

避難の心得について

西日本を中心とした7月の豪雨災害で、死者217人、行方不明者12人の人的被害(7月18日現在)が発生し、多くのかたが犠牲となりました。土砂崩れや浸水による被害が相次いだことから、改めて避難についてお知らせします。

外に出るのが危険なら、垂直避難を

猛烈な雨が降っている場合や、すでに道路の浸水が始まっている場合、特に夜間においては、外に出て避難所へ移動することがかえって危険なこともあります。

その場合は、家の2階以上に避難しましょう。

土砂災害警戒区域などでは、山の斜面から離れた2階の部屋に移動することで、リスクを軽減することができます。

早めに避難所への避難が原則ですが、それが難しい場合には、「垂直避難」を心がけてください。



避難情報は3段階

市から発令される避難情報は、次の3種類で、右に行くほど深刻な状況となります。

もしもの災害時に適宜適切な避難を行うために、普段から家族や地域で避難行動などについて確認しておきましょう。

総務課防災危機管理室



(25)

1118

一人一人が備えてこ！
防災力UP！鳥羽

vol.62

弱

<避難情報の種類・とるべき避難行動>

強

避難準備・ 高齢者等避難開始

- ・避難に時間を要するかた(高齢のかた、障がいのあるかた、乳幼児など)とその支援者は避難を開始しましょう。
- ・そのほかのかたは、避難の準備を整えましょう。

避難勧告

- ・速やかに避難場所へ避難しましょう。
- ・外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅のより安全な場所に避難しましょう。

避難指示(緊急)

- ・緊急に避難場所へ避難しましょう。
- ・外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅のより安全な場所に避難しましょう。

赤ちゃんは、生後6〜7か月ごろになると、ママ以外のかたが近づくと不安そうにしたり、泣き出したりといった「人見知り」がよく見られます。

この頃に大好きなママの姿が見えなくなると、大泣きをしてママをひたすら探す「後追い」という行動もよく見られます。ママの姿が見えないけど存在しているということや、すぐに戻ってきてくれるという理解がまだできないため、不安になって泣き出したり探し回ったりする行動です。人見知りと後追いは同時期にやってくるので、ママはダブルパンチで大変です。

成長の証でもあります。ハイハイができるようになると、「赤ちゃんが泣いて追いかけてくるので、トイレにもゆつくり行けない」と嘆くママの声もよく聞きます。ママとの絆が深まり、追いかけてきてくれることは本当はうれしいことのはずなのに、それがずっと続くとママもストレスになります。

家事に育児とたくさんやることのあるのに思うようにできないことでイライラして、赤ちゃんの人見知りや後追いを余計に受け止めきれなくなります。そんな時は一人で頑張らずに家族の協力を得ましょう。そうすることで、ママの負担が軽減され、家族で子どもの成長を喜び合えるようになります。

Vol.47



「人見知りと後追い」

みんなで子育て
だっこで
ほっと

子育て支援センター
☎ (25) 7225