

# ひなんときこうどうかくにん 避難する時の行動を確認しよう！



## 避難する時はどんな行動をすればいいの？

下図の「逃げ方判断フロー」を参考にして避難するのだよ。



## 逃げ方判断フロー



## 避難所まで歩くのに、どれくらい時間がかかるのかなあ？

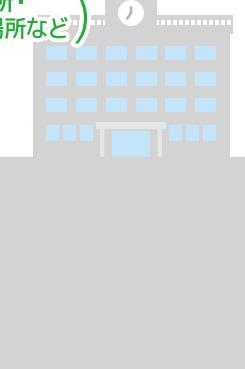
大人の場合、500m歩くのに6~8分程度かかることを目安にしておくのだ。



500m(平地)歩くのに  
かかる時間(目安)

- 成人男性 … 約6分
- 成人女性 … 約8分
- 高齢者 … 約10分

## 避難所等 (指定避難所・指定緊急避難場所など)



早めに避難開始!

## A 水平避難 安全な場所へ避難



安全な場所へ速やかに避難！

時間と安全な避難経路が確保されていれば  
外が明るいうちに速やかに避難！

## B 垂直避難 今いる建物の2階以上または近所の高い建物へ避難

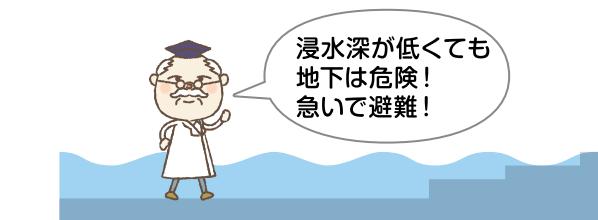


とにかく高いところに避難！

すでに外が危険な場合  
とにかく高い場所へ避難！

すでに外が危険な場合  
むやみに移動しない！

## C あわてず、その場にとどまり安全確保



## i 基本情報の確認

いざという時のために、①～③の項目を事前に確認しておきましょう

### ①自宅の位置・高さ

- まずは、地図を見て自宅の位置を確認！
- 建物の高さ(階数)も重要！

### ②災害の危険性

- 次に自宅周辺の洪水や土砂災害の危険性を確認！

### ③指定緊急避難場所

- 避難可能な指定緊急避難場所を確認！
- 指定緊急避難場所の他にも、近所の高い建物、高台の道路も調べておくと有効！

## 避難行動

避難行動の基本はA、やむを得ない場合はBまたはC

●大雨が予想される場合 ..... 避難行動 A

(早めに避難所へ避難！)

●外が危険で避難所まで行けない時や、万が一逃げ遅れた場合 ..... 避難行動 B または C

(今いる建物の2階以上、または近所の高い建物へ避難あるいは、あわてず、その場にとどまり安全確保！)

