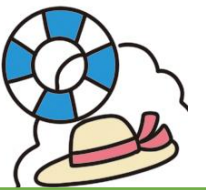




医務室だより 8月



前期試験真っ只中、もう少しで長期休暇ですね。
先日の熊本地震や集中豪雨、台風による災害が各地で発生しています。
今回のテーマは「防災・避難」です。災害について知り備えをしておきましょう。

**避難とは難を避けること、
安全を確保すること！**

警戒レベル4 避難指示までに必ず全員避難

警戒レベル	状況	行動を促す情報	住民がとるべき行動
5	災害発生又は切迫	緊急安全確保	命の危険 ただちに安全確保
~~~~~〈警戒レベル4までに必ず避難!〉~~~~~			
4	災害のおそれ高い	避難指示	全員避難
3	災害のおそれあり	高齢者等避難	高齢者等は避難
2	気象状況悪化	大雨・洪水・高潮 注意報(気象庁)	避難行動の確認
1	今後気象状況悪化 のおそれ	早期注意情報 (気象庁)	災害への心構えを 高める

令和8年3月避難情報ガイドラインが改定されました。出典：内閣府HP「警戒レベル一覧表」

### 非常用持ち出し品

- ☐ 懐中電灯(手動充電式が便利)
- ☐ 非常食・飲料水  
乾パンや缶詰・ビスケット・チョコなど火を通さずに食べられるもの。
- ☐ 携帯ラジオ(手動充電式が便利)
- ☐ 救急用品  
絆創膏・包帯・消毒液・常備薬など
- ☐ 貴重品  
現金・マイナンバーカード・通帳・運転免許証など。現金は10円硬貨も  
(公衆電話は歌の森運動公園・小杉駅・太閤山郵便局近くの書店にあります)
- ☐ その他  
ヘルメット・衣類・下着・ライター・軍手・ティッシュ・タオル・携帯充電器・生理用品等



**すぐに持ち出せる場所に保管しましょう**

### 指定緊急避難場所 指定避難所

#### 指定緊急避難場所

災害の危険が迫ったときに、緊急的・一時的に避難する場所です。

#### 指定避難所

被災した方が災害の危険がなくなるまで滞在したり、自宅で生活できない方が滞在する施設です。

**富山県立大学**は、  
指定緊急避難場所・指定避難所です。



ひなんばしょ  
避難場所

【参考文献】防災情報のページ - 内閣府 射水市くらしの便利帳2026

<https://www.kantei.go.jp/jp/content/000182715.pdf> 健康教室「ほけんだよりの素材」イラストダウンロード  
(2026年8月号) 防災ガイドブック・防災マップ | 射水市