

防災

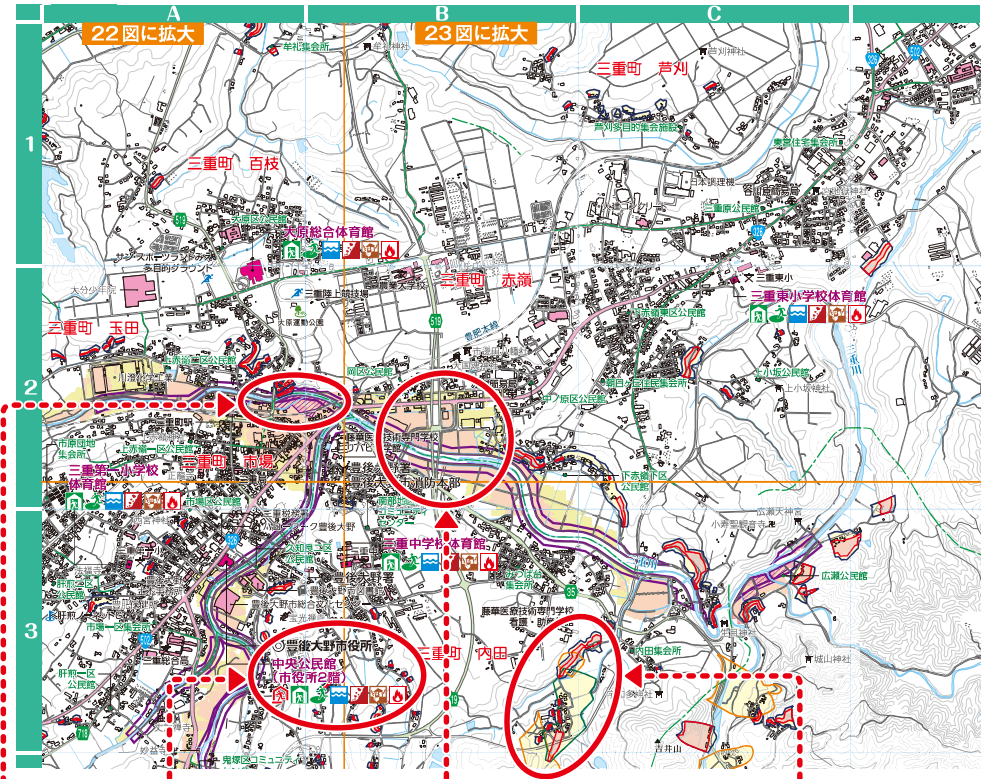
ガイドブック



保存版

はじめに 防災マップの使い方・見方

防災マップは 29 ページから掲載しています。



避難所		浸水した場合に想定される水深		土砂災害警戒区域	
	市設置自主避難所		20m以上の区域		警戒区域
	指定避難所		10m～20m未滿の区域		特別警戒区域
	指定緊急避難場所		5m～10m未滿の区域	傾斜度30°以上で高さ5m以上の急傾斜地を抽出しています。	
指定緊急避難場所が対応する災害種別			3m～5m未滿の区域		警戒区域
	洪水		0.5m～3m未滿の区域		特別警戒区域
	土砂災害		0.5m未滿の区域	渓床勾配が3°以上(火山砂防地域では2°)の渓流を抽出しています。	
	地震	早期の立退き避難が必要な区域：家屋倒壊等氾濫想定区域			
	その他		洪水氾濫	木造家屋が倒壊するような堤防決壊等に伴う氾濫が発生するおそれがあることから、早期の立退き避難が必要。	
			河岸侵食	家屋が倒壊するような河岸侵食の発生するおそれがあることから、早期の立退き避難が必要。	
			土石流	警戒区域	
			地すべり	地形図や過去の災害履歴などから判断して地すべりが発生する可能性があり、人家や河川などに被害を生ずる恐れのあるところを抽出しています。	

地震や風水害などの自然災害の発生を防ぐことはできませんが、災害による被害は日頃からの備えによって減らすことができます。そのためには、行政などによる防災対策である「公助」ばかりでなく、自分の命は自分で守る「自助」と地域全体で助け合う「共助」が欠かせません。

いざという時に備えて、非常持出品の準備や家屋の耐震改修、家具の固定など、まずは身の回りの安全対策からはじめましょう。災害が発生した場合を想定して、どこに避難すればよいか、家族とはどう連絡を取り合うかなどについて事前に家族で話し合っておくことも大切です。地域の自主防災組織の活動にも積極的に参加し、防災訓練などを通じて災害時の協力体制を確認しましょう。

本冊子は、地震、風水害、土砂災害などに関する基本的な知識や災害発生時の対処法をまとめています。また、土砂災害については、市内で想定されている危険箇所を確認できる防災マップも掲載しています。本冊子をよくお読みいただき、また常に手近に備えていただき、災害時の被害軽減に役立ててください。

目次

はじめに 防災マップの使い方・見方 …… 1	家族との連絡 ルールの確認と連絡方法 …… 21
5つの教訓 大規模災害の教訓 …… 2	避難情報 警戒レベルの確認 …… 22
地震災害	災害時の避難ポイント 安全な避難のために …… 23
主な地震災害 …… 4	避難所生活 心得と健康管理 …… 24
地震の揺れと想定される被害 …… 5	地域防災
地震発生時の行動 …… 6	地域ぐるみで支えあう …… 25
屋内での地震対応 …… 7	地域で支えあう避難支援への取り組み …… 26
屋外での地震対応 …… 8	応急手当 いざというときに備えて …… 27
大きな揺れに備えて「安全対策」 …… 9	避難所一覧 …… 28
風水害	豊後大野市 防災マップ
必要な情報の選択 …… 10	全図 …… 29
集中豪雨の危険性 …… 11	広域図 …… 30
危険判断能力を高める …… 12	詳細図 …… 58
土砂災害	非常持出品 準備しておきたい非常持出品 …… 80
種類と前兆現象・警戒区域 …… 13	わが家の防災メモ …… 81
避難のタイミング …… 14	
避難のポイント …… 15	
火災	
被害を最小限に …… 16	
避難と予防 …… 17	
原子力災害	
情報収集 …… 18	
防護対策「屋内退避」 …… 19	
避難行動 …… 20	

豊後大野市防災ガイドブック

令和3年3月発行

発行・お問い合わせ先： 豊後大野市 総務課
制作・印刷： (株)ゼンリン大分営業所

TEL0974-22-1001
TEL097-534-0879

【この資料は、豊後大野市長の承認を得て、同市三重町都市計画図を使用したものである。(承認番号)平成30年9月26日建設第0926001号】
【この地図は、大分県知事の承認を得て、5,000分の1森林基本図を使用し、調製したものである(承認番号24-41号 平成24年8月3日)】
【測量法に基づく国土地理院長承認(使用)R21111s 293-063号】
【JIS Z 8210 広域避難場所 避難所(建物)洪水/内水氾濫 崖崩れ・地滑り】

5つの教訓 大規模災害の教訓

教訓1 行政対応の限界と皆様の対応

大規模災害が発生するとその直後の職員は、平常業務はもとより非常時での業務も行う必要があります。

もちろん日ごろより皆様の安全確保を第一として防災対策を進めていますが、公的機関の対応には限界があります。熊本地震においては市役所庁舎が被災し行政業務に多大な支障をきたしました。

近年、日本列島は地震の活動期に入ったといえます。1995年の阪神・淡路大震災、2004年の新潟県中越地震、2011年の東日本大震災、そして2016年4月16日に発生した熊本地震と大規模な地震が発生しています。熊本地震では行政はもちろん、警察・消防も最大限の対応を行いましたが、全ての要請に応えることができず、尊い命が失われました。

そこで大規模災害における対応には住民の皆様のご協力が必要となります。誰かが助けてくれるのを待つのではなく、「自分の命は自分で守る」「自分たちの地域は自分たちで守る」という自助・共助の認識が何よりも重要です。



教訓2 避難行動

地震が発生した際に「建物の崩壊」「火事」「津波」等の災害から身を守るために一番重要なことは「避難」することです。避難を行うには日ごろから訓練や学習を行っていないと、いざという時に対応することができません。東日本大震災では多くの死者・行方不明者が出ましたが、釜石市の小中学生約3,000人はほぼ全員が無事でした。家庭や学校で日ごろから徹底した防災教育に取り組んだ結果でした。皆さんも日ごろより防災に関してご家庭でも話し合っておきましょう。

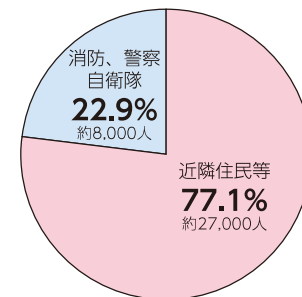


教訓3 救助主体者

内閣府の調査によると、阪神・淡路大震災では救助された方々の中で近隣住民等により救助されたのは77.1%にもなります。

大規模災害になるほど、消防・警察・自衛隊での救助活動は広範囲となり全ての救助対象者を同時に救助することは不可能となります。倒壊家屋等の下敷きになった要救助者の生死を分けるのは72時間といわれています。この時間内に多くの命を救うためには、その場に居合わせた近隣住民の方々の協力が必要不可欠です。「もしもの場合に要救助者を救うのは私たち」という認識を持って、日ごろから地域で話し合い、計画的に訓練を実施することが重要です。

◆阪神・淡路大震災における救助主体と救出者数



出典：河田照昭（1997）「大規模地震災害による人的被害の予測」自然科学第1号参照。ただし、割合は内閣府追記。

教訓4 防災対策

地震における防災対策としては、建物の耐震補強や家具等の転倒・落下防止対策が効果を発揮します。建物の倒壊や家具の下敷きによる救助要請の割合は、大きな比率を占めます。

国土交通省では住宅の耐震化を平成20年に約79%であったものを、令和2年には95%にすることを目標に掲げ推進しています。この耐震化が100%になれば建物倒壊による死傷者の減少に大きく寄与することとなります。

また、家具等の転倒・落下防止対策を行うことにより素早く避難することができ、二次災害（火災等）から身を守ることができます。日ごろから防災対策を行い災害に備えることが大切です。

◆建物の耐震強化の死者減少効果



◆家具等の固定による死者減少効果



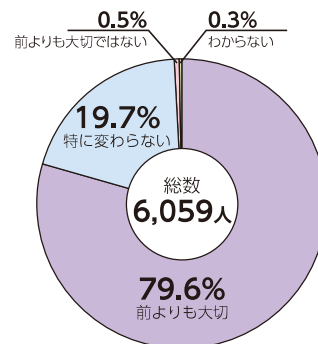
出典：内閣府「南海トラフ巨大地震の被害想定について（第一次報告）」参照

教訓5 社会の繋がりの強化

携帯電話やスマートフォンの普及により、災害時には個々に詳しい状況を入手したり、家族・知人への安否確認を素早くとることができるようになりました。

しかしながら東日本大震災以降、災害時には地域の繋がりはもちろん社会全体としての繋がりも重要なことだと考える人々が増えました。震災直後の混乱期はもちろん、復興を成し遂げるには近所付き合い・繋がりにより助け合いながら協力していくことが大切です。日ごろから繋がりを強化していくことが防災対策にも有効です。

◆震災前と比べて、社会における結びつきの意識変化



出典：内閣府「社会意識に関する世論調査」

地震災害 主な地震災害

地震の発生により火災、津波、がけ崩れ、地すべり、液状化現象、建物の倒壊等が起こります。地震の後に起こるこのような災害に対しても自分の身を守ることが大切です。

火災

大規模な震災では、地震の後に大小の火災が発生することがあります。

地震直後は消防署への緊急電話が殺到し、また家屋の倒壊や道路の損壊によって、火災現場へ消防車や救急車がたどり着くまでに時間がかかります。料理を作る時間帯やストーブを使用する冬季に地震が起きた場合、火の元の始末をすることが大事です。



津波

大地震により津波が発生した場合、甚大な被害が発生することがあります。

内陸部では直接津波の影響はありませんが、旅行等で沿岸部に行った際に地震が発生し津波が襲来するかもしれません。

その際は、テレビ、ラジオ等で正確な情報を得ること、海岸からより遠く、より高い場所へ避難することが大切です。



がけ崩れ・地すべり

地震により急な斜面や造成地などで、がけ崩れや地すべりが発生することがあります。地すべりにより橋梁が落ちたり、道路との間に段差ができたりすることもあります。また、地震で地盤が緩んでいるところに大雨が降ると、がけ崩れや地すべりが発生しやすくなります。



液状化現象

埋立地などで地震による振動で地下水位が高い場所の地面が泥湿地のようになります。

液状化現象により地面が波打ち、下水管やマンホールの蓋が浮き上がったりします。



建物倒壊

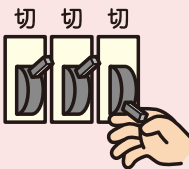
地震の強い揺れによりビルや家屋、橋梁、電柱などの建造物が倒壊し、ブロック塀が倒れたり、ガラスなども割れて飛散します。熊本地震では最初の地震では倒壊しなかった建物も2度目の地震や度重なる余震により傾いたり、倒壊したりしました。



防災チェックポイント

通電火災を防ぐために

大地震が発生すると、電力線の断絶などが起こり、電気の供給停止が想定されます。その後、電気が復旧する際に、倒れた電気器具や切れた電気配線に通電し発生する火災を「通電火災」と言います。通電火災を防ぐために、避難をする際は電気のブレーカーを落とすようにしましょう。



地震災害 地震の揺れと想定される被害

●震度階級

震度は、その場所での地震のゆれを階級であらわしたものです。10階級の区分に分けられます。

●マグニチュードと震度の違い

「マグニチュード」は、地震そのものの大きさ(規模)を表す単位です。一方「震度」は、地上のある地点での揺れの強さを10段階で表す尺度です。

「マグニチュード」と「震度」の関係は、例えば、「マグニチュード」の小さい地震でも震源からの距離が近いと地面は大きく揺れ、「震度」は大きくなります。また、「マグニチュード」の大きい地震でも震源からの距離が遠いと地面はあまり揺れなく、「震度」は小さくなります。

震度

揺れなどの状況

0

- 人は揺れを感じない。

1

- ★ ●屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。

2

- ★★ ●屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。
- 電灯などのつり下げものが、わずかに揺れる。

3

- ★★★ ●屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。
- 棚にある食器類が音を立てることがある。

4

- ★★★★ ●ほとんどの人が驚く。
- 電灯などのつり下げものは大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。
- 座りの悪い置物が、倒れることがある。

5弱

- ★★★★☆ ●大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
- 棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。
- 固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。

5強

- ★★★★★ ●物につかまらなると歩くことが難しい。
- 棚にある食器類や本で落ちるものが多くなる。
- 固定していない家具が倒れることがある。
- 補強されていないブロック塀が崩れることがある。

6弱

- ★★★★★☆☆ ●立っていることが困難になる。
- 固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。
- 耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。

6強

- ★★★★★★ ●はわないと動くことができない。飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが多くなる。

7

- ★★★★★★★ ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに多くなる。
- 耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。
- 耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。

〔気象庁震度階級関連解説表〕より

地震災害 地震発生時の行動

急に地震が発生するとあわてるものです。しかし、あわてずに行動することが自分の身を守ることにあります。地震発生時からの行動はどうあるべきかを日ごろより考えておくことが大切です。

地震発生

地震発生後 1~2分

- あわてて外に飛び出さないようにしましょう
- ドアや窓を開けて逃げ道を確認しましょう
- すばやく火の始末を行いましょう
- 家具の転倒や物の落下がある場合は、身を守るために机などの下に身を隠しましょう
- 火元の確認や出火の場合は消火しましょう
- 家族の安全確認をしましょう
- 外に逃げる時には安全のため必ず靴をはきましょう
- 非常用持出袋の用意がある場合は持ち出しましょう

地震発生後 3分

- コンロの火を消し、ガスの元栓を締めましょう
- テレビやラジオで情報確認をしましょう
- 余震に注意しましょう

地震発生後 5分

- 隣近所の安否確認や周囲の様子を確認しましょう
- 火災が発生している場合は周囲・消防に知らせるとともに消火活動をお願いします
- 家屋やブロック塀に倒壊の危険がある場合は近寄らないようにしましょう

地震発生後 5~10分

- 子どもの迎えに行きましょう
- 日ごろより学校での災害時の防災ルールを把握しておきましょう
- 家を離れる場合は避難場所などの貼紙をしておきましょう

地震発生後 10分~数時間

- 隣近所で協力し消火や救助活動をおこないましょう

地震発生後 ~3日ぐらい

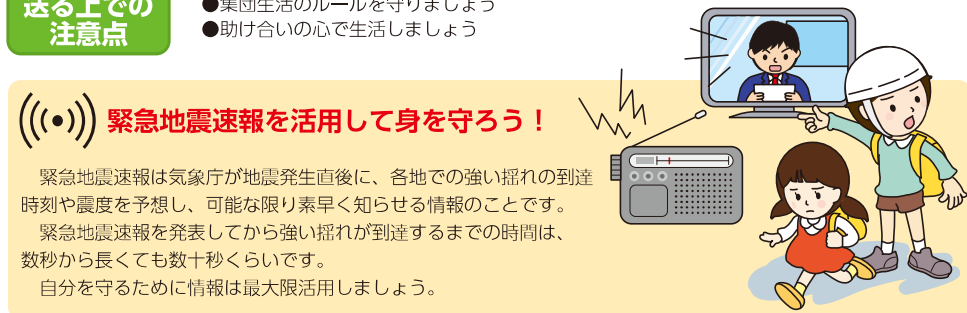
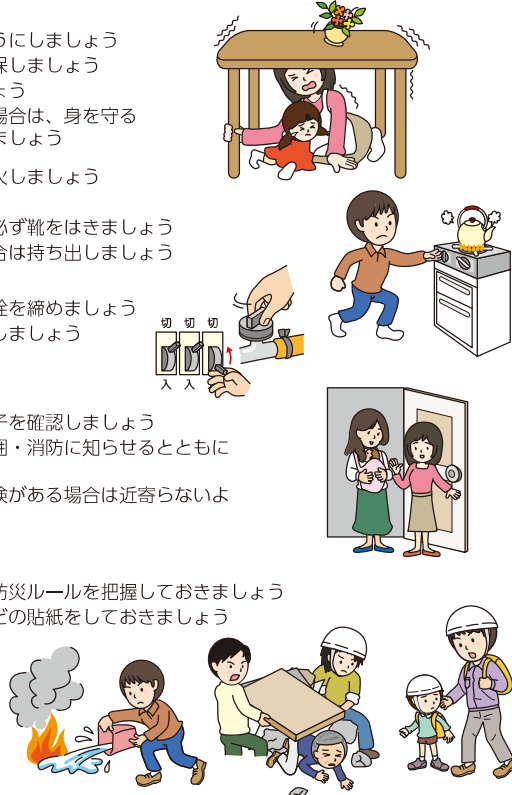
- 生活必需品は備蓄でまかないましょう
- 日ごろから生活必需品を備蓄しておくことが大切です
- 倒壊の危険性のある家には立ち入らないようにしましょう
- 広報に注意し災害情報、被害情報を収集しましょう

避難生活を送る上での注意点

- 自主防災組織を中心に行動しましょう
- 集団生活のルールを守りましょう
- 助け合いの心で生活しましょう

((())) 緊急地震速報を活用して身を守ろう!

緊急地震速報は気象庁が地震発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。緊急地震速報を発表してから強い揺れが到達するまでの時間は、数秒から長くても数十秒くらいです。自分を守るために情報は最大限活用しましょう。



地震災害 屋内での地震対応

屋内での地震対応

◆自宅での対応

- 大きな揺れを感じたら、テーブルの下などに身を隠し自分の身を守りましょう。
- 揺れが収まったら、戸を開けて出入り口を確認しますが、あわてて外に飛び出さないようにしましょう。



◆台所での対応

- 一番に火の元の確認をしますが、調理器具の落下ややけどなどに注意しましょう。
- 食器棚や冷蔵庫など大型家具の転倒に注意しましょう。



◆スーパーやデパートでの対応

- 陳列商品の比較的少ない場所で、柱付近に身を寄せましょう。
- 陳列棚のガラス商品や瀬戸物、その他の商品の落下に注意しましょう。
- あわてて出口に殺到しないで、係員の指示に従いましょう。
- エレベーターやエスカレーターでの避難は避けましょう。



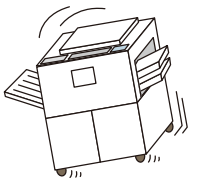
◆トイレ、風呂での対応

- 風呂ではタイルや鏡、トイレでは水洗タンクなどが割れたり落ちたりすることがあるので注意しましょう。
- 揺れが収まってから避難しましょう。



◆職場での対応

- 窓ガラスの飛散やOA機器・キャビネットなどの転倒に注意しましょう。
- 外へ避難するときは落下物に注意し、エレベーターは使用しないようにしましょう。



◆学校での対応

- 廊下・運動場・体育館では中央部に集まってしゃがみましょう。
- 実験室などでは薬品や火災に注意しましょう。
- 通学路が危険なこともあるので勝手に行動しないで、先生の指示に従いましょう。



避難する時はこんな服装で

非常持出品はリュックサックに入れて背負う。

ヘルメット(防災ずきん)をかぶる。

軍手や手袋をはめる。

長そで・長ズボン着用。燃えにくい木綿製品が良い。

靴は底の厚い、はき慣れたものをはく。

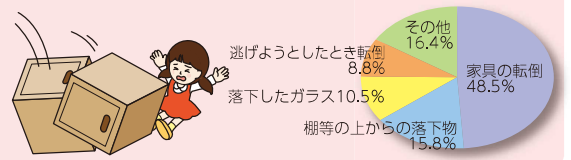


防災チェックポイント

家具が転倒するとどうなるの?

◆阪神・淡路大震災でけがをした人の原因 (神戸市消防局調査より)

建物が無事でも家具が転倒すると、その下敷きになってけがをしたり、室内が散乱することにより逃げ遅れてしまう場合があります。家庭での被害を防ぎ、安全な逃げ道を確認するためにも、家具の転倒・落下防止対策を実践しておきましょう。



地震災害 屋外での地震対応

屋外での地震対応

◆住宅地での対応

- ブロック塀や石垣は強い揺れで倒れたり壊れたりする危険があるので近づかないようにしましょう。
- 電柱や自動販売機も倒れる危険性があるので離れましょう。
- 2階建て以上の建物からはエアコンの室外機や屋根瓦等の落下の危険性があります。



◆繁華街での対応

- ビル等からはガラスやタイル、看板が落下する危険があるので離れましょう。
- 近くにいた場合は鞆などで頭を保護し、できるだけ早く避難しましょう。



◆海岸での対応

- 海岸では津波に注意することが重要です。
- 近くの高台が3階建て以上の建物の3階以上の階に避難しましょう。
- 津波は何回も繰り返す可能性があるため、波が引いても状況をよく見極めましょう。



◆川べりでの対応

- 津波は上流へ向かってくるので、流れに対して直角方向に避難しましょう。



◆山や丘陵地での対応

- 山間部では落石や地すべりに注意し、危険な場所に近づかないようにしましょう。



◆電車やバスでの対応

- 電車は強い揺れを感じると緊急停止します。バスも危険回避のため急ブレーキをかけることがあります。
- 座席に座っている場合は、低い姿勢をとって頭部を保護し、立っている場合はつり革や手すりをしっかりと持って転倒に注意しましょう。



◆自動車運転中の対応

- 急ブレーキをかけることは危険なので、前後に注意しながらゆっくりと路肩に寄って停車し、エンジンを切って揺れが収まるまで車外には出ないようにしましょう。車から離れて避難する際には、キーを付けたままにしましょう。



防災チェックポイント 車で避難しないように！

地震発生時は、消防車などの緊急車両の通行を確保することが大切です。みんなが車を使って避難すると、緊急車両や避難する人たちの邪魔になり、混乱を大きくしてしまいます。山間部の土砂災害危険地域、歩行困難な高齢者や病人のいる家族など、どうしても車を使わなければならない場合以外は、徒歩で避難しましょう。



地震災害 大きな揺れに備えて「安全対策」

家の中の安全対策

◆寝室や子ども・高齢者・障がい者がいる部屋には、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、障がい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は食器棚や家具、テレビなどは固定する。

◆入り口や通路にはものを置かない

いざというときに安全に避難できるように、玄関などの入り口やそこに至る通路に倒れ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、扉が開いても中の食器が飛び出すのを防ぐ。

●窓ガラス

飛散防止フィルムを屋内側にはる。

●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、対震自動消火装置があるものかどうか確認する。

◆家の中に、家具のない安全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置く。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を換える。

◆家具の転倒や落下を防止する対策を講じる

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

●照明器具

1本のコードでつるすタイプのもは、鎖と金具で3カ所以上留める。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

煙や熱を感じ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、家具の下に板などをはさみ、壁面にもたせさせる。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具で連結する。

●テレビ

できるだけ低い位置に置き、金具やロープ、装着マットなどで下面・柱・壁に固定する。

一戸建ての地震対応

- 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ないかをチェックする。雨戸はたてつけが悪くないかをチェックし、問題があれば修繕する。
- 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。
- 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換えるか固定する。
- プロパンガス…倒れないように、しっかりと土台の上に置き、鎖で壁面に固定しておく。
- ブロック塀…土中にしっかりとした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繕する。
- 玄関まわり…自転車や植木鉢など、出入りに支障となるものは置かない。

集合住宅の地震対応

- 玄関…玄関は、脱出口、避難経路として重要な場所。開かなくなった扉をこじ開けられるようにパールなどを用意しておく。
- 通路…避難や通行の妨げにならないように、自転車などものを置かない。また、換気防止のため、古新聞や段ボールなどの燃えやすいものを置かない。
- 非常階段・非常扉…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くのは厳禁。特に非常扉の前や階段付近には要注意。
- 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ものを置くのは厳禁。
- 防災用具・防火設備…通路などの共有部分に置いてある消火器や火災感知器などの場所を日ごろから確認しておく。消火器の有効期限を表示する。
- 管理組合からの連絡に注意…防災設備の点検や防災訓練のお知らせなど、管理組合からの連絡には日ごろから注意する。訓練には積極的に参加する。

防災チェックポイント 地震に強い家をつくらう

阪神・淡路大震災で、亡くなられた人の約9割が自宅の倒壊による圧死や窒息死でした。大切な家族や自分の命を守るためには、地震に強い家に住むことが一番です。

- 住んでいる建物の耐震強度を確認しましょう。市では耐震診断や耐震改修にかかる費用の一部を助成する制度があります。（問い合わせ先：建設課 都市計画建築係）
- 木造住宅の場合、シロアリ被害などで木材が腐っている場合があります。点検して、必要があれば修繕をしましょう。
- インターネットでも簡易な耐震診断法を紹介しています。一般財団法人 日本建築防災協会「誰でもできるわが家の耐震診断」http://www.kenchiku-bosai.or.jp/seismic/wagayare/taisin_flash.html

風水害 必要な情報の選択

台風や集中豪雨によって、様々な被害が起こっています。天気予報により事前の情報を得ることはできますが、自然の猛威を止めることはできません。自らの身を守るためには台風や集中豪雨に備えて、準備や対策を行うことが大切です。

防災気象情報の見方

台風の強さの階級分け	階級	最大風速 (m/秒)	台風の大きさの階級分け	階級	風速15m/秒以上の半径
	強い	33以上～44未満		大型(大きい)	500km以上～800km未満
	非常に強い	44以上～54未満		超大型(非常に大きい)	800km以上
			(気象庁による)		

風の強さと被害

風の強さ(予報用語)	平均風速 (m/s)	おおよその時速	速さの目安	人への影響	屋外・樹木の様子	走行中の車	建造物	おおよその瞬間風速 (m/s)
やや強い	10以上15未満	～50km	一般道路の自動車	風に向かって歩いていくと、傘がささない。	樹木全体が揺れ始める。電線が揺れ始める。	道路の吹流しの角度が水平になり、高速運転中では横風に流される感覚を受ける。	樋(とい)が揺れ始める。	2.0
強い	15以上20未満	～70km		風に向かって歩けなくなり、転倒する人も出る。高所での作業はさむて危険。	電線が鳴り始める。看板やトランが外れ始める。	高速運転中では、横風に流される感覚が大きくなる。	屋根瓦・屋根葺材がはがれるものがある。雨戸やシャッターが揺れる。	3.0
非常に強い	20以上25未満	～90km	高速道路の自動車	何かにつかまっていけないと立っていない。飛来物によって負傷するおそれがある。	細い木の幹が折れたり、根の張っていない木が倒れ始める。看板が落下・飛散する。道路標識が傾く。	通常の速度で運転するのが困難になる。	屋根瓦・屋根葺材が飛散するものがある。固定されていないプレハブ小屋が移動・転倒する。ビニールハウスのフィルム(被覆材)が広範囲に破れる。	4.0
猛烈な風	25以上30未満	～110km	特急電車	屋外での行動は極めて危険。	多くの樹木が倒れる。電柱や柱灯で倒れるものがある。ブロック壁で倒壊するものがある。	走行中のトラックが横転する。	固定の十分な金属屋根の葺材がめくれ。養生の十分な仮設足場が崩落する。	5.0
	30以上35未満	～125km						
	35以上40未満	～140km					住家で倒壊するものがある。鉄骨構造物で変形するものがある。	
	40以上	140km～						

(注1) 強風によって災害が起こるおそれのあるときは強風注意報を、暴風によって重大な災害が発生するおそれのあるときは暴風警報を、さらに重大な災害が起こるおそれがあるときは暴風特別警報を発表して警戒や注意を呼びかけます。なお、警報や注意報の基準は地域によって異なります。(注2) 平均風速は10分間の平均、瞬間風速は3秒間の平均です。風の吹き方は絶えず強弱の変動があり、瞬間風速は平均風速の1.5倍程度になることが多いです。大気の状態が不安定な場合は3倍以上になることがあります。(注3) この表を使用される際は、以下の点にご注意ください。1. 風速は地形や周りの建物などに影響されますので、その場所での風速は近くにある観測所の値と大きく異なることがあります。2. 風速が同じであっても、対象となる建物・構造物の状態や風の吹き方によって被害が異なる場合があります。この表では、ある風速で観測された際に、通常発生する現象や被害を記述していますので、これより大きな被害が発生したり、逆に小さな被害にとどまる場合もあります。3. 人や物への影響は日本風工学会の「瞬間風速と人や物の様子との関係」を参考に作成しています。今後、表現など変わっていった場合には内容を更新することがあります。(気象庁による)

雨の強さと被害

1時間雨量 (mm)	予報用語	雨の降り方
10以上～20未満	やや強い雨	ザーザーと降る。家の中では雨の音で話し声がよく聞かれない。
20以上～30未満	強い雨	どしゃ降り。小さな川や道路わきの溝から水があふれる。
30以上～50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る。道路が川のようになり、山崩れやげけ崩れが起きやすくなる。
50以上～80未満	非常に激しい雨	滝のように降る。マンホールから水が吹き出す。
80以上	猛烈な雨	恐怖を感じる。雨による大きな災害が起きる危険があり、厳重な警戒が必要。(気象庁による)

防災チェックポイント

被害が心配されるときには

- ◆ **気象情報に注意する**
テレビやラジオ、インターネットで発表される気象庁からの警報・注意報や、気象情報に注意する。
- ◆ **むやみに外出しない**
台風が接近しているときや、豪雨の危険性があるときは、外出を控える。外出する際も警報や注意報に注意し、危険な場所に近づかない。
- ◆ **窓ガラスを補強する**
外から板でふさいだり、×印にガムテープをはるなどして補強する。ガラスが割れたときに破片が飛び散らないよう、内側はカーテンをひく。

使いこなそう気象庁のホームページ

「レーダー・ナウキャスト(降水・雷・雹巻)」では、気象レーダーによる5分間の降水強度分布観測と、降水ナウキャストによる5分間の60分先までの降水強度分布予測を連続的に表示しています。
「レーダー・ナウキャスト(降水・雷・雹巻)」 <http://www.jma.go.jp/jp/radnow/>

防災気象情報に敏感になりましょう

●多くの防災気象情報があります

大雨や台風るとき、気象庁はさまざまな気象情報を発表します。気象情報の種類とそれらの情報が必要な状態を意味しているのか、どのように私たちに届けられるのかを知っておくことは大変重要です。

◆主な防災気象情報

注意報……………災害のおそれがあるときに発表される。
警報……………重大な災害のおそれがあるときに発表される。
土砂災害警報……………土砂災害のおそれがあるときに発表される。
台風情報……………台風が発生したときに発表される。
竜巻注意情報……………竜巻・ダウンバースト(下降噴流)などによる激しい突風が発生しやすいときに発表される。
記録的短時間大雨情報……………現在の降雨がその地域にとって土砂災害や浸水害、中小河川の洪水災害の発生につながるような、稀にしか観測しない雨量であるときに発表される。

●危険が迫る前に、早めの避難

自治体では気象庁が発令する気象情報や消防団の監視などを参考に避難に関する情報を発令します。しかし、場合によっては、避難に関する情報が出されるよりも前に自主的に避難することも必要になります。「危険を察知して自分の命を守る」という危険を判断する能力を身につけることが求められます。

◆適切な避難の判断を!

- 1 局地的な大雨などは、気象庁の警測網でとらえられない場合があり、自治体の避難勧告や避難指示(緊急)に合わない場合があります。
- 2 危険が迫っているにもかかわらず、まわりが避難していないので大丈夫と思ってしまうのは間違いです。率先して避難しましょう。
- 3 避難勧告や避難指示が出されたら「まだ大丈夫」と判断せずにすぐ避難しましょう。

風水害 集中豪雨の危険性

集中豪雨は、短時間のうちに狭い地域に集中して降る豪雨のことで、梅雨の終わりごろによく起こります。狭い地域に限られ突発的に降るため、その予測は非常に困難です。気象情報や災害の前兆現象から危険レベルを判断し、行動することが重要になってきます。

集中豪雨の危険を知っておこう

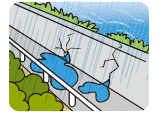
◆短時間で危険な水位

河川、溪流、下水管、用水路などは、激しい雨が降ることやまわりから雨が流れ込むことで、数分から数十分で危険な状態になります。



◆注意報や警報が出ない雨でも災害が発生する

大雨や洪水の注意報・警報の発表基準に達していないわずかな雨でも、災害が発生するおそれがあります。



◆下水の排水能力を超える大雨

下水道の雨水排水能力(1時間当たり50ミリ)を大きく超える時間雨量100ミリ以上の豪雨が頻発しています。



◆離れた場所の雨でも影響する

自分のいる場所で強い雨が降っていなくても、上流で降った雨が流れてきて、危険な状態になる場合があります。



こんな前兆を確認したらすぐに避難

- 1 川の近くでは、まわりの空が真っ黒になったらすぐに避難する
- 2 雷鳴や稲妻を確認したら建物内へ避難する
- 3 冷たい風が吹き出したら注意する
- 4 大粒の雨がひよこしが降り出したら建物内へ避難する
- 5 雨の日に周囲より低い位置にいる場合は、高い場所へ移動する
- 6 川の近くでは警告のサイレン音がしたらすぐに避難する



大雨による主な災害

- 【外水氾濫】
河川の流量が異常に増加することによって起こる。堤防が決壊したり、河川の水が氾濫する。
- 【内水氾濫】
河川の増水や高潮によって排水がはげまったり、排水が追いつかず用水路や下水溝などがあふれる。

浸水などから避難するときの注意点

ポイント1 動きやすく、安全な服装で
ヘルメットで頭を保護し、靴はひもで締められる運動靴にする。裸足・長靴は厳禁。

ポイント2 足元に注意
道路が冠水すると足元が見えにくくなり、側溝やマンホールに気づきにくくなる。長い棒などを杖代わりにして歩く。安全。

ポイント3 単独行動はしない
避難するときは2人以上です。流されないように、ロープで互いを結び。

ポイント4 深さに注意
歩行可能な水深の目安は約50センチ。水の流れが速い場合は20センチ程度でも危険になる。危ないと思判断した場合は、無理をせず、高所で助けを待つ。

【土砂災害】
●土崩れ・げけ崩れ
山の斜面が急激に崩れ落ちる。瞬時に発生する。
●土石流
谷や斜面にたまった土砂や岩石が一気に押し流される。破壊力が大きい。
●地すべり
比較的ゆるやかな斜面の土壌が滑り落ちる。一度に広範囲で発生する。

ポイント5 避難行動要支援者に配慮を
高齢者や傷病者は背負い、子どもには浮き輪などを付けて安全を確保する。

車での避難はここが危ない!

大雨が降っていると、路面冠水に遭遇する危険性があります。



想定される危険

- ◆ **激しい雨で前が見えなくなる**
大雨時はどれだけ車のワイパーを動かしても、前が見えなくなってしまうことがあります。
- ◆ **路面冠水の危険**
路面冠水で車のエンジンが停止することがあります。空ぶかしをしてマフラーからの浸水を防ぎましょう。
- ◆ **車から出られなくなる**
浸水車の車は、水圧でドアが開かなくなります。また、60～70センチまで浸水すると車が浮き始めます。

避難のポイント

- ◆ **徐々にスピードを落とす**
雨で視界が悪い場合、急停車せず、ゆっくりと減速する。
- ◆ **エンジンが止まってもあわてない**
エンジン保護のため再始動せず、感電防止のため車のキーをオフにする。
- ◆ **ガラスを割って脱出する**
万が一に備えて、特殊ハンマーを車内に常備し、あわてずできるだけ早く窓を割って脱出する。

風水害 危険判断能力を高める

風水害を最小限に抑えるためには、まず風水害に対する正しい知識が必要です。あわせて住まいがある場所で水害や土砂災害などが発生したら、どのような状況になるのかを把握しておかなければなりません。風水害に関しては、数多くの気象情報が発表されています。市ではそれらを参考に避難指示など避難に関する情報を発令します。これらの情報をもつ意味なども理解しておき、いざというときに備えましょう。

自宅周辺の災害危険度を知っておきましょう

●防災マップを確認しましょう

防災マップとは、地域における災害の危険度を示した地図です。例えば、浸水想定区域は、予想される浸水深の程度に応じて危険度を色分けし、表示しています。防災マップを確認して、自宅付近がどの程度の危険度になっているのか知っておきましょう。ただし、防災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。東日本大震災で明らかになったように、想定を上回る被害が出るおそれは十分にあります。防災マップを活用して防災意識を高めることは重要ですが、頼り切ってしまうのは危険です。いざというときに自ら危険を判断できる能力を養うことが本当の防災対策です。

防災マップは、市のホームページでも公表しています。

家の内外の風水害対策

台風や集中豪雨によって、様々な被害が起こっています。天気予報により事前の情報を得ることはできますが、自然の猛威を止めることはできません。自らの身を守るためには台風や集中豪雨に備えて、準備や対策を行うことが大切です。

屋外

●雨どい

継ぎ目はずれや塗装のはがれ、腐りがないか確認。落ち葉や土砂で詰まらせないように掃除しておく。

●屋根

瓦のひび、割れ、ずれ、はがれ、トタンのめくれ、はがれがないかを確認。

●雨戸

がたつきやゆるみなどがあれば補強する。

●ベランダ

鉢植えや物干しざおなど飛散の危険が高い物は室内へ。

●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取る。

●外壁

モルタルの壁に亀裂はないか、板壁に腐りや浮きはないか、プロパンガスのボンベは固定されているか、などを確認。

●ブロック塀

ひび割れや破損箇所は補強する。

●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。

屋内

台風や大雨が近づいてきたら

- 停電に備えて懐中電灯や携帯ラジオを準備する。
- 避難に備えて貴重品などの非常持出品を準備する。
- 気象情報をテレビ・ラジオで注意深く聞く。
- 断水などに備えて、飲料水などを確保しておく。
- むやみに外出しない。
- 浸水などのおそれがあるところでは、家財道具や食料品、衣類、寝具などの生活用品を2階などの高い場所へ移動させる。
- 高齢者や乳幼児、病人などを安全な場所へ避難させる。



土砂災害 種類と前兆現象・警戒区域

土砂災害の被害を軽減するためには、普段から土砂災害に対する備えが必要です。家族で家のまわりの危険箇所を確認し、災害に備えて避難経路や避難場所について話し合っておきましょう。

土砂災害の種類と前兆現象

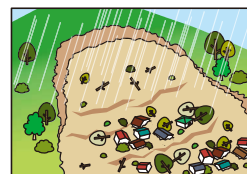


がけ崩れ・山崩れ

雨水がしみ込んで、やわらかくなった斜面が急に崩れ落ちます。日本で最も多い土砂災害で、人の住む家の近くでも突然起きるため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い災害です。

こんな前兆現象に注意!

- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音が出る。
- 異様なにおいがする。



地すべり

地盤が弱い土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が、地下水の影響と重力でゆっくり下へ移動する現象です。ひとたび発生すると、家や道路、鉄道など広い範囲に被害を与えます。

こんな前兆現象に注意!

- 地面にひび割れができる。
- 井戸や沢の水がにごる。
- がけや斜面から水がふき出す。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。



土石流

長雨や集中豪雨などで、山腹や谷川の石や土砂がいきなり下流へ押し流され、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊していきます。

こんな前兆現象に注意!

- 山鳴りがする。
- 雨が降り続けているのに、川の水位が下がる。
- 川の水がにごったり、流木がまざったりする。
- 腐った土のおいがする。

二つの土砂災害警戒区域

あなたの住まいは大丈夫? 危険な場所は土砂災害警戒区域に指定されています。

土砂災害警戒区域と土砂災害特別警戒区域があり、土砂災害防止法に基づいて県が指定します。

土砂災害警戒区域

土砂災害警戒区域は土砂災害が発生した場合に住民に被害が生じる恐れのある区域です。

◆指定されると・・・

災害情報の伝達や避難が早くできるように警戒避難体制が整備される。

土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域のなかでも特に危険な区域で、住民のみならず建築物にまで著しい被害が生じる恐れがある区域です。

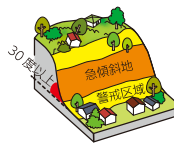
◆指定されると・・・

- 住宅地分譲など、特定の開発行為が許可制になる。
- 居室を有する建築物は、構造の安全性について建築確認が必要になる。
- 著しい損壊が生じるおそれのある建築物に対し、移転などが勧告される。

◆土砂災害警戒区域の地形条件

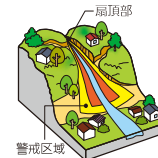
急傾斜地崩壊危険箇所

勾配30度以上、高さ5メートル以上の急傾斜地で、被害想定区域内に人家などの保全対象が存在するか、将来的に立地する可能性がある場合、「急傾斜地崩壊危険箇所」として県が指定しています。



土石流危険渓流

谷出口での渓流勾配が2度以上の谷地形で、被害想定区域内に人家などの保全対象が存在するか、将来的に立地する可能性がある場合、「土石流危険渓流」として県が指定しています。



地すべり危険箇所

地すべりが起きていて、あるいは起きる恐れがある地域を、空中写真の判読や地滑りの徴候、地形、発生履歴等をもとに抽出し、そのうち人家・公共施設・河川等に被害をもたらす恐れのある地域を「地すべり危険箇所」として県が指定しています。



土砂災害 避難のタイミング

土砂災害の発生件数は全国で年間およそ 1,000 件にもなります。長雨や集中豪雨、地震などの後に発生しやすく、発生すれば人命に関わる災害になるので警戒が必要です。

早めの避難

土砂災害は、突発的に発生し、すさまじい破壊力で一瞬にして生命や財産を奪ってしまいます。土砂災害の発生を予測するのは難しいものですが、前兆現象が見られる場合があります。身近に土砂災害の危険箇所があり、前兆現象を確認した場合は、早めに避難しましょう。

また県は、土砂災害のおそれがある区域を「土砂災害警戒区域」に、さらにそのなかでも建築物に損壊が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれのある区域を「土砂災害特別警戒区域」に指定しています。住まいがある土地が警戒区域に入っていないか確認しておき、家が該当区域にある場合は特に早めに避難するようにしてください。



●土砂災害警戒情報と情報への対応

警戒情報

土砂災害警戒情報とは

大雨警報(土砂災害)が発表されている状況で、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、市町村長の避難勧告や住民の自主避難の判断を支援するよう、対象となる市町村を特定して警戒を呼びかける情報で、都道府県と気象庁が共同で発表する。

注意点

利用する際の注意点

土砂災害は、それぞれの斜面の植生・地質・風化の程度、地下水の状況などに大きく影響されるため、個別の災害発生箇所・時間・規模等を詳細に特定することはできない。また、技術的に予測が困難な斜面の深層崩壊、山林の崩壊、地すべりなどは、土砂災害警戒情報の発表対象になっていない。

早期避難

早期避難の重要性

土砂災害警戒情報が発表されていなくても、斜面の状況に常に注意を払い、少しでも異状(前兆現象)に気がついた場合には、直ちに周りの人と安全な場所に避難する。同時に、市役所などの防災機関に連絡する。

こんな場所では早めの避難を

◆造成地

丘陵を切り崩してつくられた造成地は、豪雨で地盤がゆるむと崩れる危険性がある。



◆傾斜地

傾斜30度以上、高さ5メートル以上の急傾斜地は、がけ崩れの危険がある。樹木の少ない山間部の溪流は土石流の危険もある。



土砂災害 避難のポイント

土石流、がけ崩れ、地すべりに大別される土砂災害は、被災すると生命の危険が大変高いため、災害発生前に避難を終えなければなりません。

避難行動の注意点

◆ほかの土砂災害危険区域は通らない

避難する際は、ほかの土砂災害危険区域は通らないようにしましょう。



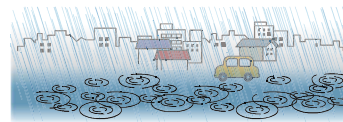
◆前兆現象を知り早めに避難

土砂災害の発生前には、前兆現象がみられることがあります。前兆現象を知ったときは、すみやかに避難しましょう。



◆長雨や豪雨に注意

1時間に20ミリ以上、または降り始めからの降雨量が100ミリ以上になったときには、土砂災害が発生するおそれがあるので警戒しましょう。



◆避難の余裕がないときの命を守るための最低限の行動

比較的高い鉄筋コンクリート造などの堅固な建物の2階以上の、斜面とは反対側に位置する部屋に避難しましょう。



◆土石流に直面したときの逃げ方

土石流のスピードは、20~40キロと非常に速く、流れに背を向けて逃げても、追いつかれてしまいます。土砂の流れる方向に対して直角に走って逃げましょう。



火災 被害を最小限に

火災は日常でも、また地震等の災害によっても発生することがあります。火災に対しては日ごろからの注意と発生した場合の対処が重要です。被害を最小限におさえるために、家族、地域ぐるみで防火意識を高めましょう。

初期対応の3原則

●火災になった時の対処

火災になった時の対処は「通報」「初期消火」「避難」が重要です。ただ状況によって優先順位は異なりますので、逃げ遅れないように、あわてず冷静な判断を心掛けましょう。

行動1 早く知らせる!

火災になった、火災を見つけたら「火事だあ!」の大声で近隣に知らせるとともに、消防署への119番通報を行いましょう。

行動2 早く消す!

初期の火事は消火が可能な場合があるので、消火器や水・座布団や毛布などを掛けて消火しましょう。但し無理な消火はやめましょう。
※火事の種類によって消火方法が違います。

行動3 早く逃げる!

天井まで燃え広がると個人での消火は不可能です。速やかに避難しましょう。

覚えておこう! 消火器の使用法

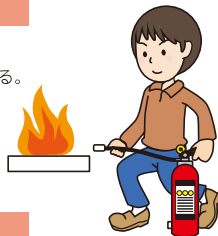
- 消火器取り扱い訓練のときは、積極的に参加して体験しましょう
- 消火器の使い方

- ①安全ピンに指をかけ、上に引き抜く。
- ②ホースをはずして火元に向ける。
- ③レバーを強く握って噴射する。



●消火器の構え方

- ①火の風上まわり、風上から構える。
- ②やや腰を落として、低く構える。
- ③熱や煙を避け、炎には真正面から向き合わない。
- ④炎を狙うのではなく、火の根元を掃くように左右に振る。



覚えておこう! 火元別の消火方法

◆コンロ

- 油鍋に水をかけるのは厳禁。
- 消火器は離れた位置から、鍋の全面を覆うように向けて噴射する。
- 消火器がない場合は、シーツやバスタオルをぬらして手前からかぶせ、空気を遮断する。

◆ストーブ

- 消火器は直接火元に向けて噴射する。
- 消火器がない場合は、シーツや毛布などをぬらして手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。

◆たばこ

- 寝たばこなどにより、布団などの綿製品が焦げた場合は、消したつもりでも見えないうちに火種が残り、再び燃えだすことがあるので、浴槽などにつけ完全に消す。

◆カーテン・ふすま・障子

- カーテンは燃え広がる前に水をかける。できればレールから引きちぎり消火する。
- ふすまや障子などはけり倒して、踏み消す。その後、水をかけてしっかり消火する。

◆たき火

- 消火器を使う。消火器がない場合は水や土で消す。
- 水の準備ができていない場合は、ほうきや木の枝でたいて消し、その後、水でしっかり消火する。

◆電気器具

- いきなり水をかけると感電の危険があるので、コンセントかブレーカーを切り、消火器で消火する。

逃げるタイミングは天井への延焼!

避難する目安は、天井まで火が燃え移ったとき。火が天井に燃え移るまでの間は初期消火に努めますが、もし炎が天井に燃え移ったら、決して自分で消火をしようとせず、迷わずすぐに避難してください。

防災チェックポイント

「119」のかけ方を覚えておこう

※通報時に伝える内容は、下記を参考に

- ①火災であることを伝える
- ②火災現場の場所(住所や目印・ビルの名前)
- ③何が燃えているか
- ④けが人や逃げ遅れている人がいるか
- ⑤かけている電話番号(携帯電話・スマートフォンの場合はその番号)
- ⑥通報者の名前



※携帯電話・スマートフォンから通報する場合

携帯電話・スマートフォンからの119番通報件数は、その普及に伴い年々増加しています。GPS機能付きの携帯電話・スマートフォンからの通報については、「発信地表示システム」により通報者の真住所が示されるので場所の特定がしやすくなりますが、建物内からの通報の場合、位置情報の精度が落ちて場所の特定が難しいことがあります。携帯電話・スマートフォンから通報する時は、次の点に注意してください。

- ①近くの目標物(学校・公民館・信号機・ビル・店舗・コンビニなど)を確かめてから通報する。
- ②自動車からの通報は、安全な場所に停車してからかける。
- ③途中で切れないように注意する。
- ④高速道路では、まず「上り」か「下り」かを確かめ、道路わきの小さな看板の数字があれば伝える。
- ⑤携帯電話・スマートフォンからの通報は場所の特定が重要。あせらず、的確に伝える。



火災 避難と予防

もっとも大切なのは、身の危険を感じたときに一刻も早く避難することです。服装や持ち物などにこだわらず、次のポイントを押さえながら、できるだけ早く避難してください。また、一度逃げ出したら、絶対に戻らないようにしましょう。

避難ポイント

◆2階から脱出するときは

ロープや縄ばしごを使って避難する。シーツやカーテンをつないだものでも代用できる。やむを得ず飛び降りるときは、布団やマットレスなどクッションになるものを落とす。

◆地下街にいるときは

壁際に身を寄せ、煙からすばやく逃げる。出口は約60メートルごとにあるので、壁つたいに避難する。パニックに巻き込まれないよう係員の誘導に従う。

◆ビルにいるときは

上の階から出火した場合は、階段を使って下へ逃げる。下階から出火した場合は、外階段から逃げる。もし上へ逃げられないときは、屋上の風上側で救助を待つ。エレベーターは絶対に使わない。

◆炎の中を通るときは

迷わずに一気に走り抜ける。ぬらしたシーツを体全体に巻きつけると効果的。

◆デパートなどでは

デパートやホテルなどの商業施設で火事になったときは、店内の放送や誘導員の指示に従う。避難口がわからない場合は、誘導灯に従って壁つたいに避難する。

◆閉じ込められたときは

ドアのノブが熱い場合、廊下は高温状態の危険性もある。危険な場合はドアから出ず、ぬらしたタオルなどをドアのすき間などに埋めて防炎し、窓を開けて逃げ遅れたことを外の人に知らせる。

防災チェックポイント

本当に恐ろしいのは煙です!

火災で発生する煙には、一酸化炭素などの有毒ガスが含まれています。吸い込むと中毒などにより命を落とす危険性があるので、次のポイントに気をつけながら避難しましょう。

- ぬらしたタオルやハンカチなどで、口と鼻を覆う(無理な場合は、ネクタイや衣類で代用する)。
- 短い距離なら息を止め、一気に走り抜ける。
- できるだけ姿勢を低くする。
- 視界が悪いときは壁つたいに避難する。



覚えておこう! 火元別の予防と対処

ほとんどの火災は、私たちが注意することで防ぐことができます。火災を防ぐためのポイントをきちんと学び、日ごろからみんなで注意し合うようにしましょう。

◆コンセントからの出火

コンセントからの出火は日ごろの予防で防ぐことができます。ほこりやゴミがたまっていたり、多くのプラグが差し込まれていると発火の原因となります。定期的な掃除を行い、多くのプラグ差し込みをやめましょう。

◆タバコからの出火

灰皿にすいがらがたまっていると消したつもりでも火種が残っていることがあります。火の始末は確実にしましょう。また寝タバコは絶対にやめましょう。

◆ストーブからの出火

火がついた状態で動かしたり、洗濯物・紙などの燃えやすい物が近くにあると出火の原因になります。スプレー缶なども熱せられると爆発の危険性があるので近づけないようにしましょう。

◆金魚ばちなどからの出火

太陽光線があたって、金魚ばちやペットボトルがレンズになって出火することがあります。このようなレンズの役目をする物は、置き場所に十分注意しましょう。

◆コンロからの出火

- てんぷらなどの揚げ物を調理する場合、油に火が付くことがあります。また、鍋の空焚きによる出火も多くみられます。調理する場合は少しの間でも目を離さないようにしましょう。
- 出火した場合には水を掛けて消火するのではなく、必ず消火器で消しましょう。



火災への備え

住宅用防火機器を活用しよう

火災の発生を早く知らせる【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ます。すべての住宅に設置が義務づけられています。

火災防止に【安全装置付調理器具】
火災の熱を感知すると、自動的にガスの供給を止めます。



火災の被害を最小限に

【防火品】

火がついても燃え広がりにくい製品。カーテンやカーペット、寝具、エプロンなど。

【住宅用消火器】

小型で軽量タイプもあります。

【簡易自動消火装置】

火災の熱を感知すると、自動的に薬剤を放出します。

【住宅用スプリンクラー装置】

火災の熱を感知すると、部屋全体に放水します。



原子力災害 情報収集

原子力災害とは、原子力施設から放射性物質が漏れ、周辺に被害が生じることをいいます。放射性物質とは放射線を出す物質のことで、放射線を出す能力を放射能といいます。原子力災害の程度は人間が感じ取ることができないため、放射性物質に関する基本的な知識と正しい対処法を身につけることが重要です。

情報収集のポイント

●正確な情報を入手してください

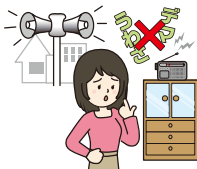
原子力施設で事故等が発生した場合、自治体などはテレビ・ラジオなどの報道機関を通して、住民に必要な情報をすみやかに知らせます。

●音声告知放送や広報車などの情報に注意する。

●テレビやラジオから正確な情報を入手する。



●デマに惑わされないようにする。



●自主防災組織で内容を確認する。



●問い合わせのための電話は控える。



原子力災害

情報収集

原子力防災対策の必要性

●市民のみなさんの安全・安心を守るため、万一の事故に備えて、原子力防災に取り組んでいます。

大分県は、国の定める「原子力災害対策が重点的に講じられる区域（原子力施設から概ね30キロメートル圏内）」外にありますが、万一の場合に備え、重点区域に準じて、必要な対策が執れる体制を整えています。



原子力災害 防護対策「屋内退避」

防護対策とは、放射線や放射性物質が大量に放出された際に、周辺住民などの被ばくをできるだけ低減するために講じられる措置です。住民が受けると予想される線量が一定の指標を超えるような場合に、「屋内退避」「一時移転」「避難」といった指示が出ます。

防護対策が必要になります

防災チェックポイント

外部被ばく、内部被ばくから身を守る

外部被ばくから身を守るには……

- ◆距離による防護……できるだけ遠くに離れる。
- ◆遮蔽による防護……コンクリートなどの建物の中に入り、放射線をさえぎる。
- ◆時間による防護……放射線を受ける時間を短くする。

内部被ばくから身を守るには……

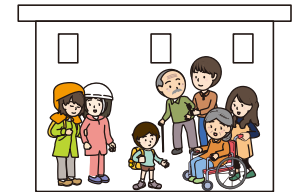
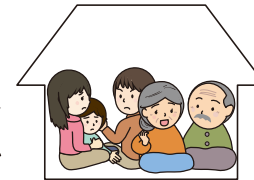
- ◆吸引防止……マスクやハンカチで口をふさぐ。
- ◆摂取防止……汚染された水や食べ物をとらない。

屋内退避について

●室内退避の効果

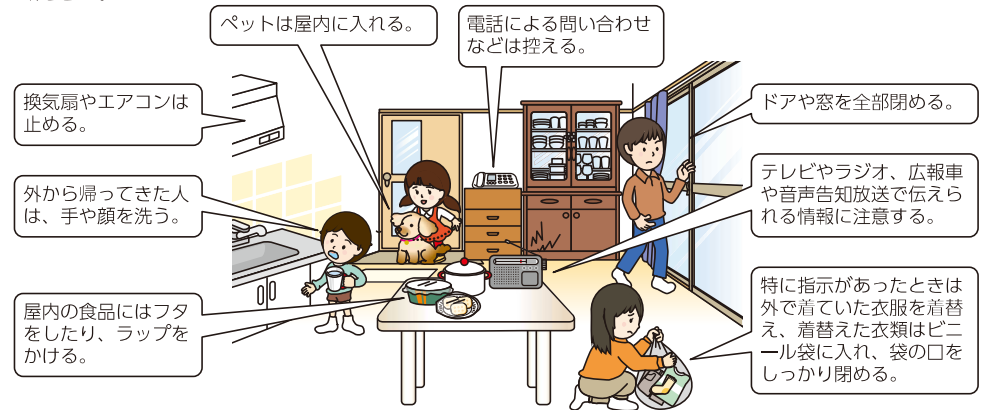
屋内に退避すると、屋根や壁で放射線をさえぎることができます。屋内退避には、自宅など一般家庭に入るものと、学校などのコンクリート建屋の中に入るものがありますが、予測被ばく線量が小さい場合には一般の木造家屋への退避でも放射線の影響を十分に軽減することができます。

コンクリート建屋は木造家屋よりも放射線をさえぎる能力が高く、より高い防護効果が期待できます。



●室内退避で取るべき行動

屋内退避の指示が出たら、すみやかに自宅などの建物内に入り、ドアや窓を閉めて次の対策を取ってください。



●一時移転と避難について

避難

空間放射線量率の高い又は高くなるおそれのある地域から速やかに離れるために実施するもの

一時移転

空間放射線量率は低い地域であるが、日常生活を継続した場合の無用の被ばくを低減するため、一定期間のうちに当該地域から離れるために実施するもの

原子力災害

防護対策「屋内退避」

原子力災害 避難行動

一時移転や避難の指示がでたら

●避難等の際に取るべき行動

一時移転や避難の指示が出たら、まず指示の内容をよく確認し、あわてず落ち着いて行動してください。また、どこの区域の人たちが対象か、一時集合場所はどこか、いつ集まるのかなどについて正しく情報を把握しましょう。

- テレビやラジオ、広報車や音声告知放送などで正確な情報を把握する。

- 貴重品を持って、持ち物は最小限に抑え、帽子や上着、長ズボンを着用する(体表面の露出をできる限り少なくすることがポイント)。

- 家に避難先や安否情報を書いたメモを残す。

- 戸締まりを忘れずに。

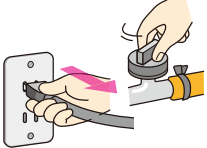
- 近所にも声をかけて、徒歩で一時集合場所に集まる。

- ガスの元栓を閉め、電気器具のコンセントを抜く。

防災チェックポイント

屋外での簡単な内部被ばく防護

マスクをしたり、水でぬらしたハンカチやタオルを固くしぼって口や鼻を覆うことで、放射性物質の吸い込みによる内部被ばくを防ぐ効果があります。



原子力災害の影響

●国際原子力事象評価

過去の主な原子力施設の事故の深刻度を示しています。原子力施設の事故や異常事象は、その深刻度に応じてレベル0からレベル7の数値で分類されます。福島第一原子力発電所事故は、放射性物質の放出量が多く、広範囲に及び深刻な放出であったことから、最も深刻な事故であると判断されています。



家族との連絡 ルールの確認と連絡方法

災害時、最も心配になるのは家族の安否です。東日本大震災では通信回線がつながりにくくなり、安否確認に手間取るケースが多くありました。複数の通信手段を使って連絡が取れる確率を少しでも高めるようにしましょう。また、子どもの迎えをどうするのかなど、学校に確認しておきましょう。

学校などでの家族の引き取りルールを確認

東日本大震災を受け、学校や福祉施設などでは、気象警報や土砂災害警戒情報などが発表されたり、実際に災害が発生したときに備え、帰宅や家族への引き取りルールをつくっています。引き取りルールは各施設によって異なるので、施設に確認して所定の用紙に記入しておきましょう。

◆学校などで被災した場合

- 家族への連絡体制はどうなっているのか。
- 施設の避難誘導体制はどうなっているのか。
- 保護者への引き渡し方法はどうかしているのか。
- すぐに引き取りに行けないときはどれくらい保護してもらえるのか。

施設のメール配信サービスはあるか確認

東日本大震災では、音声通話の回線がつながりにくくなり、家族などの安否確認がなかなか取れないという事態が起きました。今後も災害時は、音声通話の回線がつながりにくくなるおそれがあります。

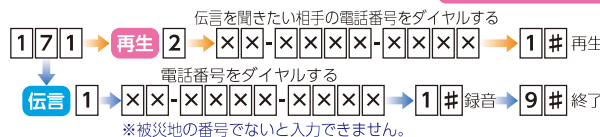
そんなときに備えて、メール配信サービスを行っている学校や福祉施設などもあります。家族が通っている施設などにメール配信サービスがあるかどうか確認しましょう。

音声・文字による連絡方法

●音声による連絡方法

NTT 災害用伝言ダイヤル **171** を使う

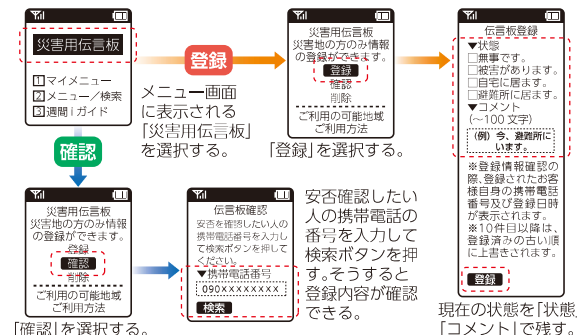
携帯電話や公衆電話からも利用できます



※音声案内に従って落ち着いて録音・再生をしてください。

●文字による連絡方法

携帯電話の「災害用伝言板」を利用



※このイラストは NTT ドコモを参考に作成していますが、ほかの会社のサービスも類似しています。

※注意：登録は携帯電話からしかできません。確認は携帯電話とパソコンから可能です。※携帯電話では、スマートフォンでも災害用伝言板サービスが利用できます。

家族の集合場所を決めておきましょう！

家族と連絡が取れず、自宅が被災した場合を想定し、家族で集合場所を話し合っておきましょう。万一のことを考えて、複数の集合場所を決めておきましょう。

家族との連絡

ルールの確認と連絡方法

避難情報 警戒レベルの確認

集中豪雨や台風などによって、水害や土砂災害などの災害が発生するおそれがあるとき、どの情報をもとに、どのタイミングで避難をするべきか？ それぞれの状況に応じて避難できるよう、災害発生危険度と住民の方々が取るべき行動を5段階の「警戒レベル」を用いてお伝えします。

避難情報等			防災気象情報		
警戒レベル	避難行動等	自治体発令の避難情報	警戒等	警戒の危険度分布	指定河川洪水予報
警戒レベル5 命を守るための最善の行動をとる	既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。	緊急安全確保 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令	大雨特別警戒 ^{※2}		氾濫発生情報
警戒レベル4 危険な場所から全員避難	速やかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令	土砂災害警戒情報	極めて危険 非常に危険	氾濫危険情報
警戒レベル3 危険な場所から高齢者等は避難	避難に時間を要する人(高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は危険な場所から避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	高齢者等避難	大雨警戒 洪水警戒	警戒(警戒級)	氾濫警戒情報
警戒レベル2	避難に備え、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 ^{※3} 洪水注意報	注意(注意級)	氾濫注意情報
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(警戒級の可能性)		

※1 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。(ページ内の図表は内閣府・気象庁ホームページより抜粋、編集)
 ※2 大雨特別警戒は、洪水や土砂災害の発生情報ではありませんが、災害が既に発生している可能性が高い情報として、警戒レベル5相当情報(洪水)や警戒レベル5相当情報(土砂災害)として重用されます。ただし、大雨特別警戒が発表されても、自治体より必ずしも避難発令等されるものではありません。
 ※3 夜間～翌日早朝に大雨警戒(土砂災害)に切り替える可能性が高い注意報は、警戒レベル3に相当します。

自主避難について 危険を感じたらすぐ避難しましょう

局地的集中豪雨のような、突発的な異常気象の場合には、市からの避難情報が間に合わないケースもあります。その際には、身の危険を感じたら安全な場所にいる親戚や知人の家、ホテル、旅館などへ自主的に避難しましょう。

避難に関する2つの情報

災害の危険が迫って居住者の避難が必要になった場合に、避難に関する情報が発令されます。2種類の情報は状況の深刻度に応じて出されるので、各情報に応じた避難行動をとりましょう。

1 高齢者等避難

人的被害の発生する危険性が高まった状況。



- 避難するのに時間がかかる高齢者など災害時要配慮者やその支援者は避難を始めます。
- 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めます。

2 避難指示

人的被害の発生する危険性が明らかに高まった状況。

- すべての住民は避難行動を開始してください。指定された避難所への避難が困難なときは、近隣のより安全な場所やより安全な建物、または自宅のより安全な場所に移動してください。
- まだ避難していない住民は直ちに避難します。万一避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動を取ります。



災害時の避難ポイント 安全な避難のために

災害が発生し、家屋内にとどまることが危険な状態になった場合は、落ち着いてすばやく避難する必要があります。その際は、子どもや高齢者などの災害時要配慮者の保護を念頭に置き、近所の一人暮らし高齢者世帯などにも声をかけるなど近隣で協力することが大切です。

避難先の検討

- 優先 1 避難時に、避難所が過密状態になることを防ぐために、可能な場合は親戚や知人の家、ホテル、旅館などへ避難することを検討しましょう
- 優先 2 上記が難しい場合、市が開設する避難所へ
- 優先 3 避難することが危険な場合は、屋内で安全を確保しましょう

安全に避難するために

◆事前に準備を

普段から避難所までの安全な経路などを確認しておきましょう。



◆持ち物は最小限に

荷物は背負い、両手が使えるようにしましょう。



◆動きやすく安全な服装で

ヘルメットで頭部を保護しましょう。靴はひもでしっかりとめられる運動靴にしましょう。



◆隣近所で声をかけ合って

避難は2人以上で行いましょう。隣近所を誘って集団で避難しましょう。



◆車は使わない

車は数十センチの浸水で浮いてしまいます。他の避難者や緊急車両の妨げにもなり、自分も危険です。



◆マンホールや側溝に注意を

急激な大雨が下水管に流れ込み管内の圧力が上昇して、マンホールのふたが開いてしまう場合があります。浸水が進むなか、マンホールや側溝にはまってしまうと大変危険です。



◆避難所では気象情報に注意を

避難所では相互に協力を。被害の状況や今後の気象状況を確認しましょう。



◆深さに注意

歩行可能な水深は約50センチ。水の流れる場合は20センチ程度でも危険になります。



命を守る最低限の行動とは 垂直避難

危険な状況のなかでの避難はできるだけ避け、安全の確保を第一に考えます。危険が切迫している場合は、指定された避難所への移動(①水平避難)だけでなく、命を守る最低限の行動(②垂直避難)が必要な場合もあります。



浸水による建物倒壊の危険がないと判断される場合には、自宅や近隣建物の2階以上へ緊急的に避難し、救助を待つことも検討してください。

例えば 下記の場合、屋外への移動は危険です。

- 夜間や急激な降雨で避難路上の危険箇所がわかりにくい。
- ひざ上まで浸水している(50センチ以上)。
- 浸水は20センチ程度だが、水の流れる速度が速い。
- 浸水は10センチ程度だが、用水路などの位置が不明で転落のおそれがある。
- 津波が迫っていて、安全な高台に避難できない。

避難所生活 心得と健康管理

避難所で生活するのは大変不自由なことです。ストレスや疲労から体調を崩してしまうこともあります。また、避難所生活は共同生活となります。マナーとルールを守り、みんなで支え合ひましょう。

共同生活

- 所持品は、1か所にまとめて、余震のときにはすぐに持ち出せるようにしましょう。
- 避難者同士がトラブルにならないためにも、所持品に名前を書いておきましょう。
- 自治組織をつくり、共同での生活ルールを守りましょう。



生活環境を衛生的に

- ゴミは所定の場所へ。
- トイレもきれいに使いましょう。
- 掃除などは定期的に行い、清潔な状態を保ちましょう。



「避難所で過ごす」ということは

阪神・淡路大震災や東日本大震災などでは、長らく避難所暮らしが体力の弱い高齢者等の命を奪ってしまう悲劇が相次ぎました。避難している住民同士で助け合うことはもちろん、支援してくれる医師・看護師といった専門家や相談相手としてのボランティアなどを積極的に活用して、心身の健康を保つように努めましょう。

災害時要配慮者への配慮

- 障がいのある人や高齢者、妊産婦などには、手助けをしましょう。
- 車いすが通行できるよう、バリアフリー化をしましょう。
- おむつ交換や補装具交換が必要ときは、間仕切りやカーテンを設けるなどの配慮をしましょう。
- ちょっとした工夫と配慮で、みんなが生活しやすい環境をめざしましょう。

避難生活における健康管理

東日本大震災のような大規模災害が発生すると、避難生活は相当の長期化が予想されます。不自由な避難所生活においても、できるだけ普段の生活を取り戻すつもりで、体をこまめに動かしながら以下のような病気と事故に注意しましょう。

●一酸化炭素中毒

車の中に避難している場合には、長時間冷暖房をつけっぱなしにしていると一酸化炭素中毒の危険性が高まります。また、狭い屋内でストーブなどを使う場合も同様です。新鮮な空気と入れ替えることが重要です。



予防対策

- こまめに窓を開けるなど、換気をしましょう。
- 暖房機器についている排気口に異常がないか確認しておきましょう。

●エコノミークラス症候群

エコノミークラス症候群とは、長時間足を動かさないので足の静脈に血栓（血の塊）ができ、歩き出した後などに血栓の一部が血流に運ばれて肺や脳の血管をふさいでしまう病気です。肺栓塞や脳卒中を発症するおそれもあります。長時間飛行機に乗った場合などに見られることからこの名がついています。避難所ではできるだけ体を動かすようにしましょう。

予防対策

- できるだけ体を動かしましょう。
- 座ったままでも、足の指やつま先を動かすなど足の運動をしましょう。
- 十分な水分をとり、脱水症状にならないようにしましょう。
- 避難所ではゆったりとした服装で過ごしましょう。



感染症対策

災害が発生した場合の避難所では、密閉した空間の中での集団生活等により新型コロナウイルスをはじめ、インフルエンザや風邪等の感染症のリスクが高まる恐れがあります。

少しでも感染リスクを軽減するために次のことについて、地震や風水害発生時の避難に備えて平時から準備をお願いします。

●避難者の健康状態の確認

避難者の健康状態を確認するため、避難所に入られる際は、ご自宅での体温測定にご協力願います。なお、発熱、咳などの症状がある方は、かかりつけ医に相談し、可能であれば旅館やホテル等での避難も検討してください。

●手洗い、咳エチケット等の基本的な対策の徹底

避難者は頻繁に手洗いをするとともに、咳エチケット等の基本的な感染対策を徹底しましょう。他の人と2m以上離れ、会話も必要最小限にしましょう。



●親戚や知人の家、ホテル、旅館などへの避難の検討

避難時に、避難所が過密状態になることを防ぐために、可能な場合は親戚や知人の家、ホテル、旅館などへ避難することを検討しておいてください。

●避難所の衛生環境の確保

避難者が共有する物品やスペースは定期的に、家庭用洗剤を用いて清掃するなど、避難所の衛生環境をできる限り整えましょう。なお、避難所の備蓄品には限りがあります。水や食料品などに加え、自身の健康状態を確認するために体温計を持参するなど、可能な限り必要なものは持参してください。

地域防災 地域ぐるみで支えあう

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

平常時の活動

◆防災意識の普及

防災マップの作製、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会などでの防災イベントの実施など。



◆防災巡視・防災点検

各家庭の防災用品の点検、防災倉庫の備品や消防水利の確認、燃えやすいものの放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすいものの点検など。



◆防災資機材の整備

ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、パール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食品、救急医薬品等の防災資機材や備蓄品の管理など。



◆防災訓練の実施

避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、情報収集・伝達訓練、給食（炊き出し）訓練など。



◆災害時要配慮者対策

災害時要配慮者の把握・見守り、担当者の確認など。



自主防災組織はなぜ必要なのか

自主防災組織とは、地域住民が連携し防災活動を行う組織のことをいいます。日ごろは、防災知識の普及啓発、防火訓練や地域の防災安全点検の実施、防災資機材の備蓄といった活動に取り組みます。そして、いざ災害が起きたときには、避難所の開設・運営、住民の避難誘導、初期消火活動の協力などに従事します。

特に大地震のような大規模な災害時には、交通網の寸断、通信手段の混乱、同時多発の火災などで、自治体や消防、警察なども、同時にすべての現場に向かうことはできません。そのような事態に備え、地域住民が連携して地域の被害を最小限に抑えることが自主防災組織の役割です。

あなた自身とあなたの町を守るために自主防災活動へ積極的に参加し、「災害に強いまち」をつくりあげましょう。

災害時の活動

●避難所の開設・運営への協力

◆避難所の開設

避難所の開設、避難所施設の状況確認、避難者誘導・受け入れ、避難者の居住場所と業務の割り振りなど。



◆避難誘導

地域住民等の安否確認、避難所への誘導、災害時要配慮者の安否確認・援助など。



◆食糧・物資関係

備蓄食糧や救援物資等の避難所への運搬および配布、炊き出しなど。



◆衛生管理

水確保・トイレの清掃、ゴミの搬出保管、施設内の清掃など。



●情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。



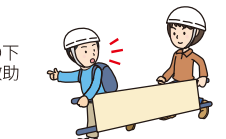
●初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツリレーなどによる初期消火活動など。



●救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。



●医療救護活動

負傷者の応急手当、救護所への搬送など。



地域防災 地域で支えあう避難支援への取り組み

災害が発生したとき、避難に時間がかかったり、自力で安全な場所へ避難することが困難な高齢者や障がいのある人（避難行動要支援者）がいます。このような人が災害時に地域の中で支援を受けられるように名簿を作成し、本人の同意を得たうえで、必要な支援内容などの情報を自治委員や民生委員など（避難支援関係者）に提供しています。こうした避難行動要支援者を災害から守るために、普段の見守りなど、地域で協力し合いながら支援していきましょう。

避難行動要支援者の特性

- 1 災害の危険を察知することが困難である。
- 2 自分の身に危険が差し迫っていても、支援者に助けを求めることができない、もしくは困難である。
- 3 危険を知らせる情報を受け取ることが正しく理解することができない、もしくは困難である。
- 4 危険を知らせる情報を受け取っても、それに対応して行動することができない、もしくは困難である。

避難行動要支援者を守りましょう

●平常時には

日ごろから地域の人たちと避難行動要支援者が交流し協力して、避難行動要支援者の支援体制をつくる必要があります。

1 防災訓練への参加

避難行動要支援者と一緒に避難経路や避難所が確認できます。また、避難時に避難行動要支援者がどのような支援が必要になるのかを知ることができます。



2 避難行動要支援者の身になって防災環境を点検する

放置自転車などの障害物はないか、耳や目の不自由な人や外国人向けの警報や避難の伝達方法はあるかなど、避難行動要支援者に対応した環境づくりをしましょう。



3 日ごろから積極的なコミュニケーションを図る

避難時の支援活動をスムーズにするためには、避難行動要支援者とのコミュニケーションを日ごろから図っておくことが大切です。



●災害時には

避難行動要支援者は、一人では身の安全を確保することが困難です。災害時、地域の人は積極的に声をかけて、手助けしましょう。

1 避難するときはしっかり誘導する

一人の避難行動要支援者に対して複数の住民で支援するなど、地域で具体的な体制を決めておきましょう。隣近所で助け合いながら避難するようにしてください。



2 安全に避難できるように支援する

目ที่ไม่自由な人には、階段や障害物を説明しながら進みましょう。耳が不自由な人には、身ぶりや筆談などで正しい情報を伝えましょう。避難行動要支援者が安全に避難できるよう支援しましょう。



3 困ったときこそ温かい気持ちで

非常時にこそ、不安な状況に置かれている人の立場に立ち、支援する心構えを。困っている人や避難行動要支援者に対し、温かいおもいやりの心で接しましょう。



地域で支えあう避難支援への取り組み

防災士について

防災士とは、「自助」「共助」「協働」を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを日本防災士機構が認証した人のことを言います。

●防災士の役割

防災士は民間の資格のため、災害時の活動に権限や責任はなく、あくまでも個人の意思によるボランティア活動になります。防災に対する知識を高め、志と使命感をもって活動することが期待されています。災害時には防災リーダーとして自発的にボランティアに取り組み、自治体やボランティアの方々や協働して活動していきましょう。

●平常時に期待される防災士の行動

- ・地域・企業・団体での防災啓発活動、救急救命知識の普及活動
- ・防災訓練・避難訓練等の企画・開催
- ・防災計画の立案等

●災害時に期待される防災士の行動

- ・地域での避難誘導・救助活動等の率先行動
- ・避難所の運営・手伝い
- ・ボランティアなどの団体との協働等



より詳しい内容は「認定特定非営利活動法人 日本防災士機構」のHPよりご確認ください。

応急手当 いざというときに備えて

突然の災害では、どのような事態が発生するか誰にも予測できません。けが人が出ても、公的救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りませんし、ライフラインもすぐには復旧できないでしょう。そうした場合、重要となるのが事前の知識と備えです。万が一のときにすぐに対処ができるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

心肺蘇生法の仕方を覚えよう ※感染症に注意して行うこと

人が倒れているときは、一刻を争う場合があります。まずは倒れている人の肩を軽くたたきながら呼びかけ、すばやく状態を観察しましょう。意識がない場合にはすぐに心肺蘇生法を行うと同時に、大声で協力してくれる人を求め、救急車を呼びましょう。



1 反応があるかを確認する

反応がなければ、大きな声で助けを求める。その際、119番通報とAEDの手配を依頼する。



2 反応がないときは、呼吸を確認する

傷病者の胸と腹部を見て、上がったりがったりしていれば「呼吸あり」。動いていなければ「呼吸なし」（心停止）と判断し、すぐに胸骨圧迫を行う。



3 胸骨圧迫を行う

- 1 傷病者の横に向ひざ立ちになる。
- 2 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- 3 ひじを伸ばし、胸を5センチ圧迫する。
- 4 1分間に100回の速さで圧迫し、これを30回繰り返す。



感染防止のために

- 1 自分のマスクがあれば着用しましょう。
- 2 意識や呼吸の確認は、倒れている人の顔と応急手当を行う方の顔があまり近づきすぎないようにします。呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います。
- 3 胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、布やタオル、マスクなどがあればかぶせましょう。
- 4 応急手当を行う方が複数いれば、一人は部屋の窓を開けたりして、室内の換気しましょう。

倒れている人が大人の場合 → 胸骨圧迫のみを行い、人工呼吸は行わないでください。

倒れている人が子どもの場合 → 人工呼吸の訓練を受けており、それを行う意思がある家族等は、胸骨圧迫に加えて人工呼吸を行います。人工呼吸用マウスピース（一方向弁付）等があれば、活用しましょう。

救急隊に引き継いだ後は

- 1 口元にかぶせた布やタオル、マスクなどは、直接触れないようにして廃棄しましょう。
- 2 石けんを使い、手と顔をしっかりと洗いましょう。
- 3 うがいをしましょう。

応急手当のポイント

◆出血

- 1 出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。
- 2 傷口は心臓より高い位置にする。
※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。

◆やけど

- 1 流水で冷やす。
- 2 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- 3 水疱（水ぶくれ）は破らない。
- 4 冷やした後は消毒ガーゼをかききれいな布で保護し、医療機関へ。

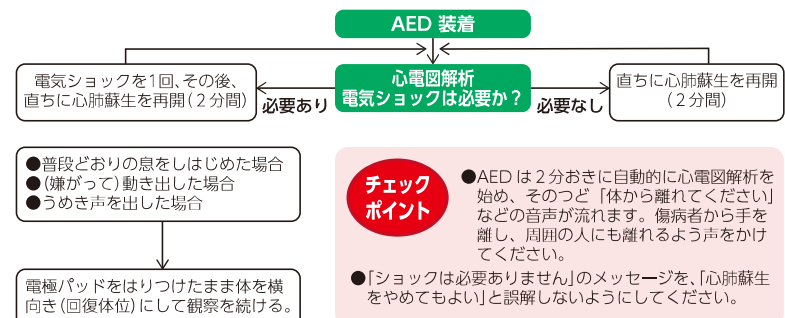
◆骨折・ねんざ

- 1 折れた部分やねんざした部分に添え木を当てて固定し、医療機関へ。
- 2 適当な添え木がなければ、板、筒状にした週刊誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用する。その上からテープでとめてもよい。

AEDの使い方

AED（自動体外式除細動器）が到着したら、傷病者に装着し、AEDの指示に従って操作してください。現場にAEDがある場合は、AEDを優先的に使用しましょう。

- AEDとは、心停止状態にある心室細動を電気ショックによって除去（除細動）し、心臓を正常な状態に戻す装置です。
- 自動的に傷病者の心電図を解析し除細動の必要性を判断したうえで、音声メッセージにより必要な処置を指示します。
- 心停止から5分以内の除細動の実施が、心停止状態の傷病者の蘇生・社会復帰の確率を高めます。救急現場にAEDがある場合には、落ち着いてAEDを使いましょう。



呼吸がある場合は、体を横向きに寝かせましょう。上の足のひざとひじを軽く曲げ手前に出し、上になった手をあごにあてがい、下あごを前に出して気道を確保する。（回復体位）

いざというときに備えて

応急手当

避難所一覧

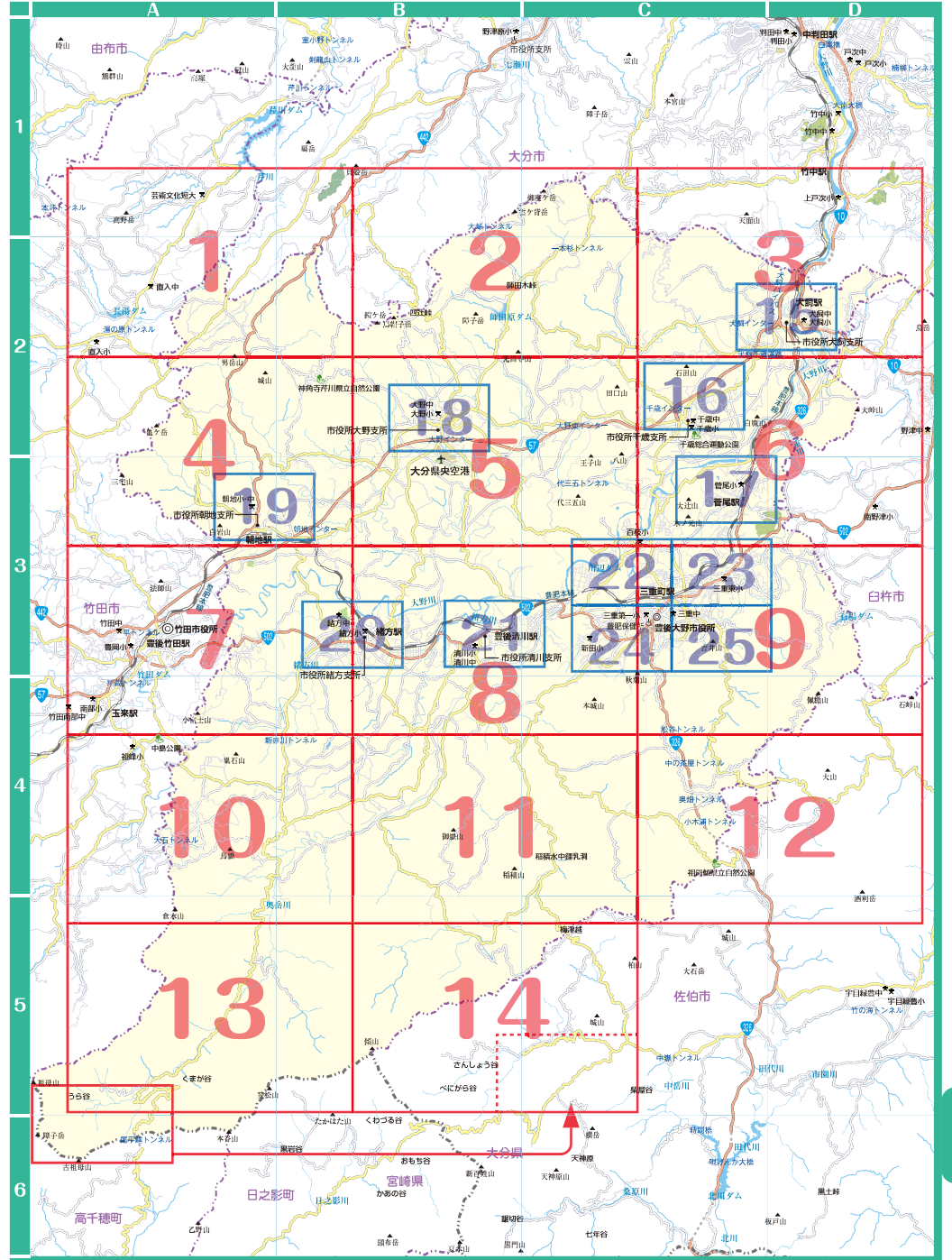
- 市設置自主避難所**とは、市の早期避難の呼びかけに応じ、自主的に避難する施設です。
- 指定緊急避難場所**とは、「避難準備・高齢者等避難開始」、「避難勧告」又は「避難指示(緊急)」が発令されたときに、災害から命を守るために緊急的に避難する施設です。
- 指定避難所**とは、避難された方が災害の危機がなくなるまでの一定期間滞在し、又は災害により自宅へ戻れなくなった市民等が一時的に滞在する施設です。

災害の規模等に応じて受付準備を整えた避難所から開設・受け入れをしますので、下記避難所に行く前には、ケーブルテレビの文字放送や音声告知放送等でご確認いただくか、市役所又は各支所までお問い合わせのうえ避難所へ行くようお願いします。

	施設名	指定緊急避難場所					指定避難所	防災地図座標	住所	問い合わせ先
		市設置自主避難所	洪水	土砂災害	地震	その他				
三重町	1 菅尾小学校体育館 すがお地域交流センター		○	○	○	○	○	6-D-4 6-C-4	三重町浅瀬3304 三重町浅瀬3116	豊後大野市役所 0974-22-1001
	2 三重東小学校体育館		○	○	○	○	○	9-C-2	三重町小坂3959	
	3 大原総合体育館		○	○	○	○	○	9-A-2	三重町百枝1086-35	
	4 百枝小学校体育館		○	○	○	○	○	6-A-6	三重町西泉1512	
	5 中央公民館	○	○	○	○	○	○	9-A-3	三重町市場1200	
	6 三重中学校体育館		○	○	○	○	○	9-B-3	三重町内田1050	
	7 三重農村環境改善センター		○	○	○	○	○	8-H-3	三重町玉田1128	
	8 三重第一小学校体育館		○	○	○	○	○	9-A-3	三重町市場1062-1	
	9 新田小学校体育館		○	○	○	○	○	8-G-3	三重町久田1220	
清川町	10 清川小学校体育館		○	○	○	○	○	8-D-4	清川町砂田1732	豊後大野市 清川支所 0974-35-2111
	11 清川中学校体育館		○	○	○	○	○	8-D-4	清川町砂田1795	
	12 神楽会館	○	○	○	○	○	○	8-D-3	清川町砂田810	
緒方町	13 緒方公民館	○	○	○	○	○	○	8-A-3	緒方町馬場41-1	豊後大野市 緒方支所 0974-42-2111
	14 緒方小学校体育館		○	○	○	○	○	8-A-3	緒方町馬場100	
朝地町	15 朝地公民館	○	○	○	○	○	○	4-F-6	朝地町坪泉494	豊後大野市 朝地支所 0974-72-1111
	16 朝地小中学校体育館		○	○	○	○	○	4-F-5	朝地町朝地2030	
	17 道の駅あさじ		○	○	○	○	○	4-G-6	朝地町板井迫1018-1	
大野町	18 大野小学校体育館		○	○	○	○	○	5-C-2	大野町田中2261	豊後大野市 大野支所 0974-34-2301
	19 大野中学校体育館		○	○	○	○	○	5-C-2	大野町田中2135	
	20 大野公民館		○	○	○	○	○	5-C-3	大野町田中81-1	
	21 豊後大野市隣保館		○	○	○	○	○	5-C-3	大野町田中74-1	
	22 市役所大野支所	○	○	○	○	○	○	5-C-3	大野町田中55-1	
千歳町	23 千歳公民館		○	○	○	○	○	6-B-2	千歳町新殿706-1	豊後大野市 千歳支所 0974-37-2111
	24 千歳農村環境改善センター	○	○	○	○	○	○	6-B-3	千歳町高畑1297-1	
	25 千歳ふれあい児童館		○	○	○	○	○	6-B-3	千歳町新殿1137	
	26 千歳中学校体育館		○	○	○	○	○	6-B-2	千歳町新殿809-1	
	27 千歳小学校体育館		○	○	○	○	○	6-B-3	千歳町新殿761-1	
犬飼町	28 犬飼公民館	○	○	○	○	○	○	3-E-6	犬飼町原田1476	豊後大野市 犬飼支所 097-578-1111
	29 犬飼小学校体育館		○	○	○	○	○	3-E-5	犬飼町久原711	
	30 犬飼中学校体育館		○	○	○	○	○	3-E-5	犬飼町久原900	
	31 市役所犬飼支所 (集会室)		○	○	○	○	○	3-E-5	犬飼町犬飼28	

豊後大野全図

縮尺1:140,000








避難所一覧

防災マップ

非常持出品 準備しておきたい非常持出品


非常持出品は家族構成を考えて必要な分だけ用意し、避難時にすぐに持ち出せる場所に保管しておきましょう。災害発生時に最初に持ち出す非常持出品と、災害から復旧するまでの数日間を支える非常備蓄品を分けて用意しておきましょう。

非常持出品～災害発生時に最初に持ち出すもの～

- ◆懐中電灯**
 できれば一人に一つずつ用意。予備の電池も忘れずに(発電式のものもある)。
 
- ◆携帯ラジオ**
 小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるもの。最近では手動で充電できるものや、携帯電話の充電ができるものなどがあり便利。
 
- ◆非常食・水**
 缶詰や乾パンなど、火を通さずに食べられるもの。水はペットボトル入りが便利。
 
- ◆貴重品**
 多少の現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証、住民票のコピーなど。公衆電話を利用するための10円玉も。
 
- ◆救急医薬品**
 傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、常備薬品やお薬手帳があれば必ず用意する。
 
- ◆その他**
 ヘルメット、下着類、軍手、ライター、ナイフ、ティッシュなど。
 

非常備蓄品～復旧するまでの数日間を支えるもの～


- ◆食料品**
 缶詰やレトルト食品など非常食3日分を含む数日分を備蓄。高齢者や子ども、アレルギー体質者など配給される食事をとるのが難しい家族がいる場合には、その事情に合った食料を多めに準備。
- ◆燃料**
 卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベなど。
- ◆水**
 飲料水は大人一人あたり1日3リットルが目安で、最低3日分は用意する。水の配給を受けるためのポリ容器などもあると便利。
- ◆その他**
 簡易トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、マスク、シート、照明器具、筆記用具、予備のメガネなど。
- ◆工具**
 ロープ、パール、はさみ、のこぎり、ジャッキ、スコップなど。



感染症対策のために！ 非常用持出袋に追加すべき物

非常食や飲料水などだけでなく、感染を予防するため、こうした持ち物も事前に非常用持出袋に入れておくようにしましょう。

- ◆マスク**
- ◆ウェットティッシュ**
- ◆記録用ノート**
- ◆石鹸・ハンドソープ**
- ◆筆記用具**
- ◆ビニール袋(大小)**
- ◆体温計**
- ◆家庭での常備薬**
- ◆手指消毒用アルコール**



※非常備蓄品は、家族全員がわかる場所に保管しましょう。

? 準備をしておかないとどうなる?

大規模災害が発生した場合、水道施設などが使用できなくなったり、道路の損壊などにより防災機関による救援活動がすぐにできないおそれがあります。災害発生後の数日間は非常備蓄品で生活できるよう準備をしておきましょう。



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場所に置いておきましょう

緊急時は落ち着いて！

火事・救急 119番

- ①火事か、救急かを伝える。
- ②自分の名前と住所を伝える。住所がわからなければ、目印となる建物を伝える。
- ③何が燃えているのか、傷病者はどんな状態なのかを伝える。
- ④安全な場所で救急車・消防車を待つ。
- ⑤AEDが使える状態か判断する。

●緊急連絡先

連絡先	電話番号	連絡先	電話番号
豊後大野市役所	22-1001	電力会社	
消防署・分署		水道局	
警察署		かかりつけの病院	
ガス会社			

●家族の連絡先

家族の名前	連絡先(勤務先・学校など)	電話番号	携帯電話番号

●親戚・知人の連絡先

名前	電話番号	携帯電話番号	メモ

●家族のデータ

名前	生年月日	血液型	アレルギー	持病	常備薬

●避難所

指定避難所	家族が離れ離れになったときの集合場所