

# ●●地区から 水害・土砂災害による犠牲者を出さないために。

- ◆災害時には、「自分や家族の命は自分で守る」、いわゆる「**自助**」が原則です。
- ◆自助・共助・公助が一体となって、**自然災害に立ち向かう「地域社会」**をつくることが求められています。



**地域社会**

- 自助** 自分や家族の命は自分で守る
- 共助** 地域で助け合う(自助のサポート)
- 公助** 自助・共助をサポートする

全員の  
行動原則

## 早めの避難で、自分だけでなく、大切な人の命も守る

災害時、自分一人ではなかなか避難を決断することが難しいことがあるかもしれません。

それは、自分の周りの皆さんも一緒だと思います。逆に、声を掛け合い、避難をする様子を見れば、それにつられて避難する人もできます。

**「あなたの決断が、自分と大切な人の命を守ることに繋がります。」**

避難情報や防災情報を活用し、声を掛け合いながら、早めの避難行動を行いましょう。



## みんなで「災害にも強い」地域をつくる

- ◆水害・土砂災害が頻発する中、「災害で犠牲者を出さない」という思いの中で、皆で災害に向かっていく地域社会が求められています。
- ◆コミュニティの結束力が強い地域でなければ、「災害に強い地域」にはなれません。逆に、「災害に強い地域」になっていれば、あらゆることにも結束できる「**災害にも強い地域**」になっているはずですよ。
- ◆●●地区コミュニティでは、「共助」の力をつけつつ、「公助」と連携しながら、皆さんの「自助」をサポートする取り組みを通じて、地域みんなで災害にも強いコミュニティをつくっていきたいと思います。



▲2020.7.19 ワークショップの様子

水害・土砂災害から身を守るために

●●地区コミュニティ

“マイ避難カード”であなたと家族の避難を考えておきましょう。

- ◆毎年、これまでの最大の記録を超える大雨により、全国各地で水害・土砂災害が起こっています。雨の降り方によっては、豊岡市でも再び水害や土砂災害が発生するかもしれません。
- ◆いざというときに備え、“マイ避難カード”であなたと家族の避難を考えておきましょう。

**<記入例> マイ避難カード** 氏名 **豊岡 太郎**

防災マップで自宅の災害リスク (災害の危険性)を確認してください。  
▶自宅の浸水想定 **3~5m** ▶土砂災害警戒区域内かどうか **土砂災害警戒区域内**

	最善(ベスト)	次善(セカンドベスト)	三善(サードベスト)
いつ	台風接近の前日まで	警戒レベル3 避難準備・高齢者等避難開始の発令	警戒レベル4 避難勧告の発令
どこに	親類宅へ避難(ご近所避難(宅))	指定緊急避難場所( )	自宅の最上階(階)
どのように	迎えに来てもらう(誰に)	徒歩(分) 自家用車(分)	階段で
誰と	近所の(さん)と	家族(人)で	家族(人)で

何を持って(1~2日分を持参する)	食料品	飲み物	生活用品
	缶詰・レトルト(個箱袋) カロリーメイト(袋) チョコレート(袋) 乾燥果実(袋)	水(500ml)本 お茶(500ml)本 ジュース(500ml)本 ( )	懐中電灯・防寒着・着替え タオル・シート・雨具 携帯電話充電器・毛布 常備薬・お薬手帳 ( )

★お願い 大雨が降っているときは、建物の2階以上の、山とは反対側の部屋で過ごすようにしてください。

手順①

手順③

手順②

手順④

手順⑤

## 手順① 水害・土砂災害の危険を知る

◆「**防災マップ**」で、自宅の危険性を確認しましょう。

豊岡市防災マップ

検索

<https://www.city.toyouka.lg.jp/bosai/bosai/bosaimap/index.html>



▲防災マップ(□□地域 | ●●地区)

### ●●地区の水害・土砂災害の危険性

#### ■地区の広範囲が水没

- ✓ 広い範囲で2階床上、場所によってはそれ以上の浸水の恐れ
- ✓ 低いところでは長期間(3日以上)浸水が続く恐れ

#### ■川沿いでは木造住宅が押し流される恐れ

#### ■山沿いでは土砂災害の危険

手順②(中面)へ

## 手順② 避難先(どこに)を考える

◆原則は「早い段階で水害・土砂災害の危険がない安全な場所への避難(早期避難)」  
移動することが危険な場合は、「そのときできる最善の行動をとる(緊急避難)」

◆その時の状況に合わせて避難できるよう、複数の避難先(最善・次善・三善)を検討しておいてください。

➡ 避難先ごとに、移動時間等も踏まえ、避難のタイミング(いつ)を検討しておきましょう。



### 市の指定緊急避難場所へ行くことだけが避難ではありません。(分散避難)

◆「難を避けること＝避難」ができれば、避難先はどこでもかまいません。  
◆3密を避けるためにも、自らが避難先が確保できる人はその場所に避難してください。



## 手順④ 避難の方法(どのように・誰と)を考える

◆手順②「どこに」、手順③「いつ」をふまえて、「どのように」避難するかを検討しておきましょう。

### 一人での避難が難しい方の避難について(「誰と」を考えるときの留意点)

◆一人での避難が難しい方(避難行動要援護者の方)においても、まずは「自助」でできることを考えてください。

- ①同居、別居に関わらず「家族」、「親族」
  - ②普段利用されている介護サービスの方
  - ③隣近所の気ころの知れた方
- を支援者とする

➡(個人で支援先を確保することが難しい場合) 行政区に相談(個別支援計画の作成等)

➡(それでも難しいと考えられる場合) 市役所に相談してください

避難先や協力をお願いする方(「共助」をお願いする方)を自ら考えることも「自助」のひとつです。

## 手順③ 避難のタイミング(いつ)を考える

行政が出す避難・防災情報※1	警戒レベル	とるべき行動の目安	川などの状況
災害発生情報	5	命を守る最善の行動をとる	・災害発生時 ・氾濫発生情報発表 ・大雨特別警報発表
避難指示(緊急)	4	・直ちに避難(身を守る行動)を終える ・終了できない場合は、建物の2階以上に緊急退避	・円山川水位 7.16m※2 ・排水ポンプ停止 ・土砂災害警戒情報発表 ・土砂災害の発生を確認
避難勧告		・全員が速やかに避難(身を守る行動)を開始する	・円山川水位 6.20m※2 ・土砂災害警戒情報発表
避難準備・高齢者等避難開始	3	・高齢者など、避難に時間を要する人は避難を開始 ・他の方は避難の準備を始める	・円山川水位 4.50m※2 ・土砂災害警戒情報発表
(気象庁) 注意報	2	・防災マップ等でとるべき避難を確認	※1 災害時の状況により、必ずしも警戒レベルの順に発表されるとは限りません。 ※2 立野地点の水位
(気象庁) 早期注意情報	1	・災害への心構えを高める	

!!! 警戒レベルの運用は、内閣府での検討を踏まえて、令和3年の梅雨期を目的に変更となる見込みです !!!

※「自主避難所の開設」情報 夜間に【警戒レベル4】避難勧告以上の情報を発令する可能性がある時は、夜間の避難が不安な方を対象に、早めの自主避難を呼びかけます。

**テレビで確認**

ボタンを押すと、気象情報や避難情報を確認できます。(テレビ画面のイメージ)

**パソコン・スマートフォンで確認**

「川の水位情報」にアクセスすると、川の状況(水位や画像)を確認できます。

川の水位情報 検索

<https://k.river.go.jp>

避難・防災情報のほか  
**こんなときは要注意!**

- ✓ 早い段階で気象庁が緊急記者会見を行ったとき
- ✓ 降雨予測で、線状降水帯など、強い雨が長い間降り続けると予想されるとき
- ✓ 台風情報の進路予測で豊岡市に影響が出ると予想されるとき
- ✓ 土砂災害の前兆現象が確認されたとき

### 市役所の情報・災害が発生しそうな状況まで避難を待つ必要はありません!

◆親戚・知人宅など、安全が確保できる場所がある場合は、早めの避難(最善)を心がけましょう。

## 手順⑤ 非常持出品・備蓄品を準備する



- ◆災害時、必要なものは自分や家族の状態によって違います。
- ◆自分や家族にとって必要なものが何かを想定し、事前に準備しておきましょう。

### 【非常持出品・備蓄品の例】

食料品	非常食、缶詰、レトルト食品、流動食、菓子パン、おやつ など
飲み物	水、お茶、ジュース など ※1人1日2リットルが基本
生活用品	着替え、防寒具、電池、充電器、懐中電灯、携帯ラジオ など
感染症対策	マスク、消毒液、体温計 など
その他	常備薬、お薬手帳、介護用品、障がい者手帳、母子手帳、粉ミルク、オムツ など