

# 昔

## 避難 = 避難所に行くこと

避難所の備蓄品には限りがあります。

必要なものは自分で準備して持参しましょう。

避難先は避難所のみという考え方が一般的で、災害リスクの有無にかかわらず、避難所に行くことが正しいとされてきました。

### 避難所



何も準備しなくても大丈夫だろう…



「避難勧告」が発令されたから避難所に行こう…

## 避難勧告 + 避難指示

||

## 避難指示

に一本化

### 防災士の ワンポイントアドバイス！



防災士

宇佐美 誠さん

近年、避難情報の名称変更や警戒レベルの導入、ペットとの避難など、激甚化・多様化する災害に対応するため、防災情報は日々アップデートされています。自分自身で情報収集する習慣づくりが、行政に頼りきりにならない素早い避難行動にもつながります。今回の記事をご覧になり、今一度情報の更新を行い、災害に備えるようにしましょう。

避難の途中で災害が発生している場合もあります。避難に危険を伴うときは、その時の状況に応じて、一番安全だと思う場所で身の安全を守りましょう！

### ホテル・旅館



### 親せき・友人宅



### 避難所



ミルクや常備薬、生理用品や介護用品など、家族構成によって必要なものは異なります。事前に準備しておきましょう！

### 車中



車中避難の際は、周囲の安全を確認しましょう。エコノミークラス症候群予防のため、水分補給や適度な運動を心がけましょう！