

災害に備えて、準備をしておこう!

災害が起こった時にすぐに避難できるように、必要なものを準備しておきましょう。

非常持ち出し品チェックリスト

食べもの

- 非常食
缶詰・乾パン
ビスケット・粉ミルク
- 飲料水

情報を集めるための道具

- 携帯電話・充電器
- 携帯ラジオ
- 避難地図
- 筆記用具

貴重品

- お金
- 貯金通帳

清潔・健康のためのもの

- 救急セット
ばんそうこう・ガーゼ
包帯・三角巾・消毒薬・傷薬
- 常備薬・持病薬
かぜ薬・胃腸薬・うがい薬
シップ薬・目薬
- タオル
- トイレトペーパー
- 服・下着
- ウェットティッシュ
- マスク
- 体温計
- お薬手帳
- せっけん
- ちり紙

便利品

- 防災ずきん
- 懐中電灯
- 笛・ブザー
- 万能ナイフ
- 電池
- 手ぶくろ
- マッチ・ライター
- 携帯レインコート
- 毛布
- ローソク
- 使い捨てカイロ
- おむつ
- ビニールぶくろ
- ロープ
- ビニールシート



災害・避難カード

避難場所や避難の合図をカードにまとめておきましょう。

災害・避難カード事例集
(内閣府防災情報のページ)



うら

メモ欄

・〇〇さんの持病の薬を一緒に持っていき
・病院 〇〇-△△△△-◇◇◇◇

災害・避難カード

名前 徳島 太郎
住所 徳島県徳島市〇〇

性別 男 血液型 A型 家族 5人
緊急連絡先 (お父さん) 090-9999-9999

表

中

災害	避難の合図	避難行動
土砂災害	高齢者等避難	[日中] 〇〇町公民館 [夜間] 自宅の安全な場所
水害	〇〇さんから連絡が来たら	[日中] 〇〇町公民館 [夜間] 自宅の安全な場所

誰を気にかける

注意を促す情報や避難に関する情報が
発令されたら…だれに連絡する?

誰に 連絡先は?

〇〇さん(足が不自由) 080-0000-0000
〇〇さん(独り暮らし) 090-0000-0000

自分の命は 自分で守る

どしゃ
土砂災害への備えと
早めの避難
ひなん



徳島県 県土整備部 水管理政策課 水災害対策室



徳島県 県土整備部 水管理政策課 水災害対策室

〒770-8570 徳島市万代町1丁目1番地 TEL:088-621-2661 FAX:088-621-2870

[2021年5月改訂]



土砂災害について知ろう!

毎年のように日本を襲う自然災害。その中でも、近年、台風や集中豪雨などにより全国各地で毎年約1,500件の土砂災害が発生し、多くの方が命を落としています。この本を読んで「土砂災害」とは何かを知り、災害から身を守るために何ができるのかを考えていきましょう。

土砂災害はなぜ起こるの?

土砂とは、土や砂、岩が集まったものを言います。たくさんの雨や長雨、地震などで、山やがけの土砂が崩れたり、川や雨の水と土砂が混ざり、すごい勢いで流れてきます。家や道路が土砂で埋まったり、命が奪われたりすることを土砂災害と言います。

土砂災害はとっても怖いね。危険な地形の特徴はどんなものかこの動画を見てみよう。



土砂災害の種類

1

「おちる!」 がけ崩れ

がけや急な斜面に雨水がしみ込んだり、地震が起こることで、斜面の地表に近い部分がゆるみ、とつぜん崩れ落ちる現象です。崩れ落ちるスピードが速いので、逃げ遅れる人が多いです。



こんなところが危険!

- 高く急な斜面
- ひびが入っているがけ
- わき水が多いがけ

こんな前ぶれに注意!

- がけにひび割れができる
- がけから水がわき出る
- 小石が落ちてくる
- わき水が止まる
- わき水がにごる
- がけから音がする

2

「ながれる!」 土石流

大雨によって山の斜面が崩れ、その土砂が谷にあった土砂とともに水と混じってものすごい勢いで流れてくる現象です。車が走るような速度で一瞬のうちに人家や畑などを押し流します。



こんなところが危険!

- 急な谷川の近く
- 扇状に広がった谷川
- 谷の出口に大きな石がゴロゴロしているところ

こんな前ぶれに注意!

- 山鳴りがする
- 急に川の水がにごり、流木が混ざり始める
- 腐った土の臭いがする
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 木がさける音や石がぶつかり合う音が聞こえる

3

「すべる!」 地すべり

斜面の一部または全部がゆっくりとすべり落ちる現象です。移動する土のかたまりの量が多いので、広い範囲に被害が出ます。



こんなところが危険!

- ゆるやかな斜面
- 地面に割れ目がある

こんな前ぶれに注意!

- 地面がひび割れたり段差ができる
- がけや斜面から水がふき出す
- 井戸や沢の水がにごる
- がけや山から音がする
- 木がかたむく

徳島県も大きな被害に あっているよ!

わたしたちが住む徳島県も、これまでに土砂災害で大きな被害にあっています。土砂災害は、決してどこか遠い世界の話ではないのです。

わたしたちが住む町も、大きな災害にあつて、たくさんの方が亡くなっているんだね。実際に被害にあった方のお話を見よう。



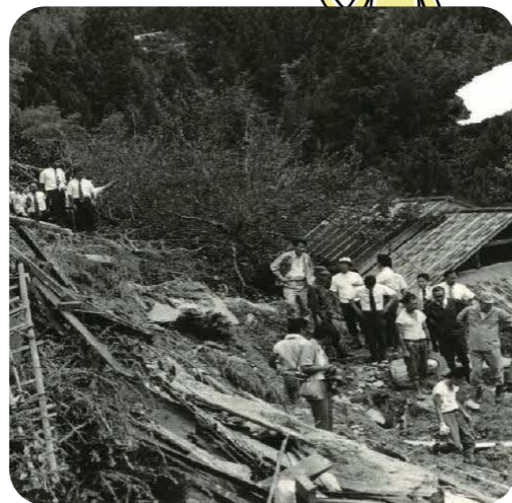
美馬市木屋平 川井地区

昭和50年(1975年)8月



動画を見る

台風6号による大雨のため、川井地区では土石流が発生し、中学生が生き埋めとなりました。この時、助けようとした消防団員ら4人も再び発生した土石流に巻き込まれ、被害にあいました。



三好市西祖谷山村 善徳地区

平成11年(1999年)6月



動画を見る

梅雨前線による豪雨のため、善徳地区では多くの土石流などが発生し、ホテルなどが壊されたり、道路約50箇所が土砂で埋まるなど大きな被害を受けました。



那賀町 白石地区

平成16年(2004年)8月



動画を見る

台風10号による大雨のため、白石地区では土石流などが発生し、民家20数戸などが土砂に埋まるなどの被害を受けました。



危険なところを知ろう!

「ハザードマップ」で危険な場所を確認しましょう。



「このゾーンに入っていないから安心!」ということではないんだ。地域に山や川があったら、注意が必要だよ!

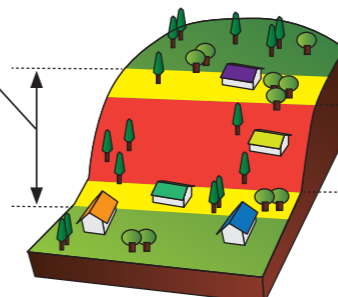
土砂災害警戒区域って なんだろう

土砂災害警戒区域は、土砂災害が起こる危険性がある場所のことで、危険度の違いで2つのゾーンに分かれています。

イエローゾーン

土砂災害警戒区域

人の命や身体に危害が生じるおそれのある場所



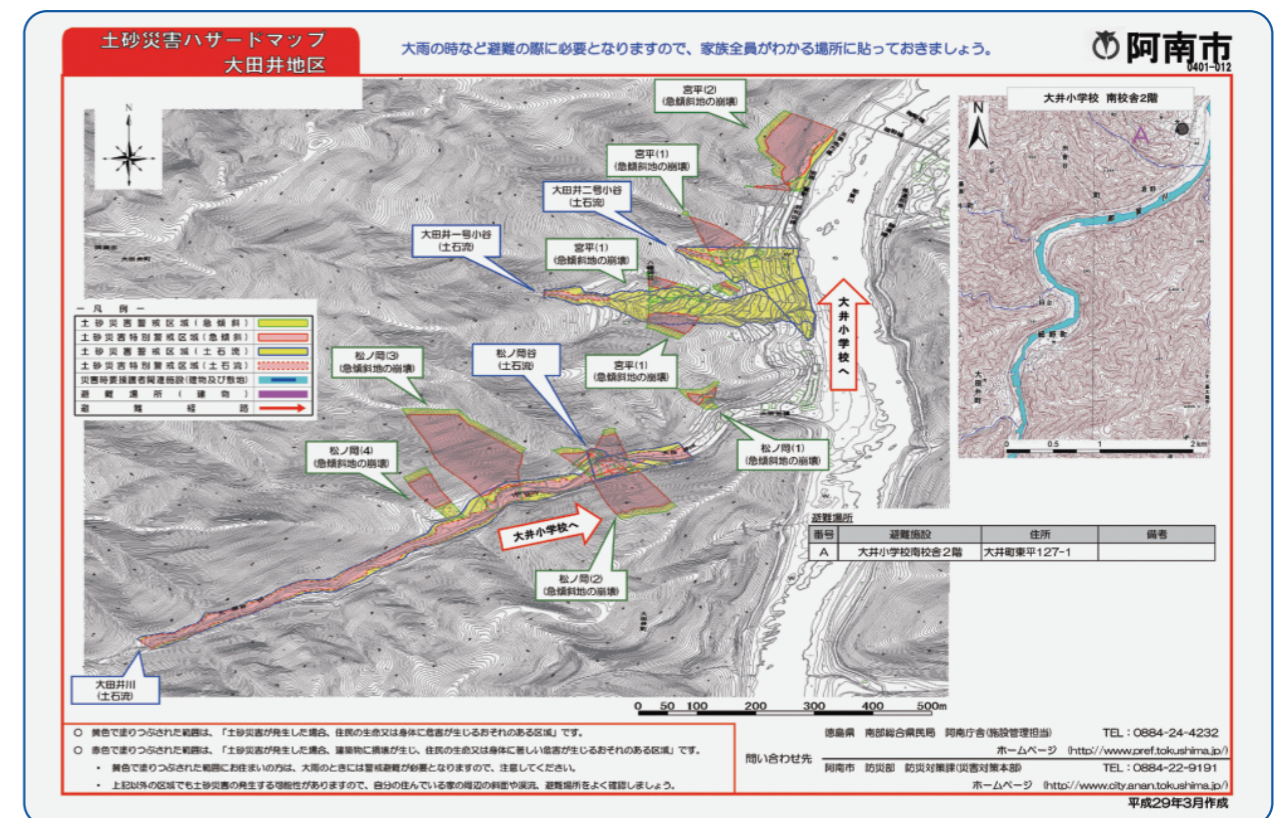
レッドゾーン

土砂災害特別警戒区域

建物が壊れ、人の命や身体に著しい危害が生じるおそれのある場所

ハザードマップって なんだろう

ハザードマップとは、土砂災害警戒区域などを地図上に示したもので、市町村が作成し、ホームページなどで公開されています。



土砂災害から身を守るために

日頃から災害に備えて

事前の確認

身の回りの危険や避難場所を知ろう

日頃の備えとして、身の回りの危険を前もって知っておくことはとても大切なことです。

ハザードマップを確認しよう

自分の家や学校、通学路にはどんな被害が起こる危険性があるのかハザードマップで確認しておきましょう。



市町村のハザードマップのほかにも、徳島県や国土交通省のホームページでは危険な場所を確認できるよ

徳島県
水防・砂防
情報マップ



国土交通省
ハザードマップ
ポータル



家族と話し合おう

災害が起きたときに、どうすればいいか家族で話し合っておきましょう。

- 避難の必要性
- 避難する場所
- 避難にかかる時間
- 避難のタイミング

避難行動判定フロー
(内閣府防災情報のページ)



災害が起きている時は電話がつかないこともあるよ。そういう時にどのように連絡をとるかなどを家族と話し合っておくといいね。

登録制の防災メールやスマートフォンアプリを活用しよう

普段から、インターネットの防災情報サイトのブックマーク・会員登録をしておくことや、防災に関連するスマートフォンアプリをインストールして備えましょう。



災害が起きた時に、正しい避難行動をとるためには、前もって地域の危険な場所を知ることや、安全に避難できる場所を確認しておくことが大切です。

非常持ち出し品を準備しておこう

非常持ち出し品とは避難時にすぐに持ち出すべき必要最低限の備えです。



最後のページにある「非常持ち出し品チェックリスト」を使おう!

大雨になる前に

災害時の確認

防災情報を手に入れよう

災害が起きそうな時に適切に慌てず行動するためには、正しい情報を手に入れることが大切です。

防災情報の入手方法

- テレビやラジオ:大雨警報などの「防災気象情報」
「防災気象情報」は住民が行動をとる際の判断に参考となる情報で、気象庁や徳島県などが発表します。「大雨警報(土砂災害)」、「土砂災害警戒情報」などがあります。
- 市町村の防災無線:避難指示などの「避難情報」
「避難情報」は住民に行動を促す情報で、市町村が発令します。「高齢者等避難」、「避難指示」、「緊急安全確保」の3種類があります。

防災情報は、テレビや防災無線の他に徳島県や各市町村のホームページでも確認できるよ。

防災情報の提供については、以下のようなものがあります。

徳島県
土砂災害情報
システム



徳島県
水防情報



すだちくん
メール



徳島地方
気象台



徳島県の
市町村一覧



大雨が降ると不安になるけど、防災情報を見て災害に備えようね!

警戒レベルに応じて

早めの避難

正しい避難行動をして
土砂災害から自分の命を守ろう

避難するときは、家族や大人といっしょに安全な場所に避難しよう。大雨の中の避難は、大変だけどふざけたりしないで落ち着いていこう。



避難が難しい時は

あっという間に雨がたくさん降ってきて避難場所まで移動できない場合もあります。そういう時は

- 家の裏に斜面がある場合はできるだけ斜面から離れた部屋にしよう
- 2階以上の部屋にしよう

災害の時にはお年寄りや障がいのある人など、災害弱者が取り残されてしまいます。声をかけたり、安否を確認したりしよう！

災害発生の危険度 低 ← → 高

警戒レベルとは

災害発生の危険度と、とるべき避難行動を理解するための情報で、5段階に分かれています。

とるべき避難行動

市町村が発令する「避難情報」で確実に避難しましょう。気象庁や徳島県などが発表する「防災気象情報」を参考に自主的に早めの避難をしましょう。

避難情報

警戒レベル相当情報
(防災気象情報)

住民が自ら行動をとる際の判断に参考となる情報(気象庁や徳島県などが発表する河川水位や雨の情報)

警戒レベル	1 (気象庁が発表)	2 (気象庁が発表)	3 (市町村が発令)	4 (市町村が発令)	5 (市町村が発令)
危険度	低	低	中	高	高
状況	気象状況悪化のおそれ	気象状況悪化	災害のおそれあり	災害のおそれ高い	災害発生又は切迫
行動	心構えを高める	避難行動の確認	危険な場所から高齢者などは避難！	危険な場所から全員避難！	命の危険直ちに安全確保！
対象者	—	—	避難に時間を要する人(お年寄り、障がいのある人、乳幼児など)とその支援者は危険な場所から避難しましょう。その他の人は、避難の準備をし、自主的に避難しましょう。	すみやかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所(頑丈な建物の2階以上)や自宅内のより安全な場所(がけから離れた部屋や2階など)に避難しましょう。	命を守るための最善の行動をとりましょう。
情報	—	—	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
相当情報	早期注意情報(警報級の可能性)	大雨注意報 土砂災害の危険度分布「注意(黄)」	大雨警報(土砂災害) 土砂災害の危険度分布「警戒(赤)」	土砂災害警戒情報 土砂災害の危険度分布「非常に危険(うす紫)」	大雨特別警報(土砂災害)

警戒レベル4までに必ず避難！



自分たちでつくる防災マップ!

避難の役に立つ防災マップは、地域のことを知っているわたしたちが自分で作る方が役に立つこともあります。ここでは簡単にできる防災マップの作り方を紹介します。友だちや家族と自分たちだけの防災マップを作ってみましょう。

地図に
いっぱい書き込んで
自分だけの
防災マップを
作ろう!



1

ハザードマップを準備して情報を書き込もう!

- 1 自分たちの住んでる市町村のハザードマップをホームページなどで手に入れましょう。
- 2 まず、ハザードマップに自分の家や学校の位置を書き込みましょう。
- 3 次に、ハザードマップで土砂災害などの危険がある場所を確認しましょう。
- 4 さらに、避難する場所の位置を確認し、書き込みましょう。
- 5 最後に、自分の家や学校から避難する場所までの経路を書き込みましょう。



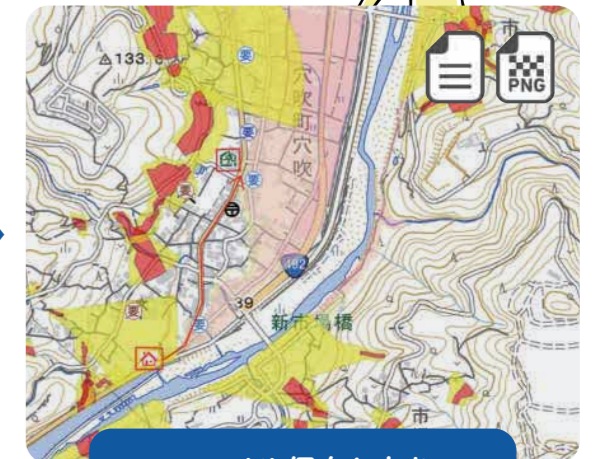
土砂災害警戒区域などとして色塗りされていたら、そこは危険がある場所だよ。



「自分の命は自分で守る」意識を持ち、日頃から災害の危険性とするべき行動を確認しましょう。地域の避難訓練などに参加し、地域の防災力を高めるために協力しましょう。災害時には、避難するタイミングを逃さず、家族みんなで早めに避難しましょう。



地図に書き込んで
オリジナルの地図を作成



ファイル保存したり
紙に印刷して活用

2

作った防災マップをみんなで話し合おう!

作った防災マップを家族や友だちと話し合いましょう。

- 自分の家や学校は土砂災害などの危険性はあるか?
- どこに避難するか?
- 避難経路は安全か?
- 避難する際の注意点は?

話し合って気づいた情報をさらに防災マップに書き込みましょう。



3

防災マップを完成させよう!

- 話し合いの結果をもとに、もう一度、地域の危険な場所や避難経路を確認しましょう。
- 実際に避難する時を想像して、役割分担を考えてみましょう。
- 完成した防災マップを持って実際に歩いてみましょう。

