

# 県民の皆さんへ

令和3年5月18日

三重県防災対策部

本県では今年、統計開始以来過去2番目の早さで梅雨入りを迎えました。本格的な風水害シーズンを迎えるにあたり、もしもの際にどのような避難をすべきか前もって考えておくことが大切です。

特に新型コロナウイルス感染症への対策も検討しておく必要があります。三密（密閉空間、密集空間、密接空間）を避けるため、一人ひとりの避難時の行動の見直しや感染対策が重要となります。

また、避難所では密集した環境での集団生活等により、新型コロナウイルス感染症に限らず、インフルエンザや、ノロウイルス等による感染性胃腸炎、食中毒などが拡大するリスクが高まるため、感染対策が必要です。

地震、風水害が起きたらどうするのか、感染予防の観点からも平時からやっておくべきことと災害時に行うべきことをあらかじめお考えくださいますようお願いいたします。

## 1. 平時からやっておくべきこと

### (1) 前もって避難行動を確認しておきましょう

ハザードマップを前もって確認することで避難が必要かどうか、必要な場合はどのように避難をするかを考えておきましょう。

親戚や知人の家、近所の安全な所などの避難所以外の避難先も考えてみましょう。また、避難する場合に備えて前もって避難先に相談しておきましょう。

### (2) 備蓄・防災グッズの見直し

避難時に持ち出す防災用品に、マスクや消毒液、タオル、ウエットティッシュ、体温計などの感染予防に役立つものを加えておきましょう。

## 2. 災害時に行うべきこと

### (1) 事前避難の必要性の確認と避難場所の検討

避難とは「難」を「避」け、安全を確保することです。

- ・自宅での安全確保が可能な場合には自宅に留まりましょう。(垂直避難の検討)
- ・親戚や知人の家、近所の安全な所などの避難所以外の安全な場所が確保できる場合は安全な場所に避難することを検討しましょう。
- ・避難所以外の避難先が確保できない場合は、速やかに避難所に避難しましょう。

\*まずは危険な場所からの避難を優先し、命を守る行動をとります。\*

## (2) 避難場所での感染予防

### ○自分でできること

- ・感染予防のため定期的に体調確認や検温を行い、体調に変化があれば早めに相談しましょう。
- ・手洗いや手指消毒を行い、咳エチケット等の基本的な感染対策を徹底しましょう。

### ○みんなできとくむこと

- ・避難所などの大勢の人が集まる場所では、①入り口での体調確認、②ゾーン分け、③体調不良者のための個室の確保、④健康状態の観察と体調不良時の早めの発見と対応に努め、十分な換気を行うとともに人との距離を広め（1 m以上、できれば2 m以上）に確保しましょう。
- ・定期的に清掃するなど避難場所の衛生環境をできるだけ整えましょう。

## (3) 熱中症の予防

災害時には、慣れない環境や作業で熱中症のリスクが高くなりますので注意しましょう。

※やむを得ず車中泊をする場合、車両は日陰や風通しの良い場所に駐車しましょう。車用の断熱シート等も活用しましょう。また、エコノミークラス症候群の予防に努めましょう。

## 3. 参考となる情報

### 【新型コロナウイルス感染症に関すること】

#### ○新型コロナウイルス感染症全般に関すること

- ・三重県 ホームページ

<https://www.pref.mie.lg.jp/YAKUMUS/HP/m0068000066.htm>

#### ○新型コロナウイルスに関する最新情報

- ・厚生労働省 ホームページ

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

- ・厚生労働省 ホームページ 新型コロナウイルスに関する Q&A

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_ga\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_ga_00001.html)

#### ○災害時における避難所での感染症対策

- ・厚生労働省 ホームページ

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_00346.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_00346.html)

### 【避難及び備蓄に関すること】

- 避難準備に関すること（県内市町の避難所情報、防災マップ一覧へのアクセス）  
詳細は各市町ホームページをご覧ください。

- ・防災みえ ホームページ  
<http://www.bosaimie.jp/>
- ・ハザードマップ ポータルサイト（国土地理院）  
<https://disaportal.gsi.go.jp/>
- ・各市町防災関係一覧 ホームページ（防災みえ）  
[http://www.bosaimie.jp/static/X\\_MIE\\_ne000](http://www.bosaimie.jp/static/X_MIE_ne000)
- ・「新型コロナウイルス感染症が収束しない中における災害時の避難について」（内閣府）  
<http://www.bousai.go.jp/pdf/colonapoint.pdf>

#### ○個人での備蓄物品の例

- ・個人、家庭及び地域における新型インフルエンザ対策ガイドライン（厚労省）  
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/11.html>

#### 【熱中症予防に関すること】

- 「災害時の熱中症予防 ～避難生活・片付け作業時の注意点～」  
[https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/20210315\\_heatillness\\_leaflet\\_saigai.pdf](https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/20210315_heatillness_leaflet_saigai.pdf)

#### 【エコノミークラス予防に関すること】

- 「エコノミークラス症候群の予防のために」（厚労省）  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000170807.html>

#### 【ペットに関すること】

- 動物の愛護と適切な管理（環境省）  
[http://www.env.go.jp/nature/dobutsu/aigo/2\\_data/pamph.html](http://www.env.go.jp/nature/dobutsu/aigo/2_data/pamph.html)