

地域における防災活動のポイント

ポイント① 平時での活動

突発的に発生する地震とは異なり、風水害は事前に備えることができる災害です。日頃から地域の災害リスクを把握し、風水害に備えるとともに、災害発生時には地域で助け合います。

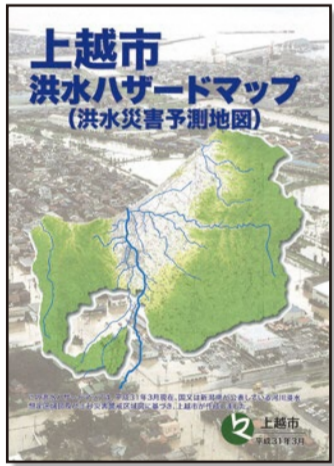
- 大規模な災害が発生したときは、道路の冠水や土砂の流出等により行政からの支援が行き届かないことが考えられます。
- いざという時は、自分の身は自分で守る「自助」や地域で協力して助け合う「共助」の取組が非常に重要です。
- 日頃から地域の危険箇所を確認し、自主防災組織(町内会)内で対応策を話し合っておくことが大切です。
- あらかじめ避難所や集合場所、避難経路を選定しておきましょう。
- 自主防災組織として、避難行動要支援者と交流を持ち、その人に合った個別避難計画をあらかじめ作成しておきましょう。
- 災害発生時に適切な対応ができるように、自主防災組織(町内会)で定めた体制や対応方法について、防災訓練等を通じて確認し、必要があれば見直しましょう。

チェックポイント 事前の備え

- 浸水に備えて、避難ができる高く丈夫な建物の場所をハザードマップなどで確認する。
- 実際に避難する経路を歩いてみて、周辺の状況や避難にどのくらい時間がかかるのかを確認する。
- 家の周りの排水溝が詰まっていないか確認し、風で飛ばされるものは固定(または撤去)する。



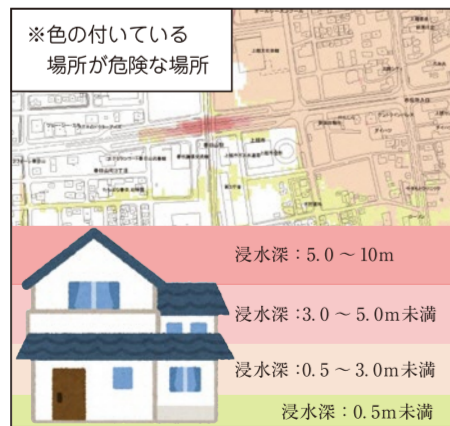
ポイント② ハザードマップ



- 事前に災害に備えるため、地域の災害リスクを知ることは非常に重要なことです。市では、災害の種別ごとにハザードマップを作成しています。
 - 水害関係では、洪水と土砂災害の2つのハザードマップがありますので、地域でどのような災害リスクがあるのか、あらかじめ確認しておきましょう。
- ※ハザードマップは、市のホームページに掲載しています。

<洪水ハザードマップの見方(浸水深)>

- 想定される浸水の深さを色別で示しています。浸水深が3.0m未満の区域では、2階以上への垂直避難が可能です。
- 浸水深が膝(0.5m)の高さ以上になると、ほとんどの人が歩いて避難することが困難となります。浸水する前に避難できるよう、気象情報などを収集し、避難準備を進めましょう。



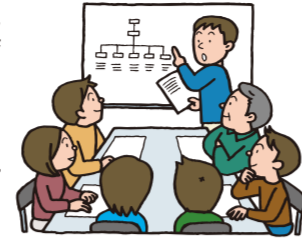
<土砂災害ハザードマップの見方(警戒区域)>

- 土砂災害の種別と危険度に応じて、警戒区域を色別で示しています。
- 大雨により、災害発生の危険度が高まった場合は、県から警戒情報が発表されます。



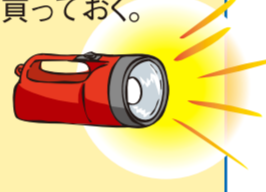
ポイント③ 組織内での役割、行動の確認

- 台風の接近に備え、自主防災組織(町内会)内の役割を再確認するとともに、台風の規模に応じて、体制の強化を検討しましょう。
- 災害発生時に安否確認等の連絡ができるよう、あらかじめ要配慮者等の連絡先を確認しておきましょう。
- 使用することが想定される資機材の動作確認や、備蓄品を確認します。また、必要に応じて土のうを作成しましょう。
- 収集した情報から、避難実施の判断をしましょう。また、避難先や避難経路が安全であるかを再確認しましょう。
- 避難する際は、住民へ避難の声掛けをするなど、逃げ遅れる人がないように、みんなで協力することが大切です。



チェックポイント 暴風による大規模停電の危険性

- 令和元年の台風19号では、暴風による電柱の倒壊や電線の切断により、千葉県内で大規模な停電が発生し、復旧までに2週間以上かかりました。
- 停電の多くは、風の影響で電柱が倒壊したこと、風によって物が飛び、電線に当たったことが原因とされていますので、物が飛ばないように建物の中に片付けたり、固定したりする等の対策が必要です。また、停電が長期化した場合に備えて、次の準備をしておきましょう。
- 発電機用のガソリンや懐中電灯等に使用する電池を買っておく。
 - アパートやマンションでは、停電になると水が出なくなることがあるので、お風呂の水を貯めておく。
 - 非常用の連絡手段を確保し、家族などで共有する。



ポイント④ 早めの避難

- 風水害発生時は、降雨により避難所までの移動に危険を伴う場合が想定されますので、早めの避難を心掛けてください。
- 土砂災害の危険がある地域において、前兆現象(山鳴りがする、小石がバラバラ落ちてくる等)を確認したときは、避難情報が発令される前でも速やかに避難しましょう。
- 屋外への避難がかえって危険を伴う場合等、やむを得ないときは、建物の2階以上で斜面とは反対に位置する部屋に避難しましょう。



【警戒レベル4で避難完了】

警戒レベルとは、災害発生の危険度や、取るべき避難行動について判断するための情報で、数字が大きくなるほど危険度が高くなります。

	避難情報等	避難行動等
高	5 緊急安全確保	災害が発生、命を守るための最善の行動
	4 避難指示	危険な場所から全員速やかに避難
	3 高齢者等避難	避難に時間を要する人とその支援者は避難、それ以外の人は避難準備
低	2 大雨・洪水注意報等	ハザードマップ等で避難行動を確認
	1 早期注意情報	最新の情報に注意

※必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が同時に発令されるわけではありませんので、自らの命は自ら守る意識を持って、防災気象情報を参考にしながら、適切な避難行動をとりましょう。

チェックポイント 適切な避難行動

- 避難とは、避難所へ移動することだけでなく、「危険な場所」から「安全を確保できる場所」へ移動することです。
- 自宅周辺の災害リスクに応じた適切な避難行動をとりましょう。
- ハザードマップで災害リスクを確認し、自宅で身の安全が確保できる場合は、自宅の2階への避難(垂直避難)も有効です。
- 「指定避難所」や「自宅(2階以上で崖から離れた安全な場所)」以外にも、「近くの高台や頑丈な建物」、「親戚・知人宅」など、事前に避難する場所を決めておきましょう。
- 夜間や自宅周囲が冠水している等危険な状態にある場合は、自宅で身の安全を確保しましょう。
- 高齢者や子ども、ペットがいるご家庭は、避難に時間がかかりますので、早めの避難を心掛けましょう。

ポイント⑤ 避難の声掛け

- 過去の災害では、住民や家族などの呼び掛けをきっかけに避難し、被害を免れた人が大勢います。
- 災害の危険が迫ったときに、「自分は大丈夫」、「今回も大丈夫」という思い込みが、避難行動を遅らせます。
 - 住民同士で声を掛け合うことが客観的な判断につながりますので、避難するときには、近隣住民に声掛けを行い、地域で逃げ遅れる人が出ないように避難を促しましょう。
 - 高齢者や身体の不自由な人、乳幼児などの避難には、周りの協力が欠かせません。日頃からコミュニケーションを図り、「いざ」というときには、できる限りその人の身になって避難を支援しましょう。



チェックポイント 要配慮者の避難支援

【高齢者の場合】

- 支援するときは、基本的に複数の人で対応します。
- 急を要する場合は、1人でひも等を使って背負い、安全な場所へ避難します。

【身体の不自由な人の場合】

- 様々な障がいがある人がいるので、支援計画に基づいた誘導方法を心掛けましょう。
- 車いすの場合、階段では必ず2人以上で協力して避難します。上がるときは上向きに、下がる時は後ろ向きにして、恐怖感を与えないように配慮しましょう。

【目の不自由な人の場合】

- 「お手伝いしましょうか」などと、まず声をかけます。
- 話すときは、はっきりゆっくりと大きな声で話しましょう。
- 誘導するときは、腕を貸してゆっくりと歩きましょう。
- 誘導に当たり、進む方向等を示すときは、「右斜め前10m」などと具体的に話しましょう。また、時計の文字盤を想定して「2時の方向です。」などと説明することもできます。決して、「あっち」「こっち」というような混乱する表現を使わないよう心掛けましょう。



【耳の不自由な人の場合】

- 話すときは、近くまで寄って相手にまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきりと動かします。
- 口頭でわからないようであれば、紙とペンで筆談します。紙やペンがなければ、相手の手のひらに指先で文字を書いて伝えます。



【外国人の場合】

- 孤立させないように、日本語でもいいので、声を掛けましょう。
- 話が通じない場合は、身振り手振りで対応しましょう。

ポイント⑥ 被害報告

- 災害が発生した場合、市の的確に災害に対応するためには、地域からの災害情報が重要となります。
- まず、第一報で自主防災組織(町内会)に「被害があるのか」、「死者、負傷者がいるのか」、「ライフラインに障害がでているのか」を報告してください。
- 時間の経過とともに、全体の被害状況が分かってきますので、詳細な情報を報告してください。
- 「被害なし」という報告も災害の全体像をつかむための重要な情報ですので、被害がない場合でも「被害なし」と市へ報告をお願いします。
- 市から災害情報をFAX等で町内会長へお知らせすることがありますので、対応をお願いします。



ポイント⑦ 帰宅時の注意

- 上流で雨が長時間降った場合、下流で水位が上昇するまでに一定の時間がかかります。そのため、大雨警報から大雨注意報に切り替わった後や晴れ間が見えたとしても、河川の氾濫や土砂災害が発生する場合があります。
- 自宅に戻る時は、あらかじめ川の水位や土中の含水率等の情報を確認し、安全が確認できない場合は、避難所や安全な場所に留まりましょう。
 - 台風の目に入ると、風が急に弱くなり、時には青空が見えることがありますが、台風の目が通過した後には、再び強い風が吹き返しますので、注意しましょう。
 - 避難指示が継続している地域への一時帰宅は、災害対策本部の指示を確認してから行動してください。



参考

マイ・タイムライン

- マイ・タイムラインとは、台風や大雨による水害・土砂災害など、これから起こるかもしれない災害に対して、自分の家族構成や生活環境に合わせ、「いつ、何をするのか」を時系列で整理して計画する、自分自身の防災行動計画です。
- マイ・タイムラインをあらかじめ作成しておくことで、急な判断が迫られる災害時に、自分自身の行動のチェックリストとして、また判断のサポートツールとして役立てることができます。
- 住んでいる地域の災害リスクを把握し、それに対してどのような避難行動をとるか、どのタイミングで避難行動をとるのかを考え、マイ・タイムラインを作成してみましょう。



※上越市防災委員会では、マイ・タイムラインの記入例や様式を掲載した「事前の備えと正しい避難行動」を発行しています。
※「上越市洪水ハザードマップ」にも同様に掲載されています。