

～自宅が安全な場合の～

# 在宅避難



「大きな災害が起きたら避難所に行く  
しかない…」とは限りません。  
災害時にも、自宅で避難生活を送る  
「在宅避難」という方法があります。

匠璣市総務課消防防災班

0479-73-0084

在宅避難とは、災害が発生したときに、自宅で身の安全が確保され、引き続き自宅で生活が可能な場合、自宅で避難生活を送ることです。

避難所のスペースは限られており、慣れない避難所での集団生活や生活環境の変化等は、ストレスを抱えやすく、体調を崩しやすくなります。安全な場所にいる方は、必ずしも避難所へ避難する必要はありません。

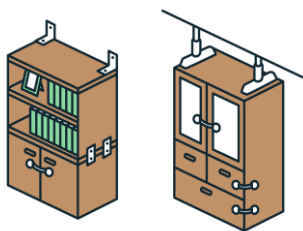
**ただし、危険を感じたら躊躇することなく避難するよう心掛けてください。**

## 家の安全対策

阪神・淡路大震災の死者の約8割が建物倒壊による圧死などが原因でした。

家屋は倒れるものと考え、家具類の固定や配置の見直しなどの対策をしましょう。

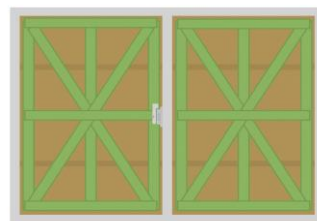
☆家具などの転倒防止



☆テレビの固定



☆窓ガラスの飛散防止



## 備蓄品の準備



備蓄は「最低3日分、できれば1週間分」

大規模な災害の発生直後は、食料や日用品等の購入が困難になります。家族構成を考慮して、必要な備蓄をしておきましょう。

**◎特に重要な物！**

- ・水（1人1日3ℓ）・食料品（レトルト食品等）
- ・モバイルバッテリー・カセットコンロ
- ・携帯用トイレ（1人1日5回分）
- ・ラジオ・ランタン・常備薬・乾電池等

☆ローリングストックのイメージ

災害時に自宅で生活できるよう、普段の生活で使う食品や日用品を少し多めに買い置きし、使った分を買い足しておきましょう。  
(回転備蓄・ローリングストック)

