

風水害に備えよう! マイ・タイムライン で自分自身がとる防災行動を整理しよう!

何時(いつ)		行動の例							
平時時		台風や洪水などの風水害はあらかじめ予測ができる災害です。日ごろから、いざという時のために備えておきましょう。							
4日前	台風発生	<table><tr><th>警戒レベル</th><th>気象情報</th><th>取るべき行動</th></tr><tr><td>1</td><td>早期注意情報 (警報級の可能性)</td><td>最新情報に注意</td></tr></table>	警戒レベル	気象情報	取るべき行動	1	早期注意情報 (警報級の可能性)	最新情報に注意	⑥ テレビやラジオなどで天気予報を確認する
		警戒レベル	気象情報	取るべき行動					
		1	早期注意情報 (警報級の可能性)	最新情報に注意					
			⑦ 防災マップなどから避難所や避難場所を確認する						
			⑧ 防災グッズや常備薬など必要な物を準備する						
	⑨ 遠出する予定がある場合はキャンセルを検討する								
3～1日前	台風接近	<table><tr><td>2</td><td>大雨・洪水注意報 氾濫注意情報</td><td>避難行動の確認</td></tr></table>	2	大雨・洪水注意報 氾濫注意情報	避難行動の確認	⑩ 買い出しなど早めに済ませる			
		2	大雨・洪水注意報 氾濫注意情報	避難行動の確認					
			⑪ スマートフォン等の充電						
			⑫ 自宅の浸水しそうなところに土のうを設置する						
			⑬ 自宅の周りにある風で飛ばされそうなものを片付ける						
	⑭ 窓ガラスを補強、一階が浸水しそうな場合は家財を二階へ移動する								
当日	線状降水帯発生 台風最接近	<table><tr><td>3</td><td>大雨・洪水警報 氾濫警戒情報</td><td>高齢者等は避難</td></tr></table>	3	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	高齢者等は避難	⑮ 河川水位情報や気象情報を調べ避難情報に注意する			
		3	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	高齢者等は避難					
			⑯ 高齢者等は避難所へ移動する						
			⑰ より安全な場所へ移動を始める						
			⑱ 避難指示に従い、速やかに避難を開始する						
	⑲ がけや河川など危険箇所には絶対に近づかない								
	<table><tr><td>4</td><td>土砂災害警戒情報 氾濫危険情報</td><td>危険場所から避難</td></tr></table>	4	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	危険場所から避難	⑳ 最善の行動で命を守る				
4	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	危険場所から避難							
	<table><tr><td colspan="3">▲ここまでには必ず避難▲</td></tr><tr><td>5</td><td>大雨特別警報 氾濫発生情報</td><td>命を守る最善の行動を!</td></tr></table>	▲ここまでには必ず避難▲			5	大雨特別警報 氾濫発生情報	命を守る最善の行動を!	㉑ 災害発生情報を確認する	
▲ここまでには必ず避難▲									
5	大雨特別警報 氾濫発生情報	命を守る最善の行動を!							
		㉒ 避難先を家族・知人に連絡する							

危険度が一目瞭然

わが家は大丈夫!?

ハザードマップ をチェックしよう!



洪水・土砂災害・高潮・津波のリスク情報、道路防災情報、土地の特徴・成り立ちなどを地図や写真に自由に重ねて表示します。
(国土地理院のHP)

「災害から身を守る」

(国土交通省の防災教育動画)



携帯・保存版

いのちを守る 防災カード



備えよう! 公明党
大切な命を守るために

氏名	ふりがな	性別	
生年月日	年 月 日	血液型	(RH 型)
電話	-	-	

避難場所	
家族の集合場所	
家族の緊急連絡先	
家族の避難先	
非常持出品の保管場所	

発行 公明党東海 防災・減災力UPプロジェクト



あなたの防災力チェック!! Q&A

南海トラフ巨大地震(M8~9クラス)が起こった場合

Q 設問 次の設問にA、Bどちらかを選んで✓チェックしてください。

- 1 停電になったら復旧に何日かかる? ☐ A: 3日 ☐ B: 6日
- 2 水道の復旧には? ☐ A: 10日 ☐ B: 30日
- 3 都市ガスの復旧には? ☐ A: 1週間 ☐ B: 6週間
- 4 地震が起こった時に、家の中で一番安全な場所を ☐ A: 知っている ☐ B: わからない
- 5 エレベータの中で地震がきたら ☐ A: 緊急呼び出しボタンを押す ☐ B: すべての階のボタンを押す
- 6 外にいる時に地震がきたら ☐ A: その場でうずくまる ☐ B: まずカバンで頭を守る
- 7 車を運転している時に地震がきたら ☐ A: 急ブレーキをふむ ☐ B: 車を寄せ車検証をもちキーをつけたまま避難する
- 8 自宅近くの災害時の避難場所や避難所(防災拠点)を ☐ A: 知っている ☐ B: わからない
- 9 災害時に一日最低必要な飲み水の量は一人 ☐ A: 1リットル ☐ B: 3リットル
- 10 災害用伝言ダイヤルの番号は ☐ A: 171 ☐ B: 117
- 11 南海トラフ地震臨時情報を ☐ A: 知っている ☐ B: わからない
- 12 地域の防災訓練に参加したことが ☐ A: ある ☐ B: ない
- 13 地震対策として家具の固定を ☐ A: している ☐ B: していない
- 14 非常時の連絡方法や集合場所など、家族防災会議を ☐ A: している ☐ B: したことがない

A 解説 1から10は各5点、11から13は各10点、14は20点として合計してください。あなたにピッタリのレベルがわかります。

- 1 B 復旧に1週間程度かかる地域も。
- 2 B 復旧に1か月以上かかる地域も。
- 3 B 被害が大きい地域では6週間必要な場合も。
- 4 A カーテンを閉めておけば窓ガラスの飛散を防げます。
- 5 B すべての階のボタンを押すと最寄りの階で停止します。
- 6 B まずカバンなどで頭を守り、身の安全を第一に行動を。
- 7 B 道路をふさがずに。トランクには最低限の防災用品を。
- 8 A 指定避難場所にある支援設備・備蓄品の確認も大事。
- 9 B 3リットル×家族の人数×3日分は備蓄を。
- 10 A 災害時は171(いない)。使い方の練習を。
- 11 A 政府や自治体からの呼びかけに応じた対応を取ってください。
- 12 A 日ごろの近所付き合いが、わが身を守ります。
- 13 A 自宅の耐震診断を受けたり、家具の固定等安全対策を。
- 14 A ひとり暮らしの場合は、友人・知人といざという時の準備をしておきましょう。

あなたのレベルにピッタリで賞

5	85~100点	震災を生き抜く備えが	「ばっちりで賞」
4	60~80点	細かいところまであと少し	「つめま賞」
3	40~55点	災害が起きたら、どうなるか想定して	「準備しま賞」
2	20~35点	その時、あわてないよう、今日から	「チェックしま賞」
1	0~15点	今のままでは大変! 防災カードを	「読みま賞」



名古屋大学 名誉教授
あい・なごや強靱化
共創センター長

福和 伸夫 氏

ハザードマップなどで危険を確認

近年、気候変動で風水害が激化し、南海トラフ地震や首都直下地震などの発生が心配されています。中でも、東海地域では、南海トラフ地震対策は喫緊の課題で、富士山噴火も気がかりです。歴史を紐解けば、南海トラフ地震、首都の地震、富士山噴火の三連動も否定できません。国難とも言える甚大な被害を

出せば、救助・医療・福祉などの行政の力は足りません。

住民自らが備え、互いに助け合うしかありません。

災害被害を減らす基本は、「彼を知り己を知れば百戦殆うからず」です。**ハザードマップなどで危険を確認し、危険を避け、対策することです。**必ず来る大災害を乗り越え、豊かな社会を次世代に残すため、防災対策を一步進めましょう。

地震に対する10の備え

(東京消防庁の震災対策動画)



災害用伝言ダイヤルの利用方法

伝言の録音方法

- ① 171 にダイヤル
↓ 音声ガイダンスが流れる。
- ② 録音の場合 1 を押す
↓ 音声ガイダンスが流れる。
- ③ 被災地の人の電話番号を入力
(X X X) X X X - X X X X

伝言の再生方法

- ① 171 にダイヤル
↓ 音声ガイダンスが流れる。
- ② 再生の場合 2 を押す
↓ 音声ガイダンスが流れる。
- ③ 被災地の人の電話番号を入力
(X X X) X X X - X X X X