

# 災害の備えは大丈夫ですか？

新型コロナウイルス感染症の不安が続いていますが、災害はいつ起きるかわかりません。突然やってくる災害に対して、被害をできるだけ抑えるために日頃から家庭で、次のような備えを進めておいてください。

- 地域で協力し合えるよう“顔のみえる関係”を築き、避難するときは、近所に声を掛けて。
- 災害時に備えて、家族で避難場所などについて話し合っておくことも大切です。避難所が過密になることもあるので、可能な場合は親戚や友人の家等の避難も検討してみましょう。
- 気象情報に気をつけて。  
携帯電話をお持ちのかたは、和寒町に警報などの発令がされますと、メール配信される設定ができます。北海道防災情報の携帯サイト <http://i.bousai-hokkaido.jp/> から登録ができます。
- 地震に備え、金具や市販の転倒防止用具で、家具などが倒れないよう固定してください。
- 停電に備え、防災無線の受信機や懐中電灯に使用する電池を用意しておいてください。  
また、長時間の停電では、ランタンやカセットコンロが役立ちます。

## —— 災害時の避難情報が変わります ——

これまでの避難情報区分が下表のとおり変更となりました。また、警戒レベル4の「避難勧告」が廃止され避難指示に一本化しましたので、「避難指示」が町から発令されたときには、防災のしおり（洪水ハザードマップ）を確認し、危険な場所から全員避難しましょう。

警戒レベル	これまでの避難情報	新たな避難情報
5	災害発生情報	緊急安全確保
4	・避難指示（緊急） ・避難勧告	・避難指示 （避難勧告は廃止され避難指示に一本化）
3	避難準備・高齢者等避難開始	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報（気象庁が発令します）	
1	早期注意情報（気象庁が発令します）	

### 非常用持出品を確認

災害時には、電気や水道等のライフラインが止まる可能性があります。

日頃から、保管場所や内容について確認しておきましょう。

例：マスク、消毒液、体温計、水、食料、常備薬、懐中電灯、防災情報ラジオ、電池、軍手、防寒具など



## こころの健康 ～悩みごと、お気軽にご相談ください～



もし、あなたが悩みを抱えていたら誰かに相談してみませんか。ひとに話すことで、少しでもこころが軽くなるかもしれません。秘密は守られます、まずはお電話ください。

●和寒町保健福祉センター 0165-32-2000（平日 8:30～17:15）

●北海道いのちの電話 011-231-4343（有料・365日24時間対応）

自殺を考えるほどの深い悩み・苦しみを抱え、誰にも相談出来ずにいる方々の支えになります。

●24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310（無料・365日24時間対応）

いじめやその他の子どものSOS全般に悩む子どもや保護者などを対象とした窓口です。

●よりそいホットライン 0120-279-338（無料・365日24時間対応）

DV、性暴力、自殺を考えるほど悩んでいる時など、どんな悩みも一緒に解決する方法を探します。