

東久留米市



ぶんさんひなん

分散避難のススメ

自然災害が発生した場合に、新型コロナウイルス感染症などの感染症が流行している状況では、不特定多数の人が集まる指定避難所等での避難生活の感染拡大のリスクが高まります。そこで、災害が発生したとき、3密を防止し感染症による2次被害を防ぐため、また、風水害時に高齢者等が事前に避難する必要がある場合(注1)など、避難所に避難する以外の方法（**分散避難**）もご検討ください。具体的には以下のような方法が考えられます。

分散避難とは・・・

○災害発生時に、自宅が安全な場合、自宅に留まる方法（在宅避難）

○安全な地域に住んでいる親戚や友人・知人宅や宿泊施設などに

避難する方法

このパンフレットでは、災害の種類別に感染症対策や高齢者等の避難などを踏まえた避難の流れをまとめました。災害が起こる前にご覧いただき、いざ災害が発生した際、感染症などの二次災害を防ぎながら、安全に避難する方法を事前に検討しましょう。

注1：事前避難が必要な場合… 警戒レベル3相当以上の気象状況（避難指示、避難勧告、避難準備高齢者避難相当）



令和2年7月15日に配布した
「災害時の分散避難と感染症対策」
(保存版)もご覧ください

お問い合わせ先
東久留米市環境安全部防災防犯課
042-470-7769（直通）

【地震編】

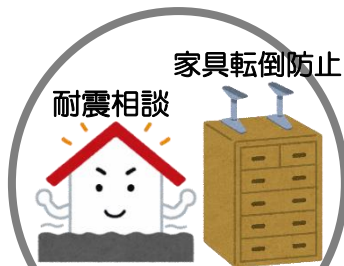
避難の流れ



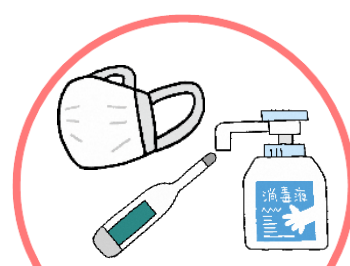
防災マップ
確認



非常時持ち出し品
準備



日頃からの備え



感染症対策

平素の備え

地震発生

地震から身を守る行動「シェイクアウト」を実施
①姿勢を低く ②頭を守る ③動かない



- ・火災や建物倒壊などの危険性がある
- ・警察、消防、市からの避難指示がある

- ・火災や建物倒壊などの危険性がない
- ・警察、消防、市からの避難指示はない



1. 自宅が安全な場所である



在宅避難

3. 1 及び 2 以外の方法で避難する必要がある



避難所避難

ペットの避難(注2)

2. 避難所以外に安全な場所がある

ホテル、親戚宅、友人・知人宅、など



分散避難

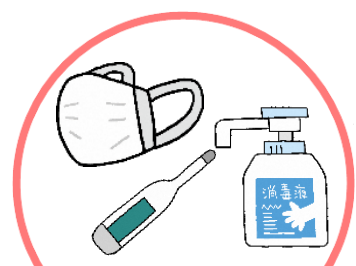
【風水害編】 避難の流れ



洪水ハザード
マップ確認



非常時持ち出し品
準備



感染症対策

平素の備え

☆風害避難のタイミング: 自宅地域の周囲の状況や気象情報、市が出す情報等に留意し、安全に避難するために夜間や豪雨の中を避け、自主的に早めの避難をしましょう。

1. 自宅が安全な
場所である



自宅



在宅避難
(垂直避難)

2. 避難所以外に
安全な場所がある

ホテル、親戚宅、
友人・知人宅、など



分散避難

3. 1 及び 2 以外の
方法で避難する
必要がある



避難所避難

ペットの避難(注2)

医療機関等
体調が悪い場合
(事前に)



受診

医師により感染リスクが
高いと判断された場合
は、避難所以外に
安全な場所がある
場合、
体調が悪くなった場合
は、
医療機関等
に相談する

注2: ペットは、避難所敷地内(屋外)と一緒に避難する「同行避難」ができます。
避難所屋内で生活を共にする「同伴避難」はできません。

☆「もしも」に備える11の POINT！☆

～下記のチェックリストを確認して「いざ」という時に備えましょう～

	チェックリスト	確認			
1	「防災マップ」「洪水ハザードマップ」で自宅のある場所や地域が安全であるかどうかを確認し、『在宅避難』が可能か検討した。	☐			
2	安全な地域に住んでいる親せきや友人、知人と連絡を取り、『分散避難』をする場合の対応について確認をした。	☐			
3	自宅の最寄りの避難所について、所在、安全な避難経路を確認した。	☐			
4	市のメール配信サービス『安心くるめーる』に登録し、市が発信する避難所開設情報や避難指示・勧告等の災害関連情報を把握できるようにした。	☐			
5	冷蔵庫やタンスなど、地震で動きやすい家具の固定をしてある。	☐			
6	レトルト食品や缶詰、栄養補助食品などの食料品や飲料水を概ね7日分備蓄してある。	☐			
7	備蓄した食料品や飲料水を期限の前に消費して新しいものに買い替えている（「日常備蓄」）	☐			
8	持病の薬や常備薬のほか、簡易トイレ、ティッシュペーパー、トイレットペーパー、生理用品、ビニール袋、使い捨てカイロなどの生活用品を備えてある。	☐			
9	懐中電灯や携帯ラジオ、乾電池、カセットコンロ(ボンベ)、モバイルバッテリー、食品包装用ラップなど、避難生活であると重宝する用品を備えてある。	☐			
10	感染症対策としてマスクや手指消毒剤、体温計、アルコールペーパー、ウェットティッシュなどを備えてある。	☐			
11	災害情報や気象情報、行政(市)が出す情報を収集するため、下記のホームページ(HP)を確認した。				☐
	災害時の分散避難と感染症対策(市 HP)	気象庁 HP	防災マップ・洪水ハザードマップ	安心くるめーる	
					 黒目川取水上

Q&A 「避難所に避難していなくても支援は受けられるの？」

自宅での在宅避難や親せきや友人、知人宅への避難を選択した人も公的支援の対象になります。この場合、最寄りの指定避難所において「避難者カード」への記入を行い、受付手続きをお願いします。

市では、指定避難所などで情報や物資を提供できるように体制を整備しています。