

## 3. 平日里做好准备

### ③ 提前准备应急外带物品

**应急外带物品** 提前做好准备, 紧急时保持冷静, 不要慌张, 以防受伤。

#### 贵重物品

- 身份证
- 健康保险证
- 印章  存折
- 现金(包括零钱)



#### 药品类

- 常备药  口罩  消毒液
- 用药手账  体温计



#### 自选外带物品

- 
- 
- 
- 
- 
- 

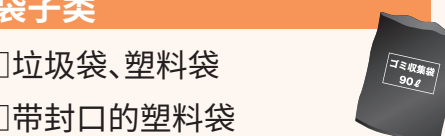
#### 小工具类

- 手电筒  收音机
- 电池
- 手机、充电器



#### 袋子类

- 垃圾袋、塑料袋
- 带封口的塑料袋



#### 水/食物

- 水
- 应急食品



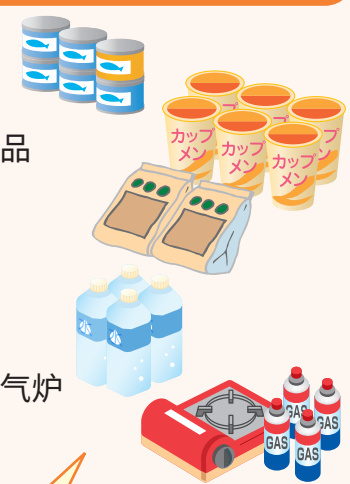
#### 其他

- 纸巾  湿纸巾  毛巾
- 手套  雨具、防寒衣物  拖鞋  野餐垫
- 内衣、外衣等换洗衣物  书写工具  生理用品



#### 应急储备品

- 罐头类
- 速食食品
- 速热饭
- 水
- 台式燃气炉 煤气罐



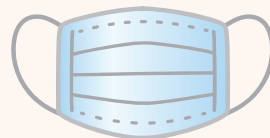
储备时要确保家人至少能生存3天(推荐7天), 以防淹水长久不退。

#### 灾害时的传染病对策

##### ● 确认应急外带物品

尽量提前为避难所生活做好传染病对策。

- 口罩
- 手指消毒液
- 除菌酒精棉
- 体温计



##### ● 避难所生活的注意事项

- 避难时佩戴口罩。
- 进入避难所前, 配合测体温、确认身体情况。
- 确保勤洗手、咳嗽时捂住口鼻。
- 与其他避难者保持充足的距离。

### ④ 了解避难时的守则

避难的大原则是“淹水开始前”、“自主判断”、“步行”!

#### ● 在淹水开始前避难!

一旦开始淹水, 即便水浅, 流速太快也会使腿站不稳。另外, 可能会因无法确认水沟或下水井盖、河道等而跌落。

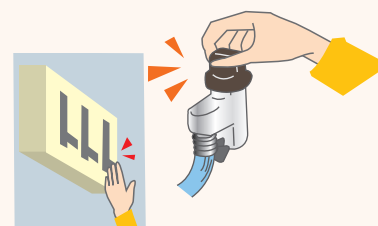
#### ● 自己对避难做出判断!

基于防灾气象信息、避难信息等防灾信息, 自主妥善避难。

#### ● 移动方式为步行!

车辆可能会发生故障、或遇到交通拥堵。

● 外出避难前请关闭电闸, 拧紧燃气总阀。



● 避难时注意穿着要方便行动, 2人以上一起避难。



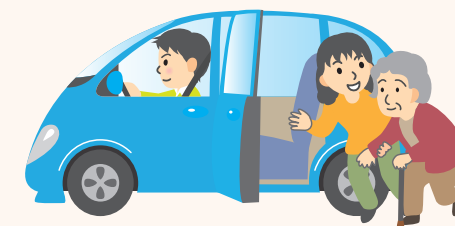
● 夜间避难时难以确认周围的情况, 非常危险。尽可能在天色暗下前完成避难。



● 如果避难前出现了淹水, 请向建筑物2楼以上的较高场所移动, 保护好自己。



● 难以步行避难、或住在山里必须用车的居民, 请在雨势变大前尽早开始避难。



开车避难也要在淹水开始前!

#### 如果发现土石流灾害的前兆现象, 立刻避难!

发现右图所示的前兆现象, 立即前往安全场所避难, 并通报茨木市、警察或消防等。

即便没有发表通知土石流灾害发生风险的“土石流灾害警戒通知\*”, 也要本着“宁可白跑一趟”的态度, 立即避难。

\*土石流灾害警戒通知会在大雨引发土石流灾害的风险升高时, 由日本气象厅与都道府县共同发表。发表了该信息时, 表明土石流灾害发生的风险非常高, 需加强警戒。

