

## 第2章 災害への備え

### 1 家庭・地域での備え(自助・共助)

#### (1) 風水害から身を守るために

##### ① 気象情報に注意する

テレビやラジオ、電話(177)、インターネットなどを利用して、気象庁から発表される警報・注意報や、区役所・消防署からの情報に注意しましょう。

区役所の Twitter でも警報・注意報を発信しています。

また、むやみに外出しないようにしましょう。止むを得ず外出する際は、天気予報を確認し、少しでも危険を感じる場所には近づかないようにしましょう。特に堤防・海辺・河川への見物は事故のもとです。



##### ② 風が強いときの注意点

###### 路上にいるとき

強風で瓦や看板が飛んだり、街路樹などが倒れたりします。無理して歩かず近くの頑丈な建物に避難しましょう。

###### 屋内にいるとき

風圧や飛来物で窓ガラスが割れ、破片が吹き込む危険があります。風が強いうちは窓に近づかないようにしましょう。

###### 海辺にいるとき

海への転落や高波に巻き込まれる危険があります。また、高潮の恐れもあるので、速やかに高台へ避難しましょう。



##### ③ 大雨のときの注意点

###### 川辺にいるとき

上流の豪雨による急な増水の危険があります。避難情報が出れば、速やかに避難しましょう。強風や豪雨の時には、防災スピーカーからの避難情報が聞こえないこともあるので十分に注意しましょう。

###### 車を運転しているとき

視界が悪く、ハンドル操作やブレーキが効かなくなることもあります。アンダーパスなど冠水の恐れがある場所は通らないようにしましょう。

###### 路上にいるとき

浸水してきたら、建物の3階以上へ避難しましょう。その際は、なるべく階段を使って上の階へ行きましょう。



## (2)風水害に対する日ごろの備え、家庭で準備できること

### ① 風水害に備えて日ごろからチェックする

定期的な家の中や周りをチェックして、風水害に備えましょう。台風の接近が予想される場合などは、早めに次のような点をチェックして対策をたてましょう。風雨が強まってから屋根などの補強をするのは非常に危険です。絶対にやめましょう。

台風の接近が予想されるときに準備しておく 8 項目

物干し竿を下ろしておく



屋外の飛ばされそうなものを片付けておく



排水溝、雨水枡の掃除



雨戸を閉める



自転車を飛ばされないように固定



窓ガラスの飛散防止



家財を二階以上に運んでおく



土のうで浸水対策



その他、日ごろから建物の安全を確認しておきましょう。

### 窓ガラス

ひび割れ、緩み、がたつきをチェックしておきましょう。

### 屋根

瓦のひび割れ、ずれ、はがれ、トタンのめくれ、はがれは補修しておきましょう。

アンテナはしっかり固定しておきましょう。

## 外壁・壁

ひび割れ、破損、ぐらつきがないかを確認しておきましょう。

## 雨どい

継ぎ目のはずれ、塗料のはがれがないか、土砂や落ち葉で詰まっているかを確認しましょう。

## ② マイタイムラインを作成する

「マイタイムライン」は、大雨や台風などの風水害に備えて、自らの家族や生活の状況にあわせて、自分自身が取る避難行動、つまり「自分の逃げ方」をあらかじめ考えておいて防災行動計画として用意しておくものです。

「いつ」「誰が」「何をするのか」をスケジュールにまとめておくことで、いざというときに慌てずに行動することが出来ます。

### マイタイムラインの使い方

#### Step1 浸水などのリスクを確認

- 住んでいる場所が、災害が発生したときに、浸水などの被害が及ぶかハザードマップなどで確認する。
- 浸水リスクを知って、基本的な逃げ方を考える。

#### Step2 避難のタイミングと避難先を確認

- 「夜だったら?」「学校・職場にいるときだったら?」など、異なる状況により、複数の逃げ方(逃げ先)を考える。
- 「台風の予報がでたら」「大雨・洪水警報がでたら」など、自治体や気象庁等が出す警戒レベルも合わせて、「いつ」「何をする」を考える。

#### Step3 マイタイムラインに記入する

- 確認したことを次のページの各欄に記入して、マイタイムラインを作成する。

#### Step4 作成したマイタイムラインを活用する

- 作成したマイタイムラインは手に取って確認しやすい場所に保管する。
- マイタイムラインに記入した状況などになれば、ためらわずに記入したとおりに行動する。

# わが家の避難計画 大雨で河川氾濫が起きそうなとき



## 1 避難先

避難先を確認してメモしておきましょう。  
状況に応じた避難先として、避難先①～③のすべてを確認しましょう。

原則: **逃げ遅れたら・・・**

### 早めの避難先

- 自宅・親戚宅・知人宅・職場など  
(最寄りの浸水しない安全な場所)

避難先①

### 最寄りの避難所

- 最寄りの避難所  
(最寄りの浸水しない安全な場所)

避難先②

### その場そのときで命を守れる場所へ

- 最寄りの水害時(津波)避難ビル  
(最寄りの浸水しない安全な場所)
- 高い建物や高い場所 (最寄りの浸水しない安全な場所)

避難先③

## 2 避難を開始するまでに何をするかを

何をかを考えましょう。

## 3 いつ避難を開始するかいつ何をするかを

いつ何をするかを記入しましょう。

- ▶ 2 で確認した行動を参考にタイミングを確認しましょう。
- ▶ 避難のタイミングを書き込みましょう。

### 情報収集

気象情報・避難情報を確認

### 避難の準備

- 非常持ち出し品・備蓄品を確認
- 必要なものの買い出し
- 家財等の2階等への移動開始
- 家の周りの点検
- 飛ばされそうなものの片付け
- 窓の施錠の確認
- 携帯電話の充電
- 避難所の開設状況の確認

### 連絡・声かけ

近所への声かけ

避難の声かけをする  一緒に避難する  
名前 \_\_\_\_\_  
連絡先 \_\_\_\_\_

避難の声かけをする  一緒に避難する  
名前 \_\_\_\_\_  
連絡先 \_\_\_\_\_

家族と連絡を取り合う  
(離れている場合)

避難の支援者に連絡  
(自力では避難が困難な場合)

### その他

### わが家の避難計画

緊急度

大雨が予測  
されるとき

**警戒レベル1**  
早期注意情報

**警戒レベル2**  
洪水注意報  
大雨注意報

**警戒レベル3**  
危険な場所から  
高齢者等避難!

**警戒レベル4**  
危険な場所から  
全員避難!!

**警戒レベル5**  
緊急安全  
確保

高

#### 記入欄 「いつ避難する?」「いつ何をするか?」

例) 非常持ち出し袋を再確認しておく [お母さん]

例) 避難場所を再確認しておく [みんな]

例) おばあちゃんとお母さんが親戚の家に車で避難する  
この段階での避難先の目安 **避難先①、②**

例) ○○小学校へ避難する [お父さんと子どもたち]  
この段階での避難先の目安 **避難先①、②**

この段階での避難先の目安 **避難先③**

※災害状況の進展により必ずしもこの順番で情報がでるとは限りません。  
状況に応じた柔軟な対応が重要です。

### 避難完了後

避難後は、家族や大切な人に無事避難したことを伝えましょう

連絡方法 \_\_\_\_\_ 家族の集合場所 \_\_\_\_\_

避難情報が解除されるまでは、避難先からの外出や移動は極めて危険です。

### (3)風水害時に避難するときは

「まだ大丈夫」「自分だけは大丈夫」と思い込まず、早めに避難することが命を守るポイントです。テレビやラジオ、防災行政無線(小学校や区役所等に設置された屋外の防災スピーカー)からの情報に注意して、避難情報が出れば、直ちに避難行動をとってください。



#### 動きやすく安全な格好で避難

ヘルメットや防災頭巾などで頭を保護し、滑りにくい靴を履きましょう。裸足や長靴は危険です。荷物は最小限に、両手がふさがらないようにしましょう。

#### 浸水している状況では近くの高い建物に避難

既に浸水しているなかの避難は非常に危険です。暗闇で既に浸水している場合など、避難所へ行くのが困難な場合は、近くの3階以上の建物に一時避難しましょう。

### (4)警戒レベルと避難情報の伝え方

災害時に「自らの命は自らが守る」意識を持って、自らの判断で避難行動をとるため、自治体や気象庁等から発表される防災情報は5段階の警戒レベルを明記して提供することとなっています。

大阪市では、防災スピーカーやスマートフォン・携帯電話への緊急通報メールなどにより、避難情報を発令します。

警戒レベル4の「避難指示」や警戒レベル3の「高齢者等避難」が発令された際には速やかに避難行動をとり、警戒レベル4までに必ず避難しましょう。

