



災害別

2026年 田布施町

避難行動の てびき

近年、各地で記録的な大雨や台風の発生などによる災害が激甚化・頻発化し、多くの人命を奪う被害も発生しています。一人でも犠牲者を出さないためには、災害が発生する前に避難する必要があります。また、地震や津波、水害、土砂災害、高潮などの災害によって避難行動も変わります。この冊子では災害別の避難方法などを説明しています。いざというときに適切な避難行動ができるように役立ててください。



このイラストは、生成AIを使用し作成しました。

避難等に関する情報

地震から命を守る

津波から命を守る

水害から命を守る

土砂災害から命を守る

高潮から命を守る

ハザードマップで命を守る

必要なものを準備する



平成21年(2009年)7月21日豪雨災害
関戸橋付近



田布施町
田布施町自主防災組織連絡協議会



避難等に関する情報

大雨や台風などによる水害や高潮、土砂災害などが発生し、多くの人が避難の遅れなどによって犠牲になっています。風水害による「逃げ遅れゼロ」のため、災害の危険度の高まりと避難情報をわかりやすい5段階の警戒レベルを用いて発信しています。逃げ遅れることがないよう、警戒レベル4までに必ず避難を終えておくことが重要です。

警戒レベル	行動を促す情報 (避難情報等)	状 況	住民がとるべき行動
5	緊急安全確保 (田布施町が発令) 警戒レベル5相当情報 河川氾濫 レベル5氾濫特別警報 大 雨 レベル5大雨特別警報 土砂災害 レベル5土砂災害特別警報 高 潮 レベル5高潮特別警報	災害発生 または 切迫	命の危険 直ちに安全確保！ ●すでに災害が発生している状況です。自宅や近隣の少しでも安全な場所に移動して緊急安全確保の行動をとります。 (注) ただし、安全を確保できるとは限らないため、 警戒レベル4避難指示までに必ず避難 しましょう。
~~~~~<警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難！>~~~~~			
4	<b>避難指示</b> (田布施町が発令)  警戒レベル4相当情報 河川氾濫 レベル4氾濫危険警報 大 雨 レベル4大雨危険警報 土砂災害 レベル4土砂災害危険警報 高 潮 レベル4高潮危険警報	災害の おそれ 高い	<b>危険な場所から全員避難</b> ●危険な場所から避難場所など安全な場所へ全員避難(立ち退き避難または屋内安全確保)しましょう。
3	<b>高齢者等避難</b> (田布施町が発令)  警戒レベル3相当情報 河川氾濫 レベル3氾濫警報 大 雨 レベル3大雨警報 土砂災害 レベル3土砂災害警報 高 潮 レベル3高潮警報	災害の おそれ あり	<b>危険な場所から高齢者等は避難</b> ●避難に時間がかかる高齢者や障がいのある人とその支援者は危険な場所から避難(立ち退き避難または屋内安全確保)しましょう。 ●高齢者等以外の人も必要に応じ、避難の準備をしたり、自主的に避難しましょう。
2	<b>レベル2注意報</b> (氾濫・大雨・土砂災害・高潮) (気象庁が発表)	気象状況 悪化	<b>自らの避難行動を確認</b> ●ハザードマップなどで自宅周辺の災害リスクを確認したり、避難場所や避難経路、避難のタイミングなど自らの避難行動を確認しましょう。
1	<b>早期注意情報</b> (気象庁が発表)	今後 気象状況 悪化の おそれ	<b>災害への心構えを高める</b> ●最新の防災気象情報に注意して、災害への心構えを高めましょう。

- 警戒レベル5緊急安全確保は必ず発令されるとは限りません。すでに危険な状況なので発令を待ってはいけません。
- 警戒レベルと避難情報は、必ずこの順番で発令されるとは限らないので注意してください。
- これらの情報が発令されていなくても、身の危険を感じる場合は避難を始めてください。

## 「安全な場所への避難」と「屋内安全確保」

風水害からの避難は、想定される自然災害(水害、土砂災害)に対応した指定緊急避難場所への避難や、安全な場所にある親戚・知人宅への避難が基本です。特に、土砂災害は自宅が倒壊するおそれがあるため、安全な場所への避難が原則です。

**避難する際は、火災や空き巣対策のため、火の元の確認(ガスの元栓、電気機器のスイッチを切る、ブレーカーを落とすなど)や戸締まりが重要です。**

### 「安全な場所への避難」をするなら…

#### ●田布施町が指定した避難場所など

公民館や小中学校など、指定された避難場所に避難します。感染症対策として、マスクやアルコール消毒液、体温計、スリッパなどを持参しましょう。

#### ●安全な場所にある親戚・知人宅・ホテルなど

親戚や知人に、普段から災害のときに避難することを相談しておきましょう。ハザードマップで災害のとき安全かどうかを確認しておくことが大切です。

#### ●安全な場所であるか

ハザードマップで災害のときに安全かどうかを確認しておくことが大切です。

また、ハザードマップなどで自宅などの浸水想定等を確認し、上階への移動や高層階にとどまることなどにより、計画的に身の安全を確保する「屋内安全確保」も可能な場合があります。ただし、「屋内安全確保」を行うためには少なくとも「3つの条件」(下記参照)を満たす必要があります。

### 「屋内安全確保」をするなら…

ハザードマップなどで、少なくとも以下の「3つの条件」を調べて、自宅にいても大丈夫か確認しましょう。条件を満たさなければ、直ちに避難しましょう。また、土砂災害の危険がある区域では立ち退き避難が原則です。

#### 「屋内安全確保」を満たす3つの条件

- 1 自宅などが「家屋倒壊等氾濫想定区域」にないこと。
- 2 自宅などに浸水しない部屋があること。
- 3 自宅などが一定期間浸水しても、水や食料、薬などの備蓄品の確保や、電気、ガス、水道、トイレなどが使用できること。

田布施町の避難所一覧



スマホで  
アクセス



避難等に関する情報

地震から  
命を守る

津波から  
命を守る

水害から  
命を守る

土砂災害から  
命を守る

高潮から  
命を守る

ハザードマップ  
で命を守る

必要なものを  
準備する



# 地震から命を守る

地震が発生し、火災の危険が迫るなどの場合は直ちに最寄りの避難場所などに避難しましょう。避難場所は役割の違いによって「一時避難場所」と「指定緊急避難場所」があります。次の地震発生時の避難の流れはあくまで目安です。危険を感じたら、より安全な場所に避難しましょう。

※避難場所の位置づけや呼称、避難方法は自治体によって異なります。

## 分散避難を考える ～地震・風水害共通～

集団生活をする避難所では、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症による集団感染のおそれがあります。そこで、災害が発生したとき、3密(密閉、密集、密接)を避け、感染症による2次被害を防ぐことが重要です。「親戚・知人宅」「ホテルなど」「在宅避難」「車中泊」など避難所以外の避難先に、分散して避難することも考えましょう。

### 親戚・知人宅

身近な親戚や知人を頼って、避難生活をする。

### ホテルなど

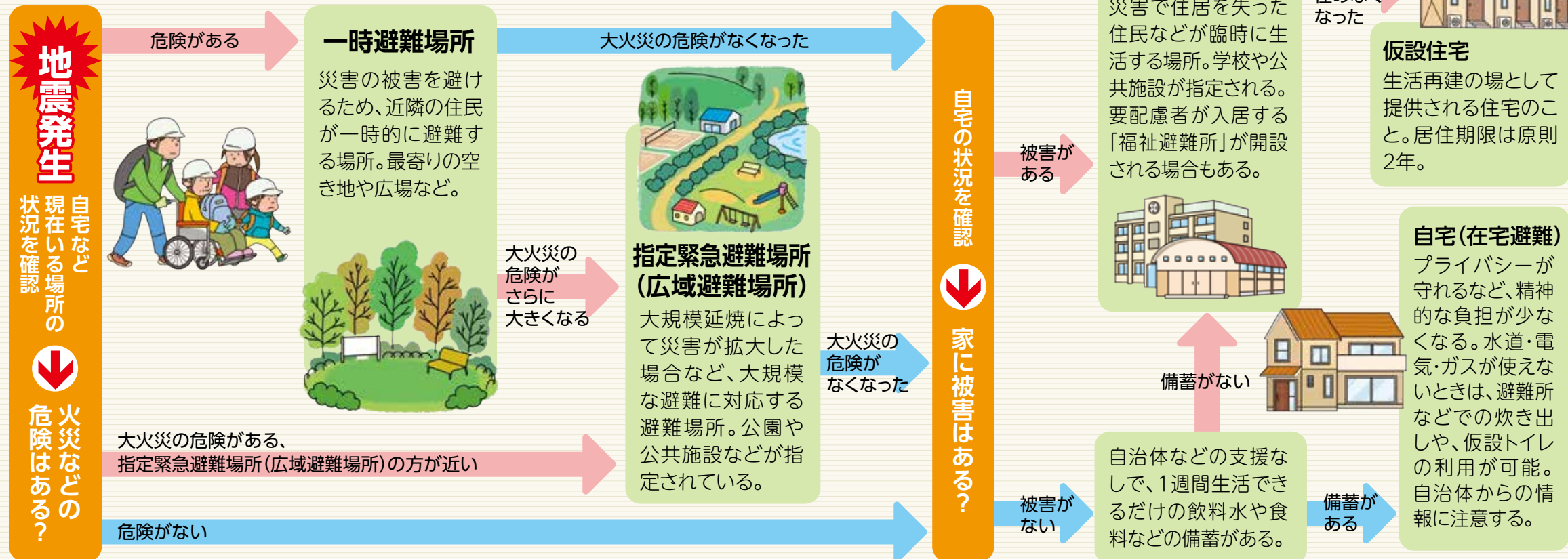
災害時は、田布施町のホームページなどで確認する。

### 車での避難生活(車中泊避難)

避難所に入れない、自宅に戻れない場合は、車中泊でも支援は受けられる。



## 地震避難のフローチャート



## 津波の危険がある場合

直ちに海岸から離れ、指定緊急避難場所などに避難する(P6参照)

## 屋内にいる場合

### こんな場所で

### 地震が起きたら

## 屋外にいる場合

### オフィス

- 窓際やロッカー、資料棚などから離れ、机の下や周囲に危険物がない柱のそばなどで身を守りましょう。
- 割れたガラスやキャビネットなどの転倒に注意します。
- 大きな揺れがおさまったら火元を確認しましょう。

### 学 校

- 教室にいるときは、すぐ机の下に入り、机の脚をしっかり握って身を守ります。
- 廊下、運動場、体育館などでは中央部に集まってしゃがみましょう。
- 理科室では薬品の落下や火気に注意して避難します。
- 勝手に帰宅せず、先生の指示に従いましょう。

### エレベーター

- すべての階のボタンを押し、停止した階で安全を確認して降ります。
- 閉じ込められたらインターホンで連絡し、救助を待ちます。

### 地下街

- あわてて非常口に殺到するのは危険です。揺れがおさまるまで落下物に注意し、壁や柱のそばで身を守りましょう。
- 照明が消えてもしばらくすると非常電源が作動するのでそのまま待ちましょう。

### 商業施設

- スーパーなどではショーケースから離れ、手荷物・買い物かごなどで頭を守りましょう。
- 劇場やスタジアムではあわてて非常口などに殺到せず、館内放送や係員の指示に従いましょう。

### 路 上

- 手荷物などで頭部を保護し、広場や公園などに移動しましょう。
- ブロック塀や自動販売機の転倒、看板や割れたガラスなどの落下に注意しましょう。

### 車を運転中

- ハザードランプを点灯してスピードを落とし、道路左側に停止します。
- 車を置いて避難する場合は、できるだけ道路外の場所に移動しましょう。
- やむを得ず道路上に置いて避難するときは、キーはつけたまま、ドアロックもしません。
- 車検証などの貴重品を持ち、連絡先が見えるところに貼っておきましょう。

### 電車やバス

- 電車は強い揺れを感知すると緊急停止します。
- 座っているときは、低い姿勢をとって手荷物などで頭を保護しましょう。
- 立っているときは、つり革や手すりにしっかりつかまりましょう。
- 停車後は勝手に降車せず、乗務員の指示に従って行動しましょう。

### 駅のホーム

- 掲示板や看板などの落下物やホームへの転落に注意します。
- あわてて改札口に殺到すると危険です。大きな揺れがおさまるまで近くの柱の下で身を守り、構内アナウンスに従いましょう。

### 斜面やがけの近く

- 土砂災害の危険があるため、すぐに斜面などから離れましょう。
- 余震や大雨の影響で土砂災害の危険性が高まることがあるので注意しましょう。

### 海岸付近(P6参照)

- 強い振動や長い揺れを感じた、津波注意報や警報が発表された、避難指示が発令された場合は、すぐに津波避難場所の高台や内陸に避難しましょう。

避難等に関する情報

地震から命を守る

津波から命を守る

水害から命を守る

土砂災害から命を守る

高潮から命を守る

ハザードマップで命を守る

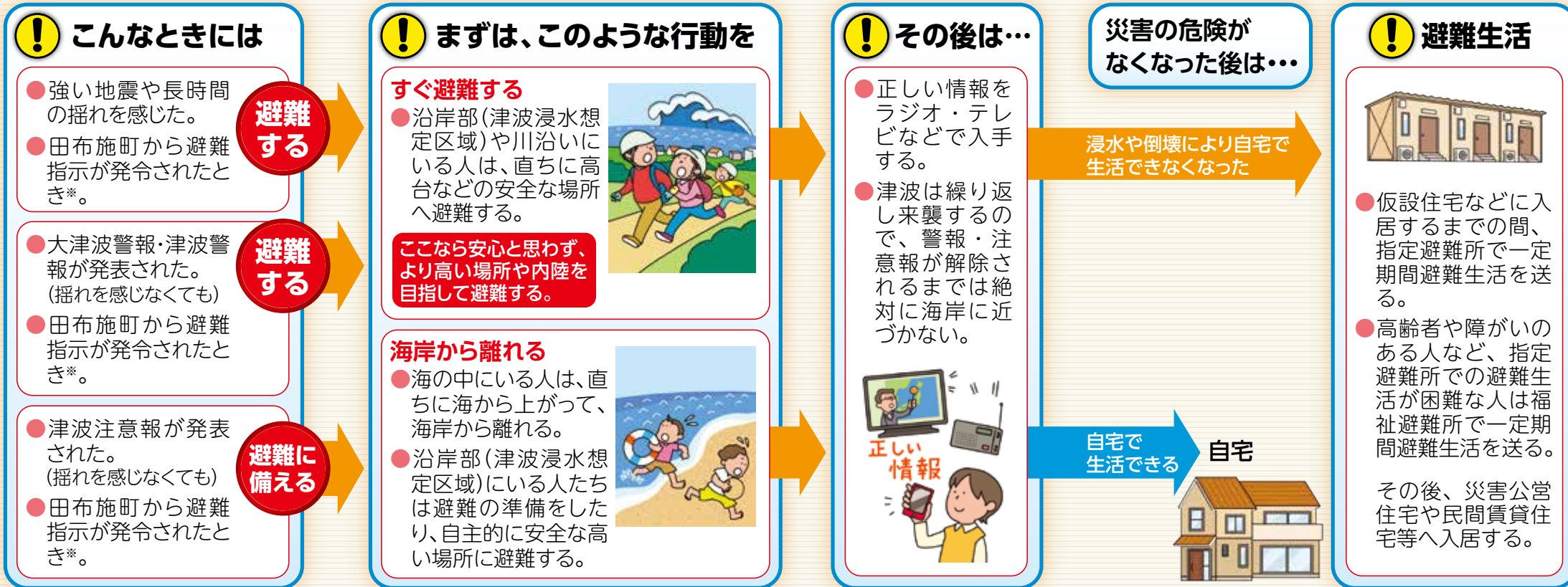
必要なものを準備する



# 津波から命を守る

迫りくる津波から命を守るには、津波が届かない高い場所や内陸へ避難するしかありません。「自分の命は自分が守る」ということを強く意識してください。津波の危険がある場所では、「大きな揺れを感じたら、すぐ避難する」。このことを肝に銘じておきましょう。

## 津波避難のフローチャート



田布施町では、次の地震・津波が想定されているよ。

このイラストは、生成AIを使用し作成しました。

項目	南海トラフ巨大地震	周防灘断層帯地震
最大震度	6弱	5弱
最高津波水位(内、津波波高)	3.3m(1.8m)	2.2m(0.6m)
最高津波水位到達時間	123分	65分
海面変動+30cm時間	103分	60分
海面変動+1m時間	115分	—

令和6～7年度山口県地震・津波被害想定調査報告書より

※津波注意報・警報・大津波警報によって、避難指示の発令対象区域が異なります。

## 津波に関する警報・注意報

気象庁では地震が発生したとき、予想される津波の高さを通常は5段階の数値で発表します。

ただし、マグニチュード8を超える巨大地震が発生した場合、正確な地震の規模をすぐには把握できません。その場合、最初に発表する大津波警報や津波警報では、予想される津波の高さを「巨大」や「高い」という言葉で発表して、非常事態であることを伝えます。

※大津波警報は重大な災害の起きるおそれが著しく大きい場合に発表される「特別警報」に位置づけられています。

津波警報・注意報の種類	発表される津波の高さ	
	数値での発表(津波の高さ予想の区分)	巨大地震の場合の発表(発表基準)
大津波警報※	10m超(10m<予想高さ)	巨大(予想される津波の高さが3mを超える場合)
	10m(5m<予想高さ≤10m)	
	5m(3m<予想高さ≤5m)	
津波警報	3m(1m<予想高さ≤3m)	高い(予想される津波の高さが1mを超え、3m以下の場合)
津波注意報	1m(0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記なし)

### 東日本大震災で役立った避難のための三原則

#### 原則①「想定にとらわれるな」

相手は自然、その想定を超える事態も当然あり得ます。

#### 原則②「最善を尽くせ」

「ここまで来ればもう大丈夫だろう」ではなく、そのときできる最善の対応行動をとりましょう。

#### 原則③「率先避難者たれ」

まず自分が率先して避難しましょう。その姿を見て、ほかの人も避難し、結果的に多くの人を救うことにつながります。

「岩手県釜石市の津波防災教育」より

## 津波から安全に避難するために

### より高い場所へ

すでに浸水が始まってしまって安全な高台に避難する時間的な余裕がないときは、近くの頑丈な高いビルなどに逃げることを考えましょう。



### 地震の揺れが小さくても安心できない

地震の揺れがそれほど小さくなくても津波が発生するケースは、過去にもしばしばありました。津波の危険がある地域では小さな揺れでも、揺れを感じなくても、まずは避難することを最優先に行動しましょう。



### 原則として車は使わず徒歩で避難

地震による液状化で車による避難が困難になるおそれがあります。避難は徒歩が原則です。



### 全国どここの沿岸でも津波は来る

四方が海に囲まれた日本では、津波はどこでも発生する可能性があります。気象庁の津波情報に従って行動しましょう。



### 津波の前には必ず引き潮があるとは限らない

津波の前触れとして必ず引き潮があるとは限りません。引き潮がなくても津波が襲ってくる場合があることをしっかり認識しておきましょう。



避難等に関する情報

地震から命を守る

津波から命を守る

水害から命を守る

土砂災害から命を守る

高潮から命を守る

ハザードマップで命を守る

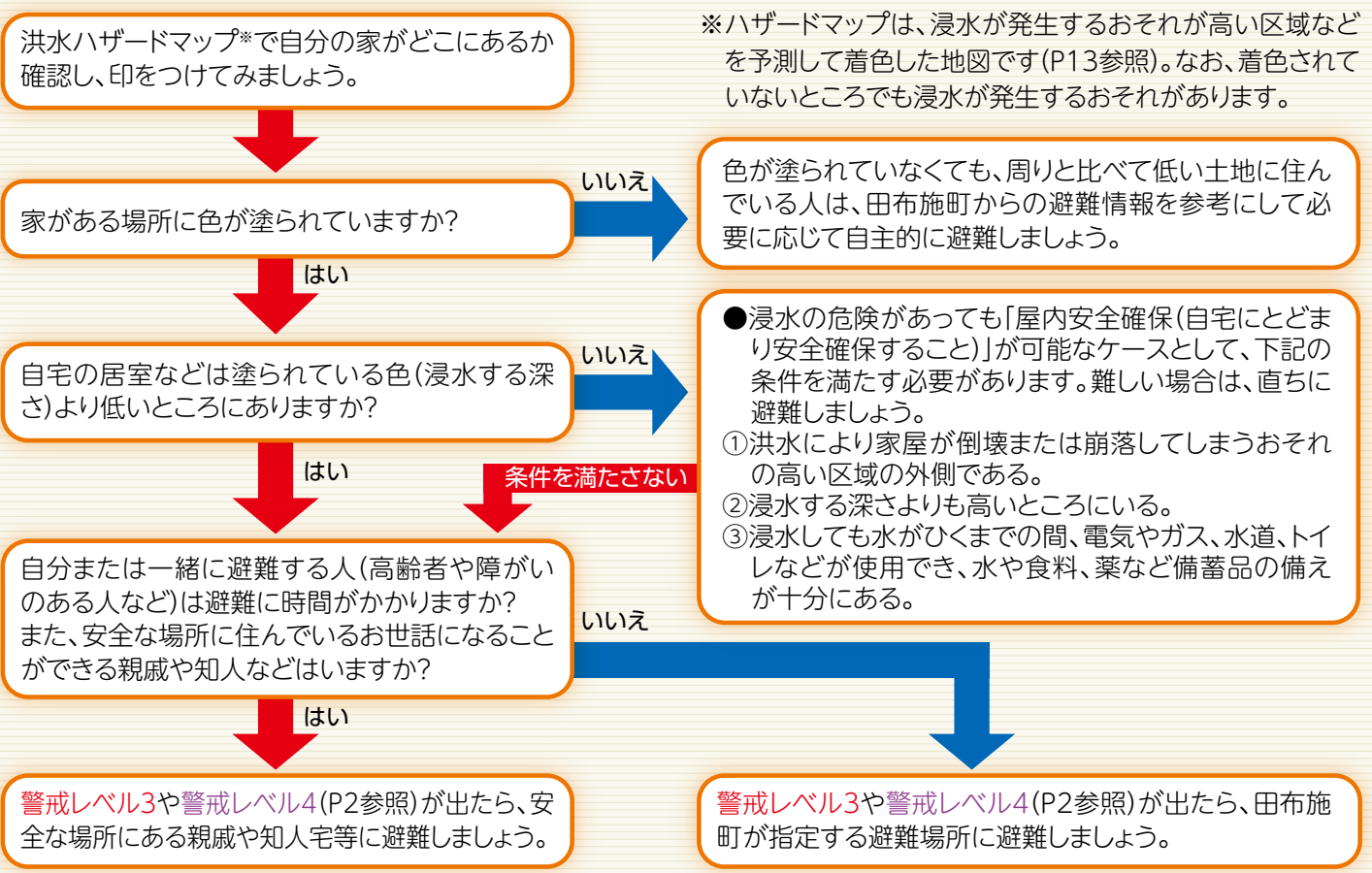
必要なものを準備する



# 水害から命を守る

近年、日本各地で台風や豪雨を原因とした災害によって、多くの人命などが失われています。雨による水害は時間を追って段階的に発生していきます。周囲の状況を見ながら、身の危険を感じた場合は直ちに避難しましょう。

## 水害避難のフローチャート

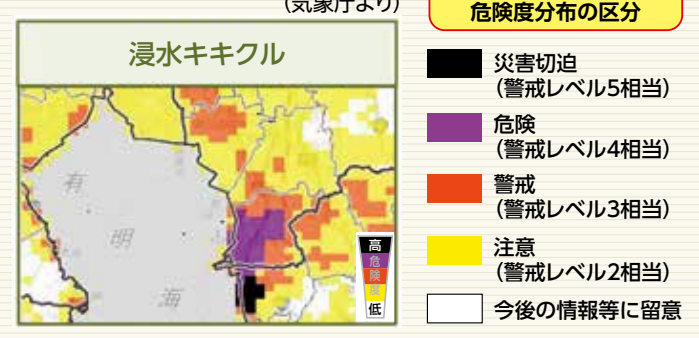


## 早めの避難行動の判断に役立つ「キキクル」を知っておきましょう！

「キキクル(警報の危険度分布)」は、大雨危険警報や氾濫危険警報が発表されるような重大な災害が発生するおそれのある状況で、住まいのある地域の危険度の高まりを5段階の色分けで地図上に表示し、警戒を呼びかけるための情報です。台風や大雨により災害のおそれがあるときは、気象庁ホームページで確認しながら、早めの避難行動の判断に役立てましょう。

### 浸水キキクル(短時間強雨による浸水の危険度分布)

短時間強雨による浸水害の危険度の高まりを5段階に色分けして地図上に示したものです。下水道などで排水しきれないほどの大雨が短時間に降ったことが原因で、河川とはかわりなく発生する浸水害(内水氾濫)の危険度が、どこで高まっているかを確認することができます。



(注) P8、P9、P10、P13に掲載の二次元コードは、ウェブサイトのURL変更や公開終了により閲覧できない場合があります。その場合はサイト名等での検索をお願いします。

## 河川の洪水・氾濫から身を守るときに参考になる情報

あらかじめ指定された河川(田布施町にはありません)を対象に、気象庁と国土交通省または県が共同で「指定河川洪水予報」を出します。こうした洪水予報に注意しながら、川の近くにお住まいの人は早めに避難しましょう。

警報等の種類	発表基準	住民がとるべき行動
警戒レベル5 氾濫特別警報	氾濫による著しい危険が切迫しているとき(氾濫発生水位に到達するときや堤防が損傷したときなど)、氾濫が発生したとき、氾濫が継続しているとき	氾濫水に警戒する。命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保する。 (警戒レベル5相当)
警戒レベル4 氾濫危険警報	急激な水位上昇によりまもなく氾濫危険水位を超え、さらに水位の上昇が見込まれるとき、氾濫危険水位に到達したとき	危険な場所から避難する。避難指示が発令されていなくても自主的に避難する。 (警戒レベル4相当)
警戒レベル3 氾濫警報	一定時間後に氾濫危険水位に到達が見込まれるとき、避難判断水位に到達し、さらに水位の上昇が見込まれるとき	氾濫発生に警戒しながら、避難準備をしたり、自主的に避難する。 (警戒レベル3相当)
警戒レベル2 氾濫注意報	氾濫注意水位に到達し、さらに水位の上昇が見込まれるとき、避難判断水位に到達したが、水位の上昇が見込まれないとき	氾濫発生に注意する。ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先などを確認する。(警戒レベル2)

## 浸水から避難するときのポイント

**避難は早めに**

積極的に情報を収集し、浸水する前に地域で声をかけ合って早めに避難する。

**動きやすい服装で**

荷物は必要最小限にし、動きやすい服装にする。長靴は避難に適さないので運動靴をはく。

**足元に注意する**

水が濁って、足元が見えなくなる。側溝やふたが外れたマンホールなどに転落する危険がある。長い棒を杖代わりに安全を確保しながら避難する。

**車で避難しない**

冠水してエンジンが止まったりして危険。できるだけ車での避難は控える。

**河川などに近づかない**

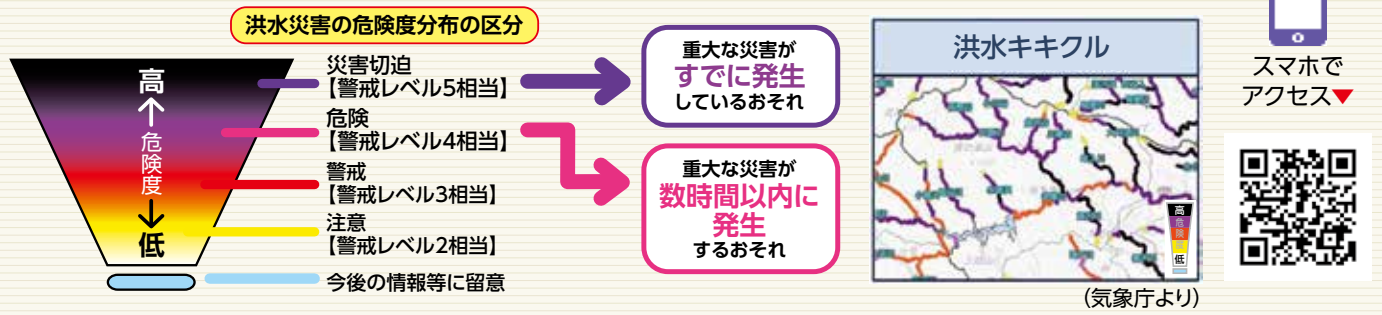
増水や氾濫のおそれがあるので、河川や水路の様子を見に行くのは危険。近づかない。

**高い建物に避難する**

同じ建物でも上層階など、浸水から安全に身を守る場所へ避難する。

### 洪水キキクル(河川氾濫の危険度分布)

大雨による中小河川などの洪水災害発生危険度の高まりを5段階に色分けして地図上に示したものです。洪水災害発生危険度が、どこで高まっているかを確認することができます。



避難等に  
関する情報

地震から  
命を守る

津波から  
命を守る

水害から  
命を守る

土砂災害から  
命を守る

高潮から  
命を守る

ハザードマップ  
で命を守る

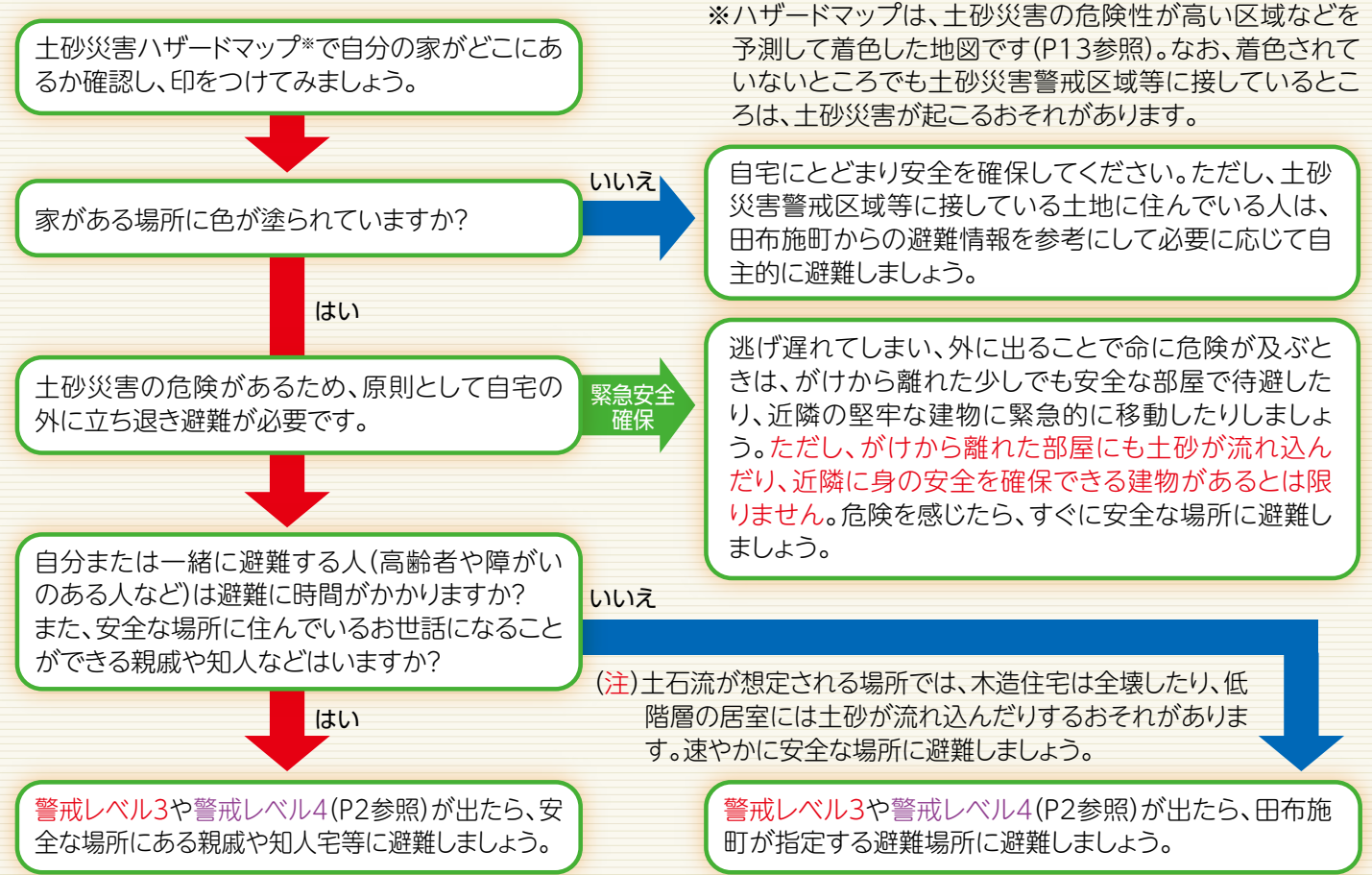
必要なものを  
準備する



# 土砂災害から命を守る

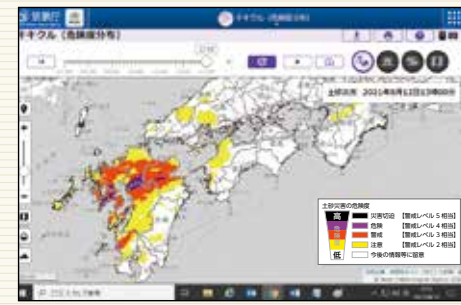
山の多い日本では、土砂災害が毎年のように全国各地で発生して大きな被害をもたらしています。ひとたび土砂災害が発生すると、人の命や大切なものを一瞬のうちに奪います。土砂災害の被害を最小限に抑えるために、正しい知識を身につけて避難行動に役立てましょう。

## 土砂災害避難のフローチャート



## 土砂キキルの危険度の色と住民のとりべき避難行動

気象庁では、「土砂キキル(土砂災害の危険度分布)」で災害発生に対する警戒を呼びかけています。危険度は黄→赤→紫→黒の順に高くなります。危険度分布を見ると、住まいのある地域に迫る危険度の高まりが一目で確認できます。避難行動に役立てましょう。



色が持つ意味 (相当する警戒レベル)	住民のとりべき行動
災害切迫 (5相当)	土砂災害がすでに発生していてもおかしくない。この状況になる前に土砂災害警戒区域等の外の安全な場所へ避難を終える。
危険(4相当)	土砂災害がいつ発生してもおかしくない非常に危険な状況。速やかに土砂災害警戒区域等の外の安全な場所へ避難する。
警戒(3相当)	避難の準備が整い次第、土砂災害警戒区域等の外の安全な場所へ避難する。高齢者等は速やかに避難する。
注意(2相当)	ハザードマップ等により避難行動を確認する。今後の情報や周囲の状況、雨の降り方に注意。特に、キキル(危険度分布)をこまめに確認する。
今後の情報等に留意	今後の情報や周囲の状況、雨の降り方に留意する。

## 自宅の土砂災害危険度を確認する

土砂災害の危険がある地域は、都道府県により「土砂災害警戒区域」や「土砂災害特別警戒区域」などに指定されています。自宅が該当するかどうか、土砂災害ハザードマップで確認しておきましょう。

土砂災害警戒区域 (通称:イエローゾーン)	土砂災害が発生するおそれがあり、発生した場合、住民に生命または身体に危険が生じるおそれがある地域。➡ P13参照
土砂災害特別警戒区域 (通称:レッドゾーン)	土砂災害警戒区域のうち、土砂災害が発生した場合に建築物に損壊が生じ、住民に生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある地域。➡ P13参照

## 土砂災害の種類と主な前兆現象

土砂災害の種類

**土石流**

山腹や谷川の石や土砂が雨などによって一気に下流に押し流す現象。

主な前兆現象

- 山鳴りがする。
- 川の水がにごり、流木がまじり始める。
- 腐った土のにおいがする。
- 雨が降り続けているのに水位が下がる。

**がけ崩れ**

雨や地震によって、いきなり斜面が崩れ落ちる現象。

主な前兆現象

- がけから小石がパラパラと落ちてくる。
- がけに割れ目が見える。
- がけから水が湧き出ている。
- がけから木の根が切れる音がする。

**地すべり**

土地の一部あるいは全部が地下水などによって、ゆっくりと斜面下方へ移動する現象。

主な前兆現象

- 沢や井戸の水がにごる。
- 地面や斜面にひびわれができる。
- 斜面から水が噴き出す。
- 家や壁、木や電柱が傾く。

(注) 前兆現象なしに土砂災害が発生する事例もあります。危険を感じたら、すぐに安全な場所に避難しましょう。

## 土砂災害から避難するときのポイント

**長雨や豪雨に注意**

土砂災害の発生に警戒し、早めに避難する。

**前兆現象に注意**

前兆現象に気づいたら、レベル4土砂災害危険警報などが出ていなくても、早めに避難する。

**危険区域から外に出る**

危険を感じたときは、避難指示などが出ていなくても、早めに土砂災害警戒区域等の外に避難する。

**土石流が起きたら**

土石流のスピードは非常に速いので、土砂の流れる方向に対して直角の方向に逃げる。

**逃げ遅れたら**

やむを得ない場合には、斜面から離れた2階以上の部屋へ移動する。

**避難した後は**

避難指示やレベル4土砂災害危険警報などが解除されるまでは避難場所にとどまる。

避難等に  
関する情報

地震から  
命を守る

津波から  
命を守る

水害から  
命を守る

土砂災害から  
命を守る

高潮から  
命を守る

ハザードマップ  
で命を守る

必要なものを  
準備する



# 高潮から命を守る

高潮は地震と違って、気象情報や前兆現象などにより、ある程度の予測は可能です。しかし、湾奥など地形特性によって局部的に高くなる高潮までは予測できません。危険を感じたら、安全な場所に早めに避難しましょう。

## 高潮避難のフローチャート

高潮ハザードマップ*で自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

※ハザードマップは、浸水の危険性が高い区域などを予測して着色した地図です。なお、着色されていないところでも浸水などが起こるおそれがあります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

自宅にとどまり安全を確保してください。ただし、周りとは比べて低い土地に住んでいる人は、田布施町からの避難情報を参考にして必要に応じて避難しましょう。

はい

自宅の居室などは塗られている色(浸水する深さ)より低いところにありますか？

いいえ

自宅がマンションなどの頑丈な建物で、居室があるのが上層階に該当する場合は、水や食料などの備えのほか、電気、ガス、水道、トイレ等の使用ができれば、水がひくまで自宅にとどまりましょう。

はい

該当しない

自分または一緒に避難する人(高齢者や障がいのある人など)は避難に時間がかかりますか？また、安全な場所に住んでいるお世話になることができる親戚や知人などはいますか？

いいえ

(注) 台風の影響で、すでに屋外では激しい風雨が起きていることがあります。台風の影響が及ぶ前に、安全な場所に自主的に避難するなど、自宅外への避難は安全に十分気をつけて行動しましょう。

はい

警戒レベル3や警戒レベル4(P2参照)が出たら、安全な場所にある親戚や知人宅等に避難しましょう。

警戒レベル3や警戒レベル4(P2参照)が出たら、田布施町が指定する避難場所に避難しましょう。

## 高潮から避難するときのポイント

### 正しい情報を収集する

テレビやラジオなどで潮位の情報を確認し、正しい情報に基づいて行動しましょう。



### 河川の氾濫に注意する

高潮は河川をさかのぼって氾濫することもあります。絶対に近づかないようにしましょう。



### 避難先を確認する

高潮の際に使用できない避難所などもあるので、ハザードマップで確認しましょう。



### 早めに避難する

高潮の浸水は急です。台風の情報などに注意を払い、早めに避難しましょう。



### 車での避難は控える

浸水すると動けなくなります。徒歩で避難しましょう。



### 逃げ遅れたときは

無理をせず、高いところで救助を待ちましょう。



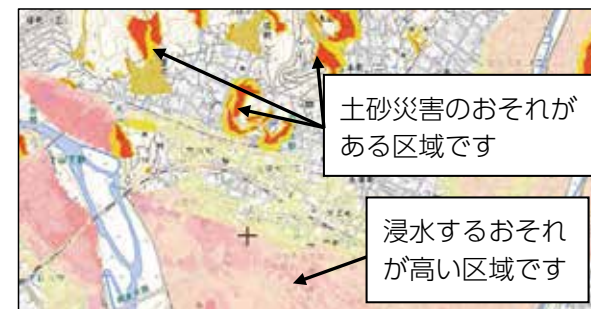
# ハザードマップで命を守る

ハザードマップとは、水害・土砂災害・津波などの自然災害が発生したときに被害が想定されるエリアや避難場所などを表示した地図のことで、市区町村ごとに作製されています。ハザードマップを活用して、住まいのある地域の災害リスクや、適切な避難経路などを事前に把握しておきましょう。

## ハザードマップの見方

ハザードマップでは、土砂災害のおそれが高い区域、洪水(津波)で浸水するおそれが高い区域を着色しています。なお、着色されていないところでも災害が起こるおそれがあります。

### ■水害・土砂災害ハザードマップ(例)



※ハザードマップの着色や凡例は市区町村によって異なる場合があります。

#### 凡例

##### 水害

洪水浸水想定区域(浸水深)

3~4階	5~10メートル未満 (3階床上浸水~4階軒下浸水)
2階	3~5メートル未満 (2階床上~軒下浸水)
1階	0.5~3メートル未満 (1階床上~軒下浸水)
1階床下	0.5メートル未満 (1階床下浸水)

##### 土砂災害

土砂災害警戒区域:

土砂災害のおそれがある区域

土砂災害特別警戒区域:

建造物に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

ハザードマップポータルサイト

検索



## 安全に避難するための使い方と日ごろの取り組み

### 1 自宅周辺の災害危険度を把握しておく

水害や土砂災害は地形から、ある程度危険度を推測することができます。自宅がある場所や周辺が、浸水想定区域や土砂災害警戒区域等に含まれているか、ハザードマップで確認しましょう。自宅がある地域が周囲の地域より低地であれば浸水する危険性が高いことを理解しておきましょう。

また、高潮の影響を受けやすいか、地震時には津波の影響を受けるおそれがあるかなど、それぞれのハザードマップで確認しましょう。



### 2 災害ごとの避難場所・避難経路などを確認しておく

田布施町が指定している避難場所の位置、そこに到達するための避難経路は複数確保できているか、家族で確認しておきましょう。また、水害や土砂災害など災害ごとの避難のタイミングを確認したり、地域の防災訓練に家族で参加し、避難にかかる時間なども確認しておきましょう。



### 3 地域で避難計画などをつくる

災害時、最も頼りになるのは「地域住民による協力体制」です。どうすれば家族や地域の人たちが水害や土砂災害、津波などから助かるのか、ハザードマップで確認しながら事前に地域で話し合って避難計画をつくるのが大切です。地域で避難場所や避難経路などの確認のほか、要配慮者を把握し支援体制をつくりましょう。水害や土砂災害、津波などの危険を感じたら、地域ぐるみで支援し合いながら早めに避難しましょう。



避難等に関する情報

地震から命を守る

津波から命を守る

水害から命を守る

土砂災害から命を守る

高潮から命を守る

ハザードマップで命を守る

必要なものを準備する



# 必要なものを準備する

## 水や食料は1週間分以上を備える

災害時の備蓄品とは、ライフラインが復旧するまでの生活を支える食料や生活用品などです。食料と飲料水は最低3日分、できれば1週間分以上を確保しましょう。家族構成などに応じて必要なものは異なります。下記の例を参考に、わが家に必要なものを備えましょう。

### 備蓄品の例

#### 飲料水・食料品



- ◎飲料水（大人1人、1日3リットルが目安）
- ◎米（無洗米）・レトルトご飯
- ◎レトルト食品・缶詰・カップ麺
- ◎フリーズドライ食品 ◎栄養補助食品 など

#### 燃料など



- ◎カセットコンロ・カセットボンベ
- ◎乾電池・モバイルバッテリー
- ◎ポータブル電源 ◎懐中電灯・LEDランタン
- ◎携帯ラジオ（手動充電式が便利） など

#### 生活用品



- ◎携帯トイレ・簡易トイレ ◎ポリ袋
- ◎ラップ・アルミホイル ◎室内履き（足元を守る）
- ◎ティッシュペーパー・トイレットペーパー
- ◎ポリ容器（給水用） など

#### 衛生用品



- ◎救急セット ◎マスク（不織布など多めに）
- ◎常備薬・お薬手帳
- ◎アルコール消毒液・ウエットティッシュ
- ◎生理用品 など

### 家族構成等によって必要なもの

#### 乳幼児

- ◎粉ミルク・乳児用液体ミルク
- ◎紙おむつ・お尻ふき
- ◎母子健康手帳・診察券 など

#### 高齢者

- ◎持病の薬 ◎軟らかい非常食
- ◎入れ歯（洗浄剤）・補聴器 など

#### ペット

- ◎ペットフード
- ◎ペット用のトイレ用品 など

## 普段から、無理なく「ローリングストック」

普段食べている食品などを多めに買い置きして古いものから順に消費し、減った分をその都度補充して常に一定量を確保するのが、「ローリングストック（回転備蓄）」と呼ばれる備蓄方法です。

災害用の非常食などを特別に買い置きするのではなく、普段の買い物の範囲で備えられる点がこの方法のメリットです。



## 携帯・簡易トイレは十分な数を用意する

断水や排水管の破損で水洗トイレが使えなくなる事態に備え、携帯・簡易トイレを備蓄しましょう。成人の場合、1日の排せつ回数は5～7回といわれています。家族の人数にあわせ、十分な量を準備しておきましょう。平常時に試用してみて、使い方に慣れておくと安心です。

### トイレの必要個数（例）

5人家族が1週間の場合

人数	排せつ回数	日数
5人	5～7回	7日

## 携帯トイレ（汚物袋と凝固剤がセットになっているもの）の使い方



## 災害時のトイレ使用は、排水管が壊れていないことを確認してから

地震などで排水管が破損すると、汚水が破損部から漏れたり、室内に逆流したりすることがあります。特にマンションなどの集合住宅では、上の階で流したトイレの水が下の階であふれ出し、他の住戸に損害を与える恐れも。大きな地震が発生した後は、排水管が壊れていないことが確認できるまでトイレの水は流さず、携帯トイレ等を使用しましょう。公共の防災トイレ等の設置状況もご確認ください。



## 避難生活に備えたところがまえ

発災後は、災害に便乗した空き巣や点検・修繕を装った詐欺被害などの犯罪行為が発生するよ。

### 予防対策

- 空き巣対策として在宅をアピールする
  - ・玄関先に電池タイプの人感センサー付き防犯灯を設置
- 外出時は戸締まりと警戒をしっかりと
  - ・割れた窓ガラスが外から見えないように目隠し
  - ・ドアがゆがんで閉まらない玄関扉は、ドアチェーンと南京錠で施錠
- 突然の訪問者に注意
  - ・突然の訪問者を家に入れない（ガスや電気の点検などは事前に連絡があるのが一般的です）
  - ・身分証を見せてもらう、知人や友人に立ち会ってもらう



このイラストは、生成AIを使用し作成しました。

避難等に  
関する情報

地震から  
命を守る

津波から  
命を守る

水害から  
命を守る

土砂災害から  
命を守る

高潮から  
命を守る

ハザードマップ  
で命を守る

必要なものを  
準備する

## 避難の際に知っておくべき5つのポイント

- 避難とは[難]を[避]けることです。**安全な場所にいる人まで避難所等に行く必要はありません。**
- 避難先は、田布施町が指定する小中学校・公民館だけではなくありません。**安全な場所にある親戚・知人宅などに避難することも考えてみましょう。**
- マスク・アルコール消毒液・体温計は、できるだけ自ら携行しましょう。
- 災害別に**安全な避難所や避難場所を田布施町のホームページ等で確認**しましょう。
- 豪雨時の屋外の移動は**車も含め危険**です。やむをえず**車中泊**をする場合は、浸水しないよう**周囲の状況等を十分確認**しましょう。

## 指定緊急避難場所記入欄

災害ごとに避難する場所が異なることがあります。事前にハザードマップなどを確認し、記入しておきましょう。

地震時	水害時	土砂災害時

## 災害時に備えて

✓ 非常持出品・備蓄品をチェック

### ●非常持出品

(災害発生時に最初に持ち出すもの)

品 目	点検日
<input type="checkbox"/> 非常食	
<input type="checkbox"/> 飲料水	
<input type="checkbox"/> マスク	
<input type="checkbox"/> 体温計	
<input type="checkbox"/> アルコール消毒液	
<input type="checkbox"/> 救急医薬品(傷薬、ばんそうこう、解熱剤、 かぜ薬、胃腸薬、目薬など)	
<input type="checkbox"/> 常備薬	
<input type="checkbox"/> ティッシュ(ウエットタイプも)	
<input type="checkbox"/> ビニール袋	
<input type="checkbox"/> 上着・下着	
<input type="checkbox"/> 貴重品(現金、免許証、マイナンバーカードなど)	
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備の電池)	
<input type="checkbox"/> 携帯電話・スマートフォンの充電器 (電池使用の場合は予備の電池も)	
<input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備の電池・電球)	
<input type="checkbox"/> ヘルメット(防災ずきん)	
<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り、栓抜き	
<input type="checkbox"/> タオル	
<input type="checkbox"/> 軍手	
<input type="checkbox"/> ろうそく(LEDランタン)	
<input type="checkbox"/> ライター(マッチ)	

### ●備蓄品

(災害復旧まで自活するためのもの。できれば7日以上を準備しましょう)

品 目	点検日
<input type="checkbox"/> 食品(乾パン、缶詰、レトルト食品、ドライフーズや 栄養補助食品など火を通さなくとも食べられる物)	
<input type="checkbox"/> 飲料水(1人当たり1日3リットル)	
<input type="checkbox"/> マスク	
<input type="checkbox"/> アルコール消毒液	
<input type="checkbox"/> 体温計	
<input type="checkbox"/> 燃料(卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベなど)	
<input type="checkbox"/> 洗面用具(歯ブラシ、せっけん、タオル、 ドライシャンプーなど)	
<input type="checkbox"/> 簡易食器(割り箸、紙皿、紙コップなど)	
<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ、新聞紙など	
<input type="checkbox"/> 予備のメガネ、予備の補聴器など	
<input type="checkbox"/> 毛布、タオルケット、寝袋など	
<input type="checkbox"/> 衣服(季節に合わせて入れ替えをすること)	
<input type="checkbox"/> なべ、やかん	
<input type="checkbox"/> ラップ、アルミホイル	
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	
<input type="checkbox"/> 工具類(ロープ、バール、スコップ、カッターなど)	
<input type="checkbox"/> 文具類(筆記用具、ノート、フェルトペンなど)	
<input type="checkbox"/> LEDランタン(予備の電池も)	
<input type="checkbox"/> スリッパ	

こんな用意も  
しておきましょう

### ●乳幼児のいる場合

ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、清浄綿、おんぶひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼなど

### ●妊婦のいる場合

脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、清浄綿、新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳など

### ●個別の事情がある場合

着替え、紙おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、予備のメガネ、入れ歯、緊急時の連絡先表など