

在宅避難のすすめ

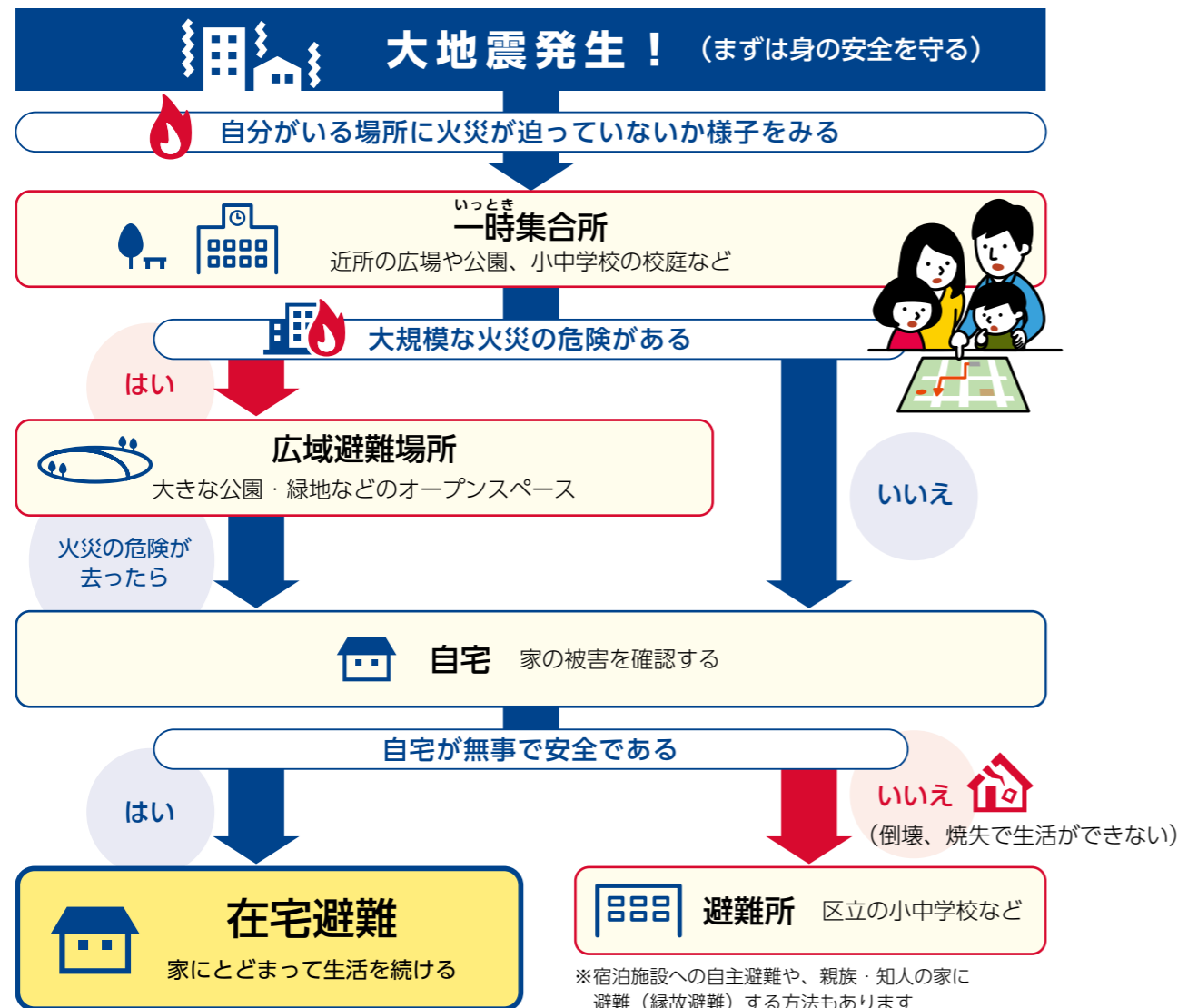


大地震がおきたら避難所とおもっていませんか？

避難所に行くことだけが避難ではありません

…そもそも、避難所は避難するところではありません

震災時の避難所は、地震によって自宅が倒壊したり焼失したりした方が、一時的に生活するための施設です。



避難所はスペースや備蓄が限られており、環境の変化などによって体調を崩すこともあります。自宅で過ごすことで他人に気を遣うことがなく、プライバシー面でもストレスがありません。



自宅が安全な時は家にとどまって生活をしましょう（在宅避難）。

事前の備えをしましょう



自宅の安全対策をしましょう
耐震補強、家具転倒防止など

自宅の耐震化や家具転倒防止器具の取り付けには、区の助成制度が利用できる場合があります。落下しやすいものがないか点検したり、出入口がふさがらないよう家具の配置を工夫しておくだけでも、いざというときの迅速な避難につながります。



住まいの点検
(耐震化、家具転倒防止)



備蓄食料
3日以上、できれば1週間分を備蓄しましょう

災害時用の非常食でなくても、いつも使う食品・食材を多めに購入しておいて、賞味期限が近いものから消費していき、食べた分をまた補充する「ローリングストック」という備蓄方法もおすすめです。



災害時お家生活のヒント
(どうしたらいいの？在宅避難)



トイレ
非常用トイレの準備をしておきましょう

停電、断水、排水管の破損などが発生すると、水洗トイレは使用できません。水を流さなくても使用できる、簡易トイレや携帯トイレを準備しておきましょう。



その他備えておきたいもの
生活用品、衛生用品、充電器、簡易調理器具など

電気・ガス・水道など、自宅のライフラインが止まってしまう可能性を想定して準備しましょう。



防災用品のあっせん



情報収集
避難所、区の情報ツール、ラジオ等

自宅にいても、最新かつ適切な情報が得られるよう、情報収集手段を確認しておきましょう。災害時は悪質なデマ情報が流されることがあります。信頼できる情報入手方法が複数あると安心です。



災害時の情報収集方法

震災時と水害時は取るべき行動や避難所が異なります

震災時については区が発行する「震災時区民行動マニュアル」や「代沢地区防災マップ」を、水害時は「世田谷区洪水・内水氾濫ハザードマップ」などを参考に、日ごろからご家庭で避難方法の確認や、災害への備えをしておきましょう。

在宅避難者も最寄りの避難所で支援を受けられます



マンホールトイレ
あります



応急給水あります



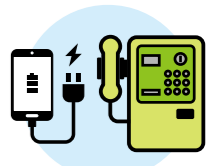
避難所に届けられる
支援物資を受け取る
ことができます



在宅避難生活時の
情報を得ることが
できます



ボランティアが
必要になったら
相談することが
できます



臨時の公衆電話や
充電スポットが
設置されます