

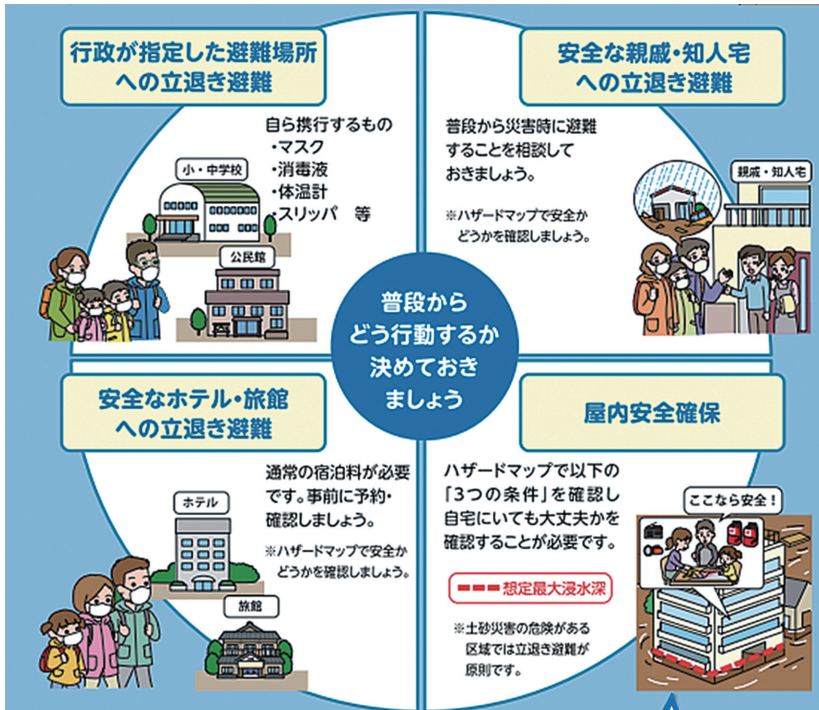


# 災害時の避難方法と情報収集手段

各地で河川の氾濫などが発生しています。災害時の避難方法や自分に合った情報収集手段を確保して、災害に備えましょう。

## 避難所以外に避難する方法を知っておきましょう

「避難」とは「難」を避けることです。避難には下図のような行動があります。普段からこういった状況にこういった避難行動を起こすかを考えておきましょう。



出典：内閣府ホームページ

## やむを得ず車中避難を選択する場合

次のことに注意してください。

- ・災害時の車での移動には十分に注意してください（津波避難の際は、原則徒歩です）。
- ・弾性ストッキングの着用、水分補給など、エコノミークラス症候群対策をしてください。
- ・長時間のアイドリング状態は一酸化炭素中毒になる可能性があります。車内の換気をしっかりしてください。



## 風水害時・屋内安全確保の「3つの条件」とは？

- 1 家屋倒壊等氾濫想定区域でない
- 2 浸水の深さより居室が高い
- 3 十分な水・食料の備えがある

## 災害時の情報収集手段を2つ以上確保しましょう

避難情報や避難所開設情報などは、さまざまな方法で入手できます。災害時には不測の事態が発生するため、複数の手段で情報が入手できるようにしておきましょう。

### 個人で準備できる災害情報収集手段

☐ 鈴鹿市ホームページ  
<https://www.city.suzuka.lg.jp>

☐ 鈴鹿市公式 facebook



☐ テレビ



☐ 緊急速報メール  
携帯・スマートフォンに届きます



☐ 防災ラジオ



☐ メールモニ  
(災害メール)



☐ 鈴鹿市公式 ツイッター

☐ スマートフォン アプリ

