

# 豪雨災害への準備

近年では、毎年のように日本各地で豪雨による甚大な災害が発生しています。

しかし、地震のように突然襲ってくる災害とは違い、情報収集により事前の避難が可能で、命を守ることができる災害でもあります。

特に梅雨の時期から台風シーズンにかけては、気象庁や自治体の情報を確認し、身の危険が迫る前に早めの行動をとることが大切です。

## 避難情報に関するガイドラインについて

2021年5月の災害対策基本法の改正以降、避難情報の運用は以下の通りです。

警戒レベル4「避難指示」にて全員避難であり、警戒レベル5ではすでに災害が発生している中で命を守る行動をとる指示となります。

最悪の事態を想定し、警戒レベル3か4での避難、また安全に行動しやすい明るうちに避難するなど、早めのアクションを起こすことがとても重要です。

| 警戒レベル           | 新たな避難情報等         |
|-----------------|------------------|
| 5               | 緊急安全確保※1         |
| 〈警戒レベル4までに必ず避難〉 |                  |
| 4               | 避難指示※2           |
| 3               | 高齢者等避難※3         |
| 2               | 大雨・洪水・高潮注意報（気象庁） |
| 1               | 早期注意情報（気象庁）      |

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。  
警戒レベル5緊急安全確保の  
見守り等によってはいけません！

警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間がかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で  
危険な場所から避難  
しましょう。

※1 所収が災害の状況も速急に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発生する情報ではありません。

※2 避難指示は、これ以下の避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じて適切な行動を見守らせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

## リアルタイムに情報収集し、早めの判断を

現在では、この先どのくらい雨が降るか、どのくらい危険が迫ってくるかなどを誰でも情報収集することができます。テレビやラジオはもちろん、インターネットも活用して状況を把握しましょう。

### 気象庁提供 ナウキャスト

降水、竜巻発生確度、雷活動度の分布について1時間先までの予測を発表する気象予報システムです。今からこの先どのくらい雨が降り続けるのか、防災対策や避難行動をとるために有効な情報を得ることが可能です。

ナウキャスト

検索



### 気象庁提供 キキクル

キキクル（大雨による危険度分布）は、自分が住んでいる地域の1～3時間先の危険度が確認できます。危険度に応じて避難を始めましょう。

キキクル

検索





## 日頃からの準備

自分や家族が住んでいる場所が豪雨に襲われた時にどんなリスクがどれくらいあるのか、いざとなった時に素早く避難できる体制が整っているか、事前に把握し準備しておくことがとても大切です。

災害が迫ってからではなく、常日頃から万が一を想定してご近所や家族と情報共有し、避難できる備えをしておきましょう。

### ハザードマップの確認

日本には土砂災害が発生するおそれのある危険区域が全国に約67万区域あると推計されています。自分の住む地域の洪水リスクや土砂災害リスクなどを、ハザードマップを使って事前に把握しておきましょう。ハザードマップもいろいろ種類がありますが、国土交通省が提供しているハザードマップポータルサイト(<https://disaportal.gsi.go.jp/>)はスマホでも簡単に水害のリスクなどを確認できます。

ハザードマップ 検索



### 国土交通省が運営する「ハザードマップポータルサイト」



### いつでも避難できる準備

家族全員が安全に避難できるように、非常持ち出し袋を用意し、例えば懐中電灯が使えるかなど、中身も定期的にチェックしておきましょう。また、豪雨時の避難の危険性を考えたアイテムも揃えておくことにより安心です。(避難準備のリストは、P07-08をご確認ください。)



長靴は中に水が入り脱げやすく危険なので、避難時は運動靴を。



万が一車が水没した時のための緊急脱出用ハンマーも常備を。



### 「逃げなきゃコール」の活用

「逃げなきゃコール」とは、スマートフォンアプリやショートメッセージサービス(SMS)を活用し、プッシュ型で家族の住む地域の防災情報入手して、離れて暮らす高齢者等の家族に危険が迫った場合に直接電話をかけて避難を呼びかけるシステムです。大切な家族のために、こういった遠隔での情報共有や避難喚起もぜひ取り入れたいツールです。



# 各家庭でできる「減災」の準備

家族守り、隣近所や一人暮らしのお年寄りに素早く救援活動を行うなど、他人を助けるためにはまず何よりも自分が助からないとできません。

様々な場面で被災することを想定して、自分と家族、そして周りの人の命を守るための最善の準備をしておきましょう。

## 家庭内の安全対策と備え

大地震の際、家の倒壊は免れても家具の転倒が死傷や火災の原因となります。

家具の固定、配置を変更するなどして、室内でのリスクを軽減することが大切です。

### テレビ

粘着マットを敷いて転倒を防ぐとともに、機器の裏側をワイヤーなどで壁やテレビボードに固定します。



### 収納棚

収納棚や食器棚は耐震ストッパーや転倒防止器具、滑り止めシールを使って転倒や中身の飛び出しを防ぎましょう。



### 【避難経路】

逃げ道となるドア、廊下、玄関が物でふさがれないよう家具などの置き方を工夫する。

### 【非常持出袋】

非常持ち出し袋は、玄関付近など取り出しやすい場所に。



### 【ベッド付近】

枕元にはヘッドランプ（懐中電灯）、寝室内に運動靴を備えておく。



### 窓ガラス

強化ガラスに替えたり、飛散防止フィルムを貼っておきましょう。カーテンを閉めておくことでも室内への飛散防止に効果があります。



### 冷蔵庫

転倒防止に裏側をワイヤーなどで壁に固定します。冷凍食品を始め、普段使う日持ちする食材を少し多めに買い置きしておくこと数日間は食べつなぐことができます。

### カセットコンロ・ボンベ

停電時等に冷蔵庫の食材や非常食を調理するための必須アイテムです。





## 知識の習得と情報共有

被災した時に正しい初動対応を取るには、また家族の安否を確認するには、やはり日頃からの準備をしておくしかありません。

減災に役立つ色々な機会や手段を活用し、いざという時冷静に行動できるように備え、家族と共有しておきましょう。

## 使用方法、処置方法の確認

地域や自治体が行う防災訓練など、救命機器の使い方や応急処置の仕方などを習得できる機会があるはずです。参考書やインターネットなども活用して、基本的な知識を身につけておきましょう。

### 消火器やAEDなど 初期対応に必要な器具の使い方



### 心肺蘇生・止血など 応急手当の方法



## スマートフォンの活用

災害発生時、家族が一緒にいるとは限りません。お互い安否確認ができるように、家族内で災害用伝言ツールの確認と体験をしておくことが大切です。

また、災害時に役立つアプリケーションをダウンロードして備えておきましょう。



安否確認

### 災害伝言ダイヤル 「171」

(NTT提供)

被災地の方の電話番号をキーにして、安否等の情報を音声で登録・確認できるサービスです。

安否確認

### 災害用伝言板 (各携帯電話会社提供)

日本国内で震度6弱以上の地震など大規模な災害が発生した場合に、メッセージの伝言板の役割を果たすシステムです。

情報収集

### スマホアプリ

スマートフォンには、防災速報や地震情報、インターネットラジオなど、災害時に役立つアプリケーションがたくさんあります。

[役立つアプリ例]



News  
Digest



NHK ニュース  
防災



600  
防災アプリ



東京都  
防災アプリ



PREP  
総合防災アプリ



防災情報  
全国避難所ガイド



ココから避難  
避難の準備  
安否確認・伝言情報の  
自動共有