

# 土砂災害から 身を守りましょう

知って  
おこう!

長雨や大雨などのときには場所によっては地盤が緩んで、土砂災害が引き起こされる危険があります。次のような現象を確認したら早めに避難し、防災機関に通報しましょう。

## 土砂災害の種類と前兆現象に注意しよう

### 土石流

山腹や谷川の石や土砂が一気に下流へ押し流す現象です。



### がけ崩れ

斜面が突然崩れ落ちる現象です。



### 地すべり

山地の斜面をつくる岩石や土壌が、斜面下方へ移動する現象です。



## 主な前兆現象

- 川の水が濁り、流木がまざり始める。
- 土の腐ったにおいがする。
- 雨が降り続けているのに水位が下がる。
- 山鳴りや異様な音がする。
- がけから小石が落ちてくる。
- がけに割れ目が見える。
- がけから水が湧き出る。
- 木の根が切れる音がする。
- 池の水が濁ったり、減ったりする。
- 風もないのに山の樹木がザワザワと騒ぐ。
- 湧き水が増える。
- 地面にひび割れや段差ができる。

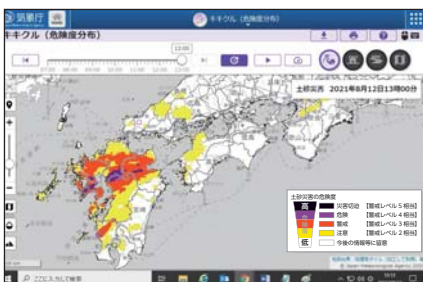


### 〈要注意〉

前兆現象なしに土砂災害が発生する事例もあります!

## 土砂キキクルの危険度の色と住民のとるべき避難行動

気象庁では、「土砂キキクル(大雨警報<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。



スマホで  
アクセス▼



色が持つ意味 (相当する警戒レベル)	住民のとるべき行動
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、キキクル(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。

# 土砂災害からの安全避難のポイント

知って  
おこう!

土砂災害は被災すると生命の危険が高いため、災害発生前に避難を終えなければなりません。特に、住んでいる地域が土砂災害警戒区域等や山の近くなら早めに安全な場所へ避難しましょう。

## 自宅の土砂災害危険度を確認しましょう

「土砂災害警戒区域」「土砂災害特別警戒区域」とは、「土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律」に基づいて静岡県が指定・告示した区域のことです。土砂災害ハザードマップでお住まいの地域をご確認ください。

### 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です。

### 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です。

## 押さえておこう！ 警戒区域等に住まいがある場合

- 危険な場所を点検し、防災情報を収集する。
- 避難訓練に参加する。
- ハザードマップで避難場所を確認しておく。
- 土砂災害警戒情報や雨量の情報に注意する。
- 土砂災害警戒情報などが発表された際には早めに避難する。

## 土砂災害から避難するときの注意点

- 各家庭の状況を考慮して地域ぐるみで早めに避難する



- 長雨や豪雨のときは、土砂災害の発生に警戒する



- 前兆現象を知り早めに避難する（風水害 No.1 参照）



- 早く土砂災害警戒区域や土砂災害危険箇所から外に出る



- 周囲の状況を確認し、できるだけ浸水していない場所を歩く



- 土石流については、土砂の流れる方向に対して直角にできるだけ高い場所に避難する



- 屋外への避難が困難な場合は、少しでも命が助かる行動として、がけから離れた建物内の2階以上の部屋へ移動する



- 避難指示や大雨警報などが解除されるまでは自宅に戻らない



### 降雨情報などに注意する

土砂災害の多くは、大雨が原因で起こります。天気予報の降雨情報で「土砂災害警戒情報」「記録的短時間大雨情報」という言葉が出てきたら、土砂災害が起こりやすくなります。また、「1時間の雨量が50～80ミリ以上」「降り始めてから200～300ミリ以上」の降雨情報が出たら、土砂災害に気をつけましょう。



日本は梅雨前線や秋雨前線の活動、台風の影響などにより、全国各地で大雨が発生します。また、日本は全人口の約50%が洪水氾濫地域に住んでいます。風水害から大切な家族と財産を守るために、日ごろからしっかり対策を立てて、風水害から身を守りましょう。

## 洪水に関する河川情報と避難判断の目安となる水位

「川の防災情報」（国土交通省）や気象庁の「洪水キキクル」、静岡県の「サイポスレーダー（雨量・水位情報、土砂災害警戒情報）」などのサイトで河川の洪水危険度を確認し、浸水想定区域など災害発生のおそれがある場所に住んでいる人は、早めに避難しましょう。

なお、「川の防災情報」及び静岡県の「サイポスレーダー」などの水位表示の色と警戒レベルの色は、対応していませんので注意してください。



## 高 潮

高潮は台風や発達した低気圧が原因で発生し、気圧の低下による吸い上げ効果や、強風による吹き寄せ効果により、海面が上昇する現象です。海水が堤防を超えると一気に浸水します。また、強風による高波が加わるとさらに浸水の危険が増します。台風情報や高潮警報に注意して、早めに避難することが大切です。

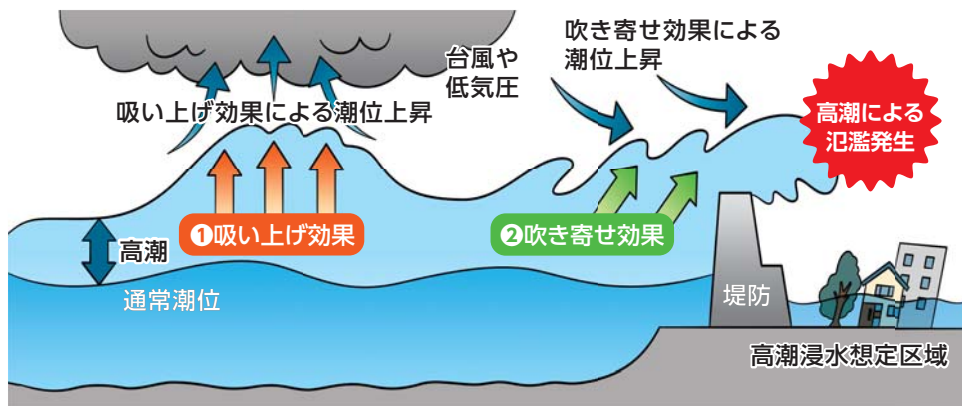
### 高潮が発生する要因

#### ①気圧低下による吸い上げ

台風や低気圧の中心気圧は周辺より低いため、中心付近の空気が海面を吸い上げる結果、海面が上昇します。

#### ②強風による吹き寄せ

台風による強い風が海岸に向かって吹くと、海水は海岸に吹き寄せられて、海岸付近の海面が異常に上昇します。



## 高潮から避難するときのポイント

- 気象庁から高潮注意報や高潮警報が発表されたら、早めに避難を開始する。（内陸部でも高潮警報が発表される場合がある）
- 浸水による故障や事故のおそれなどがあるので、車での避難はしない。
- 徒歩で避難する場合も、冠水している道路は避ける。

### すでに高潮が迫っていたら

- 海岸近くにいる場合は、急いで海岸から離れ、なるべく高い場所に移動する。
- 頑丈な建物の高層階に避難する。
- 自宅など建物内にいる場合は、無理をして避難場所や避難所に移動せず、高層階で待機する。

住んでいる地域が川の近くなら早めに安全な場所へ避難しましょう。また、冠水した道路を歩いて避難するのは大変危険です。やむを得ず避難する際は落ち着いて行動してください。

## 浸水などから避難するときの注意点

- 地域で声をかけ合って早めに避難する



- 避難行動は浸水前に



- 動きやすい服装で、必要最小限の荷物で避難する



- 裸足や、水が入って重くなり、動きにくくなる長靴は厳禁



- いざというとき、居場所を知らせるため、ホイッスルなどを持っておく



- 水は低いところへ、ものすごい勢いで流れ集まるので注意する



- 河川や水路などに近づかない



- 側溝や水路、マンホール、くぼみや溝などの水の中の障害物に注意する



- 2人以上で避難する。流されないようロープで互いを結ぶ



- 歩行可能な水深の目安は約50センチ。水の流れが速い場合は20センチ程度でも危険。危ないと判断した場合は、無理をせず、高い所で救助を待つ



- 高齢者や体の不自由な人などを手助けする



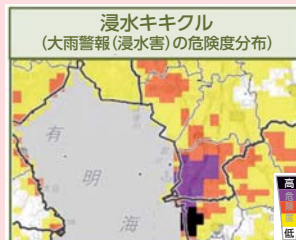
- 車や自転車での避難しない。体の不自由な人を乗せて避難する場合は浸水前に!



## 「洪水キキクル」と「浸水キキクル」の危険度分布

洪水キキクルは、大雨による洪水災害発生の危険度の高まりを地図上で5段階に色分け（危険度は低いほうから水色→黄→赤→紫→黒の順に高い）で示す情報です。10分ごとに更新されるので、洪水警報等が発表されたときに、どこで危険度が高まっているかを把握することができます。

また、浸水キキクルは、短時間強雨による浸水害発生の危険度の高まりを地図上で5段階に色分け（危険度は低いほうから白→黄→赤→紫→黒の順に高い）で示す情報です。10分ごとに更新されるので、どこで危険度が高まっているかが詳しくわかります。



気象庁 キキクル

検索






# マイ・タイムライン を作しましょう～記入例

知って  
おこう!


「マイ・タイムライン」とは、台風や大雨等の風水害に対する事前の準備や行動をあらかじめ記録しておく予定表のことです。家族構成などに合わせて、「いつ」「誰が」「何をするのか」を決めておくことで、いざというときに慌てず、安全に避難することができます。まずは、記入例を参考にしてマイ・タイムラインの作成手順を知っておきましょう。

### 作業手順


ハザードマップを  
チェック




自宅が土砂災害警戒  
区域内かチェック



自宅から近い  
避難所をチェック



自分だけのマイ・  
タイムラインを作る





自宅の危険度	ハザードマップで調べた自宅の危険度などを記入しておきましょう。			
土砂災害警戒区域	高潮浸水予想	地震の揺れやすさ 危険度	津波浸水予想	私の避難場所は、
内	外	m	m	です。


警戒 レベル	1	2	3	4	5																					
避難情報	早期 注意情報	注意情報	高齢者等 避難	避難指示	緊急 安全確保																					
警戒レベルごとにその時自分が何をすべきか考えて記入しましょう	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center;">防災情報を収集</td> <td style="width: 15%; text-align: center;">避難先・避難経路 を再確認</td> <td style="width: 15%; text-align: center;">避難所の開設 状況を確認する</td> <td style="width: 15%; text-align: center;">避難に時間が かかる家族が いるときは、 早めに避難</td> <td rowspan="5" style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: middle;">その場でとることができる 身の安全の確保をするための行動をしましょう。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">携帯を充電</td> <td></td> <td style="text-align: center;">↓ 私 父・母・子ども たちと避難開始 避難にかかる 時間（10分）</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">ガソリンを入れる</td> <td></td> <td style="text-align: center;">↓ 父・母・子ども たちとの 避難完了</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">非常用持出品・ 備蓄品を確認</td> <td></td> <td style="text-align: center;">↓ 夫 地域の避難行動 要支援者の避難 を支援</td> <td style="text-align: center;">避難終了</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">夫 父 家の点検・補強</td> <td></td> <td colspan="2" style="text-align: center;">避難が間に合わないときは、 建物の2階などに避難</td> </tr> </table>				防災情報を収集	避難先・避難経路 を再確認	避難所の開設 状況を確認する	避難に時間が かかる家族が いるときは、 早めに避難	その場でとることができる 身の安全の確保をするための行動をしましょう。	携帯を充電		↓ 私 父・母・子ども たちと避難開始 避難にかかる 時間（10分）		ガソリンを入れる		↓ 父・母・子ども たちとの 避難完了		非常用持出品・ 備蓄品を確認		↓ 夫 地域の避難行動 要支援者の避難 を支援	避難終了	夫 父 家の点検・補強		避難が間に合わないときは、 建物の2階などに避難		
防災情報を収集	避難先・避難経路 を再確認	避難所の開設 状況を確認する	避難に時間が かかる家族が いるときは、 早めに避難	その場でとることができる 身の安全の確保をするための行動をしましょう。																						
携帯を充電		↓ 私 父・母・子ども たちと避難開始 避難にかかる 時間（10分）																								
ガソリンを入れる		↓ 父・母・子ども たちとの 避難完了																								
非常用持出品・ 備蓄品を確認		↓ 夫 地域の避難行動 要支援者の避難 を支援	避難終了																							
夫 父 家の点検・補強		避難が間に合わないときは、 建物の2階などに避難																								

緊急連絡先	
家族の集合場所	
自宅以外の場所から 避難する時の避難所	

災害用伝言板サービス

 災害用伝言ダイヤル：「171」をダイヤル  
30秒のメッセージを2日間保存

 災害用伝言板サービス：各携帯会社のメニューから  
100文字のメッセージをサービス終了まで保存

 災害用ブロードバンド伝言板：「web171」で検索  
100文字のメッセージを2日間保存

風水害編

## ◎マイ・タイムライン作成時のポイント

**①情報収集手段の確認**  
 どういった手段で情報を入手するのかをあらかじめ決めておきましょう。  
 ※情報収集手段については、「情報No.1」などを参考に検討してください。

**②とるべき行動を書き出す**  
 「いつ、誰が、何をするのか」に注意しながら、取るべき行動を箇条書きで書き出しましょう。箇条書きで書き出した後は、マイ・タイムラインに時系列に沿って記入し、行動に無理がないか、どれくらいの時間を要するかなどを検討します。

# わが家のマイ・タイムライン

作って  
みよう!

自然災害から自分たちの命を守るため、「わが家のマイ・タイムライン」を作ってみましょう。いざというときの避難行動に役立ちます。

何度も利用できるように、事前にコピーしてご利用ください。

自宅の危険度	ハザードマップで調べた自宅の危険度などを記入しておきましょう。			
土砂災害警戒区域	高潮浸水予想	地震の揺れやすさ 危険度	津波浸水予想	私の避難場所は、
内    外	m		m	です。

警戒レベル	1	2	3	4	5
避難情報	早期 注意情報	注意情報	高齢者等 避難	避難指示	緊急 安全確保
警戒レベルごとにその時自分が何をすべきか考えて記入しましょう					その場ですることができ 身の安全の確保をするための行動をしましょう。

家族の共通ルール

緊急連絡先
家族の集合場所
自宅以外の場所から避難する時の避難所

災害用伝言板サービス

- 災害用伝言ダイヤル: [171]をダイヤル  
30秒のメッセージを2日間保存
- 災害用伝言板サービス: 各携帯会社のメニューから  
100文字のメッセージをサービス終了まで保存
- 災害用ブロードバンド伝言板: [web171]で検索  
100文字のメッセージを2日間保存