

避難所での過ごし方

避難時の持ち物

★必ず持参するもの：携帯電話・充電器、体温計、パルスオキシメーター(持っている場合)



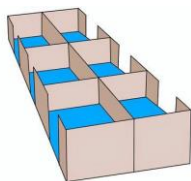
★その他、マスク、手指消毒液、保険証、お薬手帳、ビニール袋、室内履き、水・食料なども「非常用持ち出し品」として可能な限り事前にまとめて準備しておき、持参しましょう。

【原則】避難所での行動は、避難所運営スタッフの指示に従ってください

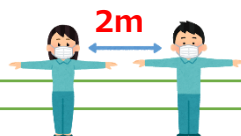
避難したら、スタッフと以下のことを確認しておきましょう

- ・使用可能な部屋やスペース（トイレや通路も療養者専用になっている場合があります）
- ・滞在期間中のスタッフとの連絡方法や連絡先等
- ・食事や配布物の受け渡し時間・方法
- ・ゴミ類の捨て方

指定されたスペース内で
過ごしましょう



常にマスクを着用し、
他の避難者やスタッフとの
ソーシャルディスタンスを
保ちましょう



こまめに流水での手洗いや
手指消毒をしましょう



ゴミはビニール袋に入れ、
口をしばって捨てましょう



自分で毎身体調を
確認しましょう
(検温、その他症状の有無)
※保健所への連絡の目安は
指示に従ってください

避難所を出る(退所)時も
スタッフに相談し
指示に従いましょう

