

避難の心得について

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。

<避難情報の種類・とるべき避難行動>

弱

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。



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.59

しかし、忙しい毎日の中でそうすることが難しいこともたくさんあると言ひ添えられました。いつもそうしなければ

ですね。

大人が先に視線を外さないようにすることで、赤ちゃんはいつも自分のことを見てくれている人がいることを感じ、安心するそうです。赤ちゃんは、安心できる中でこそ、健やかに成長できると言われていますから大切なこと

ですね。

その中で「アイコンタクト」に関して「赤ちゃん目が合った時は、なるべくママの方から視線を外さないであげてください」と言われたことが印象に残りました。

子育て支援センターで0歳の赤ちゃんをママを対象に「赤ちゃん広場」を実施し、助産師さんが赤ちゃんとのふれあい方について話してくれました。

あげたいですね。

中々とても大切な力となっていきます。安心できる温かいまなざしをたくさん注いであげたいですね。

赤ちゃんは、アイコンタクトもスキンシップも何も知らずに生まれてきます。パパやママが微笑みかけ、言葉をかけ、優しく触れてやることで、はじめて身に付けていくのです。それは、生きていく中でとても大切な力となっていきます。安心できる温かいまなざしをたくさん注いであげたいですね。

赤ちゃんは、アイコンタクトもスキンシップも何も知らずに生まれてきます。パパやママが微笑みかけ、言葉をかけ、優しく触れてやることで、はじめて身に付けていくのです。それは、生きていく中でとても大切な力となっていきます。安心できる温かいまなざしをたくさん注いであげたいですね。

そんな話を聞きながら、赤ちゃんを目を合わせて微笑み合い、語り掛けている様子に、言葉の解らない赤ちゃんも、目と目でちゃんと心のキヤッチボールができているのを感じました。

Vol.46

「目と目で会話」

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