

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         | <div></div> <div>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。</div>                            |                                                                                                                                              | <div>① 防災マップなどから、想定されている災害を知っておく</div> <div>② 避難路や危険箇所を確認しておく</div> <div>③ 家の周りの溝や側溝を掃除して、排水をよくしておく</div> <div>④ 地域の防災訓練に参加しておく</div> <div>⑤ 近所の方たちと、いざという時の為の話し合いをしておく</div> |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 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<br/>(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<br>(警報級の可能性) | 最新情報に注意 | <div>⑥ テレビやラジオなどで天気予報を確認する</div> <div>⑦ 防災マップなどから避難所や避難場所を確認する</div> <div>⑧ 防災グッズや常備薬など必要な物を準備する</div> <div>⑨ 遠出する予定がある場合はキャンセルを検討する</div> <div>⑩ 買い出しなど早めに済ませる</div>                                                                     |             |                                                                                                                                                  |  |
| 警戒レベル       | 気象情報                                                                                                                                                                                      | 取るべき行動                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 1           | 早期注意情報<br>(警報級の可能性)                                                                                                                                                                       | 最新情報に注意                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 3～1日前       | 台風接近                                                                                                                                                                                      | <table><tr><td>2</td><td>大雨・洪水注意報<br/>氾濫注意情報</td><td>避難行動の確認</td></tr><tr><td>3</td><td>大雨・洪水警報<br/>氾濫警戒情報</td><td>高齢者等は避難</td></tr></table> | 2                                                                                                                                                                             | 大雨・洪水注意報<br>氾濫注意情報 | 避難行動の確認     | 3 | 大雨・洪水警報<br>氾濫警戒情報   | 高齢者等は避難 | <div>⑪ スマートフォン等の充電</div> <div>⑫ 自宅の浸水しそうなところに土のうを設置する</div> <div>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</div> <div>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</div> <div>⑮ 河川水位情報や気象情報を調べ避難情報に注意する</div> <div>⑯ 高齢者等は避難所へ移動する</div> <div>⑰ より安全な場所へ移動を始める</div> |             |                                                                                                                                                  |  |
|             |                                                                                                                                                                                           | 2                                                                                                                                            | 大雨・洪水注意報<br>氾濫注意情報                                                                                                                                                            | 避難行動の確認            |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 3           | 大雨・洪水警報<br>氾濫警戒情報                                                                                                                                                                         | 高齢者等は避難                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 台風最接近       | <table><tr><td>4</td><td>土砂災害警戒情報<br/>氾濫危険情報</td><td>危険場所から避難</td></tr><tr><td colspan="3">▲ここまでに必ず避難▲</td></tr><tr><td>5</td><td>大雨特別警報<br/>氾濫発生情報</td><td>命を守る最善の行動を！</td></tr></table> | 4                                                                                                                                            | 土砂災害警戒情報<br>氾濫危険情報                                                                                                                                                            | 危険場所から避難           | ▲ここまでに必ず避難▲ |   |                     | 5       | 大雨特別警報<br>氾濫発生情報                                                                                                                                                                                                                          | 命を守る最善の行動を！ | <div>⑱ 避難指示に従い、速やかに避難を開始する</div> <div>⑲ かけや河川など危険箇所には絶対に近づかない</div> <div>⑳ 最善の行動で命を守る</div> <div>㉑ 災害発生情報を確認する</div> <div>㉒ 避難先を家族・知人に連絡する</div> |  |
| 4           | 土砂災害警戒情報<br>氾濫危険情報                                                                                                                                                                        | 危険場所から避難                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| ▲ここまでに必ず避難▲ |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |
| 5           | 大雨特別警報<br>氾濫発生情報                                                                                                                                                                          | 命を守る最善の行動を！                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                               |                    |             |   |                     |         |                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                  |  |

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資料の活用)



伝言の再生方法

① 1 1 7 1 にダイヤル

② 再生の場合 2 を押す

③ 被災地の人の電話番号を入力  
音声ガイダンスが流れる。

伝言の録音方法

① 1 1 7 1 にダイヤル

② 録音の場合 1 を押す

③ 被災地の人の電話番号を入力  
音声ガイダンスが流れる。

災害用伝言ダイヤルの利用方法



近年、気候変動で風水害が激甚化し、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、互いに助け合おうしありません。**

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こえ、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。



福和 伸夫氏  
名譽教授  
あいち・なごや強制化  
共創センター長

あなたの防災力チェック

5 85～100点 震災を生き抜く備えがばっちりです!

4 60～80点 細かいところまであと少し「つめまき」

3 40～55点 災害が起きたら、どうなるか想定して「準備しまき」

2 20～35点 その時、あわてないよう、「チェックしまき」

1 0～15点 今のままでは大変! 防災力一歩を

解説

1 復旧に1週間程度かかる地域も。

2 復旧に1か月以上かかる地域も。

3 被害が大きい地域では6週間必要な場合も。

4 カーチンを閉めておけば窓ガラスの飛散を防げます。

5 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 まずカバンなどで頭を守り、身の安全を第一に行動を。

7 道路をふさがずに。エレベーターには最低限の防災用品を。

8 指定避難場所にある支援設備・備蓄品の確認も大事。

9 3リットル×家族の人数×3日分は備蓄を。

10 災害時は171(いない)。使い方の練習を。

11 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 日ごろの近所付き合いがい、わか身を守ります。

13 自宅の耐震診断を受けたり、家具の固定等安全対策を。

14 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。

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。あなたにどのレベルかわかります。

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

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 地震が起きた時に、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 エレベーター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: その場でうつく

☐ 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: 急ブレーキをひく

☐ B: 車を寄せる検査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 場所など、家族防災会議を

☐ A: している

☐ B: したことがない

いのちを守る防災カード

備えよう! 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 | 型 (RH) |
| 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