

家族で、地域で備えましょう!

日頃の備え



家族で防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときに、あわてず行動できるよう家族で普段から話し合っておきましょう。また、災害に備えて家中と外とをチェックし、危険な箇所は早めに改善するようにしましょう。

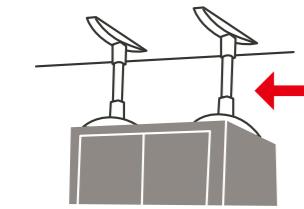
チェック! 話し合いたい項目 ※乳幼児・高齢者・病人・妊婦のいる家庭や、ペットを飼っている家庭はその避難方法も話し合いましょう。

<input type="checkbox"/> 家の付近の浸水状況や、土砂災害のおそれのある箇所の確認	<input type="checkbox"/> 家族間の連絡方法と、最終的に会う場所	<input type="checkbox"/> 家族一人ひとりの役割分担 家族の安否確認、非常持出品・備蓄品の準備・点検、避難経路の確保、隣近所への連絡など
<input type="checkbox"/> 災害が起きた時の身の守り方	<input type="checkbox"/> 災害別の避難行動 指定されている避難所とそこへ行くまでの経路の確認	

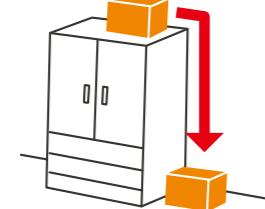
我が家の中の安全対策を確認しましょう

安全と思われる家の中や家のまわりでも、災害時に避難や救助の妨げになったり、落下物によるケガなどの被害を引き起こすことがあります。災害に備えて日頃から点検する習慣をつけましょう。

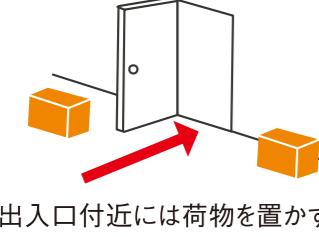
家の中の安全対策



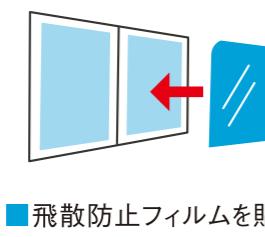
■家具の転倒、落下防止のため、金具などで固定する。



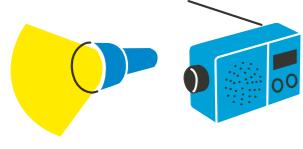
■重い荷物は高い所に置かず、床に置いておく。



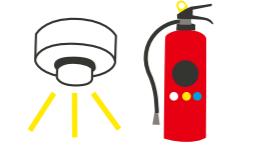
■出入口付近には荷物を置かず、避難口を確保する。



■飛散防止フィルムを貼るなど、ガラスの飛散を防止する。

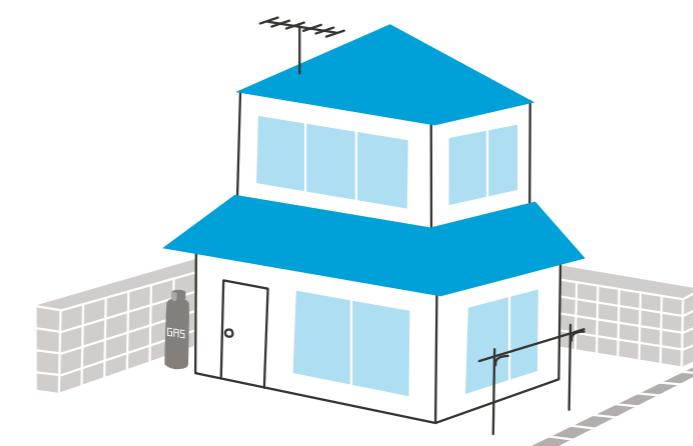


■停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオと予備の電池を準備しておく。



■住宅用火災警報器、消火器を設置しておく。

家の外の安全対策



- アンテナ、看板などは、針金などで補強する。
- 窓を補強する。
- 排水溝などのゴミや落ち葉を取り除き、水はけを良くする。
- 風で飛ばされそうなものは家中に入れる。
- 瓦やトタン屋根に異常がないか確認する。
- 外壁に亀裂がないか確認する。
- ブロック塀のぐらつき・破損を確認する。

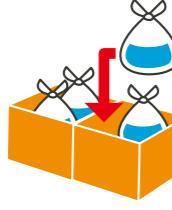
家屋の浸水を軽減しましょう

簡易水防工法は、家庭にある物を使って家屋の浸水や流入を防ぐ方法です。

水深が浅い段階では有効です。玄関などの出入口のみならず、床下への浸水の防止にもなります。

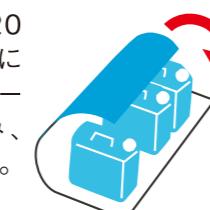
ゴミ袋による簡易水のう

40リットル程度の容量のゴミ袋を二重にして、中に半分程度の水を入れて閉めます。これをダンボール箱に入れ、連結して使用します。



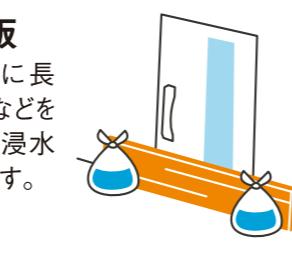
ポリタンクとレジャーシート

10リットルまたは20リットルのポリタンクに水を入れ、レジャーシートで巻き込み、連結して使用します。



止水板

出入口に長めの板などを設置し、浸水を防ぎます。



自主防災組織で地域を守る

自主防災組織とは、地域の皆さんが災害に対して協力し合う組織です。

自主防災組織を結成し、地域防災活動を行うことで災害に強いまちづくりを目指しましょう。

平常時の活動

作ろう、参加しよう、育てよう!

隣近所や行政区などで、互いに助け合い、協力し合える体制づくりをしましょう。



みんなで学ぼう!

防災に関する知識を身につけましょう。想定される災害と対応について話し合いましょう。



訓練をしよう!

・初期消火訓練
・避難所の開設・運営訓練
・避難者の誘導訓練



災害時の活動

初期消火活動

身の安全を第一に考え、消火器などを用いた初期消火の実施

避難誘導支援

高齢者や障がいをお持ちの方々などへの避難誘導の支援

救出・救護活動

まず身の安全を確保し、その後被災者の救出や救護活動の支援

情報の収集・伝達

災害に関する正しい情報を収集伝達し、支援活動などを実施

避難場所の支援

水や食料などの配給支援や炊き出しなどの活動支援



非常持出品・備蓄品リスト

非常持出品・備蓄品の準備は防災対策の基本です。リストを参考に、家族構成に合わせて準備しましょう。

また、食品の賞味期限や電化製品の故障がないかを定期的にチェックすることも忘れずにしましょう。

チェック! 非常持出品

あまり重いと避難に支障が出るので、必要最小限にまとめ、すぐ取り出せるところに保管しておきましょう。

ヘルメット・防災ずきん

落下物から頭を守るために必需品



懐中電灯

※予備の電池も必要
停電時や夜間の移動に欠かせない。できれば1人に1つ用意



非常食

缶入り乾パンなど、火を通さず食べられるもの



リュックサックなど

非常品を入れて両手が確保できるリュックサックなど



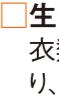
急救医薬品・常備薬

キズ薬、ばんそうこう、その他の薬など



水

持ち運びに便利なペットボトル入りを



生活用品

衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶切り、簡易トイレ、タオル、雨具など



チェック! 非常備蓄品

最低でも3日間は生活できるだけの量を用意しておきましょう。

非常食

缶詰やレトルト食品など、そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの



水

飲料水は1人1日3リットルが目安



工具類

スコップやロープなど



生活用品

カセットコンロとガスボンベ、毛布、衣類、トイレペーパー、ドライシャンプー、ビニール袋など



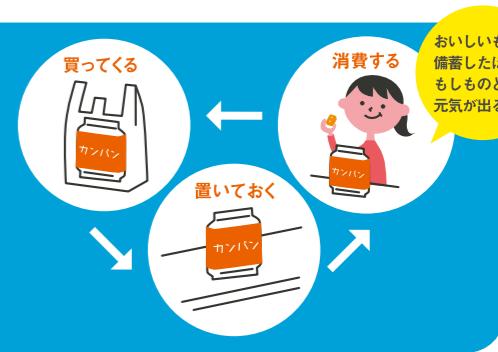
！ 家族構成に合わせた準備を

非常持出品・備蓄品は、アレルギー対応の非常食やペットフードなど、家族構成に合わせて必要なものを考えてみましょう。



ローリングストック法

非常持出品・備蓄品などで保管する非常食などを、定期的に消費し、その分をあらためて補充することで、「食べながら備蓄する」ということができます。



おいしいものを備蓄したほうが、もしものときにも元気が出るね！

買ってくる

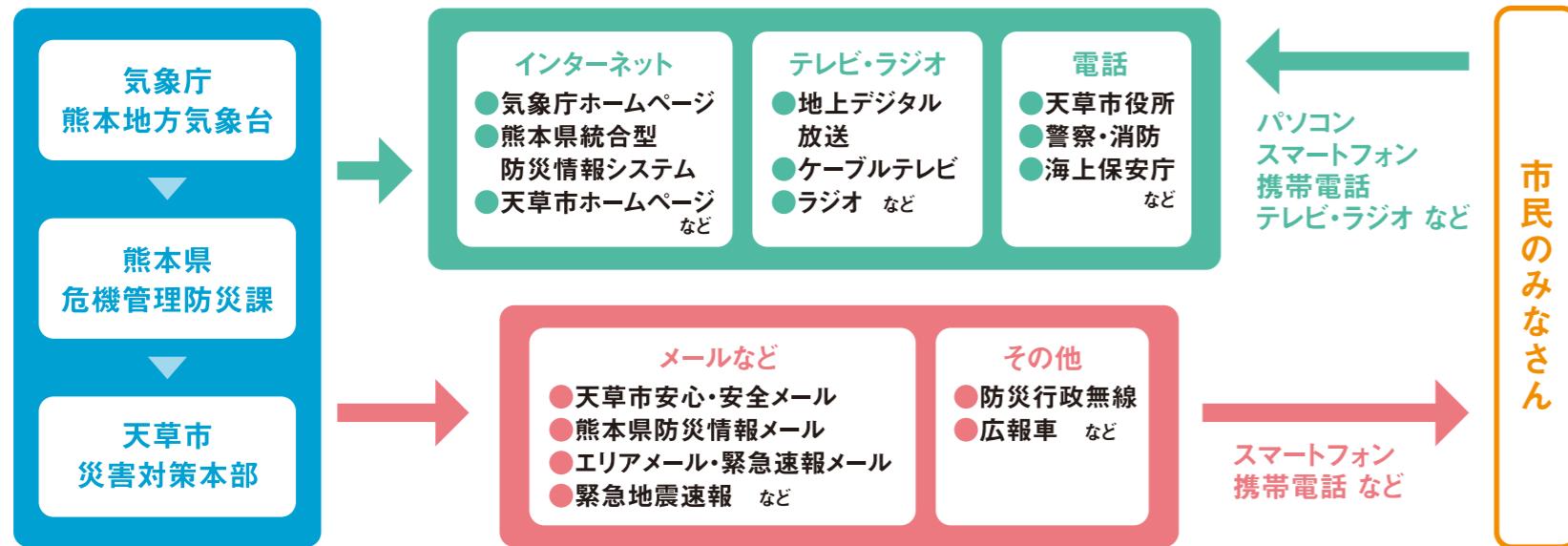
消費する

置いておく

自ら判断し、早めに避難しましょう!

いざというときは

情報伝達の経路

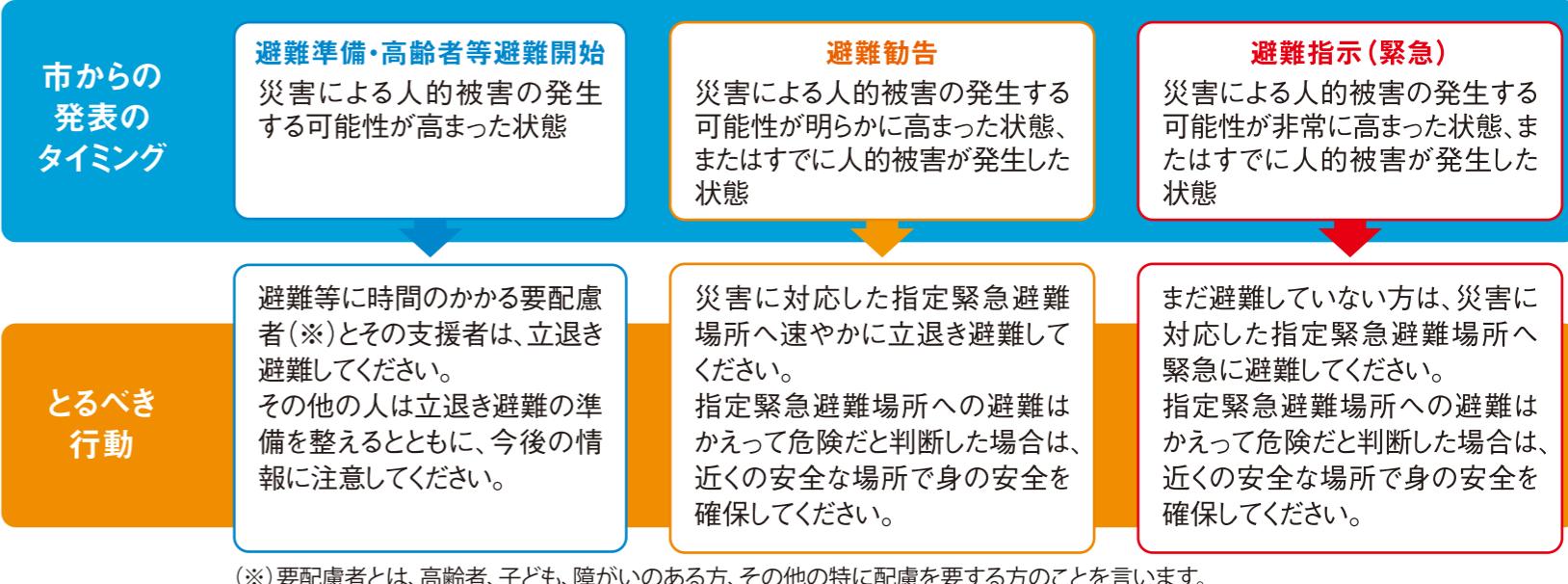


災害の種類と防災情報・行動のポイント



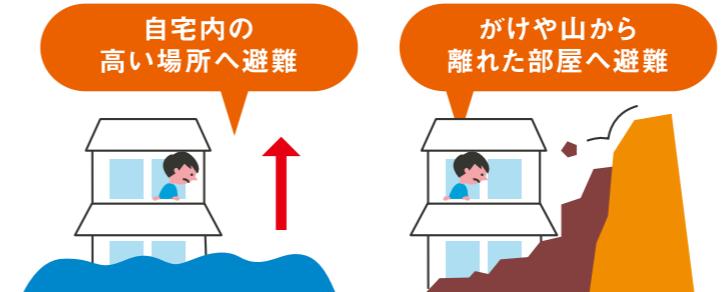
避難情報と住民がとるべき行動

災害が発生する可能性が高まり、住民の皆さんの避難が必要になった場合に、市は避難に関する情報を発令します。市民の皆さんは情報を確認し、適切な行動をとってください。



屋内安全確保(垂直避難)

- 予想される浸水が2階の床面(3m)未満の場合
- 屋外への避難がかえって危険な場合



立退き避難(水平避難)

- 2階の床面(3m)以上の浸水が予想される場合
- 土砂災害による家屋倒壊などのおそれがある場合



夜間に大雨が予想される場合は
明るい時間帯での予防的避難を心がけてください。

避難する場合…

- 避難する前に
電気のブレーカーを落とし、ガスなどの火元を閉め、親類や知人などに避難することを連絡しておきましょう。
- 一人暮らしのお年寄り
などには気配りを
近所の一人暮らしのお年寄りや病気の方がいる場合は、声を掛け合って一緒に避難しましょう。
- 車での避難は控えて
車での避難は緊急車両の通行の妨げになり、交通渋滞を招きます。特別な場合を除き徒歩で避難しましょう。
- 浸水した道路を通る場合
水路には十分注意して、できるだけ高いところにある道路を選びましょう。
- 速やかに避難しましょう
避難に関する情報が発表されたら、速やかに避難しましょう。避難の際には消防団員などの指示に従いましょう。
- 車いすを利用している方
階段では2人以上が必要。
上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。
介助者が1人の場合、ひもなどを用意し、おんぶして避難する。

災害時に特別な配慮を要する方々への支援

高齢者や障がいをお持ちの方など、災害時において特に配慮を要する方々は、災害発生時において地域の皆さんの支援が必要となります。

- 高齢者・病人
・おんぶ(または担架、リエサーなどを利用)して安全な場所まで避難する。
・複数の介助者で対応する。
- 目の不自由な方
・声をかけ、情報を伝える。
・誘導する場合は、杖を持った方の手には触れず、ひじのあたりを軽く持ってもらい、半歩手前をゆっくり歩く。
- 耳の不自由な方
・話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにする。
・手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。

洪水

情報の
入手先

- 気象庁 気象警報・注意報 <http://www.jma.go.jp/jp/warn/>
- 気象庁 レーダー降水ナウキャスト <http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/>
- 気象庁 高解像度降水ナウキャスト <http://www.jma.go.jp/jp/highresorad/>
- 熊本県 統合型防災情報システム <http://www.bousai.pref.kumamoto.jp/>

雨の降り方と強さ

1時間雨量や予報用語は気象庁やニュースなどの気象情報でよく使われています。
このイメージを参考に雨の降り方に注意しましょう。

1時間雨量	10~20mm	20~30mm	30~50mm	50~80mm	80mm以上		
予報用語	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨		
人の受けるイメージ	ザーザーと降る	どしゃ降り	バケツをひっくり返したように降る	滝のように降る	息苦しくなるような圧迫感がある		
人への影響	地面からの跳ね返りで足元がぬれる	傘をさしていてもぬれる		傘は全く役に立たなくなる			
屋内(木造住宅を想定)の様子	雨の音で話し声が良く聞き取れない	寝ている人の半数くらいが雨に気がつく					
屋外の様子	地面一面に水たまりができる	道路が川のようになる	水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる				

想定浸水深の目安



記録的短時間大雨情報 (熊本県の基準: 1時間に110mm)

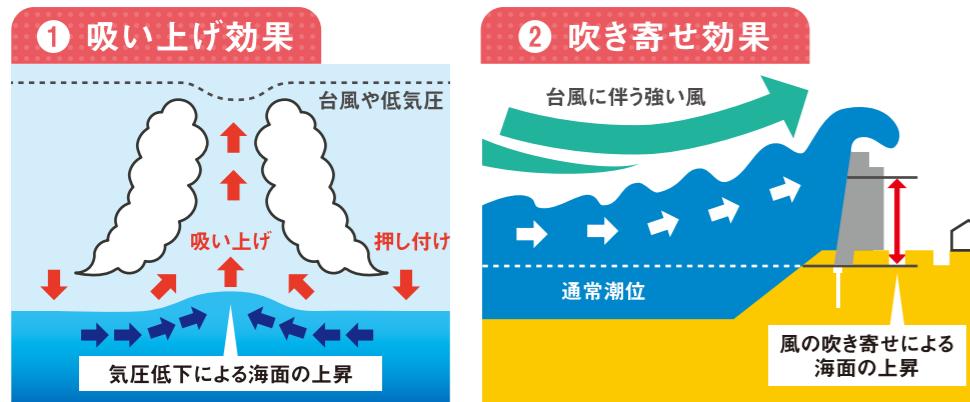
数年に一度程度しか発生しないような短時間の大雨を観測または解析した場合に、熊本地方気象台が発表します。
この情報が発表されたときは、地域で洪水や土砂災害の発生につながるような猛烈な雨が降っていることを意味しています。
特に浸水想定区域内や土砂災害警戒区域内にお住まいの方は、避難情報を確認し、早めに避難行動を取ってください。

高潮

情報の
入手先

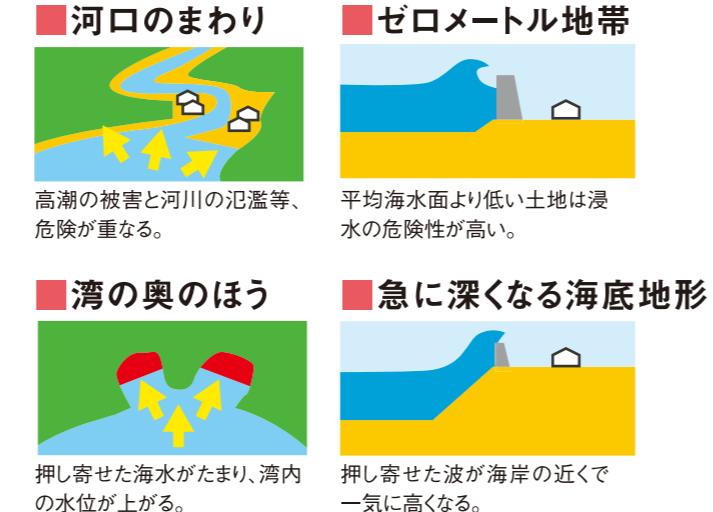
- 気象庁 気象警報・注意報 <http://www.jma.go.jp/jp/warn/>
- 気象庁 潮位観測情報 <http://www.jma.go.jp/jp/choi/>

高潮の起こる仕組み



台風や発達した低気圧の中心が接近すると、中心付近の気圧が低下し、海面が吸い上げられて上昇します。

高潮の被害を受けやすい場所



台風による強い風が沖から海岸に向かって長時間吹き続けると、海水が海岸に吹き寄せられ、海岸付近の海面が異常に上昇します。

土砂災害

情報の
入手先

- 気象庁 気象警報・注意報 <http://www.jma.go.jp/jp/warn/>
- 気象庁 土砂災害警戒情報 <http://www.jma.go.jp/jp/dosha/>
- 熊本県 土砂災害情報マップ <http://sabo.kiken.pref.kumamoto.jp/website/sabo/index.html>

土砂災害警戒区域 (イエローゾーン)

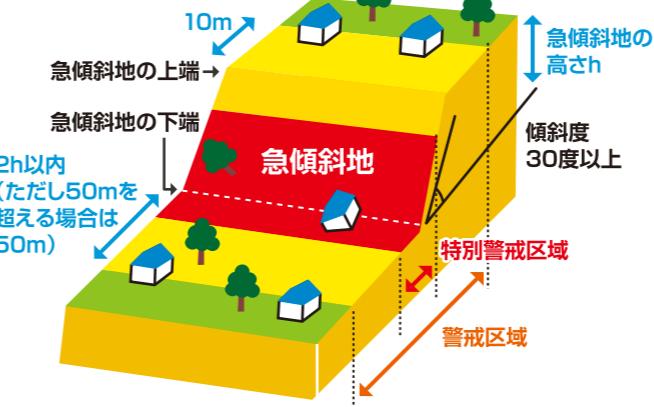
がけ崩れ等の土砂災害が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生ずるおそれがあると認められる土地の区域であり、危険の周知、警戒避難体制の整備が行われます。

土砂災害特別警戒区域 (レッドゾーン)

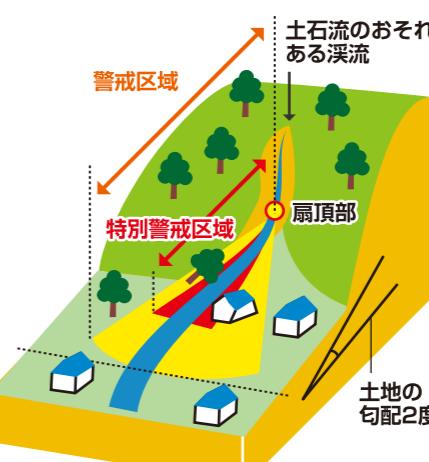
がけ崩れ等の土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる土地の区域で、特定の開発行為の制限、建築物の構造規制等が行われます。

土砂災害警戒区域等にお住まいの方は、大雨のときには警戒避難が必要となる可能性がありますので、避難勧告などの情報にも注意してください。

急傾斜地の崩壊(がけ崩れ)



土石流



土砂災害警戒情報

大雨により土砂災害の発生の危険性が高まった場合、熊本県と熊本地方気象台が共同で発表します。

土砂災害警戒情報が発表されたときは「いつ土砂災害が起きたてもおかしくない」という非常に危険な状態です。

また、土砂災害警戒情報が発表されていなくても、その他の防災情報や土砂災害の前兆現象などにも十分注意しながら、適切な避難活動を取ってください。



土砂災害警戒情報は、「天草市東部」、「天草市西部」で発表されます

天草市東部: 本渡地域、有明町、御所浦町、倉岳町、栖本町、新和町、五和町

天草市西部: 牛深地域、天草町、河浦町

台風が発生しやすい時期は、台風予測を事前に確認して、適切な行動をとましょう。

台風

台風の大きさは、強風域(風速15m/s以上の強い風が吹いているか、地形の影響などがない場合に吹く可能性のある範囲)の半径で表し、台風の強さは、最大風速で区分しています。

台風に関する情報の中では、台風の大きさと強さを組み合わせて、「大型で非常に強い台風」のように呼びます。

大きさの階級分け

階級	風速15m/s以上の半径
大型(大きい)	500km以上800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

強さの階級分け

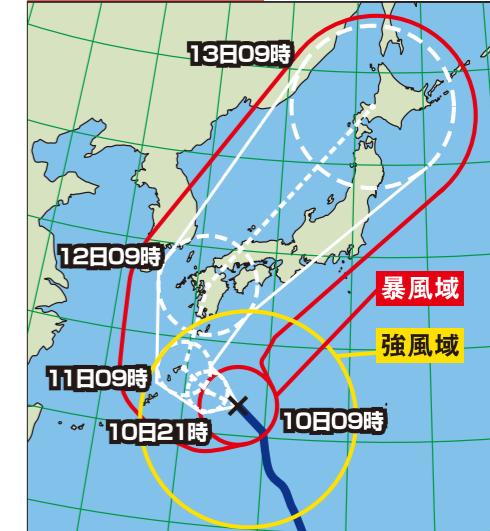
階級	最大風速
強い	33m/s以上44m/s未満
非常に強い	44m/s以上54m/s未満
猛烈な	54m/s以上

西側でも、地形によって高潮が発達する可能性がありますので、油断は禁物です。



東側では、風が特に強くなるため、高潮が異常に発達する可能性が高くなります。

台風情報の例



地震

情報の入手先

●気象庁 気象警報・注意報

<http://www.jma.go.jp/jp/warn/>

●気象庁 地震情報

<http://www.jma.go.jp/jp/quake/>

地震発生時の心構え／行動のポイント



最初の大きな揺れは1分間

- まず、身を守る
 - ・机の下に入る
 - ・クッションや雑誌などで頭を保護する
 - ・家具やガラス面から離れる



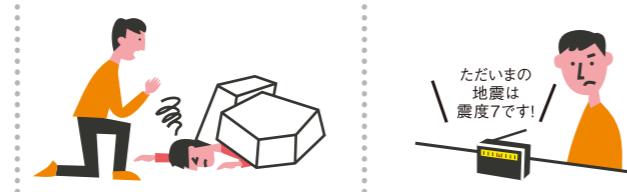
揺れが収またらまず火の始末

- 脱出口を確保する
- 火元を確認する
- 家族の安全を確保する
- 靴をはく



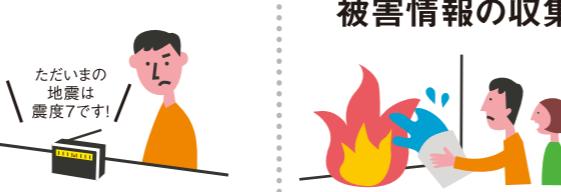
隣近所の安全確認
火災の発生を防ぐ

- 隣近所に声をかける
- 近所に火が出ていたら初期消火
- 余震に注意
- 非常持出品を用意する



ラジオなどで正しい情報を入手

- 正しい情報をつかむ
- 電話はなるべく使わない
- 余震に注意
- 家屋倒壊などの危険があれば避難



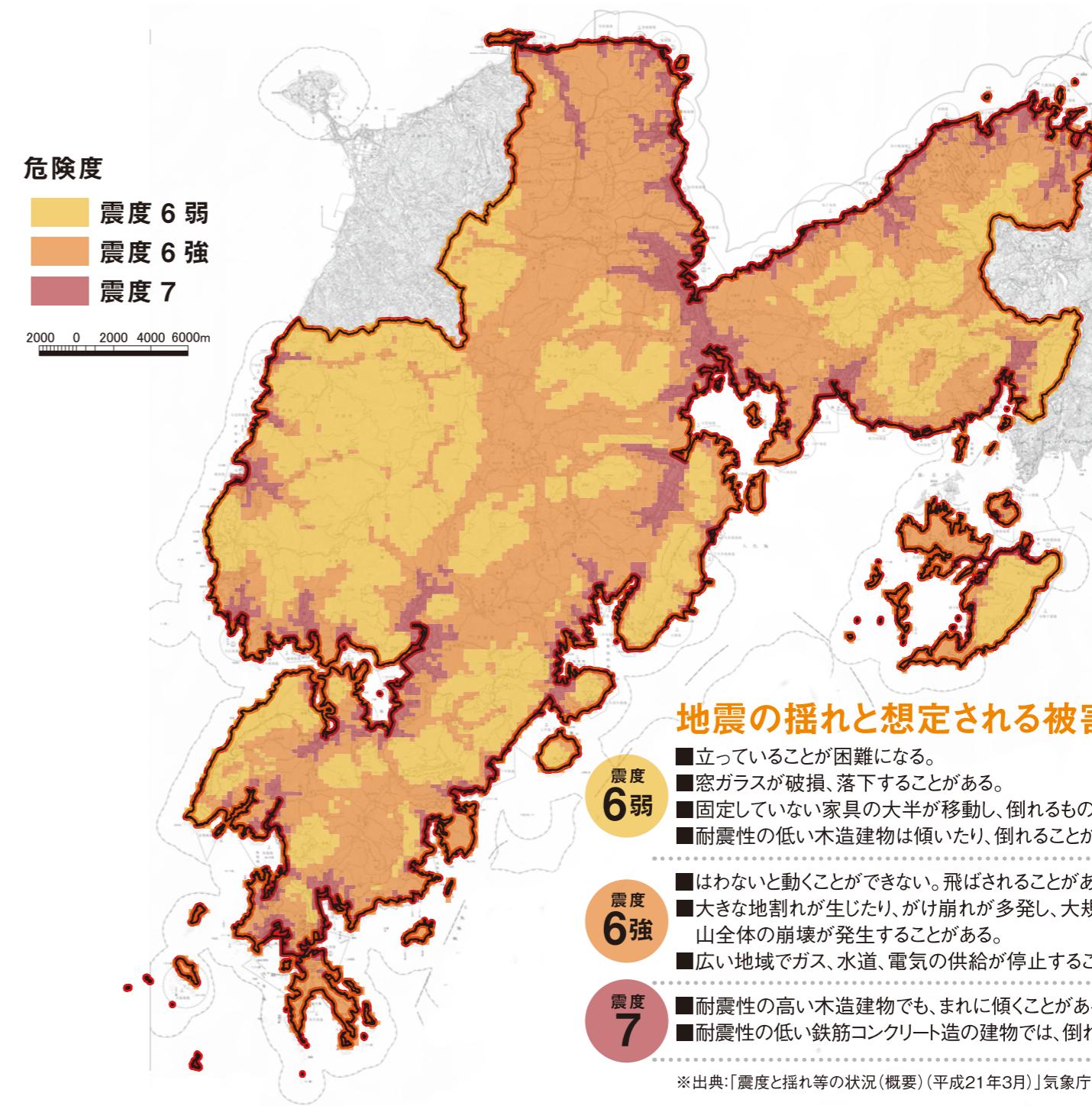
発生10分

発生数時間

3日くらい

地震ハザードマップ（揺れやすさマップ）

どこでも発生する可能性のあるM6.9の直下型地震が発生した場合に、市内で想定される最大の揺れをマップに表示しています。計算は、約50m四方の「メッシュ」単位で行っています。(平成30年 天草市作成)



津波

情報の入手先

●気象庁 気象警報・注意報

<http://www.jma.go.jp/jp/warn/>

●気象庁 大津波警報・津波警報・津波注意報

<http://www.jma.go.jp/jp/tsunami/>

避難のポイント

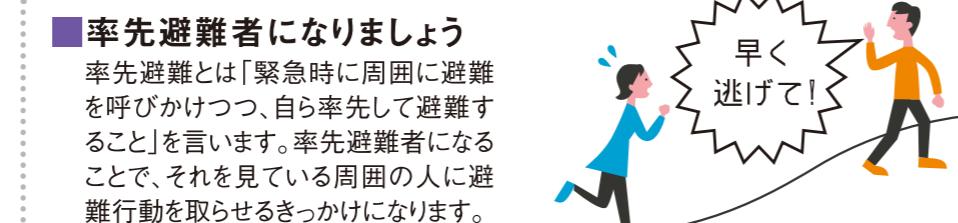
小さな揺れでも油断禁物！

小さな揺れの地震でも、長い時間ゆっくりとした揺れの場合、津波が来襲することがあります。



高い場所へ避難する
海岸から「より遠くへ」ではなく、「より高い」場所へ避難しましょう。

率先避難者になります
率先避難とは「緊急時に周囲に避難を呼びかけつつ、自ら率先して避難すること」を言います。率先避難者になることで、それを見ている周囲の人々に避難行動を取らせるきっかけになります。



海岸や川には近づかない!
海岸はもちろん、津波は市街地よりも川を早くさかのぼりますので、できるだけ川に近づかないで避難しましょう。



津波の特徴

■ジェット機並みの速さ ■想像以上の高さ

時速800km 時速250km 時速110km 時速36km

5000m 500m 100m 10m

津波の速さは海が深いほど速く、津波が見えてからでは逃げ切れません。



津波の高さは海岸の地形等で変わります。東日本大震災では、想像以上の津波が発生しました。

■予兆もなく襲ってくる

必ずしも、津波の前に引き潮(予兆)があるとは限りません。

■津波は繰り返す

津波は繰り返していくので、警報や注意報が解除されるまで沿岸部に近づかないでください。

津波に関する警報・注意報

津波による災害の発生が予想される場合には、地震発生後約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報が気象庁から発表され、その後予想される津波の高さや津波の到着予想時刻などが発表されます。

	予想される津波の高さ	想定される被害
	数値での発表(発表基準)	巨大地震の場合の表現
大津波警報	10m超(10m<高さ)	巨大
	10m(5m<高さ≤10m)	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。
	5m(3m<高さ≤5m)	
津波警報	3m(1m<高さ≤3m)	高
	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。	
津波注意報	1m(20cm≤高さ≤1m)	(表記しない)
	海の中では人は速い流れに巻き込まれます。養殖いかたが流し出し小型船舶が転覆します。	

栖本地域 避難所一覧

※指定緊急避難場所(第1次)……災害が発生し、または発生の恐れがある場合に、その危険から逃れるための避難場所。

※指定避難所(第2次)…………災害の危険性があり、避難した方や災害により家に戻られなくなった方に必要な期間、滞在していただく臨時の施設。

避難対象地区	施設名	電話番号 (市外局番 0969)	指定緊急避難場所(第1次)		指定避難所 (第2次)
			風水害	地震・津波・高潮	
河内地区	栖本地域コミュニティセンター	66-2293	○	○	
	大河内公民館				○
	中河内公民館				○
	下河内公民館				○
	栖本河内体育館		○	○	
栖本地区	市栖本支所	66-3111	○		
	栖本福祉会館	66-3355	○		
	打田公民館				○
	栖本小学校体育館				○
	村公民館				○
	山浦公民館		○	○	
	川下公民館				○
	湯上公民館				○
	西真寺				○
	湯下公民館				○
	栖本中学校体育館				○
	円性寺	66-2007	●	○	
	浜公民館				○
	法真寺		●	○	
	栖本体育館				○
	古江公民館		○	○	
	稚児崎公民館				○

*●はグラウンドなどの屋外施設

避難所生活の心得

避難所の生活では、ほかの人の居住スペースに立ち入ったり、のぞいたり、大声を上げたり、決められた場所以外で喫煙するのはマナー違反です。ルールを守り、避難者もできる範囲で役割分担をして助け合いながら生活しましょう。また、避難所では、要配慮者への心配りも必要です。

①連絡先などの申告



避難所に到着したら、住所・氏名・連絡先を申告し、できるだけ隣近所の人や町内会ごとにまとまって過ごすようにします。帰宅困難者はその旨を申告します。

②役割分担



受付や炊き出しなど、割り当てられた係の仕事はしっかり行いましょう。お互いに協力し合って避難所を運営しなければならないこともあります。

③体調管理・衛生管理



急激な環境変化で体調を崩さないように心掛けましょう。トイレの清掃やゴミ捨て当番などを決めて衛生管理をしましょう。

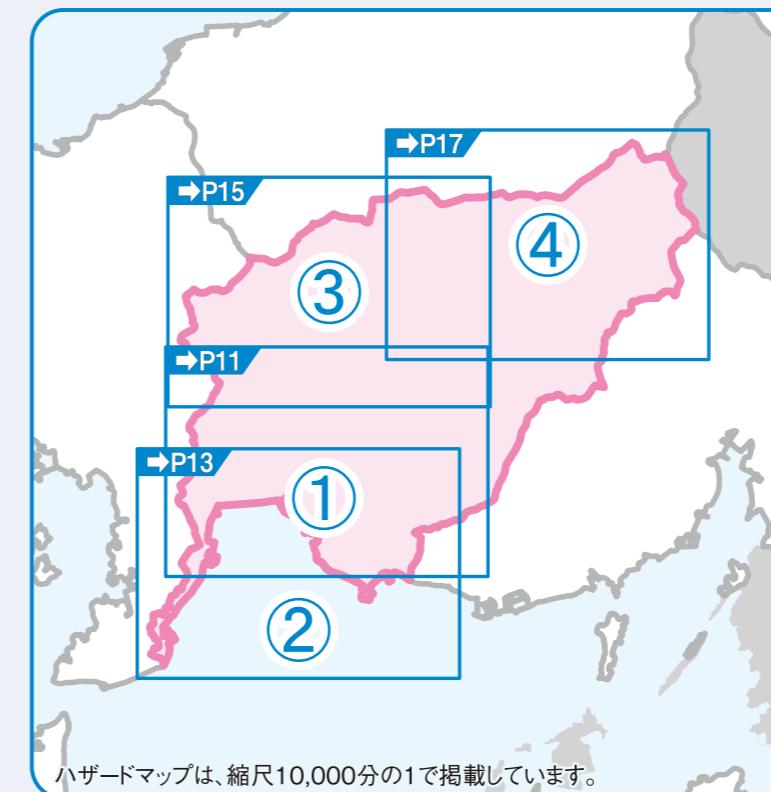
ハザードマップの見方

●洪水・土砂災害ハザードマップ

洪水浸水想定区域について

栖本地域内を流れる河内川、白洲川が、大雨によって氾濫した場合に想定される「浸水する範囲(浸水域)」と「浸水の深さ(浸水深)」を示しています(熊本県作成)。想定される大雨の規模は、以下の通りです。

- ・河内川: 概ね30年に1回程度起こる大雨
- ・白洲川: 概ね30年に1回程度起こる大雨



●高潮ハザードマップ



高潮浸水想定区域について

熊本県内の沿岸部を対象に、満潮時に伊勢湾台風(中心気圧940hPa、想定最大風速45.4m/s)相当の台風が、最も影響するコースを通過し、海岸の堤防を越えて浸水した場合を想定しています。

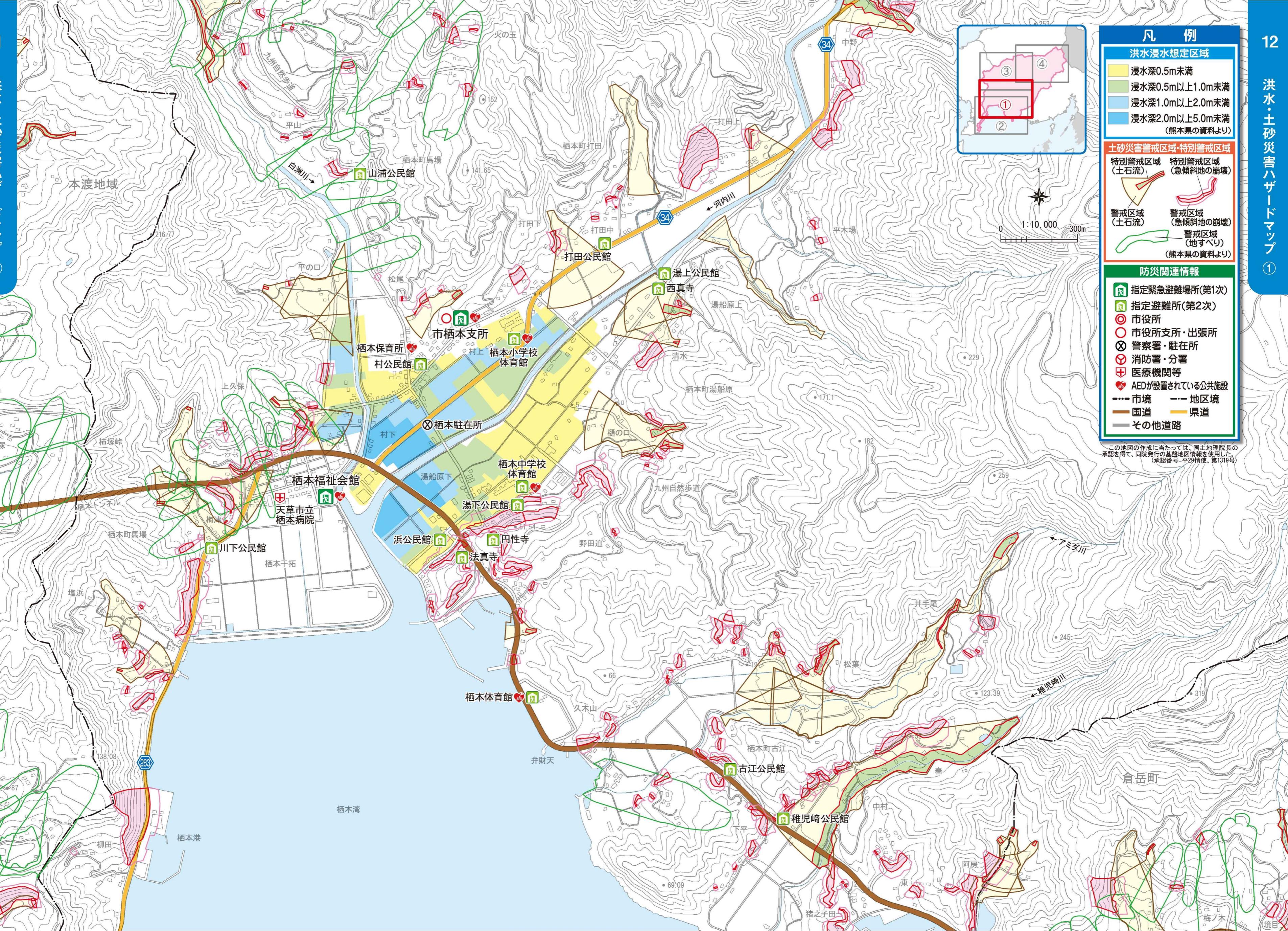
●津波ハザードマップ

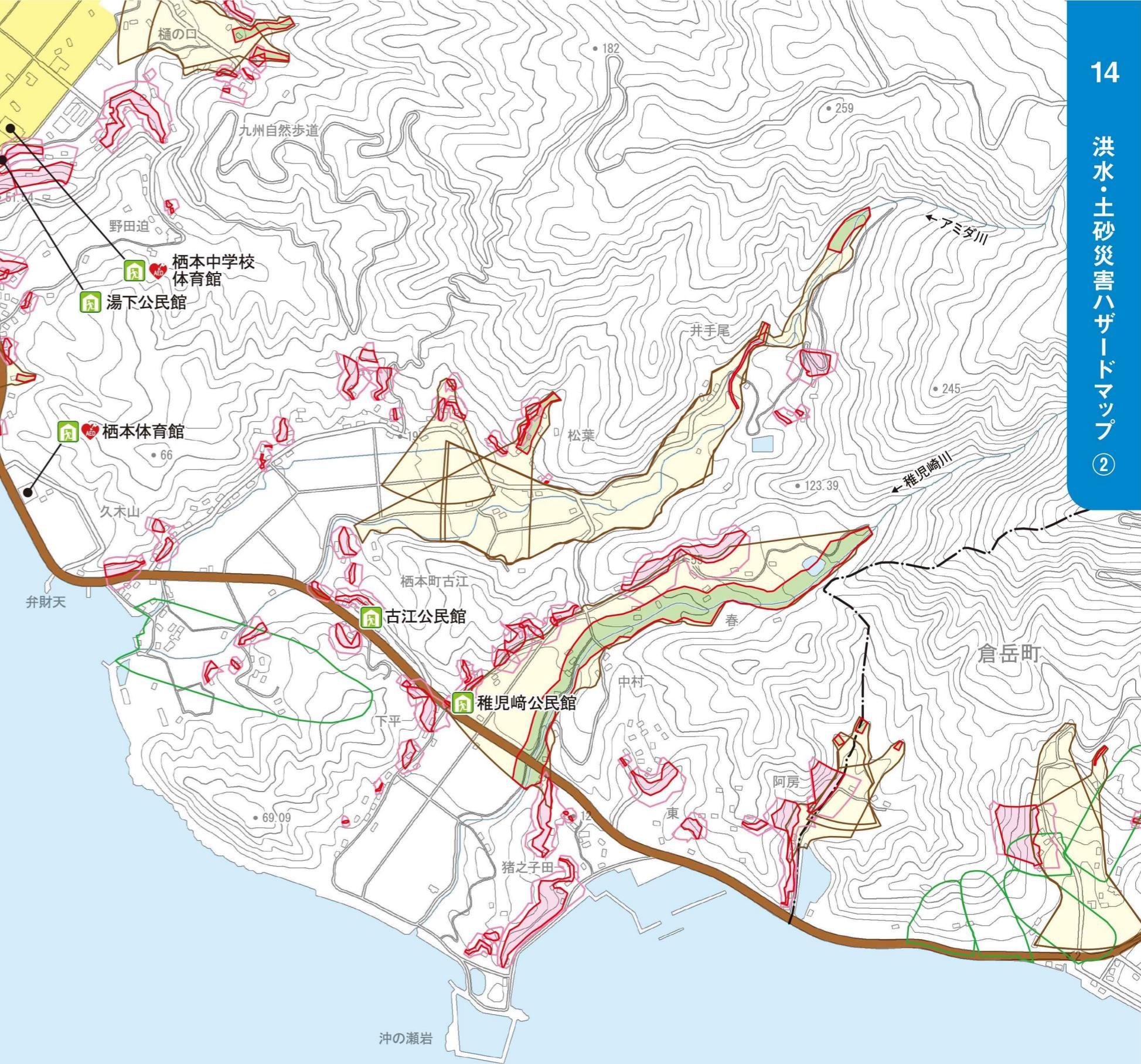


津波浸水想定区域について

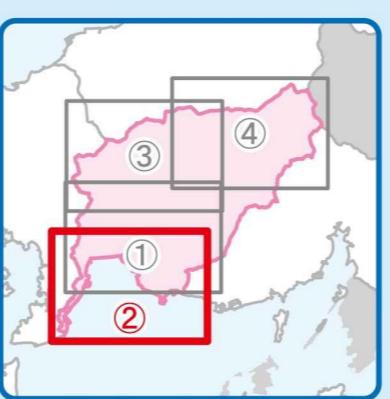
3つの断層モデル(雲仙断層群、布田川・日奈久断層帯、南海トラフの巨大地震)を対象に6ケースの津波シミュレーションを行い、各計算結果の最大となる浸水域と浸水深を示しています。

なお、津波によって堤防などの構造物が破壊される場合を考慮して計算しています。



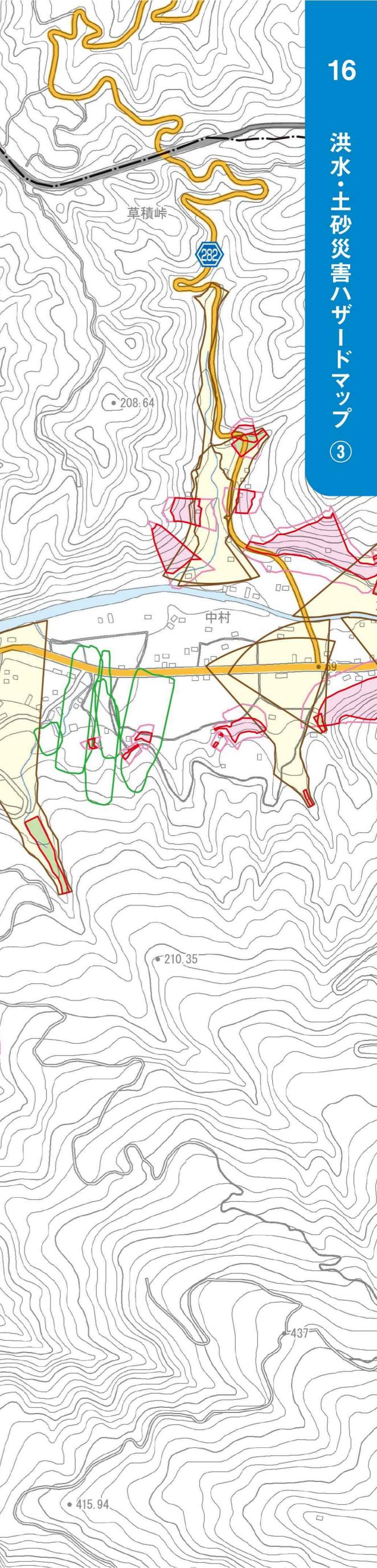


0 1:10,000 300m



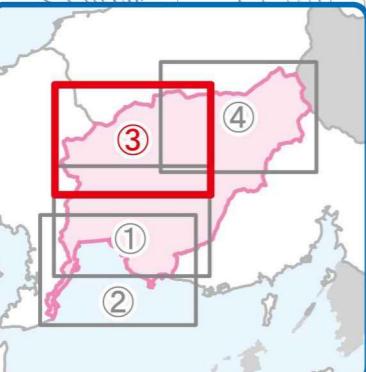
この地図の作成に当たっては、国土地理院
長の承認を得て、同院発行の基盤地図情報を
使用した。(承認番号 平29情使、第1319号)





凡例

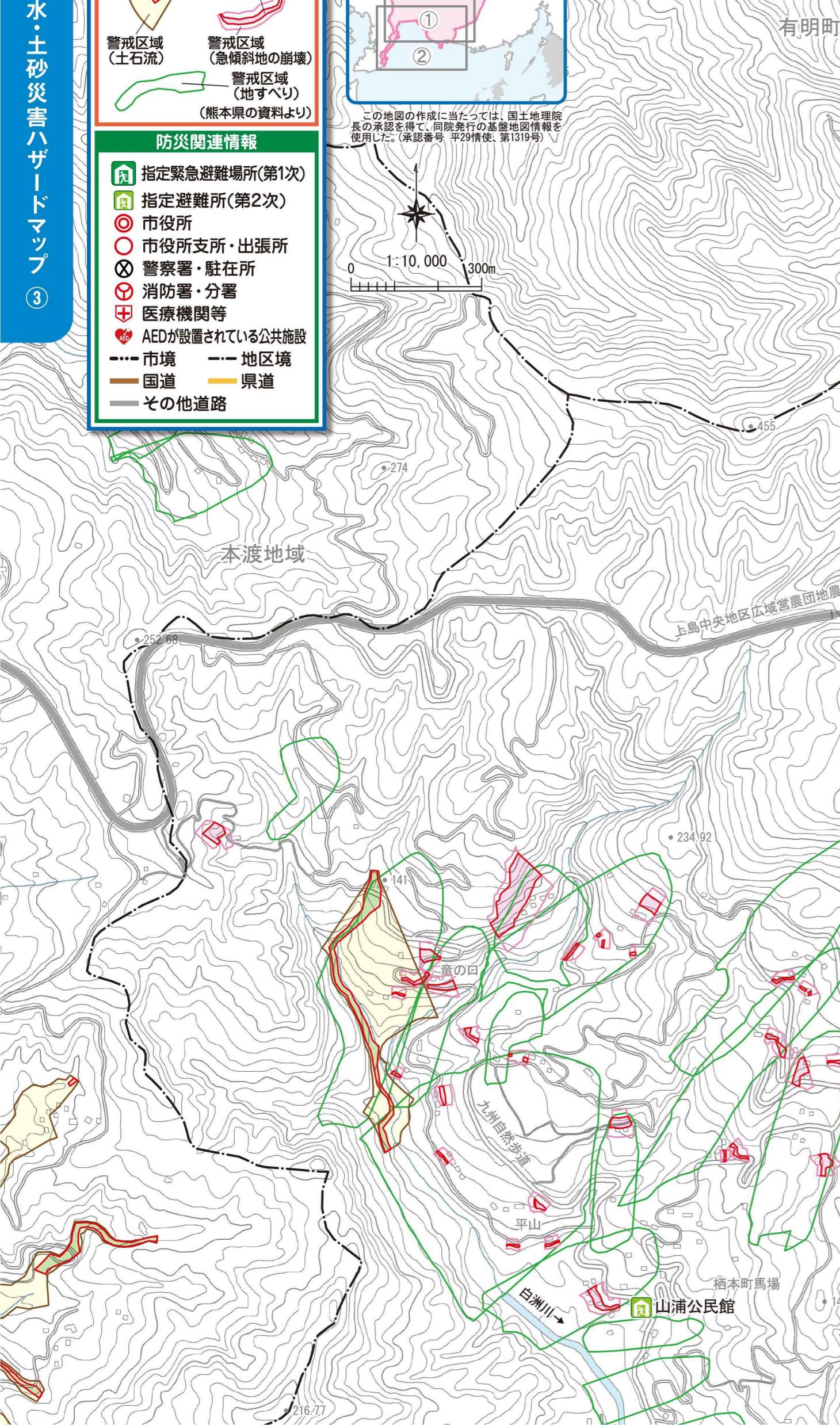
土砂災害警戒区域・特別警戒区域
特別警戒区域（土石流） 特別警戒区域（急傾斜地の崩壊）
警戒区域（土石流） 警戒区域（急傾斜地の崩壊）
警戒区域（地すべり）
(熊本県の資料より)

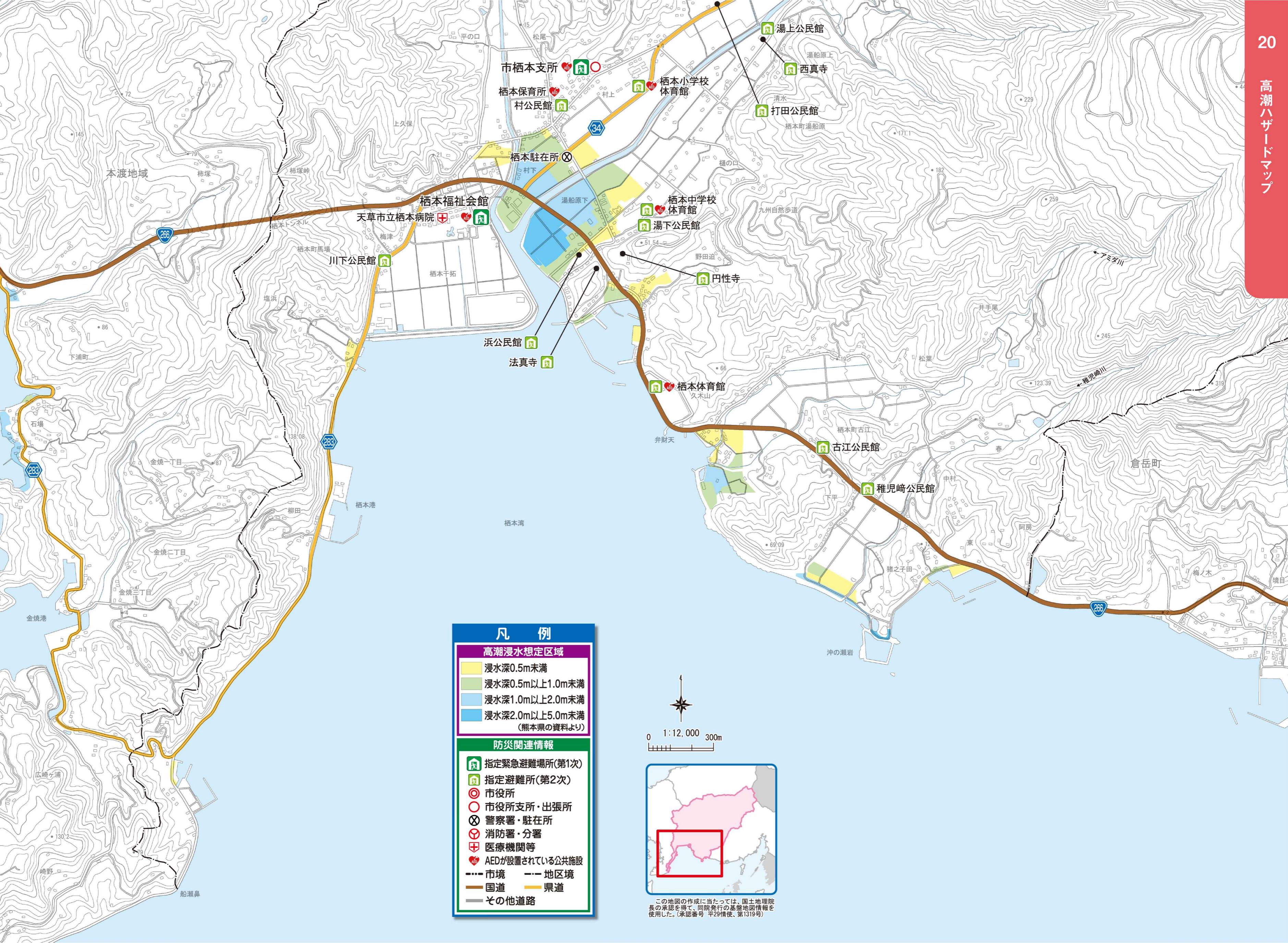


この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の基盤地図情報を使用した。承認番号：平29情使第1319号。

防災関連情報

- 指定緊急避難場所(第1次)
- 指定避難所(第2次)
- 市役所
- 市役所支所・出張所
- ❖ 警察署・駐在所
- ❖ 消防署・分署
- ⊕ 医療機関等
- ❤ AEDが設置されている公共施設
- 市境 --- 地区境
- 国道 --- 県道
- その他道路





凡 例	
津波浸水想定区域	
■	浸水深0.3m未満
■	浸水深0.3m以上1.0m未満
■	浸水深1.0m以上2.0m未満
■	浸水深2.0m以上5.0m未満 (熊本県の資料より)
防災関連情報	
■	指定緊急避難場所(津波)
○	市役所
○	市役所支所・出張所
×	警察署・駐在所
○	消防署・分署
+	医療機関等
●	AEDが設置されている公共施設
---	市境
---	地区境
—	国道
—	県道
—	その他道路
(○m)	は避難所などの海拔表記

0 1:12,000 300m



この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の基盤地図情報を使用した。(承認番号 平29情使、第1319号)