

## 安全に避難するポイント



### 服装・持ち物

- 動きやすい服装で、必要最小限の荷物で避難する。
- 裸足や、水が入って動きにくくなる長靴は厳禁。
- いざというときの居場所を知らせるため、ホイッスルなどを持って逃げる。



### 地域で助け合う

- 地域で声をかけて早めに避難する。
- 高齢者や体の不自由な人を手助けする。
- 避難に車や自転車は使わない。体の不自由な人を車で避難させる場合は浸水前に避難を終える。

### 土砂災害では

- 土砂災害警戒区域や土砂災害危険箇所にいる場合は、一刻も早く区域外に出る。
- 土石流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。
- 避難勧告等の避難情報、大雨警報などが解除されるまでは自宅に戻らない。



### 避難中は

- 河川や水路などに近づかない。側溝やマンホールなど水中の障害物に注意する。
- 2人以上で避難する。流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センチでも危険。危ないと判断したら無理をせず、高い場所で救助を待つ。



## 日頃の備えのポイント

### ハザードマップ等で地域の危険を確認

市区町村が作成したハザードマップや地域防災計画を調べ、河川が氾濫した場合の浸水深の程度など、自宅や学校・職場等がある場所に、どのような危険があるのか確認しましょう。



洪水や土砂災害の被害を最小限に食い止めるためには事前の備えが大切です。

### 災害ごとに避難場所・避難経路を確認

洪水・土砂災害などの災害ごとに指定されている避難場所の位置を確認し、そこまでの経路や移動手段をあらかじめ決めておきましょう。



### 非常持出品を準備



避難時にすぐ持ち出せるように、非常持出品をリュックサックなどにまとめて玄関の近くに置いておきましょう。持病の薬などの必需品も忘れないようにしましょう。

リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

VEGETABLE  
OIL INK

### 家の周囲の点検・清掃

排水溝や雨水ますがごみなどで詰まる、大雨のときに浸水などの原因になります。日頃から家の周囲の点検・清掃を心がけましょう。



禁無断転載 ©東京法規出版  
B8012050-T17

警戒レベル3は  
高齢者等が避難！

警戒レベル4は  
全員が避難！



今すぐ!  
あなたが  
取るべき行動は

5段階で発令されます

平成最大の人的被害となった「平成30年7月豪雨(西日本豪雨)」では、気象庁や自治体から事前にさまざまな防災情報が出されていましたが、高齢者を中心に多くの人が逃げ遅れて亡くなりました。この豪雨を教訓に、複雑で分かりにくいとの指摘もあった避難勧告等の避難情報が、住民にとってより理解しやすいものに改められました。

具体的には、自治体が発令する避難情報と気象庁が発表する防災気象情報は、5段階の「警戒レベル」に整理されて提供されます。警戒レベル3では高齢者などの要配慮者が避難し、警戒レベル4では災害の恐れがある地区内の全員が避難する——など、住民がどのタイミングで避難すればよいかが分かりやすくなりました。「自分の命は、自分が守る」という意識を強く持ち、新しくなった避難情報を、いざというときの避難行動に役立てましょう。

詳しくは中面を確認！

本リーフレットを自宅の目立つ場所に貼って、活用しましょう！▶▶

デジタルロブック  
スマホやタブレットで読みます。  
QRコード  
自動音声読み上げ  
文字サイズ拡大

公益社団法人  
奈良県トラック協会

五條市

(協力：奈良県)

# 警戒レベル3は高齢者等避難! 警戒レベル4は全員避難!

警戒レベル3以上は具体的な避難行動が必要です。レベル3は「避難準備・高齢者等避難開始」で避難に時間がかかる高齢者などの要配慮者が避難を開始、レベル4は「避難勧告」「避難指示(緊急)」で災害の恐れがある地区内にいる全員が指定緊急避難場所などの安全な場所へ避難します。逃げ遅れることがないよう、レベル4までに避難を終えておくことが重要です。

## 警戒レベルと避難のタイミング

気象庁や市区町村から出される情報

警戒レベル  
**5**

**災害発生情報** (市区町村が発令)

警戒レベル5相当情報※  
洪水 洪水発生情報  
大雨特別警報(浸水害)  
土砂災害 大雨特別警報(土砂災害)

警戒レベル  
**4**

**避難勧告、避難指示(緊急)** (市区町村が発令)

警戒レベル4相当情報※  
洪水 洪水危険情報  
土砂災害 土砂災害警戒情報

警戒レベル  
**3**

**避難準備・高齢者等避難開始** (市区町村が発令)

警戒レベル3相当情報※  
洪水 洪水警戒情報／洪水警報  
土砂災害 大雨警報(土砂災害)

警戒レベル  
**2**

**注意報** (気象庁が発表)

警戒レベル  
**1**

**早期注意情報** (気象庁が発表)

※警戒レベル相当情報とは

住民等が避難を判断する際に参考にできる情報であり、ここでは主な例を記載している。警戒レベル相当情報が出されたとしても、必ずしも同じ時間、同じ区域に同じレベルの避難勧告等が発令されるとは限らない。例えば、土砂災害の警戒レベル4相当情報が発表された後に、洪水の警戒レベル3相当情報が発表されるなど、異なる災害について、異なるレベルの情報が発表される場合がありうることに注意が必要。

住民がとるべき行動

### 命を守るための最善の行動をとる

- すでに災害が発生している状況です。命を守るために最善の行動をとりましょう。
- 災害発生情報は、市区町村が災害発生を把握した場合に発令される。必ず発令されるわけではないことを理解する。



### 全員が避難する

- 洪水・土砂災害など、予想される災害に対応した指定緊急避難場所へ速やかに立ち退き避難しましょう。
- 避難場所までの移動が危険だと思われる場合は、近隣の安全な場所への避難や、自宅内の少しでも安全な場所へ移動して身の安全を確保しましょう。



### 高齢者等は避難を始める

- 避難に時間がかかる要配慮者(高齢者、障がい者、乳幼児など)とその支援者は指定緊急避難場所への立ち退き避難を開始しましょう。
- その他の人は避難の準備を整えましょう。防災気象情報などに注意し、自発的に避難を始めましょう。



### 避難行動を確認する

- 避難に備え、ハザードマップなどで避難行動を確認しておきましょう(避難場所や避難経路、避難のタイミングなど)。



### 災害への心構えを高める

- 最新の防災気象情報に注意するなど、災害への心構えを高めましょう。

住民等が避難を判断する際に参考にできる情報であり、ここでは主な例を記載している。警戒レベル相当情報が出されたとしても、必ずしも同じ時間、同じ区域に同じレベルの避難勧告等が発令されるとは限らない。例えば、土砂災害の警戒レベル4相当情報が発表された後に、洪水の警戒レベル3相当情報が発表されるなど、異なる災害について、異なるレベルの情報が発表される場合がありうることに注意が必要。

## いざというときの避難行動を理解しよう

突然の災害や激甚の災害では、市区町村の避難に関する情報が間に合わない場合もあるため、危険を感じたときには自ら判断し、避難行動をとることが原則です。警戒レベル相当情報などを参考に早期避難を心がけましょう。

**優先1** 洪水や土砂災害の危険が及ばない指定緊急避難場所への立ち退き避難

避難場所への移動が、かえって命に危険を及ぼしかねない場合

**優先2** 近隣のより安全な場所・建物等への立ち退き避難

**優先3** 自宅やそのときにいる建物内のより安全な部屋などへの移動(屋内安全確保)



### 立ち退き避難が、かえって危険な場合とは

- 夜間や豪雨で見通しが悪く、避難路上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)、浸水の流れが速い
- 用水路などの位置が不明で転落の恐れがあるなど

▶ 安全に避難するポイントは(裏表紙を参照)

## 防災情報の入手方法を知っておこう

災害時における避難行動に役立つ最新の防災気象情報などの入手先を普段から把握し、すぐに確認できるようにしておきましょう。

### 主な防災情報の入手先

市区町村の防災サイト 市区町村の防災情報などを掲載

市区町村の防災行政無線 防災行政無線を使用して防災情報を伝達

都道府県の防災サイト 都道府県の防災情報などを掲載

気象庁ホームページ 警報・注意報、危険度分布(土砂災害、浸水害、洪水)など

テレビ ニュースや天気予報番組だけでなく、データ放送では気象情報や防災情報について常時放送



### 洪水・土砂災害時の避難先等記入欄

| 災害 | 避難場所・避難先 | 避難のタイミング |
|----|----------|----------|
|    |          |          |
|    |          |          |

(記入例)

| 災害             | 避難場所・避難先                          | 避難のタイミング                           |
|----------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| 洪水<br>(○○川の氾濫) | A 小学校                             | 氾濫危険情報<br>(警戒レベル4相当情報<br>(洪水))     |
| 土砂災害           | B 公民館、<br>今まで逃げられない場合は<br>C マンション | 土砂災害警戒情報<br>(警戒レベル4相当情報<br>(土砂災害)) |

洪水・土砂災害の災害別に、最も早い指定緊急避難場所や近隣の安全な場所などをメモしておきましょう。避難を判断する際に参考にする「警戒レベル相当情報」もあらかじめ決めておきましょう。

記入したものを家族のみんなが見る場所に貼っておきましょう!