

## 第11節 避難

災害が発生し、家屋内にとどまることが危険な状態になった場合は、落ち着いてすばやく避難する必要があります。その際には、高齢者や障がいのある方などの要配慮者の保護を念頭に置き、近所のひとり暮らしの高齢世帯などにも声をかけるなど近隣で協力することが大切です。また、避難所での生活を余儀なくされる場合も自主防災組織を中心にみんなで助け合いましょう。

### 1. 避難情報

#### (1) 大阪市からの避難情報について

大阪市では、防災スピーカーや携帯電話・スマートフォンへの緊急速報メールなどにより、必要な場合に避難情報を発令します。

大阪市が発令	警戒レベル5	<b>災害発生</b> 既に災害が発生している状況。 <b>命を守るための最善の行動をとる。</b>
	警戒レベル4	<b>全員避難!!</b> <b>速やかに避難</b> する。避難場所までの移動が危険と思われる場合は、 <b>近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所</b> に避難する。
	警戒レベル3	<b>高齢者等避難!!</b> <b>その他の人避難準備</b> 避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)と <b>その支援者は避難</b> する。その他の人は、避難の準備を整える。
気象庁が発表	警戒レベル2	<b>避難行動の確認</b> 避難に備え、ハザードマップ等により、自らの <b>避難行動を確認</b> する。
	警戒レベル1	<b>心構えを高める</b>
		災害への心構えを高める。

#### (2) 避難情報の伝達手段

- 防災スピーカー（同報系防災行政無線）、テレビ・ラジオ
- 緊急速報メール、ホームページ、SNS、大阪防災ネット

◇【参考資料④】「災害情報を入手する」

- 自主防災組織等への連絡、広報車など

#### (3) 防災スピーカーのサイレン（警報音）パターン

区役所や小学校の屋上に設置している防災スピーカーから、緊急事態の種類ごとに定めたサイレン（警報音）パターンにより、警報や避難勧告、避難指示などを知らせます。

緊急事態の種類	サイレン（警報音）パターン	とっていただく行動
テロやゲリラなどの武装攻撃 弾道ミサイル攻撃に関する警報	サイレン14秒吹鳴	屋内に入り、テレビやラジオで詳しい状況を確認
大津波警報	サイレン2秒吹鳴 2秒休止 サイレン2秒吹鳴 2秒休止 サイレン2秒吹鳴	海岸や河川から離れ、津波避難ビル など頑丈な建物の3階以上に避難
津波警報	サイレン2秒吹鳴 6秒休止 サイレン2秒吹鳴	
警戒レベル5	サイレン20秒吹鳴 10秒休止 サイレン20秒吹鳴 10秒休止 サイレン20秒吹鳴	お近くの災害時避難所など、安全な場所に避難 ※河川の氾濫など避難所に避難するより近くの3階以上の建物に避難する方が安全な場合があります。身を守る行動について確認しましょう。
警戒レベル4	サイレン10秒吹鳴 10秒休止 サイレン10秒吹鳴 10秒休止 サイレン10秒吹鳴	

## 2. 安全に避難するために

### 避難のタイミングを見逃すな

- 大阪市から避難勧告や避難指示が出たとき
- 津波のおそれがあるとき
- 建物が倒壊する危険があるとき
- 近隣で火災が発生し、延焼のおそれがあるとき
- 自宅で火災が発生し炎が天井まで燃え移ったとき
- 危険物が爆発するおそれがあるとき

### 動きやすく安全な格好で避難

- ヘルメット(防災ずきん)をかぶり頭を保護
- 非常持ち出し品はリュックに入れて背負う
- 長袖・長ズボンを着用。燃えにくい木綿製品がよい
- 軍手や革手袋をはめる
- くつは底の厚い、はき慣れたものを

### 避難時のポイント

- 避難する前にもう一度火元を確認。ガスの元栓を閉め、電気のプロセカ-も落とす
- 荷物は最小限の非常持ち出し品に限る
- 外出中の家族には避難先を記した連絡メモを目立つ場所に残す
- 移動するときは、狭い道、塀や自動販売機のそば、ガラスや看板の多い場所は避ける
- 最寄りの避難所へ徒歩で移動する
- 子ども、障がいのある方、高齢者など災害時避難行動要支援者を中心に避難者がはぐれないように。

## 3. 避難場所・避難所について

### (1) 避難場所と避難所

西成区には次のような避難場所と避難所があります。

避難場所	<b>広域避難場所</b> (西成公園) (天王寺公園、阿倍野再開発地区住之江公園一帯、浪速公園一帯)	同時多発火災が発生し、人命に著しい被害を及ぼすと予測される場合の、大規模な避難に適する大きな公園 注) 西成公園は木津川沿いに位置し、津波の浸水被害が想定されるため津波発生時の避難は危険
	<b>一時避難場所</b> (公園、学校の校庭等 87 か所)	最初に避難する場所。一時的に避難できる近所の広場、公園や学校の校庭など
	<b>津波避難ビル</b> (学校、市営住宅、民間ビル等 75 か所)	津波などの水害から一時的または緊急に避難退避する施設
避難所	<b>災害時避難所</b> (小中学校等 24 か所)	災害で家が倒壊・焼失した場合に避難する場所 宿泊・給食等の生活機能を提供し、一定期間、避難生活ができる施設
	<b>福祉避難所</b> (福祉施設 12 か所)	災害時において、高齢者や障がい者など、避難所生活において特別な配慮を必要とする方々を対象に開設される避難所

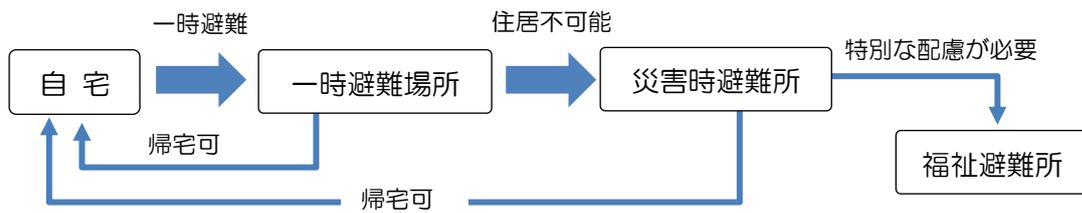
※ 避難場所、避難所の数は R2 年 5 月現在

◇ 【資料 2】避難場所・避難所一覧

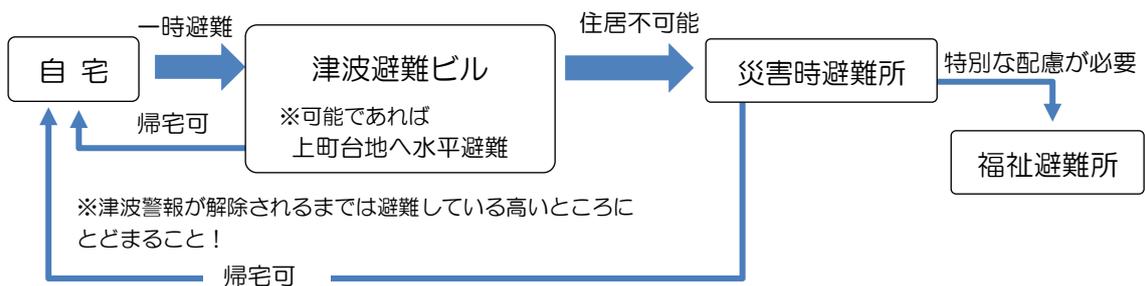
西成区の場合、災害の種類によって安全が確保できる避難場所が大きく異なります。  
 たとえば、西成公園は地震による大火が起こったとき等に大規模避難できる広域避難場所ですが、  
 区の西側の木津川沿いに位置しているため、津波による浸水が想定されます。よって、津波発生時  
 の避難場所としては大変危険です。

災害の種類によって適切な避難行動が行えるように各避難場所、避難所の役割を理解し、  
 どの災害が起こればどの避難場所へ避難するのか事前から考えておきましょう。

### 災害時の避難フロー（標準）

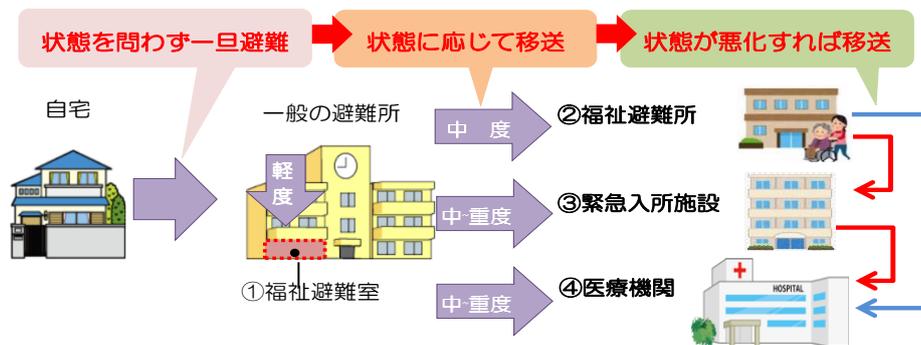


### 津波発生時の避難フロー



### 災害時避難所から福祉避難所への移送

「福祉避難所」は必要に応じて開設される二次的な避難場所であり、最初から避難所として利用はできません。入所者等や建物の安全確認及び人員の確保ができた後で開設するので、福祉避難所での受け入れが必要と思われる要配慮者についても、一旦は地域の災害時避難所に避難してもらいます。福祉避難所への受け入れの判断は区災害対策本部が行い、必要に応じてボランティアセンターからの援助を得ながら、要配慮者を福祉避難所等に移送します。



◇【参考資料⑤】福祉避難所ガイドブック

## (2) 避難所の開設

避難所の開設は、原則として区役所職員が施設管理者の協力を得て行いますが、緊急時は自主防災組織が事前から保管している施設の鍵により開設することも必要となりますので、その場合の手順などを日ごろから確認しておきます。

災害時に避難所を開設する際は、建物の壁にひびが入っていないか、窓ガラスは割れていないかなどの外観状況とガラス片の散乱や照明器具の落下などの施設内の安全性を十分確認します。

## (3) 避難所の運営（避難所運営委員会）

小中学校等の災害時避難所は、避難してきた住民のみならず自宅に戻った被災者にとっても、救援物資や各種情報を入手できる地域の拠点として機能します。このため、避難所の運営にあたっては、あらかじめ運営のための組織体制をつくっておき、災害が起きたときに円滑に活動できるようにします。

避難所運営委員会は、自主防災組織が中心となり、施設管理者（学校等）や区役所と連携しながら運営を行います。

## (4) 避難所での生活

災害時避難所では、大勢の人と共同生活を送ることになります。プライバシーの確保が難しいなど、不自由なことがたくさんありますが、互いに協力し合い、譲り合うことが大切です。

◇【参考資料⑥】要配慮者への心配り

## (5) 感染症蔓延下における避難所開設・運営

感染症が蔓延している時期に大規模な災害が発生し、避難所を開設することとなった場合は、避難スペースの分離や一人当たりのスペースの確保などを実施し、避難所における感染拡大の防止に努めます。

◇【参考資料⑦】避難所開設・運営マニュアル別冊（新型コロナ禍版）

### 《避難所生活のポイント》

#### ● 周りの方への心配りをしましょう

みんな、つらい思いをしています。お互いを思いやり、困っている人がいたら助けるなど、協力し合いましょう。

#### ● 生活のルールや役割分担を決める

地域防災リーダーや自主防災組織のメンバーなどの皆さんが中心となって避難所運営委員会を開き、生活のルールや役割分担を決めます。

避難所運営委員会で決めたルールや役割はみんなで守り「自分たちのことは自分たちで」を基本に協力して生活しましょう。

#### ● 多様なニーズへの配慮を

高齢者、障がいのある方、男女のニーズの違いなど多様な視点に配慮しましょう。

また、女性専用の物干し場や更衣室、授乳室の設置など、女性や子育て家庭のニーズへの配慮が必要です。

#### ● ペットも家族

ペットも大事な家族の一員です。「非常持ち出し品」の中にペット用品も用意しておき、避難所のルールに従い、鳴き声や臭い等で周りの人に迷惑をかけないように心がけます。

### ● 水は生活の要

断水が生じた場合は、生活に大きく支障がでます。災害時避難所では、数に限りがありますが飲料水の配布や、応急給水の拠点も開設されます。運ぶことが困難な人もいますので協力しましょう。

### ● 食べ物・生活関連物資

災害用のアルファ化米や乾パン、流通業者からの弁当・パン、毛布などの生活必需品なども災害時避難所で配られます。避難所で生活していない自宅被災者も必要な場合は取りに行きます。取りに行くのが困難な人たちもいますので助け合いましょう。

### ● 病気やケガをしたときは

避難所などに、救護所が設置されます。病気やケガをしたときは、救護所を利用します。

### ● 食中毒や感染症を防ぐ

災害後は衛生環境が悪化し、食中毒や感染症が発生しやすい状況になります。配られた食料はできるだけ早く食べるようにします。食事をするときや調理をするときは手洗いを十分に行なう。断水の場合は、消毒液などを利用しましょう。

⇨【参考資料⑥】避難生活における健康管理

### ● こころのケアが大切

災害の被害や避難所生活などで、誰もがこころにダメージを受けストレスを抱えます。規則正しい睡眠や食事などを心がけ、日常生活を取り戻すことがこころの傷を和らげます。不安な場合は救護所などで早めに相談しましょう。

## 避難所生活心得 10か条

### 1. 要配慮者を優先！

要介護高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦などの要配慮者のスペースや食事を優先しましょう。

### 2. 荷物は最小限！

避難所の一人のスペースは畳1帖分。余分な荷物は邪魔だけです。

### 3. 避難所の仕事は全員で分担！

食事、トイレ掃除、水汲み、物資の配布などは、避難者全員で分担しましょう。ボランティア任せも避けましょう。

### 4. 健康はしっかり自己管理！

夏は感染症、冬はインフルエンザ…。集団生活の中、それぞれが自分と家族の健康をしっかり管理しましょう。特に、持病の悪化や心不全につながるトイレの我慢は厳禁です。

### 5. 避難所の生活ルール厳守！

起床・就寝・食事の時刻、飲酒・喫煙などの共同生活のルールをみんなで相談して決め、少々窮屈でも守りましょう。住民同士のトラブルの元です。

### 6. 自宅被災者にも配慮！

避難所に入所していない人も、みんな同じく被災者。自宅や車中で避難している人にも物資や食事の提供が必要です。

### 7. プライバシーを確保！

「トイレ問題」と「プライバシーの確保」が避難所生活の2大問題。避難生活が長期化してくると、プライバシーのない生活からくるストレスで心身ともに不調に。プライバシー確保に向けた工夫が必要です。

### 8. ゆずりあい、助け合いの精神！

避難所は譲り合い、助け合って生活していく場です。避難所生活が長期化する場合は特に、レクリエーションを行うなどして、心にゆとりをもつことができるようにしましょう。

### 9. デマは流さず、惑わされず！

行政の支援や生活に関わる情報は大変重要。誰が何のために発信したものかをしっかり確認しましょう。デマを言ったり、デマに惑わされないよう注意しましょう。

### 10. 学校再開に協力！

学校は子どもたちの教育の場。できるだけ早く再開できるよう、普通教室は早く撤退しましょう。また、避難所生活は厳しいものです。長くても2週間程度で退所できるようにしましょう。