

災害時の避難行動を確認しておきましょう

1 事前の準備

（１）自宅の安全確認

「洪水ハザードマップ」や「土砂災害ハザードマップ」などで、ご自宅が「洪水・浸水想定区域」や「土砂災害警戒区域」に該当するのか確認しておきましょう。

・福岡市 HP 総合ハザードマップ（新ウィンドウで表示）

<https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/>

（２）避難所以外への避難の検討

自宅が洪水・浸水想定区域等であっても、浸水想定よりも高い部屋にお住いで安全が確保できる方は、自宅の２階や建物上階へ**垂直避難**しましょう。安全が確保できる**親戚や知人宅**への避難や、ホテル・旅館への避難も検討しましょう。

自動車で安全な場所へ避難し、事象が収まるのを待つのも有効な手段です。

※車中泊避難を行う場合はエコノミークラス症候群や熱中症に注意してください。車中泊避難時の注意点については、避難生活ハンドブックで確認できます。

・（参考）避難生活ハンドブック～大規模災害を生き抜くために～

https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/t_bousai/bousai/hinanseikatsuhandbook.html

（３）避難所の確認

最寄りの避難所を確認し、避難の経路に危険な場所がないか確認しておきましょう。（避難所は福岡市総合ハザードマップ上で確認できます。）

・福岡市 HP 総合ハザードマップ（新ウィンドウで表示）

<https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/>

（４）防災備蓄品や避難時の持参品

停電や断水、店舗の閉鎖などに備え、最低でも３日分の食料と飲料水、便袋などの簡易トイレ、懐中電灯、電池式ラジオ、電池式の携帯充電器などを家庭内に備蓄しておきましょう。

また、常備薬や粉ミルク、紙おむつなど個人特有なものも必要です。これら食料品や生活必需品は、普段から少し多めに購入しておき、使用した分を随時買い足しておけば、消費期限を気にせずに、常に必要な数量が手元に確保できます。（ローリングストック法）

（５）防災リュック

市の備蓄品には限りがあるため、避難所に避難する際は、避難生活に必要な品や感染症対策としてマスクや体温計等を防災リュックにまとめて持参しましょう。

持ち出し品リスト（例）

避難生活に必要なもの：水、非常食、常備薬、お薬手帳、携帯電話、モバイルバッテリー、ライト、ラジオ など

感染症対策に必要なもの：マスク、体温計、アルコール消毒液（手洗い洗剤）、手拭きタオル など

- ・（参考）女性の視点を活かした防災ミニブック

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/danjokyodo/life/zyoseino-sitennwo-ikasita-bousaiminibukku.html>

2 情報の収集

災害時はもちろん、避難生活を送るときも情報が大切です。いざというとき正しい情報を手に入れるためにも、日ごろから防災に関する情報を入手する習慣を身につけましょう。

（１） 気象情報

テレビやラジオなどで気象情報を収集しましょう。

（２） 防災情報

緊急情報や気象警報・注意報などの防災に関する情報を携帯電話やパソコンメールで受け取ることができます。

- ・ [福岡市 LINE 公式アカウント](https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/b_suishin/bousai/line_evacuation.html)・・・防災など選択した情報を LINE でタイムリーにお届けします。

https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/b_suishin/bousai/line_evacuation.html

- ・ 福岡市防災メール・・・緊急情報、気象情報といった防災情報をメールでお届けします。

https://www.city.fukuoka.lg.jp/shimin/b_suishin/bousai/bousaimail.html

3 避難行動

(1) 警戒レベルと避難情報

お住いの地域に警戒レベル・避難情報が発令された場合は、各レベル・避難情報に応じた避難行動を取りましょう。

- ・ 警戒レベルと避難情報について

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/bousai/hinanword.html>

(2) 災害ごとの避難行動

災害が発生する前に早めの避難行動をとりましょう。

【災害別避難の心得】

- ・ 洪水浸水 (https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/f_instr.html)
- ・ 土砂災害 (https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/l_instr.html)
- ・ 高潮 (https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/h_instr.html)
- ・ 地震 (https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/e_instr.html)
- ・ 津波 (https://webmap.city.fukuoka.lg.jp/bousai/t_instr.html)

4 避難所への避難

(1) 避難

警戒レベル・避難情報が発令され、市が開設する避難所へ避難が必要な場合は、開設中の避難所を確認し避難してください。

- ・ 緊急情報（発令中の避難情報、開設している避難所など）

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/bousai/emevacuate.html>

(3) 避難所での生活

避難所には様々な方が避難されます。避難所を円滑に運営するためにも避難者がお互いに支援しあい、地域や行政等と協力しましょう。事前に避難所での生活をハンドブックでご確認ください。

- ・ 防災関係の主なハンドブック

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/bousai/bousaihandbook.html>

5 避難所における感染症対策

避難所には、感染症対策に必要なもの※を持参し、感染症対策を徹底してください。

(※マスク、体温計、アルコール消毒液（手洗い洗剤）、手拭きタオルなど)

- ・ 手洗いやマスクの着用を徹底しましょう。
- ・ みんなで協力して定期的に換気しましょう。
- ・ 家族ごとに一定の距離（2m）を保ちましょう。
- ・ 手拭きタオルは共有しないようにしましょう。
- ・ 体調をチェックしましょう。（定期的に体温測定、風邪症状などがないかを確認）

※体調が悪い時や熱が出た時は直ちに申し出てください。

6 その他（防災関係リンク）

- ・ 福岡市 防災情報（防災アプリ・ハザードマップ・ハンドブック等）

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/bousai/index.html>

- ・ 福岡市防災・危機管理情報サイト（緊急情報・福岡市の雨量・河川水位等）

<http://bousai.city.fukuoka.lg.jp/>

・ 外国人の方へ (For Foreigner)

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/bousai/bousaiforeigner.html>