

3 「まずは屋内退避」

(1) 屋内退避とは

自宅や公共施設などの屋内に入り、呼吸等で放射性物質が体内に入ることをおさえるとともに、屋外の放射性物質からの放射線を遮ることにより被ばくを少なくすることができる、最も基本的かつ重要な行動です。

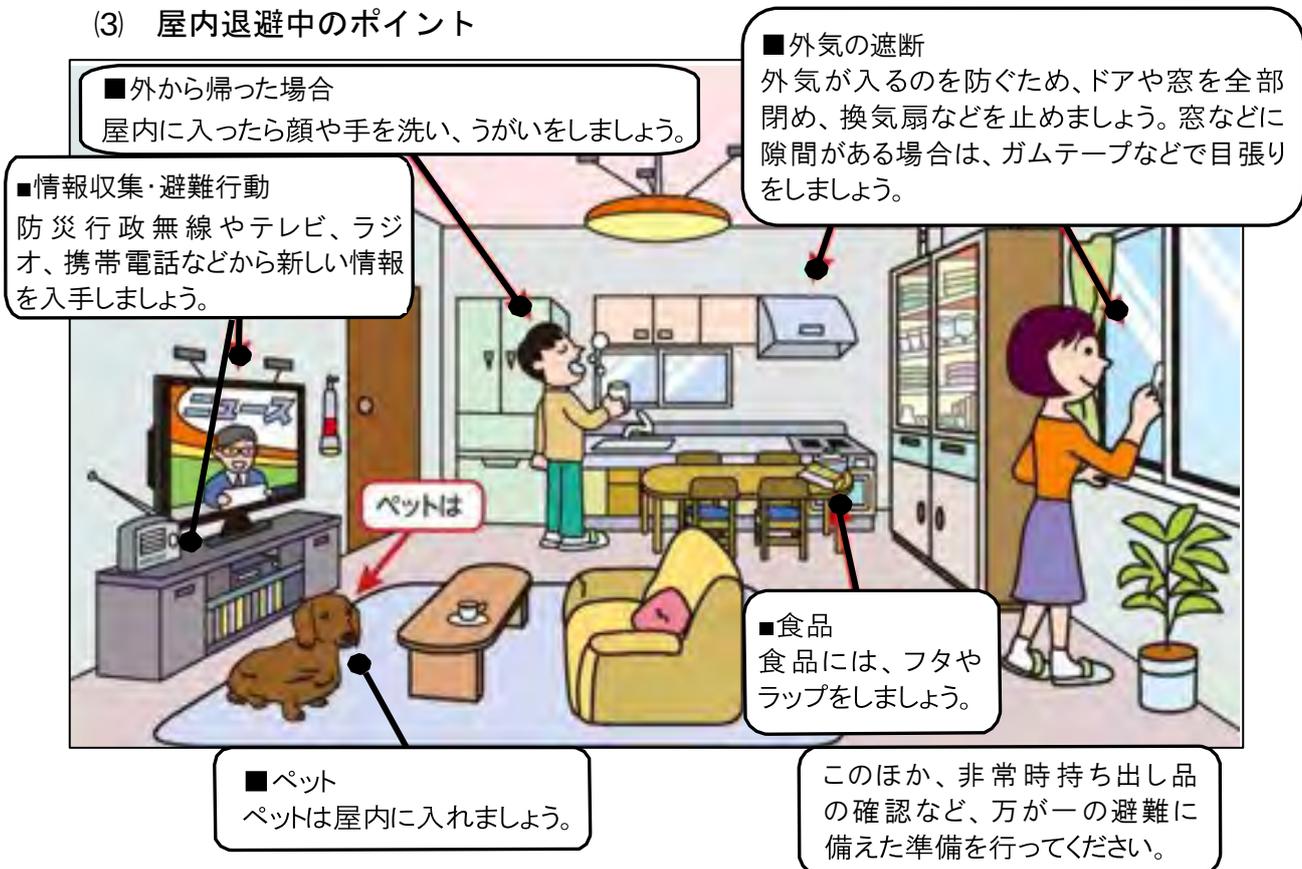
(2) 屋内退避の重要性

あわてて自家用車などで一斉に避難した場合、交通渋滞などにより、かえってリスクが高まる可能性があります。

また、屋内に入り、防災行政無線やテレビ、ラジオ、携帯電話などから災害の状況などの情報を入手することで、次の行動に備えることができます。

市は、原子力発電所の事故の状況を踏まえ、あらかじめ屋内退避準備情報を発表するとともに、放射性物質が放出される前に屋内退避を指示しますので、あわてず建物の中に入ってください。屋内退避の解除や避難の指示が発表されるまでは、屋内退避を継続してください。

(3) 屋内退避中のポイント



(4) 避難指示が発表された場合

事態が進行し、放射性物質の放出があった場合、放射線量の測定結果等を踏まえ、市は、避難が必要な区域を地区単位で特定し、その区域の住民に対して避難を指示します。指示された区域の住民の方は、あわてずに避難してください。（避難が指示された区域以外の住民は屋内退避を継続します。）

避難する際は、放射性物質の肌への付着や呼吸による体内への取り込みを防ぐため、ビニールカッパ（フードのついたものの方が良）、帽子、マスク、手袋、長そで、長ズボンを着用して避難してください。

4 屋内退避チェックリスト

訓練では、以下の項目を確認しながら屋内退避を実施してください。

- 防災行政無線やテレビ、ラジオ、携帯電話などから、新しい情報を入手する。
(訓練当日はテレビ、ラジオを通じた情報提供はいたしません。)
- 市からの情報を待ちながら、冷静に行動する。
- あわてず落ち着いて、まずは建物の中に入る。
- 外気が入らないよう、ドアや窓を閉める。
- 換気扇のほか、外気を取り込む設備などを止める。窓などに隙間がある場合は、ガムテープなどで目張りをする。
- 避難に備え、非常時持ち出し品を準備する。
- 食品はフタやラップをして冷蔵庫や戸棚に保管する。
- ペットは屋内に入れる。
- やむを得ず外出する場合は、長そで・長ズボン・帽子・マスク・手袋などを身につける。
- 外から帰ったときは、顔や手を洗い、うがいをする。

<屋内退避訓練アンケート>

アンケート結果を検証し、今後の原子力防災訓練や広域避難計画の実効性の向上に活用させていただきますので、アンケート回答にご協力をお願いします。

1. 回答期間

令和4年11月20日(日)午前9時～12月31日(土)午後11時59分

2. 回答方法

「いばらき電子申請・届出サービス」でオンライン回答する

以下に記載のQRコードに接続し、回答フォームから回答してください。



その他にも以下の方法でアンケート回答が可能です

- (1) 市ホームページからオンライン回答
- (2) 市ホームページからアンケート票を入手し、FAXで回答
- (3) 市ホームページからアンケート票を入手し、郵送で回答

5 訓練当日及び当マニュアルに関するお問い合わせ

那珂市市民生活部 防災課原子力グループ

電話：029-298-1111 内線 445 FAX：029-298-1357



※この機会にあらためて「原子力災害に備えた避難ガイドマップ」をご家族で目を通していただき、すぐに取り出せる場所へ置いておきましょう。