

# 极早避难

- 不要认为“暂时不要紧”“我没事的”。极早避难是保护生命的关键。
- 如果大阪市发布避难信息，请立即采取必要的避难行动。

## 发生风灾水灾而避难时

- 1到2层木造住宅或可能浸水的公寓低楼层的住户  
⇒到指定海啸避难大楼和水灾避难大楼等灾害避难所、建筑物或附近高楼内避难
- 公寓3楼以上等没有浸水危险楼层的住户  
⇒待在家里安全的地方，确保安全

## 避难时穿戴要考虑到安全、方便行动

带头盔和防灾头巾等，保护好头部不受刮落坠物伤害。穿防滑鞋。光脚或穿雨鞋很危险。行李控制在最少限度，双手要腾出来。

## 如果已经浸水请到附近高楼内避难

在已经浸水的情况下，避难非常危险。因身处已经浸水、四周漆黑的地方，不能前往避难所时，请暂时到附近3楼以上建筑物内避难。

## 万不得已在浸水情况下前往避难时的注意事项

### 注意水深

可行走的水深参考值为男性约70cm，女性约50cm。但是，即使浸水只到脚踝程度，水流湍急时也不要步行。请到高处等待救援。

### 注意脚下

在水流下方可能有井盖脱落的井口、沟渠等危险场所。行走时请找一根长棍作拐杖，确认脚下是否安全。

### 不要一人单独行动

招呼邻居一起成为集体避难。为了防止走散，可以互相用绳子牵着走。

### 照顾好孩子和老年人

背着老年人和病人，给孩子戴上救生圈，确保安全。



## 打雷时保护好自身安全

听到雷声、雷云即将来临时，接下来会打雷。根据雷云的位置，海洋、平原和山脉任何地方都可能受到雷击。如果附近有高大物体，雷电容易通过它泄放下来。在运动场、高尔夫球场、室外游泳池、堤坝、沙滩、海上等开阔的场所，以及山顶和山脊等高处，人容易被雷击，所以要尽快到安全的空间避难。

钢筋混凝土建筑、汽车、公共汽车、火车内部是比较安全的空间。另外，木结构建筑的内部基本上也是安全的，但离开所有电器、天花板和墙壁1米以上更加安全。

(引用自日本国土交通省电子邮件杂志)

