必ず覚えてください！避難のポイント！

■避難に対する基本的な考え方

避難は自ら判断を

災害が迫ったとき、置かれた状況は一人ひとり違います。それぞれが自ら判断し、適切な行動を取らなければなりません。

- 土砂災害の危険がある地域に住んでいる
- 浸水の危険がある地域に住んでいる
- 子どもや高齢者など家族に要配慮者がいる

早めの避難を心がけてください

命を守る最低限の行動を

危険な状況の中での避難はできるだけ避け、安全の確保を第一に考えます。危険が切迫している場合は、指定された避難所の移動だけでなく、命を守る最低限の行動が必要な場合もあります。

- 夜間や急激な降雨で避難経路の危険箇所がわかりにくい
- ひざ上まで浸水している（50センチ以上）
- 浸水は20センチ程度だが、水の流れが速い
- 浸水は10センチ程度だが、側溝等の位置が不明で転落の恐れがある

屋外での移動は危険です。浸水による建物倒壊の危険がないと判断される場合には、自宅や近隣の建物の２階以上へ避難し、救助を待つことも検討してください。

避難に関する3つの情報

1. 避難準備・高齢者等避難開始
- 人的被害が発生する危険性が高まった状況
  - 避難するのに時間がかかる方々は避難を開始
    - 通常の避難行動ができる人は、準備を始めます

2. 避難勧告
- 人的被害が発生する危険性が明らかに高まった状況
  - 発令された地域のすべての住民は避難所に避難します

3. 避難指示（緊急）
- 人的被害が発生する危険性が非常に高まった状況（あるいはすでに被害が発生している状況）
  - 全ての住民は避難が完了していなければなりません
    - 避難する余裕がない人は命を守る最低限の行動をとります

状況によっては無理な避難は危険！とにかく早期の避難を心がけてください！

家庭での安全対策

家の中の安全対策

①家の中に逃げ場としての安全な場所を作る･･･少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。
②寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない･･･就寝中に災害に襲われると危険。
③家具の転倒や落下を防止･･･家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。
④安全に避難できるように出入り口や通路にものを置かない･･･いざというときに出入り口をふさいでしまう。

◆ 寝室の家具は倒れないように、また置かないようにしましょう。

◆ 家具や電気製品は、転倒防止用の金具などで固定しましょう。また、高いところに荷物を置かないようにしましょう。

◆ 窓ガラスや食器棚のガラスに飛散防止のフィルムを貼りましょう。

◆ 火の取り扱いに注意しましょう。
火災に対しては、日頃から火の取り扱いに注意するとともに、家の周りに燃えやすいものを置かないように心がけましょう。
また、消火器の設置にも心がけましょう。

家の外の安全対策

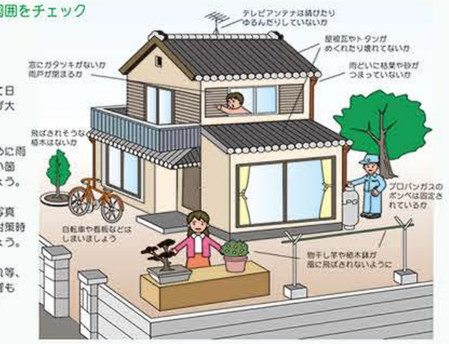
家の周囲をチェック

大雨や、台風に備えて日頃からの点検・整備が大切です。

いざというときのために雨に弱い箇所、風に弱い箇所を知っておきましょう。

天気のいい日に家の写真を撮っておくことも対策時の対応に役立つでしょう。

河川の崩壊、がけ崩れ等、周囲の危険からの影響も考えておきましょう。



防災気象情報に注意しましょう!!

台風や発達した温帯低気圧に伴う暴風雨によって強風と大雨による災害が広範囲に入り混じって発生する場合を風水害と言います。
風水害は、事前にある程度予測できるとはいえ、台風などがもたらす大雨・強風の威力は計りしれません。また台風が過ぎ去ったとしても河川の増水・氾濫の恐れがあります。テレビ・ラジオなどの気象情報や防災無線・広報などの情報に十分注意し、万全の対策をとるようにしましょう。

様々なタイミングで発表される気象庁からの防災気象情報を理解して役立てましょう!!

大雨の場合

- 概ね1日程度前（大雨の可能性が高くなる）
- 半日～数時間前（大雨の可能性が高くなる）
- 概ね3時間程度前
- ※大雨がさらに激しくなる
- ※記録的な大雨発生
- ※被害の拡大が懸念される
- ※広域で多量の雨量が見込まれる

◆大雨に関する気象情報◆ 警報や注意報に先立って発表

◆大雨注意報◆ 警報になる可能性がある

◆大雨警報◆ 大雨の規模、予想雨量、警戒を要する事項などを発表

◆大雨に関する気象情報◆ 大雨の状況を発表

◆記録的短時間大雨情報◆ 数年に1度の記録的な雨が観測されたり、レーダーなどで解析された場合に発表

◆土砂災害警戒情報◆ 土砂災害の危険度がさらに高まった場合に発表

◆大雨特別警報◆ 数十年に1度の大雨の恐れがあるとき

- 気象情報に気を付ける
- テレビ、ラジオなどから最新の情報を入手する
- 家屋の確認
- 避難場所の確認
- 非常持出品の確認
- 避難の準備をする
- 危険な場所には近づかない
- 避難所に避難する
  避難が困難な場合には無理をせずにより高い所や堅牢な場所に移動する（垂直避難）
- 直ちに命を守る行動をとる

雨の降り方と強さ

やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間に10～20mm	1時間に20～30mm	1時間に30～50mm	1時間に50～80mm	1時間に80mm以上
ザーザーと降り、地面一面に水たまりが出来る程度の雨	どしゃ降りで、傘をさしていてもぬれてしまう程度の雨	バケツをひっくり返したような雨	滝のように降り、傘が全く役に立たなく、先が見えない雨	息苦しくなるような圧迫感があるような雨
長く続くときは、注意が必要	側溝や下水、小さな川があふれ、小規模のがけ崩れが始まります。	道路が川のようになり、がけ崩れや山崩れが発生しやすくなります。	マンホールから水が噴出したり、土石流などの災害が発生する可能性が高くなります。	雨による大規模な災害が発生する恐れが強く、厳重な警戒が必要です。

風水害の後には…

- 切れた電線が建物、庭木、塀などに接触していないかチェック。断線などがあれば、すぐに電力会社に連絡してください。
- 灯油など危険物を入れた容器やプロパンガスボンベに異常がないかチェック。
- 瓦、看板などの落下や倒壊の危険物があるかどうかチェック。
- 浸水にあった場合には、感染症を防ぐためにこんな対策を。
  1. 床下、庭、家の周辺には脱臭・殺菌作用のある石灰をまく。
  2. 濡れた畳は日光で乾燥させてから、石けん水で拭く。
  3. 家具などはクレゾール石けん液で消毒する。

備えあれば憂いなし

防災のしおり

「教訓」を「備え」に･･･。あの時の「教訓」忘れてませんか？

①DROP!（ドロップ）：揺れに倒される前に姿勢を低くする。
②COVER!（カバー）：手や腕で頭や首を守る。
③HOLD ON!（ホールド・オン）：揺れが収まるまでじっとする。

提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

DROP!　COVER!　HOLD ON!

◆基本訓練『3つの安全行動(ドロップ→カバー→ホールド・オン)』の後に、「備蓄品などの確認」などを引き続き実施すると、より効果的です。
また、併せて建物の点検や家具類の固定状況の確認も行い、防災対策を再点検しましょう。

この「防災のしおり」は、災害時への日ごろの備えや心構え、避難所の位置図が載せてありますので、家庭内の目の付くところへ常備し、防災についてのテキストとしてご使用ください。

「備えあれば憂いなし」　みなさん一人ひとりが　防災の主役です。

笠間市

災害の前に準備しておきましょう…

避難する際の非常持ち出し品を確認しておきましょう。
家族の連絡先や緊急時の避難先を事前に話し合って決め、いざという時のためにメモしておきましょう。

家族の連絡先

家族の名前	生年月日	血液型	会社・学校の電話番号	携帯電話番号

わが家の避難場所

避難所	集合場所

非常時持ち出し品チェックリスト

非常食、生活用品、貴重品の他、救急セットや衣類の替えなども用意しておきましょう。

✓非常食
- カンパン
- 缶詰
- レトルト食品
- 飲料水

✓貴重品
- 通帳
- 印かん
- 現金
- 保険証

✓衣　類
- 下着
- くつ下
- 手袋
- セーター
- ジャンパー
- スニーカー

✓その他
- ヘルメット
- 防災ずきん
- 毛布
- 携帯ラジオ
- 予備電池
- 育児用品
- メガネ・コンタクト

✓生活用品
- 懐中電灯
- ナイフ
- 缶切り
- マッチ
- ライター
- ローソク
- ロープ
- 洗面用具
- タオル
- ティッシュ
- ビニール袋

✓救急セット
- キズ薬
- 胃腸薬
- シップ薬
- 消毒薬
- 鎮痛剤
- 包帯
- ばんそうこう
- ガーゼ
- 脱脂綿
- はさみ
- ピンセット

非常食、飲料水は約３日分を用意しましょう。
（飲料水は１人につき１日３リットルが目安です）

地域ぐるみで防災を

自主防災組織とは？

大規模な災害時には、建物の崩壊、道路の寸断や交通渋滞、通信手段の混乱などから、市役所や防災関係機関だけの力では十分な防災活動ができないことが考えられます。そんなとき頼りになるのは、住民自身が自発的につくる防災のための組織（自主防災組織）です。普段から町内会や自治会の集まりなどを利用して、防災についてよく話し合い、わがまちを災害から守るための自主防災組織をつくっておきましょう。その活動を通じて、住民同士の連帯感と防災意識を高めておくことが、災害に強いまちづくりにつながります。

活動内容と役割分担

●平常時の活動

防災知識の普及 …… 正しい知識を身につけるため、防災訓練や講習会を通じて防災知識の普及を図る。
地域内の防災環境の確認 …… 災害が発生したときに、地域内に被害の拡大につながる原因がないか確認する。援助の必要なお年寄りや身体の不自由な人を把握しコミュニケーションをとっておく。
防災訓練の実施 …… 日ごろから災害に備え訓練をし、防災活動に必要な知識や技術を習得する。
防災用資機材の整備 …… 消火活動、応急手当て、救出・救護に必要な資機材の整備・点検を行う。

●災害時の活動

情報班 …… 災害に関する情報の収集と情報伝達を行う。
消火班 …… 出火防止及び初期消火活動を行う。
避難誘導班 …… 避難経路・避難場所の安全確認と誘導。お年寄りや身体の不自由な人への対応を行う。
救出救護班 …… 応急救護態勢を整え、負傷者の救出、救護所への搬送を行う。
給食・給水班 …… 水や食料を配分し給食・給水活動を行う。

要配慮者への協力

お年寄りや障害のある方は、生命の安全を守るための敏速かつ的確な行動がとりにくく、災害時の対応が困難な立場にあります。普段からコミュニケーションをとり、災害時にはすぐ駆け付け、行動を共にしてあげましょう。

土砂災害から身を守る

[土砂災害の種類]

突発的に発生し、すさまじい破壊力で一瞬にして多くの生命や財産を奪ってしまう土砂災害は、大きく３種類に分けることができます。

がけ崩れ・山崩れ

地面にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、脆くなった斜面が突然崩れ落ちる。日本で最も多い土砂災害で、人家の近くでも発生するため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い。

地すべり

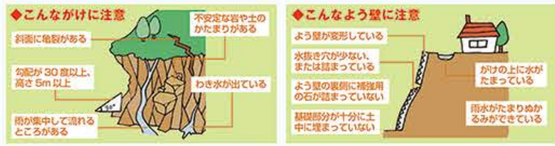
もろい地質の土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が地下水の影響と重力で下方へ移動する現象。一度に広範囲で発生するために、住宅や道路、鉄道などに大きな被害をおよぼす。

土石流

谷や斜面にたまった土や石、砂などが、大雨による水と一緒に一気に流れ出す。強大な威力と圧倒的なスピードで、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊滅させていく。

[危険箇所をチェックしよう]

勾配が 30 度以上あるがけは、大雨により崩れる危険性が高い場所です。
がけや盛り土の崩落を防ぐためのよう壁も、その構造や築年数の経過によっては崩れる危険性があります。
日ごろから家の周囲をよく見て、危険箇所がないかチェックしておきましょう。



[土砂災害から身を守るために]

土砂災害の危険がせまったときには、すばやく避難することが大切です。
いつもと違う大雨が降っているときには、テレビやラジオの気象情報を注意深く聞くようにしましょう。
また、土砂災害には以下のような前兆がみられることがあります。

がけ崩れ・山崩れ
- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面がひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音がする。
- 異様なにおいがする。

地すべり
- 地面にひび割れができる。
- 井戸や沢の水がにごる。
- がけや斜面から水がふき出す。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。

土石流
- 山鳴りがする。
- 雨が降り続いているのに、川の水位が下がる。
- 川の水がにごったり、流木が混ざったりする。

公共機関などの情報入手先

いざという時のために、連絡先や情報の入手手段などを家族の間で確認しておきましょう。

非常時緊急連絡先

火災・救急車	（局番なし）119
笠間市消防本部	(0296)73-0119
笠間消防署	(0296)73-0119
友部消防署	(0296)78-0119
岩間消防署	(0299)45-0119
笠間警察署	(0296)73-0110
警察への急報	（局番なし）110
医療機関	
県立中央病院	(0296)77-1121
県立こころの医療センター	(0296)77-1151
地域医療センターかさま	(0296)77-0034
東京電力㈱茨城カスタマーセンター	0120 (0120)995-332
NTT（故障）	（局番なし）113
	0120 (0120)444-113
防災行政無線フリーダイヤル	0120 (0120)996-131

※119番通報するときは、あわてず落ち着いて、急病なのか、事故なのかをはっきり伝えましょう。

非常時の連絡方法

災害用伝言ダイヤル 171

大きな災害が発生すると、電話回線が混みあってしまい、電話の使用が困難になります。このようなときのために、災害が発生した場合、各電話会社が設置する「災害用伝言ダイヤルサービス」や「災害用伝言板サービス」を提供しています。

伝言録音　171－1－（被災地の方の市外局番からの電話番号）
伝言再生　171－2－（被災地の方の市外局番からの電話番号）

安否情報の確認

災害時は、電話がかかりにくくなります。家族間の連絡は、電話ではなく、別の手段を利用しましょう。
また、その際は次の点に注意しましょう。
◆災害時、緊急でない電話はなるべく控えましょう。
◆公衆電話は、比較的つながりやすいので、近所の公衆電話の場所を確認しておきましょう。
◆被災地にかけるより、遠隔地にかけた方がつながりやすいため、遠隔地の親戚に各自が連絡を入れ、情報を集約してもらうことも有効です。

防災関係情報入手先

提供元	ホームページアドレス
国土交通省　防災情報提供センター	http://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho
気象庁（台風情報）	http://www.jma.go.jp/jp/typh
水戸地方気象台	http://www.jma-net.go.jp/mito
笠間市役所	http://www.city.kasama.lg.jp
茨城県防災・危機管理ポータルサイト	http://www.bousai.ibaraki.jp
茨城県土木部雨量・河川水位情報	http://www.kasen.pref.ibaraki.jp