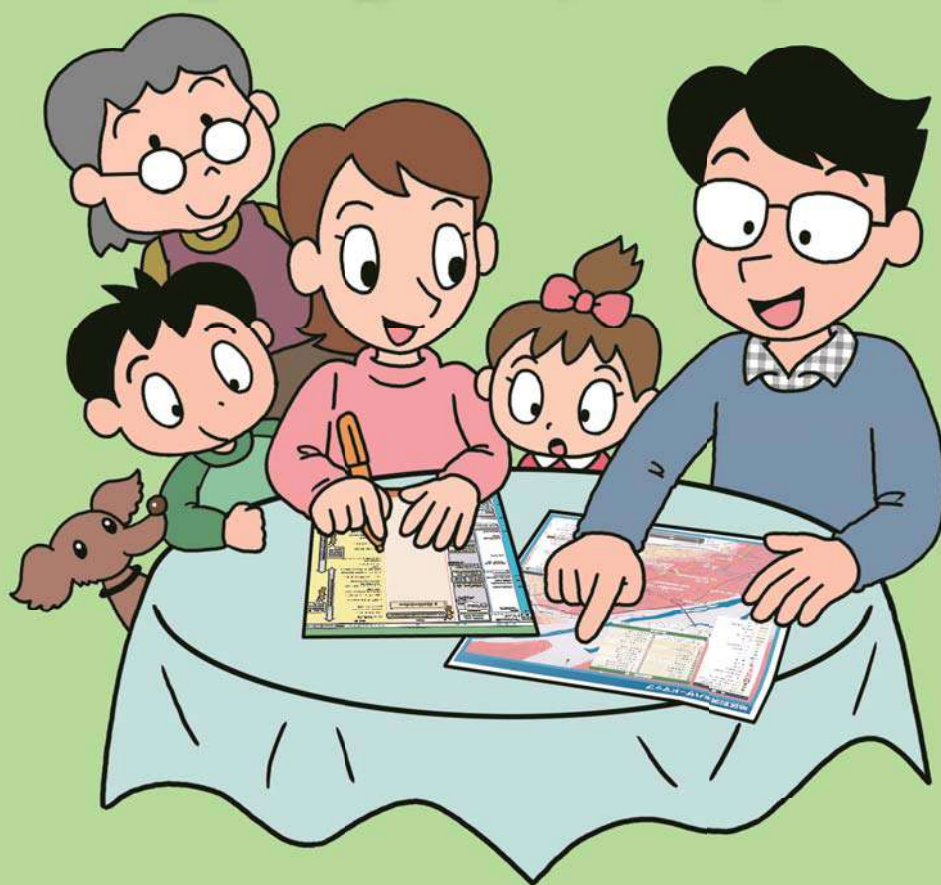


風水害・ 地震対策 ガイドブック



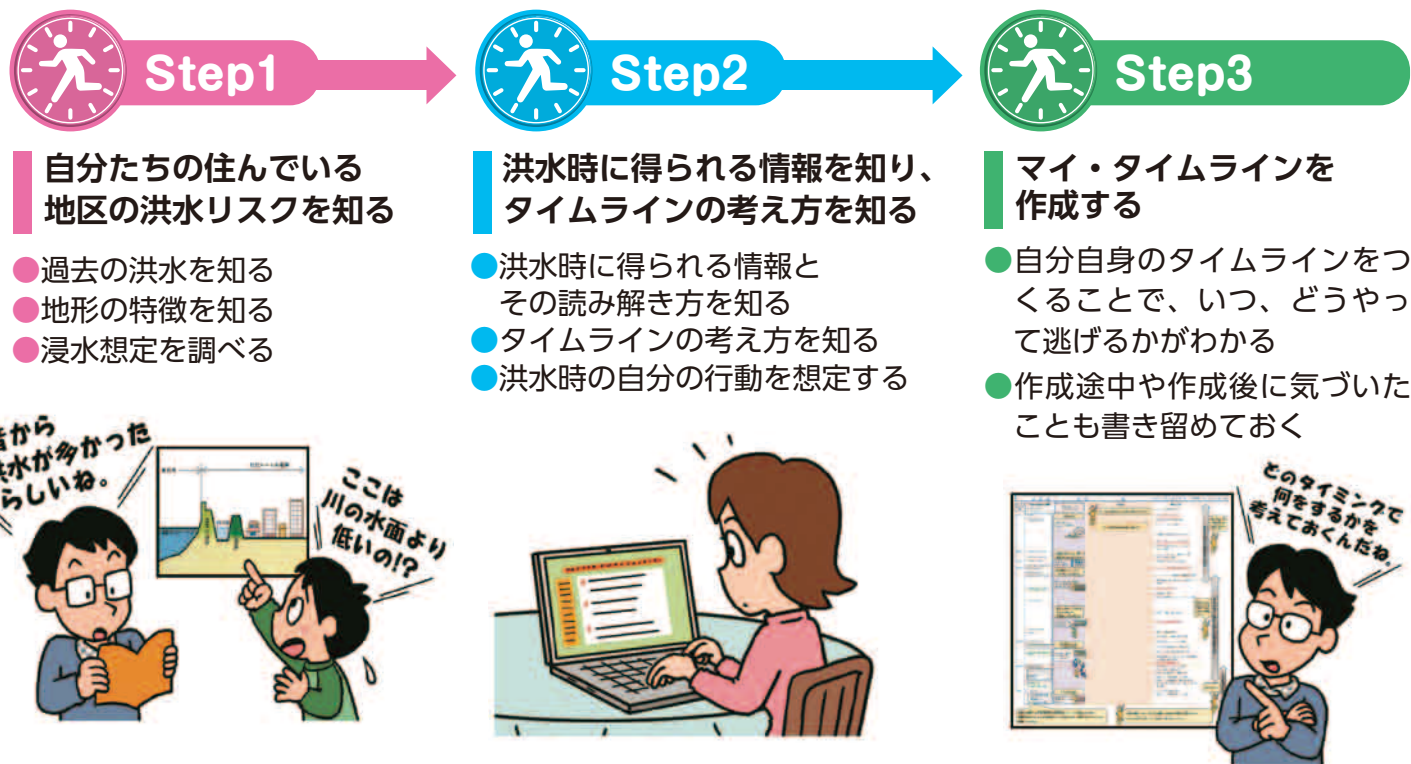
もくじ

- | | |
|---|---------------------------------|
| ●風水害対策編：「マイ・タイムライン」ってなに？ …… P1 | ●非常持出品・「自助」「共助」「公助」 …… P12 |
| ●風水害対策編：「避難スイッチ」を決めておこう …… P2 | ●地震対策編：地震発生！ そのときどうする？ …… P13 |
| ●風水害対策編：「マイ・タイムライン」をつくろう …… P3 | ●地震対策編：家の中の安全対策 …… P15 |
| ●風水害対策編：わが家の「マイ・タイムライン」記入シート＜記入例＞ …… P5 | ●地震対策編：家の周囲の安全対策 …… P16 |
| ●風水害対策編：わが家の「マイ・タイムライン」記入シート …… P7 | ●情報の伝達・情報の収集 …… P17 |
| ●風水害対策編：避難に役立つ情報を確認しよう …… P9 | ●指定避難所・指定緊急避難場所 …… P18 |
| ●風水害対策編：マイ・タイムライン使用時の心得 …… P11 | ●わが家の防災メモ／災害用伝言ダイヤル(171) …… 裏表紙 |

「マイ・タイムライン」ってなに？

「マイ・タイムライン」とは、台風や大雨等の風水害に対する事前の準備や行動をあらかじめ記録しておく予定表のことです。住んでいる場所や家族構成によって、いざというときにとるべき行動やタイミングは異なります。家族構成や生活環境に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」をあらかじめ決めておくことで、災害の危険が迫ってきたときに落ち着いて避難行動をとることが期待できます。

マイ・タイムライン検討手順



マイ・タイムラインの検討過程でわかること



「避難スイッチ」を決めておこう

「避難スイッチ」とは、電源を入れるスイッチのごとく、住民が避難を開始する基準（スイッチ）をそれぞれ持つということです。雨や河川の状況をはじめ、外部からの災害情報などを判断基準にして、あらかじめ各個人が避難開始の基準を考えておきます。「避難スイッチ」は、家族に高齢者がいる、避難場所が遠いなど、それぞれの事情を踏まえて設定しましょう。

避難行動を促す2つのスイッチ

避難 スイッチ①（事前避難）

◆避難情報・防災情報

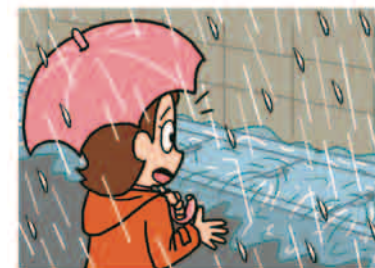
警戒レベル3「避難準備・高齢者等避難開始」、警戒レベル4「避難勧告」や「避難指示（緊急）」が発令されたとき。防災情報（近くを流れる川の水位情報など）が発表されたとき。



避難 スイッチ②（緊急避難）

◆環境の異変（危険な兆候）

「普段は水位が低い水路から水があふれている」「裏山から腐った土の臭いがする」など、日常と異なる環境の変化に気づいたとき。災害の前兆現象が起きたとき。



◆「避難スイッチ」を決めたら記録しておきましょう

わが家に危険を及ぼす災害ごとに、「避難スイッチ」を決めたら、緊急時に慌てず動けるように「避難先」や「移動方法」などを合わせて設定しましょう。

（記入例）

	災 害	避難行動のタイミング （避難スイッチ）	避 難 先	移動方法
事前避難	水 害 A 川	氾濫危険水位	隣のBさん宅	車
緊急避難	土砂災害	雨が降り続けているのに、川の水位が下がる	C 小学校	徒歩

➡ P4に記入欄あります

防災コラム 注目される各地で広がる「避難スイッチ」の取り組み

参考1 ため池と川の水位

武庫川沿いに位置する兵庫県宝塚市川面地区は浸水被害をしばしば経験してきました。そこで川面地区では、京都大学防災研究所の助言を受けて、避難を始める基準となる「避難スイッチ」を決めました。

その結果、「水位データが危険水位に近づいたとき」「住宅街にある「ため池の水」があと50センチであふれそうになった場合」など、地域ごとに「避難スイッチ」を決め、それに達したら自主防災会が住民に避難を呼びかけます。市が把握しきれない地域の状況をいち早くつかんで、自主的に避難を始めようという考えです。140人の防災会役員が役割分担をして住民への呼びかけや高齢者などの誘導も行うことにしています。

参考2 川の濁り具合と水位の急変

高知県四万十町の山あいにある大正地区は土砂災害警戒区域に囲まれており、激しい雨が降るときなどは土砂災害が懸念されています。

そこで大正地区では、同地区を流れる川の「『水の濁り具合』がいつもと異なる場合」と「水位が急激に上がったたり下がったりする場合」など異常が確認されたときは避難を開始する「避難スイッチ」に決めています。

「マイ・タイムライン」をつくらう

平常時に「マイ・タイムライン」を作成しておくことで、いざというときに慌てず、安全に避難することができます。まずは、マイ・タイムラインの作成手順を知っておきましょう。

1 洪水ハザードマップを確認する

町が作成している洪水ハザードマップを確認し、災害時に自分の家や職場、学校がどれくらい危険なのかを確認しましょう。
また、指定緊急避難場所へ行くまでの避難経路にも危険な場所がないかを確認しておきましょう。

市川三郷町 洪水ハザードマップ



過去の 水害履歴を 調べる

過去に水田や湿地だった場所、河川の近く、低地などは浸水被害を受けやすいことは容易に想像できます。斜面の近くではがけ崩れなどのおそれもあるでしょう。災害は繰り返します。地域の歴史に詳しい高齢者に聞く、図書館で調べるなどの方法で確認してみましょう。ところによっては、風水害被害が多いことが地名に残っている場合もあります。

2 最寄りの指定緊急避難場所・指定避難所を確認する

家だけでなく、職場や学校の最寄りの指定緊急避難場所なども確認しておきましょう。指定緊急避難場所は、災害の種別ごとに指定されています。地域によっては、洪水時には使用できないところもあるので注意が必要です。

3 「わが家のハザードマップ」を作成する

家や職場から避難所までの避難経路や危険箇所、所要時間を書き込んだ「わが家のハザードマップ」を作成しておくことで更に安全に避難することができます。

「わが家のハザードマップ」の作り方

- 1 町で作成している洪水ハザードマップに自宅や職場、最寄りの避難所などを書き込む。
- 2 自宅などから避難所までの避難経路を書き込む。
- 3 実際に避難所まで歩き、避難する際、危険箇所（川や山の近く、側溝など）があれば書き込む。また、所要時間も書き込む。

4 気象庁や町などが発表・発令する情報を知っておく ➡ P9、10参照

雨による災害の危険性を知らせる情報には、主に3つの種類があります。ひとつ目は、気象庁が発表する避難につながる「防災気象情報」。二つ目は、河川の増水や氾濫の危険性を知らせる「指定河川洪水予報」。三つ目は、町から住民に避難を呼びかける「避難情報」です。雨による災害から早めに避難するために、この3つの情報を知っておきましょう。

5 避難行動を開始する目安を検討する ➡ P2 参照

いつ避難行動を開始するのか「避難スイッチ」を決めます。避難スイッチは、「家族に高齢者や乳幼児がいる」「避難所が遠い」など、各家庭の事情を踏まえて設定することが大切です。

例 自分の住んでいるまちに「土砂災害警戒情報」が発表された、水路から水があふれ始めるなど異常な現象を発見 など

6 「マイ・タイムライン」案を作成する

最悪の事態を想定し、台風発生から洪水発生までの間に、「いつ、誰が、何をするのか」を考えていきます。

**取るべき行動を
箇条書きで
書いていく。** ※まずは思いつくままで、なるべく細かく書いていきます。
例 長男：気象情報の確認、妻：非常持出品の再確認、
夫：祖父宅経由で避難（車で20分）、長女：避難所・避難経路を再確認 など

**箇条書きした内容を
時系列順に並べていく。** ※付せんを箇条書きにしておくと、入れ替えなどが簡単にできます。

7 マイ・タイムラインを完成させる

避難行動や確認することが記入シートの特定の位置に集中してしまった場合、行動に無理がないかなど、それぞれにかかる時間のことを考えて、余裕を持って動けるようにしましょう。また、家族構成や年齢も変わってきて、家族ができることも変化してきます。年に一度は、マイ・タイムラインの内容を確認し、追加や変更など対応しておきましょう。

■「避難スイッチ」記入欄（P2参照）

	災 害	避難行動のタイミング (避難スイッチ)	避 難 先	移動方法
事前避難				
緊急避難				

(注) 避難先は町が指定する避難所だけでなく、近隣のより安全な場所などを洪水ハザードマップで確認し記入しましょう。

わが家の「マイ・タイムライン」記入シート <記入例>

わが家の「マイ・タイムライン」記入シートの「記入例」になります。家族構成や生活環境に合わせて、「いつ」「誰が」「何をするか」を考えるための参考にしてください。

警戒レベルや避難情報の意味を理解しておく (P9、10参照)

避難といっても、避難所だけでなく、屋内での安全確保や近隣のより安全な場所や建物(親戚や知人の家など)に行くことも含まれています

大雨、暴風警報など「警戒級の可能性」があるときに発表されます

平常時

大雨のおそれ

避難開始時期

災害発生

大雨発生の危険性

重大災害の兆候

災害発生のおそれ

災害発生の高まり

災害発生

避難情報・気象情報

事前の確認事項等

わが家の動き

P11参照

事前の確認事項等を再確認する

警戒レベル1

早期注意情報(気象庁発表)

洪水ハザードマップで確認し記入しておく

警戒レベル2

大雨・洪水注意報等(気象庁発表)

避難するか否かの判断材料のひとつになります!

警戒レベル3(高齢者等は避難)

避難準備・高齢者等避難開始(町発令)

警戒レベル3相当情報

洪水 氾濫警戒情報／洪水警報
土砂災害 大雨警報(土砂災害)

は避難(町発令)

警戒レベル4(全員避難)

避難勧告、避難指示(緊急)(町発令)

警戒レベル4相当情報

洪水 氾濫危険情報
土砂災害 土砂災害警戒情報

警戒レベル5

災害発生情報(町発令)

警戒レベル5相当情報

洪水 氾濫発生情報、大雨特別警報(浸水害)
土砂災害 大雨特別警報(土砂災害)

- 自宅周辺の災害リスクを確認する
□洪水浸水想定区域
□土砂災害(特別)警戒区域
- 住んでいる場所の浸水深は?
()
- 指定緊急避難場所は?
()
- 自主避難を考える

- 非常持出品を確認する
- 避難する際、家族に支援が必要な人はいるか
(□はい □いいえ)
- 避難するときに支援してくれる人の名前と連絡先を記入する
(名前:)
(連絡先:)

- 指定緊急避難場所の開設状況を確認する
- 避難するときに声をかける人
(□はい: 名前)
(□いいえ)
- 避難経路を再確認
- 避難に要する時間は?
(徒歩: 分)

避難するタイミングを決めておく

- 全員避難開始
(避難先:)
- 避難するときに声をかける人が近所にいる
(□はい: 名前)
(□いいえ)
- 指定緊急避難場所へ避難できない場合の近隣の安全な場所は?
(□ある:)
(□ない)

- 自分で命を守る行動をとる
(逃げ遅れた場合は、近くの建物や自宅の2階などより安全な場所に避難し、救助を待つ)
- (注) 自宅が3m以上の浸水のおそれがある地域や堤防近く、土石流等の直撃を受ける危険がある区域にある人は、早めの「立ち退き避難」が原則です。

- テレビ・ラジオ、インターネット等による気象情報などの確認

- 家のまわりの安全対策

- 非常持出品の確認

- 洪水ハザードマップによる避難所、避難ルートの確認

- 携帯電話・スマートフォンの早めの充電

<スイッチ1>

- A川の水位データが危険水位に近づいた

- 子どもがいるので隣の祖父母の家に避難する
(車で20分)

避難先は町が指定する避難所だけでなく、安全な場所を決めておくことも大事!

- 車の燃料補充

- 親戚などに避難先などを連絡する

- 近所の方に声をかける
(名前: ○山△子(80歳))
(名前: □辺○ニ(85歳))

- 戸締まりをして避難する

<スイッチ2>

- 川の木の濁り具合がいつもと異なっている

- すぐに避難する

- A小学校への避難を完了する

- 外に出るのがかえって危険なときは家の中で安全な場所(かけから離れた2階の部屋)に移動する

- 自宅内の浸水が想定されない2階などで身の安全を確保し救助を待つ

- ラジオやスマートフォンなどで情報を収集する

- 再び親戚などに連絡する

避難が完了した後も、今後の気象情報等に注意しながら、行動することや確認することを記入しておきましょう

自分または家族で話し合い、実際に行える行動を記入します。まずは付せん に箇条書きにして並べてみましょう

わが家の「マイ・タイムライン」 記入シート

わが家の「マイ・タイムライン」記入シートを作成することにより、適切な避難行動を事前に整理しておきましょう。

何度も利用できるように、事前にコピー
してご利用ください。
記入後は家族のみんなが見る場所に貼っておき
ましょう。

	平常時	大雨のおそれ	避難開始時期	災害発生	
	大雨発生の危険性	重大災害の兆候	災害発生のおそれ	災害発生の高まり	災害発生
避難情報・ 気象情報	警戒レベル1 早期注意情報(気象庁発表)	警戒レベル2 大雨・洪水注意報等(気象庁発表)	警戒レベル3(高齢者等 避難準備・高齢者等避難開始 は避難) (町発令) 警戒レベル3相当情報 洪水 氾濫警戒情報／ 洪水警報 土砂災害 大雨警報(土砂災害)	警戒レベル4(全員避難) 避難勧告、避難指示(緊急)(町発令) 警戒レベル4相当情報 洪水 氾濫危険情報 土砂災害 土砂災害警戒情報	警戒レベル5 災害発生情報(町発令) 警戒レベル5相当情報 洪水 氾濫発生情報、大雨特別警報(浸水害) 土砂災害 大雨特別警報(土砂災害)
事前の 確認事項等	●自宅周辺の災害リスクを確認する □洪水浸水想定区域 □土砂災害(特別)警戒区域 ●住んでいる場所の浸水深は? () ●指定緊急避難場所は? () ●自主避難を考える	●非常持出品を確認する ●避難する際、家族に支援が必要な人はいるか (□はい □いいえ) ●避難するときに支援してくれる人の名前と連絡先を記入する (名前:) (連絡先:)	●指定緊急避難場所の開設状況を確認する ●避難するときに声をかける人が近所にいる (□はい: 名前 □いいえ) ●避難経路を再確認 ●避難に要する時間は? (徒歩: 分)	●全員避難開始 (避難先:) ●避難するときに声をかける人が近所にいる (□はい: 名前 □いいえ) ●指定緊急避難場所へ避難できない場合の近隣の安全な場所は? (□ある: □ない)	●自分で命を守る行動をとる (逃げ遅れた場合は、近くの建物や自宅の2階などより安全な場所に避難し、救助を待つ) (注) 自宅が3m以上の浸水のおそれがある地域や堤防近く、土石流等の直撃を受ける危険がある区域にある人は、早めの「立ち退き避難」が原則です。
わが家の動き	<スイッチ1>		<スイッチ2>		

避難に役立つ情報を確認しよう

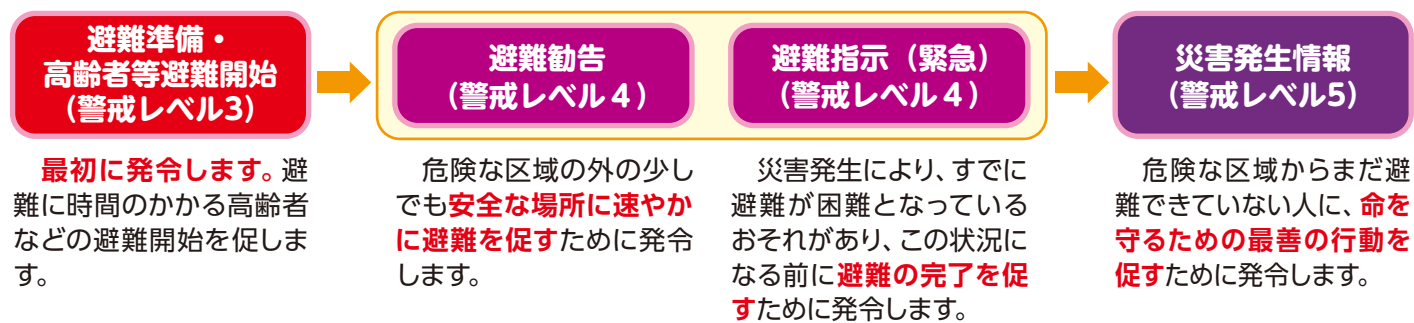
気象庁・国土交通省・県が提供する防災情報は、町の避難情報の発令基準に活用する情報です。災害時に役立つさまざまな防災情報や避難情報を、インターネットやテレビなどから収集し、洪水や土砂災害などの災害発生に備えて、明るいうちに早めの避難を考えましょう。

防災気象情報や避難情報などの確認

「自らの命は自らが守る」という意識を持ち、気象庁が発表する防災気象情報や町が発令する避難情報などを理解して、自らの判断で速やかに避難ができるようになります。

町が発令する「避難情報」

水害や土砂災害など災害の危険が迫って住民の避難が必要になった場合、町は避難に関する情報を発令します。**警戒レベル4「避難勧告」「避難指示（緊急）」の段階までに避難を完了**することが大切です。



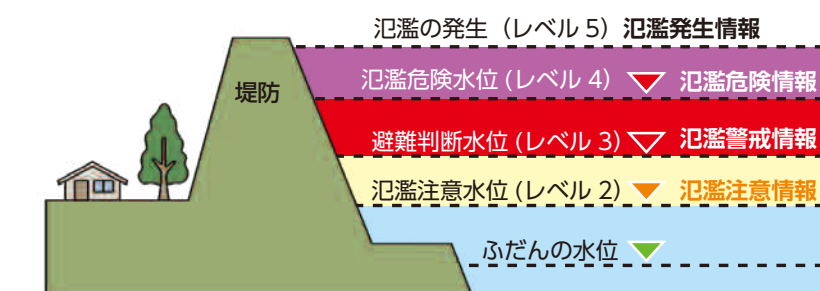
気象庁が発表する避難につながる「防災気象情報」

気象庁が発表する防災気象情報は、町が発令する避難情報などよりも先に発表されます。**町の避難情報や住民が自主避難を判断する際に参考となる情報**です。

大雨注意報	半日から数時間前までに、大雨による土砂災害や浸水害が発生するおそれがあるときに発表されます。
大雨警報	数時間から2時間程度前までに、大雨による重大な土砂災害や浸水害が発生するおそれがあるときに発表されます。
記録的短時間大雨情報	大雨警報が発表されているときに、数年に一度程度しか発生しないような短時間の大雨を観測したときに発表されます。
土砂災害警戒情報	大雨警報の発表後、命に危険を及ぼす土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況となったときに発表されます。
大雨特別警報	数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合などに発表されます。

水位と氾濫の危険性を知らせる「指定河川洪水予報」

川の水位や氾濫に関する情報が出たときには、町からの避難情報などに気をつける必要があります。



【氾濫発生情報】
すでに川の水があふれて氾濫したという情報です。

【氾濫危険水位】
いつ氾濫してもおかしくない状態という意味です。

【洪水警報】
川の上流での大雨や融雪などによる増水や氾濫によって重大な洪水害が発生するおそれがあるときに発表されます。

警戒レベルや避難情報の確認

町が発令する避難勧告等の避難情報と気象庁等が発表する防災気象情報が、5段階の警戒レベルで提供されます。最大のポイントは、**「警戒レベル3」が発令されたら、高齢者等は避難**。そして、**「警戒レベル4」が発令されたら、対象地域の住民は全員避難**することです。いざというときの避難行動に役立てましょう。

警戒レベル	住民がとるべき避難行動など	町が住民に行動を促す避難情報	防災気象情報	
			洪水に関する情報	土砂災害に関する情報
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。		早期注意情報（警報級の可能性）	
警戒レベル2	避難に備え、洪水ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。		・大雨注意報 ・洪水注意報 ・氾濫注意情報 ・洪水警報の危険度分布（注意）	・土砂災害に関するメッシュ情報（注意）
警戒レベル3 高齢者等は避難	●避難に時間を要する人（高齢者、障害のある人、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。 ●その他の人は、避難の準備をし、自主的に避難しましょう。	避難準備・高齢者等避難開始	・氾濫警戒情報 ・洪水警報 ・洪水警報の危険度分布（警戒）	・大雨警報（土砂災害） ・土砂災害に関するメッシュ情報（警戒）
警戒レベル4 全員避難	●速やかに避難先へ避難しましょう。 ●災害が発生するおそれが極めて高い状況のため緊急に避難しましょう。	避難勧告、 避難指示（緊急）※1	・氾濫危険情報 ・洪水警報の危険度分布（非常に危険）	・土砂災害警戒情報 ・土砂災害に関するメッシュ情報（非常に危険） ・土砂災害に関するメッシュ情報（極めて危険）
警戒レベル5	●すでに災害が発生している状況です。 ●命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報※2	・氾濫発生情報 ・大雨特別警報（浸水害）	・大雨特別警報（土砂災害）

※1 避難指示（緊急）は、町が地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合などに発令します。ただし、必ず発令するものではありません。
※2 災害発生情報は、町が災害発生を確実に把握できるものではないため、災害が発生した場合に、必ず発令するものではありません。
注）各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

洪水ハザードマップの確認

お住まいの地域の洪水ハザードマップを確認しましょう。町のホームページから確認することができます。また、国土交通省のハザードマップポータルサイトからも、全国各地の洪水や土砂災害などを確認することができます。それぞれの被害の程度別に色分け表示されるなど、地域の災害危険度がひと目で理解できるようになっています。

洪水ハザードマップの確認ポイント

- 自宅のある場所の予測される被害程度
- 避難場所の位置
- 避難場所までの避難経路
- 災害時に危険と思われる場所（過去に冠水した道路、河川・用水路沿いなど） など



注意！

洪水ハザードマップはあくまでも目安です

洪水ハザードマップに記載された情報は、「特定の想定」に基づく被害予測です。平成30年7月豪雨、令和元年東日本台風（台風第19号）などで明らかになったように、想定を上回る被害が出る危険性は十分あります。洪水ハザードマップを活用して防災意識を高めることは重要ですが、想定にとらわれて、対応を決めつけてしまうのは危険です。いざというときに自ら危険性を判断できる力を養うことが本当の防災対策です。

マイ・タイムライン使用時の心得

大雨や洪水は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全というわけではなく、マイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。マイ・タイムラインを作っただけで安心せず、以下の心得を忘れずに行動しましょう。

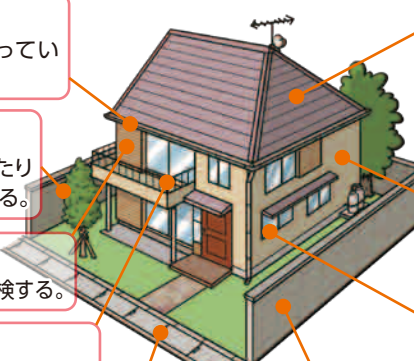
- 心得①** マイ・タイムラインで定めた「いつ」は、あくまで行動の目安として認識しましょう。
- 心得②** 洪水時はテレビやパソコンなどで、台風の進路、降雨の状況、河川の水位、気象警報や避難情報等をこまめに収集・確認しましょう。
- 心得③** 収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に非常持出品の確認や避難などの防災行動の実行を判断しましょう。

注意! 洪水はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません!

忘れずに! 風水害への事前の備え

台風や豪雨は、正確な気象情報を収集し、予想される事態への対策をとることで、被害を最小限にとどめることができます。以下のポイントを踏まえて事前に準備しておきましょう。

雨風が強まる前の家の対策



- 雨どい**
落ち葉や砂が詰まっていないか確認する。
- 庭木**
飛ばされたり、倒れたりしないように固定する。
- 雨戸**
ちゃんと閉まるか点検する。
- ベランダ**
鉢植えや物干し竿など飛散の危険が高い物は室内へ。
- 側溝**
側溝のゴミや土砂を取り除き、雨水の排水をよくしておく。
- 屋根瓦やトタン**
破損やめくれがないか確認する。
- 外壁**
亀裂や腐食などは早めに修理。プロパンガスはしっかり固定する。
- 窓ガラス**
ひび割れ、窓枠のがたつきはないか確認。また強風による飛来物などに備えて、外側から板でふさぐなどの処置をとる。
- ブロック塀**
ひび割れや破損はないか確認する。

停電に備える

懐中電灯や携帯ラジオ(手動式など)、携帯電話・スマートフォンの充電器(電池式など)、予備の電池を準備しておく。



家財道具等を高い場所に移動させる

水に浸かってしまった家財道具は一瞬にして「災害ゴミ」となってしまいます。家電製品や貴重品、衣類などは早めに2階などの高い場所に移動させましょう。



非常持出品の準備

警戒レベル3以上や避難勧告などの避難情報が出たとき、すぐに動けるように、貴重品や非常持出品の準備をしておく。



断水に備える

飲料水を確保する。また、浴槽に水を貯めるなどして、生活用水の確保も忘れずにしておく。



安全な場所に避難する

被害が想定される場合には、事前に子どもや高齢者、病人などを安全な場所に避難させておきます。



非常持出品・「自助」「共助」「公助」

非常持出品

避難するときに持ち出すものを、事前に準備してリュックタイプの袋にまとめておきましょう。

貴重品 現金(10円玉、100円玉があると公衆電話利用に便利)、預貯金通帳、ハンコ、免許証、保険証、権利証書など 	非常食、飲料水 火を通さなくても食べられるものが便利 	衣類 タオル、下着、靴下など 	救急医薬品、常備薬 ばんそうこう、傷薬、包帯、胃腸薬、持病のある方は常備薬など
携帯ラジオ AM、FMが聞けるものを。予備電池も用意 	携帯電話 充電器(電池式など)も用意 	懐中電灯 できれば1人に1つ、予備電池も用意 	その他必要なもの ティッシュ、軍手、ロープ、マッチ、洗面用具、生理用品、筆記用具など

ご自身の環境に合わせて、必要なものを準備してください。



「自助」「共助」「公助」

「自助」「共助」「公助」という言葉を知っていますか。災害の被害を最小限に抑えるためには、自助・共助・公助それぞれが連携し、災害への対応力を高めることが大切です。

自助

自らの命は自らが守る

自分の身を自分で守るための備えと行動を自助といいます。市川三郷町洪水ハザードマップなどから災害に関する知識を身につけ、災害を正しく理解し、何を備えておけばよいかを考え、災害に対する準備をしてください。

共助

自分たちの地域は自分たちで守る

近隣住民の方々と協力して、地域を守るための備えと行動を共助といいます。災害が起きたときには、地域で協力して被害を最小限に抑えたり、被災した人を救助することが必要です。災害時に円滑に協力するためには、日ごろから、自主防災組織の防災活動に参加するなどして、災害時に協力して対策にあたる態勢をつくっておくことが重要です。

公助

町、警察、消防、県、国の行政機関、ライフライン機関など、公共機関の災害対策を公助といいます。各機関とも、災害の発生からできるだけ早く、応急対策活動にあたるよう、備えています。

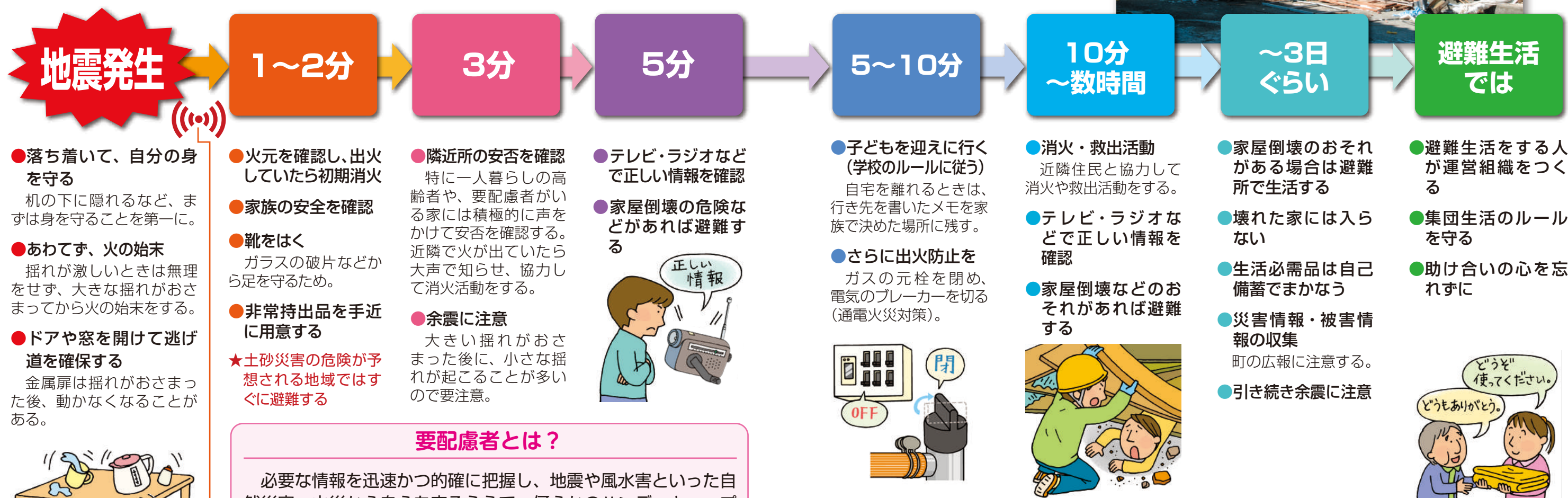
自助・共助・公助の連携

自助・共助・公助の連携が、地域、そして自分の被害を最小限に抑え、早期の復旧・復興につながります。町では地域における「自助」「共助」の啓発のため、防災に関する正しい知識及び技能を習得し、防災活動を含め、自主防災組織の中心的役割を担う人材を育成することを目的に「市川三郷町地域防災リーダー養成講習」を開催しています。

地震発生! そのとき どうする?

大きな地震が発生したとき、冷静に対応するのは難しいものです。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。いざというとき「あわてず、落ち着いて」行動するために、行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生時の行動パターン



要配慮者とは?

必要な情報を迅速かつ的確に把握し、地震や風水害といった自然災害、火災から自らを守るうえで、何らかのハンディキャップを抱え周囲の支援が必要になる人たちのことをいいます。一般的に、体力的な衰えのある高齢者をはじめ、危険を判断し的確に行動できない乳幼児、そのほか妊産婦、病気や何らかの障がいがある人、日本語が理解できない外国人などが挙げられます。

緊急地震速報を活用して身を守ろう!

- 最大震度 5 弱以上が推定される場合、テレビやラジオ、携帯電話などを通じて緊急地震速報が発表されます。
 - 速報発表から揺れが来るまでの時間は、数秒から数十秒ぐらいです。
 - 速報は的中するとは限りませんが、自分の身を守るため、最大限に活用しましょう。
- ※震源に近い地域では、緊急地震速報が強い揺れに間に合わないことがあります!



避難するときはこんな服装で

ヘルメット、もしくは防災ずきんをかぶる

長そで・長ズボン着用。
動きやすい服を着る。
近隣で火災が発生していたら、燃えにくい木綿製品がよい

非常持出品はリュックサックに入れて背負う

軍手や手袋をはめる

靴は底の厚い、はき慣れたものをはく



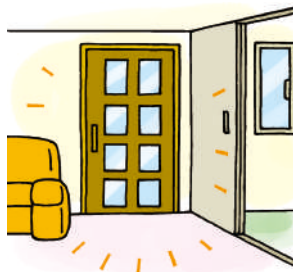
家の中の安全対策

家の中には意外に危険なものがたくさんあります。地震のときに室内の家具が倒れたり、強風で割れたガラスの破片が落下したり——。また、いざ避難しようとしたときに家具が出口をふさぐようなこともあり、日ごろから家具を固定するなどの安全対策が必要です。

家の中の安全対策のポイント

●家の中に、家具のない安全なスペースを確保する

部屋が複数ある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめておく。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるように配置換えをする。



●寝室や子ども・高齢者・傷病者がいる部屋には、倒れそうな家具を置かない

就寝中に地震が発生した場合、子どもや高齢者、傷病者などは倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れるおそれが高いので注意する。どうしても置かざるを得ないときには固定する。



●出入り口や通路にはものを置かない

いざというとき安全に避難できるように、玄関などの出入り口やそこに至る通路には倒れやすいものを置かない。



●家具の転倒や落下を防止する対策をとる

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすく危険。また、家具の上に落ちやすいものを置かない。



食器棚

扉が開かないよう金具をつけ、内部には、さんやすべり止めをつけて、扉が開いても中の食器が飛び出すのを防ぐ。

照明器具

1本のコードでつるすタイプのものは、鎖と金具で数か所留める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで留めておく。直付けタイプがより安全。

住宅用火災警報器

煙や熱を感知すると警報音で知らせてくれる。消防法改正により家庭でも設置が義務付けられた。

本棚・タンスなど

なるべく壁面に接近させておき、上部をL字型金具で固定するか、家具の下に板などはさみ、壁面にもたれさせる。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具で連結する。



窓ガラス

飛散防止フィルムを室内側にはる。

カーテン

防災加工されたものを使う。

暖房器具

ストーブなどの暖房器具は、対震自動消火機能のあるものに。

テレビ

できるだけ低い位置に置き、金具やロープ、装着マットなどで柱・壁に固定する。

家の周囲の安全対策

家の周囲にも災害が発生すると危険なところがたくさんあります。日ごろから危険箇所の点検を心がけましょう。

家の周囲の安全対策のポイント

屋根

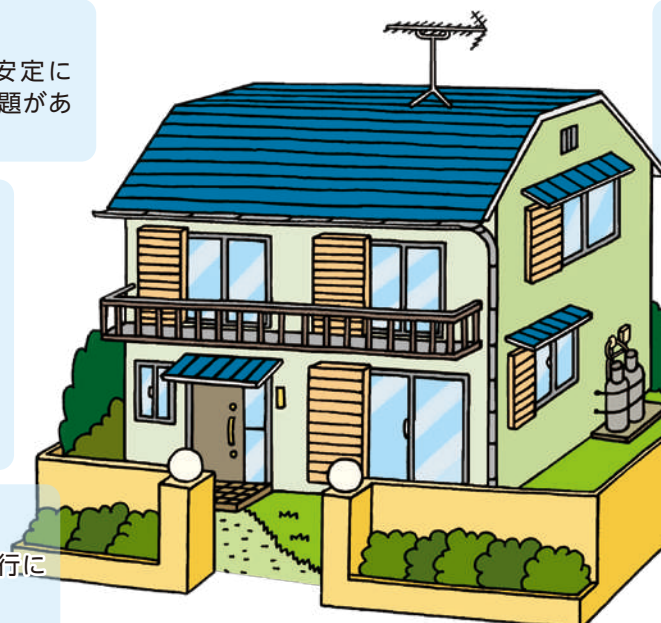
屋根瓦やアンテナが不安定になっていないか確認し、問題がある場合は補強する。

雨どい・雨戸

雨どいの継ぎ目がはずれていないか、落ち葉や土砂などが詰まっているかチェック。雨戸はたてつけが悪くなっているかチェックし、問題があれば修繕する。

玄関まわり

自転車や植木鉢など、通行に支障となるものは置かない。



ベランダ

整理整頓し、落下する危険がある植木鉢やエアコンの室外機は配置を変えるか固定する。

プロパンガス

地震や強風で倒れないように、しっかりとした土台の上に置き、鎖で壁面に固定しておく。

ブロック塀

土中にしっかりと基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは補強する。ひび割れや傾き、鉄筋のさびがある場合は修理する。

集合住宅の安全対策のポイント

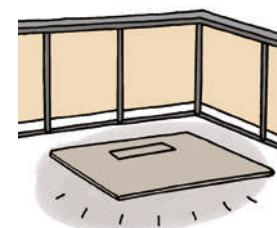
●通路・非常階段・非常口

いざというときに安全に避難できるように、通行の妨げになるようなものを置かない。特に非常扉の前は要注意。



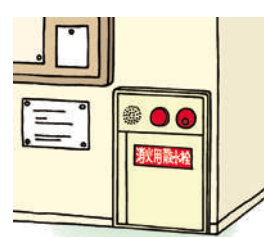
●ベランダの避難ハッチ(非常脱出口)

日ごろから使用方法をよく確認しておく。避難器具のまわりにものを置くのは厳禁。



●防災用具・防火設備

通路などの共用部分に置いてある消火器や火災報知機などの場所を日ごろから確認しておく。



●役場等からの連絡に注意

防災設備の点検や防災訓練のお知らせなど、役場等からの連絡には日ごろから注意する。

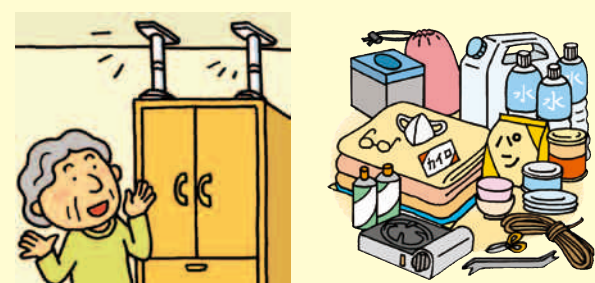


●家具転倒防止策は万全に

大地震では、高層住宅の上層階は1メートル程度横方向に往復するような、大きな揺れに襲われることが予測される。できれば収納はつくりつけのクローゼットのみにして、大きな家具を置かないようにする。

●非常備蓄品は多めに準備

大地震でエレベーターが停止してしまうと、物資を運ぶのが非常に困難。日ごろから非常備蓄品を多めに用意しておく。



情報の伝達・情報の収集

情報の伝達

災害時または災害が発生するおそれのある場合は、災害対策本部や災害警戒本部が設置され、避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急）が発令されます。

発令されると、防災行政無線によるサイレン放送、ホームページ、広報車、その他（区長、組長、自主防災会長や消防団を通じて）などにより町民の皆様に伝達するしくみとなっています。

情報の収集

自分の身は自分で守ることが大切です。下記などを参考に積極的に情報を収集してください。

防災行政無線

町内各所に設置している防災行政無線のスピーカーから、避難情報等を放送します。避難情報は、サイレンを鳴らしてから、放送します。

【フリーダイヤル(無料)】

防災行政無線の放送内容を電話で確認することができます。

0120-704-553

Jアラート 全国瞬時警報システム

国が防災行政無線を自動起動させ、緊急地震速報や弾道ミサイルなどの切迫する情報を放送します。

避難情報、避難所情報をテレビで見る

●Lアラート 災害情報共有システム

確認方法

- 1 テレビの1チャンネルを選局
- 2 リモコンのd(データ)ボタンを押す
- 3 防災・生活情報を選択し、決定ボタンを押す

市川三郷町ホームページの防災情報をテレビで見る

●テレビ11チャンネル(NNS)

確認方法

- 1 テレビの11チャンネルを選局
- 2 リモコンのd(データ)ボタンを押す
- 3 県・市川三郷町からのお知らせを選択し、決定ボタンを押す
- 4 市川三郷町防災情報を選択し、決定ボタンを押す

災害情報等をホームページで見る

【市川三郷町ホームページ】



【市川三郷町防災情報】



【市川三郷町洪水ハザードマップ】



【甲府河川国道事務所ホームページ】



【国土交通省 川の防災情報】



【山梨県土砂災害警戒情報】



【山梨県土砂災害危険箇所】



【山梨県総合河川情報システム】



【山梨県土砂災害防止法】



指定避難所・指定緊急避難場所

地区	施設名	指定緊急避難場所の区分			
		洪水	土砂災害	地震	大規模な火事
上野	三珠中学校	○	○	○	○
	上野小学校	○	○	○	○
	三珠総合福祉センター	○	○	○	○
	三珠健康管理センター	○	○	○	○
	上野本村コミュニティセンター	○	○	○	○
	上野桃林橋コミュニティセンター	×	○	○	○
	矢作ふれあいプラザ	○	○	○	○
	町屋集会所	○	○	○	○
	川浦集会所	○	×	×	○
	大塚小学校	○	○	○	○
大塚	ふるさと交流センター	○	○	○	○
	上ノ原集会所	○	○	×	○
	道林ふれあいプラザ	○	○	○	○
	大塚桃林橋集会所	×	○	×	○
	大塚保育所	○	○	○	○
	下九一色生活改善センター	○	×	○	○
下九一色	下芦川地域集会所	○	×	×	○
	三帳地域集会所	○	×	×	○
	中山集会所	○	×	×	○
	旧下九一色中学校校庭	○	×	○	○
市川大門	市川小学校	○	×	○	○
	市川中学校	○	×	○	○
	市川高等学校文化創造館	×	○	○	○
	市川高等学校体育館	×	○	○	○
	市川高等学校格技場	×	○	○	○
	上地区公民館	×	×	○	○
	下地区公民館	×	○	○	○
	上町自治公民館	○	○	×	○
	旧保泉自治公民館	×	×	×	○
	下町自治公民館	×	○	○	○
	小御崎自治公民館	×	○	○	○
	富士見自治公民館	×	○	○	○
	平塩自治公民館	○	×	○	○
	ケアセンターいちかわ	×	○	○	○
	八乙女自治公民館	×	○	○	○
	生涯学習センター	×	○	○	○
高田	高田地区公民館	2階以上	○	○	○
	上中浦自治公民館	×	○	○	○
	宮本自治公民館	×	○	○	○

地区	施設名	指定緊急避難場所の区分			
		洪水	土砂災害	地震	大規模な火事
山保	市川東小学校	○	×	○	○
	山保地区公民館	○	○	○	○
	帯那自治公民館	○	×	×	○
	芦久保自治公民館	○	×	×	○
	近萩自治公民館	○	○	×	○
	藤田自治公民館	○	×	×	○
	堀切自治公民館	○	○	×	○
	四尾連自治公民館	○	○	○	○
	市川南小学校	○	○	○	○
	市川南中学校	○	○	○	○
大同	大同地区公民館	×	×	○	○
	旧市川南小学校南分校	○	○	×	○
	下大鳥居自治公民館	×	○	×	○
	八之尻多目的集会所	○	○	×	○
	六郷小学校	○	×	○	○
岩間	六郷小学校体育館	○	×	○	○
	六郷中学校	○	×	○	○
	六郷中学校体育館	○	×	○	○
	六郷町民会館	2階以上	○	○	○
	総合子どもセンター	○	×	×	○
	原公民館	○	×	○	○
	上手方ふれあいプラザ	○	×	○	○
	細田公民館	×	×	○	○
	文京交流センター	○	×	○	○
	上仲公民館	×	×	○	○
	駅前ふれあいプラザ	×	○	○	○
	下宿公民館	×	○	○	○
	西河原地域交流センター	×	○	○	○
	ニードスポーツセンター	○	○	○	○
	旧落居小学校体育館	○	○	○	○
	落居1・2区公民館	○	×	○	○
落居	落居3・4区公民館	○	○	○	○
	落居5・6区ふれあいプラザ	○	○	○	○
	網倉公民館	○	×	○	○
	山宮スポーツ広場	○	×	○	○
山宮	宮原公民館	○	○	○	○
	葛筆沢公民館	○	×	○	○
楠瀬	楠瀬公民館	×	○	×	○
	鴨狩スポーツ広場	×	○	○	○
鴨狩	鴨狩公民館	×	○	×	○
	五八公民館	○	×	×	○
河頭	岩下公民館	○	○	×	○
	寺所さくらの里会館	○	○	○	○

≫ 書き込み式 わが家の防災メモ ≪

あらかじめ記入し、家族みんながわかるところに置いておきましょう。

火事・救急
119 番

警察
110 番

災害用伝言ダイヤル
171 番

緊急連絡先

連絡先	電話番号	連絡先	電話番号
市川三郷町役場	☎ 055-272-1101 (代表)	かかりつけの病院・医院	☎
ガス会社	☎	電力会社	☎
	☎		☎

家族・親せき、知人の連絡先

名 前	勤務先・学校の電話番号	自宅の電話番号	携帯の電話番号
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎
	☎	☎	☎

災害用伝言ダイヤル(171)

災害用伝言ダイヤル(171)は大きな災害により被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に速やかに提供が開始される声の伝言板です。

伝言の記録

1 7 1
1

伝言の再生

1 7 1
2

被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル

災害用伝言ダイヤル(171)では、災害発生に備えて利用方法を事前に覚えていただくことを目的として、より多くの皆様が体験利用できる機会を提供します。

体験利用提供日

- ・毎月1日、15日
- ・正月三が日
- ・防災週間
- ・防災とボランティア週間

災害用伝言ダイヤル171



web171



使い方ポイント

■電話番号(自宅や携帯の番号)

家族でどの番号にするか決めておきましょう!

■録音する内容(伝言時間30秒間)

あ

あなたの名前は?
「フルネーム」で伝えましょう

い

まいる場所は?
「具体的に場所」を伝えましょう

た

れといっしょか?
「一緒に避難している方」も伝えましょう

い

たいところはあるか?(安否)
「けがや体調」について伝えましょう

よ

こく(次の連絡はいつか?)
移動もあるので「次回予定」を伝えましょう

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



禁無断転載©東京法規出版

発行：市川三郷町防災課 電 話：055-272-1175 F A X：055-272-2525