

知っていますか？

身近な防災

ココが変わった!



一般財団法人 日本防火・危機管理促進協会

この刊物は、**宝くじ**の社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。



知っていますか？

身近な防災 が変わった!



目次


新しい知識や情報をもとに防災力を向上させましょう 1
 ～このパンフレットの特色～


1 ハザードマップを確認しましょう2
 ハザードマップとは—その利用方法
 ★「ハザードマップ」を見つける方法
 もよりの避難場所を確認しましょう

2 避難場所までの避難ルートを確認しておきましょう3
 ★「土砂災害警戒区域」「土砂災害特別警戒区域」—新しくなったしくみ—
 ★深層崩壊について

3 豊富になった非常時の連絡手段4
 ★固定電話の場合【災害用伝言ダイヤル(171)】
 ★携帯電話の場合 その1【災害用伝言ダイヤル(171)】
 ★携帯電話の場合 その2【災害用伝言板】
 ★パソコン・スマートフォンの場合【災害用伝言板(web171)】
 ★スマートフォンの場合【災害用音声お届けサービス】

4 非常持ち出し品、備蓄品を準備しましょう6
 ★  蓄食料は7日分必要!
 ★レトルト食品、インスタント食品を備蓄食料に
 ★  ローリングストック法

5 防災訓練をしましょう8
 ★防災訓練の種類
 ★  みんなで楽しく 防災まち歩き

6 いざという時、積極的に情報を集めましょう 10
 ★防災情報の集め方
 ★即時に雨の情報を正確に知ることができません
 ★自治体が提供する情報の事例：東京アメッシュ
 ★気象庁の特別警報
 ★避難情報の違いを知っておきましょう
 ★  避難の際の注意

新しい知識や情報をもとに 防災力を向上させましょう

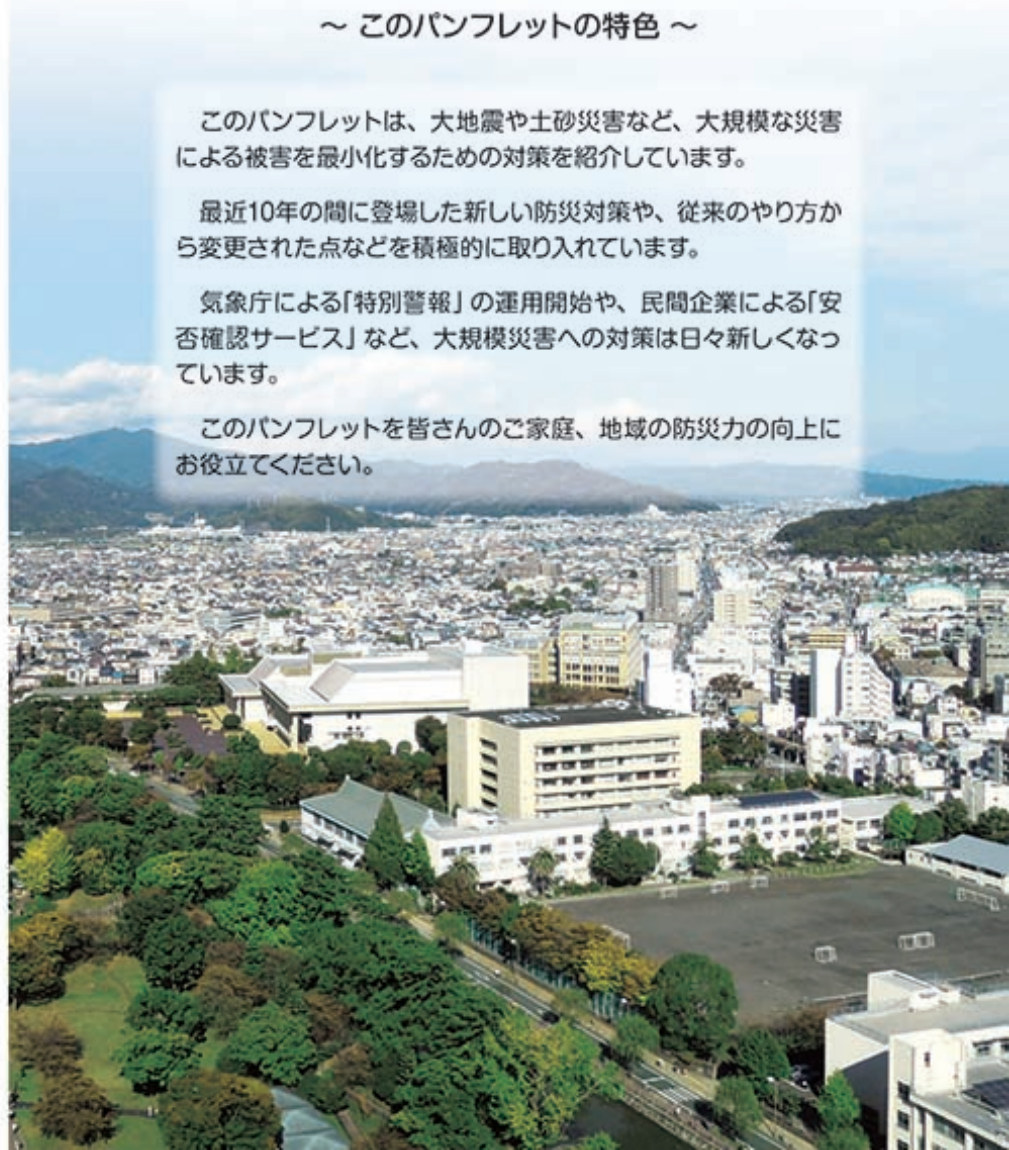
～このパンフレットの特色～

このパンフレットは、大地震や土砂災害など、大規模な災害による被害を最小化するための対策を紹介しています。

最近10年の間に登場した新しい防災対策や、従来のやり方から変更された点などを積極的に取り入れています。

気象庁による「特別警報」の運用開始や、民間企業による「安否確認サービス」など、大規模災害への対策は日々新しくなっています。

このパンフレットを皆さんのご家庭、地域の防災力の向上にお役立てください。



1 ハザードマップを確認しましょう



ハザードマップとは — その利用方法

豪雨等によって浸水被害や土砂災害の危険のある場所、大地震により危険になる場所などを示した地図のことです。

最近では、多くの市町村が様々なハザードマップを作成・提供しています。ご家族や地域の皆さんで、地域の危険が所について確認しましょう。

●「ハザードマップ」を見つける方法

全国の市町村のハザードマップを種類別に掲載しています。次のサイトを参照してください。
▶<http://disapotal.gsi.go.jp/>

洪水、内水、高潮、津波、土砂災害、火山等のハザードマップ、地震防災・危険度マップを閲覧できます。

このハザードマップポータルサイトでは、各種ハザードマップと道路冠水か所など、防災に役立つ情報を、一枚の地図上で、重ねて閲覧することができます。



もよりの避難場所を確認しましょう

お住まいの市町村で、避難場所（避難所）に指定されているところを確認しましょう。どこへ避難すべきか、地域の皆さんで話し合いましょう。

地域によっては、地震や火災、津波、風水害のときで避難場所が違うことがあります。



2 避難場所までの避難ルートを確認しておきましょう

いざというとき、避難ルートは重要です。避難場所までの安全ルートについて、日ごろから、家族や地域で話し合いましょう。

避難するのが日中とは限りません。夜間の場合どのルートが安全か、どこが危険か、確認しておきましょう。

「土砂災害警戒区域」「土砂災害特別警戒区域」 — 新しくなったしくみ —

土砂災害防止法が2001年に施行されてから、2014年7月までに、土砂災害警戒区域が約35万か所、特別警戒区域が約20万か所指定されました。

土砂災害警戒区域

急傾斜地の崩壊等が発生し、住民の生命や身体に危害が生じるおそれがあると考えられる区域です。

土砂災害特別警戒区域

急傾斜地で崩壊等が発生すると、建物に損壊が生じ住民の生命や身体に著しい危害があると考えられる区域です。

土砂災害については、国土交通省のサイトから各地の警戒区域を閲覧できます。

▶http://www.mlit.go.jp/river/sabo/link_dosya_kiken.html

ハザードマップにおける土砂災害警戒区域の表示例



(出典：国土交通省「国土防災情報のセンター」ホームページ/土砂災害ハザードマップ)

深層崩壊について

国土交通省は、通常の土砂崩れ（表層崩壊）よりもさらに深層の地盤が崩壊する「深層崩壊」の調査を進めています。

2010年に「深層崩壊推定頻度マップ」、2012年には「深層崩壊浸流レベル評価マップ」が公表されています。確認しておきましょう。

▶http://www.mlit.go.jp/mizukokudo/sabo/deep_landslide.html

3 豊富になった 非常時の連絡手段

災害時の安否情報サービスが充実してきました。いざという時、どのサービスを利用するか、家族や地域で話し合っておきましょう。



固定電話の場合 災害用伝言ダイヤル(171)

被災地の方が、安否情報(伝言)を音声で録音(登録)することで、全国からその音声を再生(確認)することができます。

伝言の録音方法	伝言の再生方法	●伝言の録音時間・伝言数・保存期間は？
<p>171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます ↓ 1 + 自宅固定電話の番号 を入力 ↓ 録音</p>	<p>171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます ↓ 2 + 自宅固定電話の番号 を入力 ↓ 再生</p>	

携帯電話の場合【その1】 災害用伝言ダイヤル(171)

携帯電話・PHSから自宅等の「固定電話の番号」を入力して、災害用伝言ダイヤルを利用できます。

「携帯電話の番号」を入力しても録音、再生はできません。

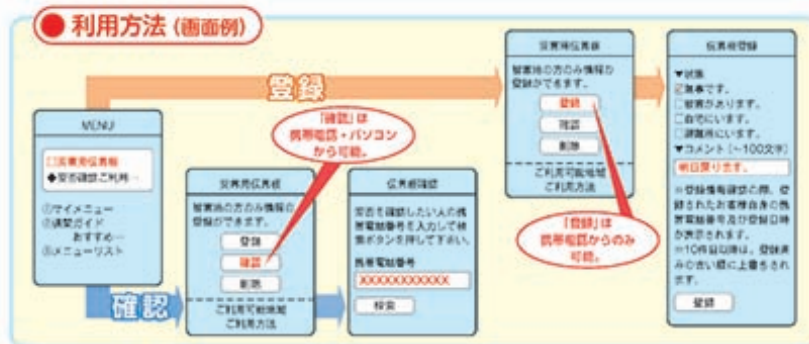


伝言の録音方法	伝言の再生方法
<p>171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます ↓ 1 + 自宅固定電話の番号 を入力 ↓ 録音</p>	<p>171 にダイヤル ↓ ガイダンスが流れます ↓ 2 + 自宅固定電話の番号 を入力 ↓ 再生</p>

※「携帯電話の番号」を入力しても録音、再生はできません。

携帯電話の場合【その2】 災害用伝言板

災害時は携帯電話各社の公式サイトトップ画面に災害用伝言板の案内が表示されます。被災地の方が文字で伝言を登録し、全国から確認することができます。



パソコン・スマートフォンの場合 災害用伝言板(web171)

パソコンやスマートフォンから、自宅の固定電話番号(キーとなる電話番号)を入力して安否情報(伝言)の登録、確認を行うことができます。

伝言の登録方法	伝言の閲覧方法
<p>https://www.web171.jp にアクセス ↓ キーとなる電話番号を入力 (XXXX)XXXX-XXXX (被災地の電話番号を市外局番から入力してください) ↓ 画面の指示に従って、 文字による伝言を登録してください</p>	<p>https://www.web171.jp にアクセス ↓ キーとなる電話番号を入力 (XXXX)XXXX-XXXX (被災地の電話番号を市外局番から入力してください) ↓ 画面の指示に従って、閲覧、 文字による伝言の追加登録をしてください</p>

スマートフォンの場合 災害用音声お届けサービス

右の専用アプリをインストールすれば、スマートフォンから、家族の皆さんに、音声メッセージを送信することができます。異なる通信業者間でも音声メッセージは届きます。

NTTドコモ	災害用キット
KDDI(au)	au災害対策
ソフトバンクモバイル	災害用伝言板
ワイモバイル	災害用伝言板

4 非常持ち出し品、 備蓄品を準備しましょう

「非常持ち出し品」は避難するときのものです。
「備蓄品」は、災害直後からの数日間、自足するための物資です。
以下はその一例です。



非常持ち出し品

- | | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> 預金通帳 | <input type="checkbox"/> 印鑑 |
| <input type="checkbox"/> 保険証 | <input type="checkbox"/> 免許証 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん |
| <input type="checkbox"/> 厚手の手袋 | <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> 缶切り |
| <input type="checkbox"/> ライター・マッチ | <input type="checkbox"/> ナイフ | <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ |
| <input type="checkbox"/> 救急箱 | <input type="checkbox"/> 処方箋の控え | <input type="checkbox"/> 胃腸薬・便秘薬・持病の薬 |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> 乾パン | <input type="checkbox"/> 缶詰 |
| <input type="checkbox"/> 栄養補助食品 | <input type="checkbox"/> アメ・チョコレート | <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 下着・靴下 | <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ |
| <input type="checkbox"/> 防寒用ジャケット・雨具 | | |

備蓄品

- | | | |
|---|--------------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> レトルト食品 (ごはん・おかゆなど)・アルファ米 | | |
| <input type="checkbox"/> インスタントラーメン・カップみそ汁 | <input type="checkbox"/> 飲料水 | |
| <input type="checkbox"/> 給用水ポリタンク | <input type="checkbox"/> カセットコンロ | |
| <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・ウェットティッシュ | | |
| <input type="checkbox"/> ラップフィルム | <input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割り箸 | |
| <input type="checkbox"/> 簡易トイレ | <input type="checkbox"/> 水のいらぬシャンプー | |
| <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> ロープ | <input type="checkbox"/> 工具セット |
| <input type="checkbox"/> ほうきとちりとり | <input type="checkbox"/> ランタン | <input type="checkbox"/> 長靴 |

(出典：消防庁HP)

※避難直前に非常持ち出し品を準備するのは、絶対に避け、避難を優先してください。
※危険ですので、避難後に非常持ち出し品を取りに帰るのは絶対にやめましょう。

ここが新しい!

備蓄食料は7日分必要!

南海トラフ巨大地震の想定地域に対し、国の中央防災会議は、「食料や飲料水、乾電池、携帯電話の電池充電器、カセットコンロ、簡易トイレ等の家庭備蓄を1週間分以上確保する」ことを勧めています。

また、首都直下地震が想定されている地域についても、「最低でも3日分、可能な限り1週間分程度」の備蓄に努めるべきとしています。

発災からしばらくの間は、物資の輸送が困難になると予想されているためです。



レトルト食品、インスタント食品を備蓄食料に

避難中の食生活に変化をつけるため、レトルト食品やインスタント食品も、非常食として活用します。

飲料水やカセットコンロも用意しましょう。



ここが新しい!

ローリングストック法

1週間分の食料などを備蓄するのは、たいへんです。消費期限が来るたびに、大量購入と大量廃棄を繰り返すことになります。

おすすめなのが「ローリングストック法」です。食料や飲料水、乾電池、カセットコンロのボンベなどを、はじめに多めに購入、その後は定期的に消費し、使った分を補充します。



備蓄食料には、普段愛用しているレトルト食品やインスタント食品を充当すれば、無理なく利用、補充ができます。



5 防災訓練をしましょう

災害時には、自分の身を自分の努力によって守る**自助**と、地域や近隣の人々が協力し合う**共助**が重要です。普段から防災訓練を行い、地域の防災力を高めましょう。



防災訓練の種別

● 初期消火訓練

火災は被害を拡大させます。初期のうちに火災を消し止めることができる技能を習得しましょう。



● 避難訓練

生命・身体に危険が及ぶ場合には、安全な場所への避難が必要になります。避難場所と避難ルートを決めたら、実際に歩いて確認しましょう。



● 救出救護訓練

災害時には、家具の下敷き、落下物などにより負傷者ができる恐れがあります。応急手当の方法や倒壊家屋の下敷きになった人の救出方法などを習得しましょう。



● 炊き出し(給食・給水)訓練・避難所運営訓練

大鍋などの資材を確保し、非常用食料の調理法などを習得しましょう。また避難所生活の長期化も想定して、施設管理者と避難所開設・運営を協議しましょう。



ここが新しい!

みんなで楽しく 防災まち歩き

防災訓練は、「忙しい」、「面白くない」、「面倒くさい」などと思われて、参加を敬遠しがちになります。防災を楽しみながら学べる「防災まち歩き」が注目されています。

防災まち歩きとは

自分たちが住んでいるまちを歩き、まちの危険か所などをチェックします。まちを歩いた後は、チェックしたところを、みんなで話し合い、防災マップをつくりましょう。



● 防災まち歩きの流れ



1 チームを結成

防災マップづくりはチームで行います。事前に防災拠点などを調べておきます。



2 まち歩きに出発

危険な場所や役立つ場所、過去の歴史や経験を調べて、メモします。



3 防災マップをつくる

チームのメンバーとまち歩きした結果を話し合い、オリジナルの防災マップをつくります。

● 防災マップづくりのヒント

- 誰の視点でつくるか：子どもや高齢者、災害弱者の方々にも参加してもらおう。
- どの時間帯を想定するか：日中・夜間で地域にいる人・いない人がいることを想定しておこう。
- どの季節を想定するか：季節によって危険か所が変わったりしないか、把握しておこう。



お住まいの市町村に相談してください

「防災訓練のやり方が分からない」、「地元の危険か所を把握したい」という場合には、お住まいの市町村の防災担当窓口にご相談ください。

6 いざという時、積極的に情報を集めましょう

事前に避難場所や避難ルート、地域の危険か所を確認しておくだけでなく、今、どこで、どのような災害が起きているのか、自分がある場所は安全なのか、積極的に災害情報や気象情報を集めましょう。



防災情報の集め方

テレビやラジオの情報に注意し、近所の人々と連絡を取り合しましょう。携帯電話やスマートフォンやパソコンなど、インターネットでも情報を集めることができます。

日本気象協会の防災情報のページ



▶ <http://www.tenki.jp/bousai/warn/>
全国の気象警報・注意報や地震・津波・火山・台風情報が分かります。

気象庁の気象警報・注意報のページ



▶ <http://www.jma.go.jp/jp/warn/>
全国の気象警報・注意報や台風・津波・電巻などの各種災害情報が分かります。

国土交通省防災情報提供センターのページ



▶ <http://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>
リアルタイムの雨量、各種災害情報、各地のハザードマップが見られます。



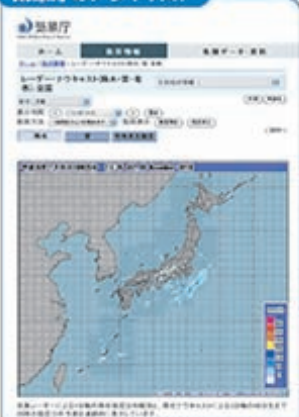
即時に雨の情報を正確に知ることができます

集中豪雨や土砂災害による被害が拡大しています。危険を察知するには、どこで、どれくらい雨が降っているのか、リアルタイムで正確に知ることが重要です。



▶ <http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/>
気象庁の「ナウキャスト」は日本全国の降水状況や雷・電巻の状況をリアルタイムで表示しています。「高解像度降水ナウキャスト」で、詳しい降水状況が分かります。

気象庁のナウキャスト



自治体が提供する情報の事例：東京アメッシュ

東京都下水道局の東京アメッシュ



▶ <http://tokyo-ame.jwa.or.jp/>
東京都内の詳しい降水状況が分かります。また携帯版のページもあります。



携帯版東京アメッシュ

▶ <http://n-tenki.jp/Tkame>

東京都以外にも、リアルタイムで降水情報を提供している自治体があります。

気象庁の特別警報

気象庁では、大雨や強風などによって災害が起こるおそれのあるときは「注意報」を、重大な災害が起こるおそれのあるときは「警報」を、**重大な災害が起こるおそれが著しく大きいときは「特別警報」**を発表して注意や警戒を呼びかけます。

警報・注意報の種類

特別警報	大雨、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮
警報	大雨、洪水、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮
注意報	大雨、洪水、強風、風雪、大雪、波浪、高潮、雷、雷雲、濃霧、乾霖、なだれ、低温、霜、霜雪、霜雪



ここが新しい!

避難情報の違いを知っておきましょう

広報車・防災無線・サイレン等を通じて市町村が出す避難情報には、状況によって違いがあります。

情報の種類	発令時の状況	住民に求める行動
自主避難	●災害の危険が迫っていると自ら判断した場合の避難となります。	●必要に応じて地域の公民館などに避難してください。 ●避難中の食事や生活必需品はご自分で用意してください。
避難準備情報	●避難するのに時間のかかる要援護者は避難を始めなければならない状況です。 ●人的被害が発生する可能性が高まっている状況です。	●高齢者、病人、障がい者の方は支援者とともに避難所へ早めの避難を始めてください。 ●非常持出袋を用意するなどいつでも避難できるように準備してください。
避難勧告	●通常の避難ができる方についても避難を始めなければならない状況です。 ●人的被害が発生する可能性がさらに高まっている状況です。	●避難所へすみやかに避難を始めてください。
避難指示	●災害の前兆現象の発生や切迫した状況から人的被害が発生する可能性が非常に高まっている状況または実際に人的被害が発生した状況です。	●避難中の方は確実に避難を完了してください。 ●いまだに避難していない方はただちに避難所へ避難を始めてください。 ●避難の時間的な余裕がない場合は生命を守る最低限の行動をしてください。



避難の際の注意

① 自主避難～危険を感じたらすぐ逃げる



② 水平避難と垂直避難

避難場所への移動(水平避難)が危険できない場合、自宅や近隣建物のなるべく高い階へ一時避難(垂直避難)し、救助を待つことも検討してください。



③ 避難の際にガスや電気は?

ガスメーターは震度5以上の地震で自動的に止まります。避難するときには、ブレーカーや電気製品の電源を切るようにしましょう。



④ 避難したら戻らない


大事なものや持ち出し品を取りに帰るのは危険です。安全が確認されるまで、避難場所から自宅に戻ってはけません。



危機管理ハンドブック⑥ 防災の新しい知識編 知っていますか? 身近な防災ココが変わった!

監 修 中野 章 明治大学名誉教授
編集発行者 一般財団法人日本防火・危機管理促進協会
〒105-0001 東京都港区虎ノ門2丁目9番16号 日本消防会館4階
Tel: 03-3593-2823 Fax: 03-3593-2832
URL: <http://www.boukakkai.or.jp/>

印 刷 株式会社アイネット
発 行 2014年12月



宝くじは、
みなさまの豊かな
暮らしに
役立っています。

宝くじは、図書館や動物園、
学校や公園の整備をはじめ、少子高齢化対策や
災害に強い街づくりまで、いろいろなかたちで、
みなさまの暮らしに役立てられています。

一般財団法人 日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や
公益法人等が行う社会に貢献する事業への助成を行っています。

一般財団法人
日本宝くじ協会
<http://jla-takarakuji.or.jp/>

