

警戒レベル

4

ひなんしじ 避難指示で必ず避難

令和3年5月20日から避難情報が変更になりました。これまでの「避難勧告」が廃止され、「避難指示」に一本化されています。

改定後の大雨・洪水警戒レベル

| 警戒レベル | 状況 | 住民の行動 | 避難情報 |
|-------------|------------|----------------|--------|
| 5 | 災害が発生または切迫 | 命の危険、直ちに安全確保 | 緊急安全確保 |
| レベル4までに必ず避難 | | | |
| 4 | 災害発生の恐れが高い | 危険な場所から全員避難 | 避難指示 |
| 3 | 災害発生の恐れがある | 危険な場所から高齢者等は避難 | 高齢者等避難 |

高
危険度
低

※レベル2、1は省略



警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはいけません。



早めの避難を心がけましょう! ~多くの尊い命を救うために~

屋内にいても要注意! ~熱中症予防と対策~

熱中症は、実は屋内での発生率が高いと言われています!

熱中症びっくり3大数字

| | |
|------|--------------------------------------|
| 発生場所 | 屋内 50%!! <small>半分も!!</small> |
| 時間帯 | 夜間 16%!! |
| 救急搬送 | 65歳以上 52%! |

室内熱中症の対策ポイント6箇条

1. 温度と湿度を気にする
2. 室温を適切に保つ
3. こまめな水分補給、適度な塩分補給、休憩
4. 生活リズムを整える
5. 体を暑さに慣れさせる
6. 自分も家族もなるかもしれないとお互い気にかける

のどがかわいてなくても



水分補給を!

部屋の温度を確認!!



エアコン、扇風機を使おう



風通しを良くしよう



新型コロナウイルス感染症対策としてのマスク着用は、無理をせず人との距離を十分とるなどして適宜外すことも必要です。

小児救急医療
電話相談は

#8000又は☎0942-37-6116

[平・日] 19:00~翌朝7:00
[土曜日] 12:00~翌朝7:00
[日・祝] 7:00~翌朝7:00