。

ホームページ・ツイッター

横浜市 防災情報 検索

避難のしかたを知りましょう

避難のしかたは、状況によって違います。今いる場所から離れる方法と、高いところに逃げる方法があります。自分が安全に避難できる場所を、確認しておけるとよいです。



水平避難

今いる場所から離れる

安全なところに逃げます。たとえば、安全なところにある知り合いの家や、安全なところにあるホテル、避難場所として決められたところなどがあります。



垂直避難

高いところに逃げる

すでに水が近くまで来ている場合などは、できるだけ高いところに行きます。家などの2階より上に行ったり、近くの高い建物に行きます。



こんなときには どうすれば



はげしい雨や風などで 危ないときは、
どのくらい危ないかの お知らせがあります。
テレビやラジオ、インターネット、横浜市からのメールなどで
知ることができます。危なさには レベルがあります。

それぞれのレベルで どのような行動をすればいいか、下の表で確認しましょう

レベル 1	<p>大雨になりそうな状態です</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 天気予報などを確認します。 <input type="checkbox"/> 家の窓やドアなど、壊れそうなものがないか確認します。 <input type="checkbox"/> 避難するときに 持っていくものを確認します。 <input type="checkbox"/> 家族や支援者に連絡をして、自分がどうすればいいか確認します。 	
レベル 2	<p>避難の準備をしてください</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ハザードマップなどで、危ない場所と安全な場所を確認します。そして、避難する方法と場所を確認します。 <p>➡「大雨注意報」「洪水注意報」が出ていることがあります。</p>	
レベル 3	<p>障害のある人や 高齢の人は 避難してください</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 危ないところにいる場合、避難できる場所を確認します。避難する場所が決まったら、避難します。 <p>➡「氾濫警戒情報」「大雨警報」「洪水警報」が出ていることがあります。</p>	
レベル 4	<p>全員が 避難してください</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 危ないところにいる場合、全員が避難します。 <input type="checkbox"/> ニュースなどでは「避難指示」という言葉が出ます。 <p>➡「氾濫警戒情報」「土砂災害警戒情報」が出ていることがあります。</p>	
レベル 5	<p>命を守ってください</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> すでに川などの水があふれたり、崖や地面が崩れたりしています。絶対に外に見に行かないでください。 <input type="checkbox"/> まだ避難できていない場合は、少しでも危険から離れます。家に水が入ってきたらなるべく上に行きます。崖が崩れていたらなるべく遠くに行きます。 <p>➡「大雨特別警報」が出ていることがあります。</p>	