

その時、私たちがすべき行動

台風などにより災害の発生が想定される際に「いつ」「何をするか」の防災行動を時系列に示すものを「災害タイムライン」といいます。お住まいの地域の特性を踏まえ、迅速な行動ができるようにしましょう。日常生活から台風による災害発生までの間に「何をするのか？」を項目ごとに示してありますので、改めて読み返しましょう。

※〇〇日前は災害発生日から数えたおよその日数です。

今こそ 防災 を見直そう

日常生活時

- 1 家族で話し合いの場をつくりましょう
- 2 ハザードマップを確認しましょう
- 3 非常持ち出し品の用意をしましょう

台風発生日時 (5日前)

- 4 気象庁による警戒レベル相当情報の発表

台風接近中 (3日前)

- 5 台風が近づく前に備えておきましょう

台風の影響が発生

雨が降り始め、
風が吹く
(2日前)

- 6 情報を取得しましょう

- 7 段階的な避難について

- 8 新しい避難所運営について

雨や風が強まるが、
安全に行動ができる状態
(1日前)

- 9 避難方法を見直しましょう

雨や風が激しくなり、
外に出ることが危険な状況
(当日)

既に避難完了

災害発生

新型コロナにより避難に対する考え方も変わってきました。今、改めて「防災」を見直す時を迎えています。この冊子では、日常の防災に対する家族の話し合いから、災害が発生するまでの間にすべき行動をまとめました。

この冊子を参考に、感染症対策を踏まえながら、自助・自衛の考えのもと、自らの命を守る行動が的確にできるよう考えましょう。

家族で話し合い、チェックしてみましょう

CHECK 1 家族の安否確認の方法など

- 家族で非常時の連絡方法は共有できていますか？
- 避難場所や安全な避難経路を確認していますか？
- 「171災害用伝言ダイヤル」「災害用伝言板」などの利用方法を確認していますか？
- 自然災害に対する知識と避難方法を家族で話し合っていますか？

CHECK 2 家庭内での食料・水などの備え

- 食料品や飲料水、日用品など、非常持ち出し品を準備していますか？
- 備蓄した食糧等の保存状態や使用期限を定期的に点検していますか？

CHECK 3 家の中や家の周りの確認

- 家具や家電製品などの転倒防止対策を行っていますか？
- 棚や家具の上から重い物が落ちてこないようにしていますか？
- 食器棚などの扉が開かないよう、飛び出し防止器具を取り付けていますか？
- 玄関などの出入り口に倒れやすいものや避難の障害となるものは置いていませんか？

CHECK 4 地域での備えや助け合い

- 普段から近所同士で助け合い、顔が見える関係をつくっていますか？
- 災害時の安否確認方法、避難所の運営や住民の方の役割について、地域で話し合われていますか？
- ケガをした時の応急手当の方法を知っていますか？
- 地域で過去にどんな災害が発生したのか把握していますか？

メモ

日常生活時

1 家族で話し合いの場をつくりましょう

災害時、家族があわてずに行動できるように、日頃から定期的に話し合いの場をつくりましょう。風水害や地震など災害ごとに避難場所や避難経路が変わる事も考えられます。ハザードマップなどを参考にそれぞれすべき行動を家族の中で共有しましょう。

一人ひとりの役割分担を決めましょう

- ・ 日常的な防災の役割と災害が起こった時の役割を決めましょう。
- ・ 高齢者や乳幼児がいる家庭では、誰が誰を助けるかも決めておきましょう。

災害時の連絡方法や避難場所を確認しましょう

- ・ 家族が離ればなれになった時の連絡方法や地域の避難場所を確認しましょう。
- ・ 避難経路の危険箇所についても話し合い、休日などを利用して、みんなで下見をしておきましょう。

非常持ち出し品・非常用備蓄品をチェックしましょう

- ・ 家族構成を考えながら、必要なものが揃っているか確認しましょう。
- ・ 定期的に保存状態や使用期限を点検し、必要に応じて交換しましょう。

家の危険箇所をチェックしましょう

- ・ 家の内外に危険箇所がないかどうかをチェックしましょう。
- ・ 危ない場所は、修理や補強について話し合しましょう。

隣近所でコミュニケーションをとりましょう

- ・ 災害の情報を入手した時や、避難情報が発令された時は、隣近所でお互いに声を掛け合って、いざという時に備えましょう。

3 非常持ち出し品の用意をしましょう

非常持ち出し品は、**家族構成を考えて必要なもの**を用意しましょう。ご自宅にいる時に災害が起こるとは限りませんので、持ち出し品の場所を決めておいたり、水につからない場所に置いておくなど工夫をしましょう。職場においても、非常用に備蓄をするなど備えをしましょう。また、これまでの持ち出し品に加えて、消毒液など感染症予防対策用品を追加しましょう。

コロナ禍での避難を踏まえ追加したいもの

- | | | |
|--|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 体温計 | <input type="checkbox"/> ラップ |
| <input type="checkbox"/> ハンドソープ | <input type="checkbox"/> 使い捨てビニール手袋 | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 固形せっけん | <input type="checkbox"/> ペーパータオル | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ポリ袋 | <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 簡易トイレ (1日 5回) | <input type="checkbox"/> 上履き・スリッパ | <input type="checkbox"/> |

自宅に備蓄しておくよいもの

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 食べ物・飲料水 (1人1日3リットル程度) を7日分 | <input type="checkbox"/> 着替えや防寒着 |
| <input type="checkbox"/> 被災家屋保護のためのブルーシート・ガムテープ | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ・便袋 (1日5回) |
| <input type="checkbox"/> カセットコンロなどの食べ物を温めるもの | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 屋外避難用のキャンプテント | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 停電対策用の非常用電源 (小型発電機など) | <input type="checkbox"/> |

これまでの持ち出し袋の中身

- | | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾 | <input type="checkbox"/> 手袋・軍手 | <input type="checkbox"/> アルミシート(保温シート) |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 筆記用具 | <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 非常食 (3日分) | <input type="checkbox"/> エアまくら |
| <input type="checkbox"/> 電池 | <input type="checkbox"/> 飲料水 (3日分) | <input type="checkbox"/> レジャーシート |
| <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー | <input type="checkbox"/> 常備薬・生理用品 | <input type="checkbox"/> 非常給水袋 |
| <input type="checkbox"/> トイレットペーパー | <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| <input type="checkbox"/> スプーン・はし・食器 | <input type="checkbox"/> 健康保険証のコピー | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 下着・くつ下 | <input type="checkbox"/> ろうそく・ランタン | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 毛布・寝袋 | <input type="checkbox"/> アイマスク・耳栓 | <input type="checkbox"/> |

※必要に応じて、空欄部分に記入しましょう。

2 ハザードマップを確認しましょう

ハザードマップとは、自然災害による被害の軽減や防災対策に使用する目的で、被災想定区域や避難所などの防災関係施設の位置などを表示した地図です。島田市では、洪水による浸水と地震や大雨などに起因した土砂災害に対応しています。

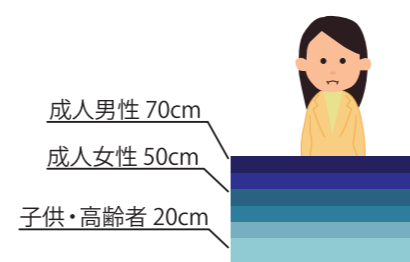
- ①自宅周辺に、浸水や土砂崩れなどの被害がどれくらい想定されているか確認しましょう。日ごろよく出掛ける場所も確認しておきましょう(職場・学校など)。
- ②避難場所や指定避難所の行き方を確認しましょう。
- ③避難経路を確認し、できれば実際に歩いて危険な場所がないか、見てみましょう。



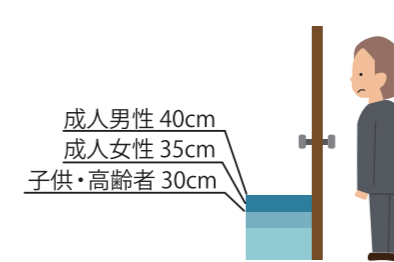
島田市洪水ハザードマップ

水(流れがある場合)の力は想像以上に強い

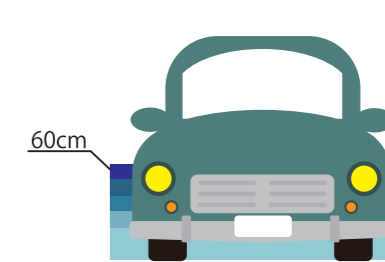
歩行が困難になる水深



ドアが開かなくなる水深



車が止まってしまう水深

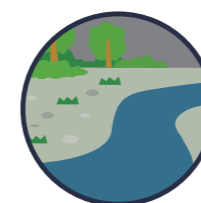


避難の際の心がけを事前に知っておきましょう

夜の避難はむしろ危険



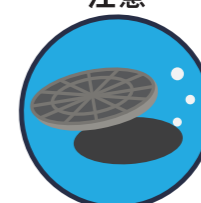
川には近づかない



避難の際は運動靴で



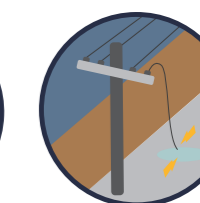
側溝やマンホールに注意



荷物は手が使えるよう背負う

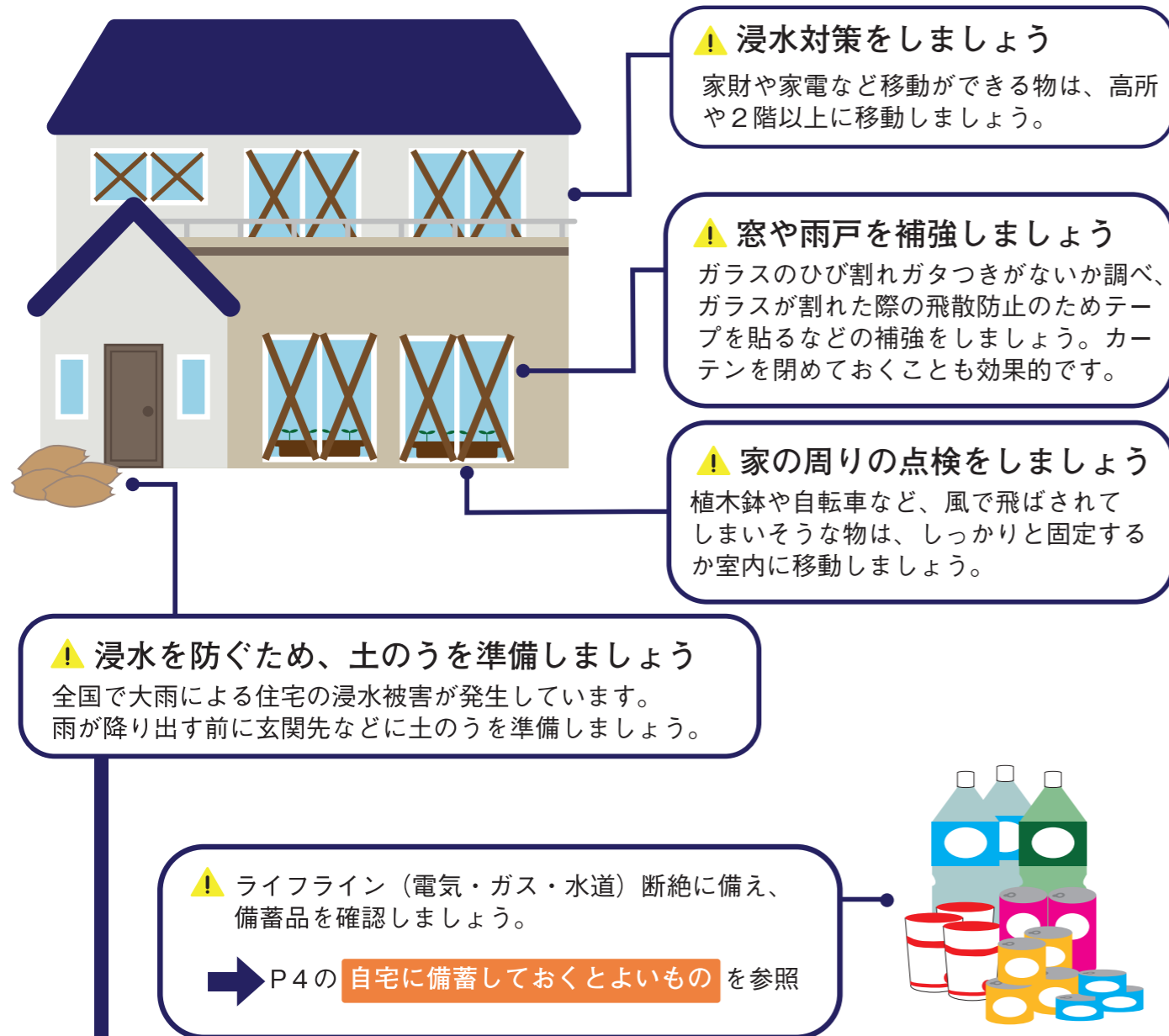


切れた電線は危険



5 台風が近づく前に備えておきましょう

台風は、テレビの気象情報などから「規模」や「予測進路」など詳しく知ることができます。少しでも被害を減らすためには事前の対策が重要です。



島田市では、市民向けの土のうステーションを設置しています。土のうステーションには、砂・土のう袋・スコップが用意されていますので、各自で作って活用してください。設置場所は、島田市役所・六合公民館・初倉公民館・金谷公民館・川根水防倉庫です。

4 気象庁による警戒レベル相当情報の発表

気象庁では、大雨など自然災害に伴う警戒レベル相当情報を5段階に分け、気象情報を提供しています。レベル1から2は、注意情報・注意報が発表され、避難行動などを確認する段階です。レベル3は、大雨警報や洪水警報が発表される「警戒」と位置付けられています。レベル4は、非常に危険あるいは極めて「危険」とされ、市内では、氾濫危険情報、土砂災害警戒情報、海沿いでは高潮特別警報が発表されるなど、災害が近づいている事を示しています。最も高いレベル5は、既に災害が発生している段階です。氾濫発生情報や大雨特別警報などが発表され、命を守る行動が求められます。

気象庁等の情報	危険度分布	氾濫注意情報	氾濫警戒情報	氾濫危険情報	氾濫発生情報	
		注意(注意報級)	警戒(警報級)	非常に危険	極めて危険	
	高潮注意報	高潮警報に切り替わる可能性が高い注意報	高潮特別警報	高潮警報		
	早期注意情報(警報級の可能性)	大雨注意報 洪水注意報	大雨警報に切り替わる可能性が高い注意報	大雨警報 洪水警報	土砂災害警戒情報	大雨特別警報
	1	2	3	4	5	
	警戒レベル		相当情報			

相当情報とは？

気象庁の警戒レベル相当情報（注意報・警報・氾濫警戒情報・氾濫危険情報・氾濫発生情報・土砂災害警戒情報・大雨特別警報）は、市町村単位に発表されます。

例：お住まいの所で雨が降っていなくても、島田市の一部で大雨により土砂災害の危険性が高まった場合は、島田市内に「土砂災害警戒情報（警戒レベル4相当）」が発表されます。

静岡県地理情報システム



土砂災害(警戒区域)の危険箇所が閲覧できます。また、大雨の時などにはリアルタイムで土砂災害が発生する危険のある地区が表示されます。

島田市洪水ハザードマップ



洪水に起因する浸水や土砂災害により想定される被害の範囲や避難場所などの防災関係施設の位置などを確認できます。

台風の影響が発生 一雨が降り始め、風が吹く(2日前)ー

6 情報を取得しましょう

島田市では、防災情報、緊急時や災害時の情報伝達手段として、携帯電話やスマートフォン等に情報を配信するサービスを行っています。災害や防災に関する情報は島田市が配信するものだけでなく、様々なところから得ることができます。いざという時のために必要な情報を取得しましょう。

お持ちの携帯電話やスマホのアプリ等から QR コードを読み取ると、各ページへアクセスすることができます。

災害用伝言板(web171)



インターネットを利用して、被災地の方々の安否確認を行う伝言板です。多言語に対応しています。

171災害用伝言ダイヤル



電話番号および携帯電話等の番号をキーとして、安否等の情報を音声情報として蓄積し、録音・再生できる声の伝言板です。

島田市危機管理課ツイッター



防災メール同様、同報無線の内容や気象情報、島田市からの防災に関するお知らせが配信されます。

島田市防災メール



同報無線の放送内容や気象情報、島田市からの防災に関するお知らせが配信されます。

テレビを使った情報収集

テレビ(リモコン)のdボタンを押すと、地上デジタル放送テレビのデータ放送を通じて、気象情報・雨量情報・水位情報のほか、島田市が発信する避難情報や避難所開設などの情報を見ることができます。

※防災情報はNHK及びSBSテレビが対応しています。



dボタンで
情報チェック

F M島田ネットラジオ



FM 島田の生放送を全国どこからでも聞くことができます。災害時には防災情報を緊急放送します。

島田市ホームページ



島田市の公式ホームページです。災害発表時は、災害対応のページに切り替わり、災害情報や被災者支援に関する情報が掲載されます。

島田市公式LINEアカウント

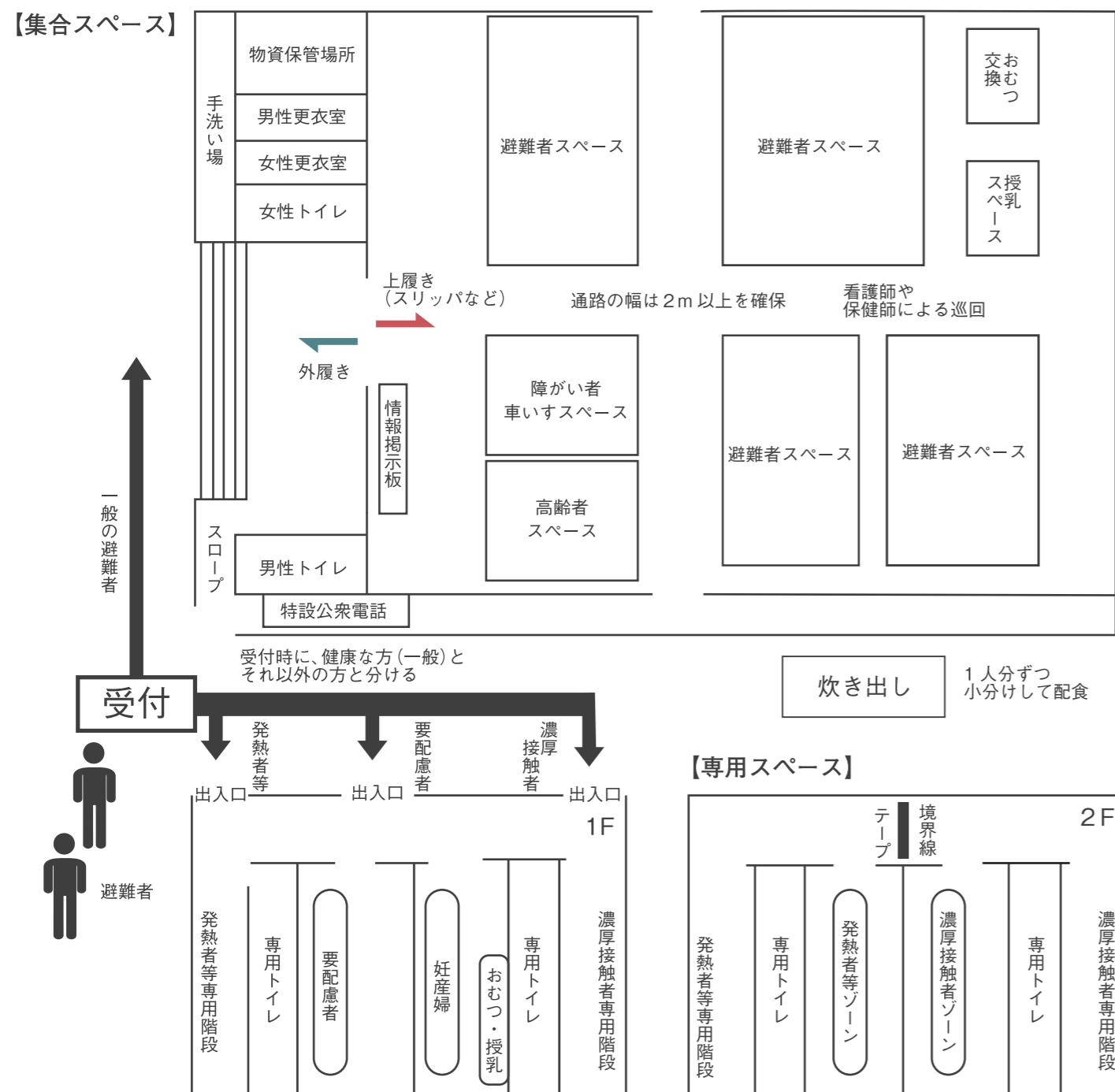


防災メール同様、同報無線の内容や気象情報、島田市からの防災に関するお知らせが配信されます。

8 新しい避難所運営について

感染症対策を踏まえ、指定避難所の運営が変わります。
 災害発生時の避難所運営は、感染リスクを踏まえながら、様々な手立てが必要です。
 そのため、健康な方と体調不良の方の接触を避けることや避難者同士の距離を確保すること、また、こまめな消毒、定期的な換気に努めることが重要になります。

一般的な避難所のレイアウト例



7 段階的な避難について

次の情報が発令されたら、すぐに避難行動を考えましょう！
 島田市から発令される避難情報をしっかり覚えましょう。

警戒レベル3
**避難準備
 高齢者等
 避難開始**

避難に時間を要する人は、避難開始！

その他の方は、避難の準備を！

避難準備情報とは、事態の推移によっては、避難勧告や避難指示の発令の可能性のある時に、発令されるものです。高齢者や肢体不自由者など避難に際して時間のかかる人は、避難行動を開始しましょう。

警戒レベル4
避難勧告

危険な場所から全員避難！

市から地区を指定し避難勧告・避難指示が発令！

避難勧告は、対象地区に住んでいる方に対し、安全な場所へ避難するよう促すものです。発令は市長が行い、避難を勧め促します。速やかに避難を始めましょう。

警戒レベル4
**避難指示
 (緊急)**

緊急！避難を！

緊急的または重ねて避難を促す場合に発令！

避難指示は、勧告の状況よりも、さらに危険が切迫している場合に出されます。命を守るために最大限の行動をしなければならない段階です。出来るだけ早く、安全な場所に避難をする必要があります。

島田市が発令する、避難準備情報・避難勧告・避難指示等は、対象の地区を指定して発令します。

例：島田市からの避難情報「避難勧告(警戒レベル4)」の場合

こちらは島田市です。台風の接近に伴い、大規模な浸水、土砂災害による被害が予想されることから、本日〇〇時、〇〇地区に「避難勧告」を発令しました。速やかに、指定避難所、最寄りの地区公会堂などに避難してください。食料・水・生活用品などを用意して、大荒れの天気になる前に避難を完了してください。これは警戒レベル4です。



同報無線が聞こえないのですが・・・

現在、市内に233基の屋外子局（スピーカー）を整備し同報無線の放送を行っていますが、スピーカーの設置場所や向き、周辺環境や気象状況によっては聞き取れない場合もあります。そのため、同報無線の放送内容は次の方法（サービス）で確認することができますので、ご活用ください。

島田市防災メール

同報無線が放送された際に携帯電話等の登録したメールアドレスに放送内容がテキストで配信されます。

島田市公式LINEアカウント

防災メール同様に同報無線の放送内容がテキストで配信されます。

自動電話応答サービス

0547-37-5600 にダイヤルすると、24時間前までの同報無線の放送を聞くことができます。

災害で避難が必要な時は、複数の方法で情報を伝えます

実際に避難が必要な「避難勧告」等の避難情報は、次のとおり複数の伝達手段を用いてみなさんにお伝えします。

①同報無線	屋外のスピーカー及び戸別受信機から放送します。
②島田市防災メール	登録したメールアドレスへ配信します。
③緊急速報メール	島田市内にいる人の携帯電話へ一斉に通知します。
④自治会への電話連絡	避難対象地区の自治会長へ直接電話連絡し、町内へ伝達します。
⑤Lアラート	テレビのデータ放送(dボタン)に情報が表示されます。(NHK・SBSテレビ)
⑥FM島田	大雨や台風など、災害時に緊急生放送を行います。

9 避難方法を見直しましょう

市内の指定避難所に行く事だけが避難ではありません。感染リスクや危険の度合いを考慮した避難方法として、分散避難、屋外避難、2階以上へ逃げる垂直避難といった行動が考えられます。家族や親類、職場などで災害時の避難行動について話し合いましょう。

<p>ハザードマップなどで確認</p>  <p>別の場所へ避難する必要があるかハザードマップなどで確認</p>	<p>早めに避難しよう</p>  <p>警戒レベル4で災害リスクのある人は全員避難</p>	<p>感染予防グッズも携帯</p>  <p>マスク・消毒液・体温計・石鹸・ウェットティッシュなどを携帯</p>	
<p>分散避難①</p>  <p>安全な場所に住んでいる親戚・知人宅に避難する</p>	<p>あなたを守る 避難方法</p>		<p>分散避難②</p>  <p>公民館や宿泊施設へ避難することも考えましょう</p>
<p>車を上手に使おう①</p>  <p>浸水して動けなくなります！早めに避難</p>	<p>車を上手に使おう②</p>  <p>車中泊による避難の場合は、エコノミークラス症候群に注意</p>	<p>身の危険を感じたら</p>  <p>(雨・風が強く)外に出ることがかえって危険な場合は、自宅の2階へ垂直避難</p>	

命を守る的確な行動を常日頃から考えましょう。

緊急地震速報が発表されたら

緊急地震速報は、見聞きしてから、強い揺れが来るまでの時間が数秒から数十秒しかありません。まず、自分の身を守りましょう。日ごろから考えておくことで、いざという時、的確に行動できるようにしましょう。

家庭では

- ・頭を保護し、丈夫な机などに隠れる。
- ・あわてて外に飛び出さない。
- ・無理をして火を消そうとしない。



自動車運転中は

- ・ハザードランプを点灯し、周りの車に注意を促す。
- ・急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度を落とす。
- ・大きな揺れを感じたら、道路の左側に停止。



電車・バス乗車中は

- ・つり革、手すりなどにしっかりとつかまる。
- ・乗務員の指示に従う。



人が大勢いる施設では

- ・身の安全を守れる机の下などに隠れる。
- ・従業員の指示に従う。
- ・あわてて出口に走り出したりしない。



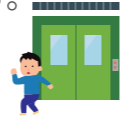
屋外では

- ・ブロック塀などから離れ、身を守る。
- ・看板や割れたガラスの落下に注意する。
- ・ビルからできるだけ離れる。
- ・できるだけ広い場所に移動。



エレベーターでは

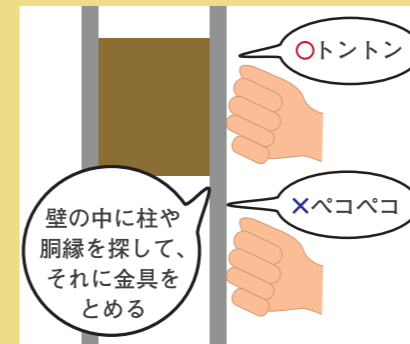
- ・最寄りの階で停止させ、すぐに降りる。(階数すべてのボタンを押す。)



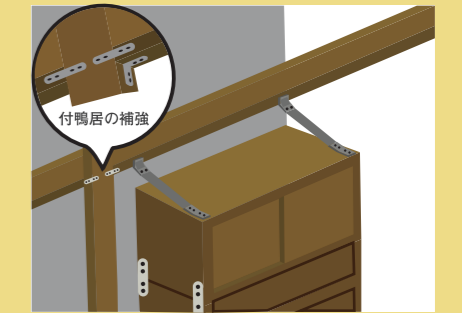
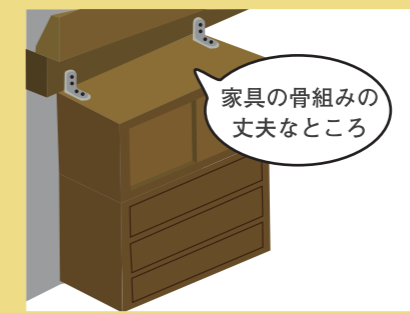
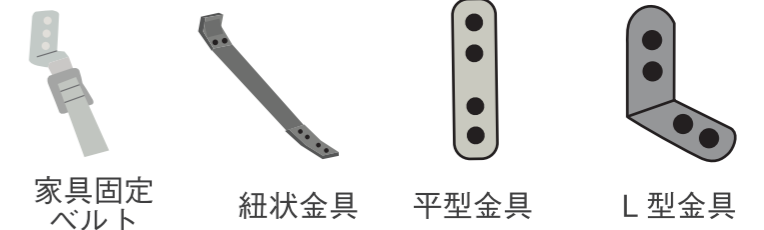
家具や冷蔵庫などの固定をしましょう

地震発生時、家具の転倒、棚からの物の落下やガラスの破損などにより、命を落としたりケガをするケースがあります。家具、冷蔵庫、テレビの電化製品なども、転倒や落下の防止対策を行ってください。また、寝る場所には、家具を置かない、配置を工夫するなど安全に対する備えが必要です。

家具・冷蔵庫の固定のしかた



固定金具 (例)



南海トラフ地震臨時情報への対応

気象庁では、南海トラフ沿いの大規模地震の発生の可能性が平常時と比べて相対的に高まったと評価された場合等に、「南海トラフ地震臨時情報」や「南海トラフ地震関連解説情報」を発表します。

南海トラフ地震臨時情報	調査中	観測された異常な現象が南海トラフ沿いの大規模な地震と関連するかどうか調査を開始した場合、または調査を継続している場合
	巨大地震警戒	巨大地震の発生に警戒が必要な場合 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界において M8.0 以上の地震が発生したと評価した場合
	巨大地震注意	巨大地震の発生に注意が必要な場合 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界において M7.0 以上 M8.0 未満の地震や通常と異なるゆっくりにすべりが発生したと評価した場合等
	調査終了	(巨大地震警戒)、(巨大地震注意) のいずれにも当てはまらない現象と評価した場合

●情報発表時の防災対応

南海トラフ地震臨時情報が発表されたら、地震発生に備え、防災対応をとりましょう。情報のうち「調査中」「巨大地震注意」が発表された際には、身の回りや非常持ち出し品などの確認をしましょう。一方、「巨大地震警戒」が発表された際には、お住まいの地域によっては避難情報が発令されます。大地震が発生する危険度が高まっていることから、緊急的な行動などにすぐ対応できるようにしましょう。