防府市

防災リーフレット

～自らの命は自ら守る～

平成28年度防府市総合防災訓練（富海小学校）

平成29年度防府市総合防災訓練（玉祖小学校）

平成30年度山口県総合防災訓練（潮彩市場西側広場）

令和元年度佐波川総合水防演習（佐波川左岸河川敷）

令和元年改訂

目　次

共通編	緊急時の連絡先、備蓄品、避難、情報収集・伝達など、災害全般についての対策をまとめています。
地震・津波編	地震・津波からの避難対策、日頃からの備えについてまとめています。
風水害編	台風・大雨からの避難対策、日頃からの備えについてまとめています。
火災編	火災への日頃からの備えや消火方法などを掲載しています。
応急手当編	けがをしたときの応急手当の方法や心肺蘇生法などを掲載しています。
防災マップ(ハザードマップ)とは	防災マップの活用方法などを掲載しています。

リーフレットの使い方について

市では、地震、津波、台風、大雨などによる被害を最小限にするため、防災対策をすすめています。しかし、災害はいつどこで発生するかわかりません。被害を最小限におさえるためにも、市民の皆様には、日頃からしっかりとした防災意識を持って事前に対策を考えていただくことが必要です。

この防災リーフレットは、防府市で発生した災害や近年各地で発生した災害を教訓として、日頃から備えておくべきポイントをまとめています。この防災リーフレットを活用し、日頃から家庭・学校・職場などで防災について話し合い、発災時には安全に避難できるようにしておきましょう。

お問い合わせ先　防府市役所1号館2階
総務部防災危機管理課　☎0835-25-2115

わが家の防災メモ

家族間で避難先等について話し合い、しっかり記入しておきましょう

避難場所

家族が離ればなれになった時の集合場所

家族の連絡先

名　　前	生年月日	血液型	会社や学校の連絡先	携帯電話番号

いざというときの連絡先

火事・救急 119　警　察 110　海の事件・事故 118

防府市災害対策本部 ☎ 0835－23－2111	電気 中国電力 山口営業所 ☎ 0120－612－530（停電に関するお問合せ）
消防 防府市消防本部 ☎ 0835－24－0119	水道 防府市上下水道局 ☎ 0835－23－2511
警察 防府警察署 ☎ 0835－25－0110	ガス
海保 徳山海上保安部 ☎ 0834－31－0110	かかりつけの病院

▲空欄の部分は、ご家庭で必要な緊急連絡先をご記入ください。

落ち着いて通報しましょう

1. 火事か、救急か
2. 自分の名前と住所、電話番号
3. 場所はどこか（住所・目標となる建物など）
4. （火事）何がどのくらい燃えているか、逃げ遅れの有無など
5. （救急）傷病者はどんな状態か（性別・年齢・意識の有無など）

※必要があれば、初期消火・応急手当を（消防119受付から指示があります）

MEMO

非常持ち出し品・備蓄品について

●非常持ち出し品

避難が必要になった場合に備えて、非常持ち出し品を準備しましょう。リュックサックなどにまとめて、いつでも持ち出せる場所に保管しておくと良いでしょう。

食料・飲料水

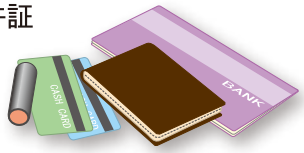
- □ 飲料水（500mlペットボトル程度）
- □ 乾パン・クラッカー・缶詰など、火を通さないでも食べられる物

救急・安全関係

- □ ヘルメット（防災ずきん）
- □ 救急医薬品
  - ●ばんそうこう ●傷薬 ●包帯
- □ 薬
  - ●処方箋 ●お薬手帳など
- □ ライフジャケット

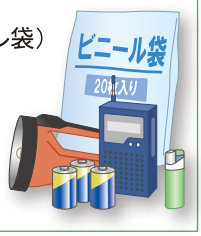
貴重品

- □ 現金
- □ 預貯金通帳、印鑑
- □ クレジットカード類
- □ 健康保険証
- □ 権利証書
- □ 免許証



日用品

- □ 筆記用具
- □ 携帯ラジオ
- □ ライター
- □ 電池
- □ ナイフ、缶切り
- □ ティッシュペーパー
- □ ポリ袋（ビニール袋）
- □ 懐中電灯
- □ 携帯電話・スマートフォン



衣類など

- □ 衣類
  - ●下着 ●上着
- □ 長ぐつ
- □ スリッパ
- □ タオル
- □ 毛布
- □ 手袋、軍手

その他

- □ 洗面用具
  - ●歯ブラシ ●石けん
- □ ほ乳びん
- □ 紙おむつ
- □ メガネ

●備蓄品

災害復旧までの数日間（3日以上）自ら生活できるように準備しておくものです。被害を受けにくく、非常時でも取り出しやすい場所に保管しておきましょう。

食料・飲料水

- □ 飲料水（1人1日3リットルを目安）
- □ 米（レトルトのごはんなども便利）
- □ 缶詰や菓子類
- □ 粉ミルク・離乳食
- □ ペットフード

燃料・日用品など

- □ カセットコンロ
- □ 予備のガスボンベ
- □ 毛布または寝袋
- □ ブルーシート
- □ 割り箸
- □ 衣類
- □ 新聞紙
- □ 簡易トイレ
- □ 布製ガムテープ
- □ キッチン用ラップ
- □ なべ

日頃から3日以上の食料と飲料水を、備蓄品として常備しておきましょう。

自助・共助・公助

災害時の被害を最小限に抑えるためのキーワードとして、「自助」「共助」「公助」という言葉が良く使われます。自助とは、いざというとき自分や家族の命と財産を守るために、住民、企業が自らを守るために備えることです。共助とは、地域社会の被害を減らすために地域が一丸となって助け合うことです。公助は、行政が担う総合的な防災対策などを指しています。

災害の発生を防ぐことはできませんが、これらの自助、共助、公助が連携し、効果的に機能すれば、被害を減らすことは可能です。以下にあげるポイントを理解し、災害に備えましょう。

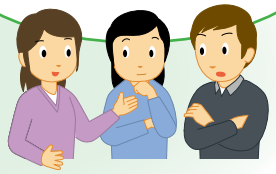
住民同士が協力して
地域の防災力を高めよう

自 助

住民、企業が
自らを災害から守る

共 助

自主防災組織等の地域社会が
協力して災害から守る



公 助

市や県、国、防災関係機関が
住民等を災害から守る

自助のポイント

- 家の中や家の周囲を安全にする
- 非常持出品、備蓄品を準備する
- さまざまな災害の危険性を理解する（防災マップ等の活用）
- 家族会議などで災害時の対応や連絡方法を決めておく
- 日頃からペットをケージに慣れさせておく
- 風呂の水は生活用水として利用するため、捨てないで溜めておく
- 避難所への安全な行き方を確認しておく

共助のポイント

- 地域防災の重要性を理解する
- 防災訓練の意義を理解し、参加する
- 自主防災組織の意義・役割を理解し、参加する
- 避難行動要支援者を支える意義を理解し、支援を実施する

避難の心得

いざというときのために、日頃から避難に必要なものを整理し、避難の手順について話し合っておきましょう。また災害の危険性が想定された場合には、情報を入手して、早めの避難を心がけましょう。

ペットの避難

避難する際は、リードやケージを使ってペットも一緒に避難させましょう。

連絡メモを残そう

外出中の家族には「どこどこへ避難する」といったようなメモを残しておきましょう。

防災メモを持とう

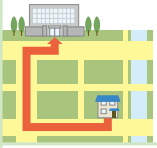
住所・氏名・連絡先などを記載した防災メモを用意し、身につけて避難しましょう。

集団で避難

単独での行動は避け、近所の人たちと集団で決められた場所へ避難しましょう。

車での避難は控えて

車は、約30cmの浸水で走行困難になります。車での避難は控えましょう。



安全なルートで避難

川べり、地下歩道などは避け、できるだけ安全な広い道を選びましょう。

持ち出し品は最小限に

非常持ち出し品はリュックサックにまとめ、両手が自由に使えるようにしましょう。

避難所では指示に従いましょう

避難所に着いたら係の人の指示に従い、住所、氏名などを記載しましょう。

市から発令される避難情報と、避難行動等

市では、災害の危険が高まり避難が必要となる場合には、災害の状況に応じて3段階に分けて避難情報を発令します。どの情報かを確認し、適切な行動をとってください。

警戒レベル	避難行動等	避難情報
警戒レベル5	既に**災害が発生**している状況です。 **命を守るための最善の行動**をとりましょう。	**災害発生情報**※1 ※1 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令 〔市が発令〕
警戒レベル4 全員避難	**速やかに避難先へ避難**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、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	**避難勧告** **避難指示（緊急）**※2 ※2 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令 〔市が発令〕
警戒レベル3 高齢者等は避難	**避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者**は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	**避難準備・** **高齢者等避難開始** 〔市が発令〕

※警戒レベル1、2は、気象庁から発表される防災気象情報（注意報等）です。

命を守る最善の行動

災害では早めの避難が重要です。ただし、すでに避難経路が浸水しているなど、危険が間近に迫っている状況での無理な避難行動はできるだけ避けなければなりません。そのような場合は、避難場所への移動（立退き避難）だけでなく、近隣ビルの高層階や自宅の最上階といった高い場所への移動（垂直避難）を行い、救助を待つという判断も必要です。

危険な避難

避難場所への避難（立退き避難）

高所への避難（垂直避難）

例えば下記のような場合、屋外への移動は危険です！

- 夜間や急激な降雨で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（50cm以上）。
- 浸水は20cm程度だが、水の流れる速度が速い。
- 浸水は10cm程度だが、用水路などの位置が不明で転落のおそれがある。
- 津波が迫っていて、安全な高台に避難できない。

垂直避難を行ってください

浸水による建物倒壊の危険がないと判断される場合には、自宅や近隣建物の最上階へ緊急的に一時避難し、救助を待つことも検討してください。

避難場所・避難所について

避難場所と避難所の違い

●避難場所とは、「切迫した災害の危険から命を守るために避難する場所」です。災害対策基本法は、市区町村長は、洪水、津波などの災害の種類ごとに安全性の確保された「指定緊急避難場所」を指定しなければならないと定めています。

●避難所とは、「災害によって住宅を失った場合などに、一定期間避難生活をする場所」です。避難者を収容する適切な規模を持つなどの基準に適合する公共施設等が「指定避難所」に指定されます。

市が指定する避難場所・避難所

指定緊急避難場所　すぐに避難する場所

災害発生、または発生するおそれがある場合に避難する場所で、洪水や津波など、災害事象ごとに指定した施設です。

自主避難場所　早い段階で、自主的に避難する場所

指定緊急避難場所のうち、公民館等を指定しています。頻繁に見られる局所的集中豪雨のように突発的な異常気象の場合には、市からの避難情報が間に合わないケースもあります。身の危険を感じたら、決められた避難場所へ自主的に避難しましょう。なお、自主避難される場合は、事前に市防災危機管理課へ連絡して下さい。

※ご利用の際は、必要品（食料・毛布等）をお持ちください。

指定避難所　一定期間避難滞在をする場所

災害の危険性があり避難した住民等や、災害により家に戻れなくなった住民等が、一定期間滞在する施設です。

福祉避難所　指定避難所のうち、高齢者、障害者、乳幼児等の要配慮者が滞在する施設です。

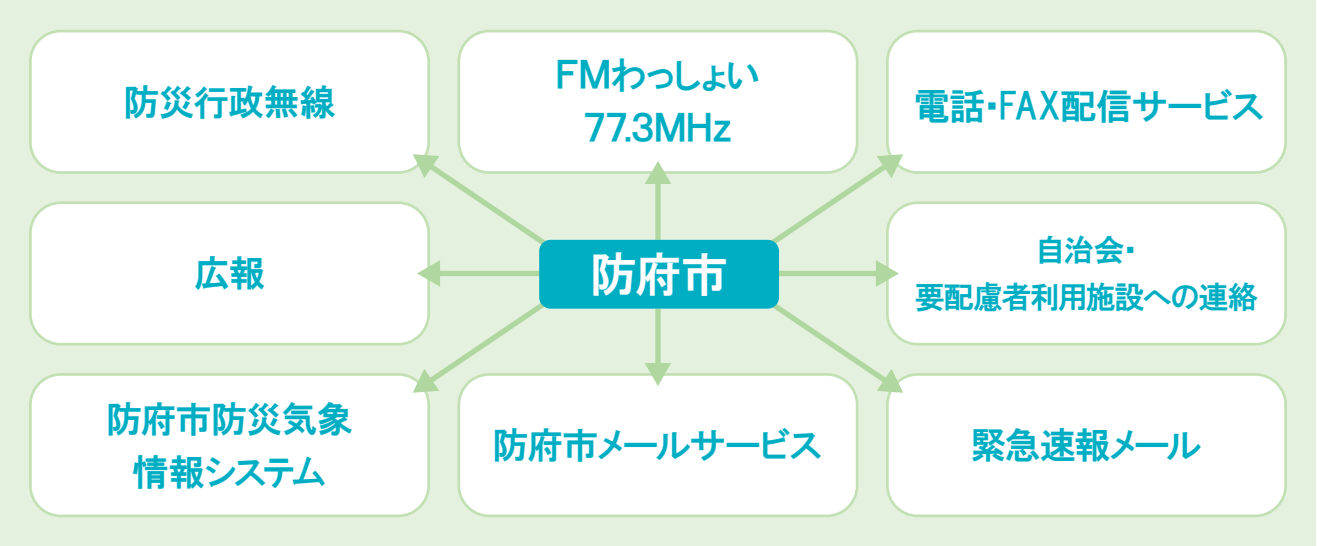
地域や自治会等が指定する避難場所

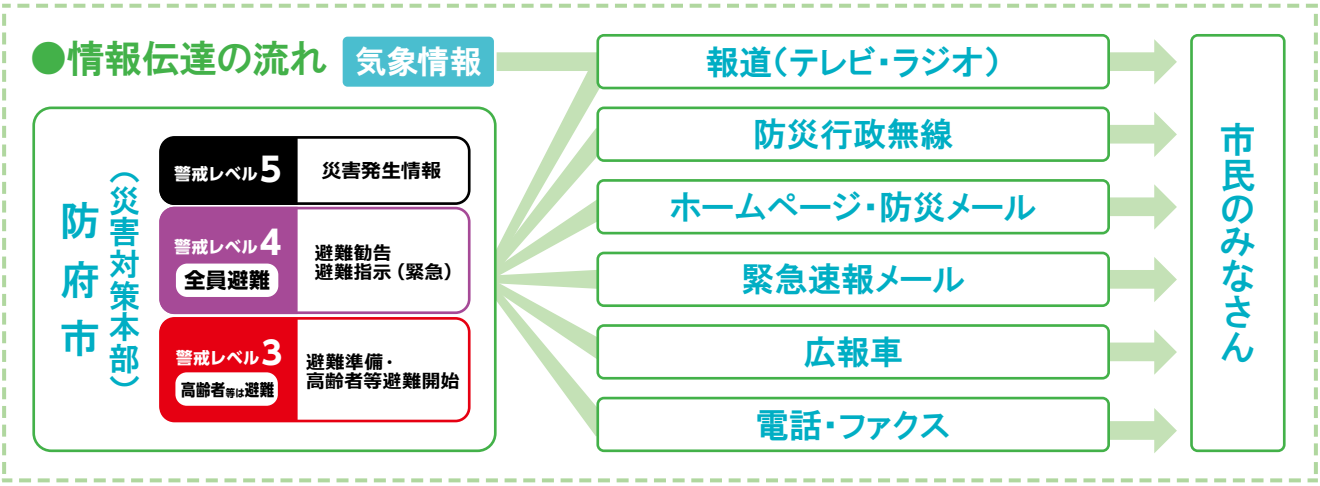
地区一時避難場所

市が指定する指定緊急避難場所までは遠いなどの理由から、まずは近くで安全を確保するため、自治会や自主防災組織等が定める一時的な避難場所です。

災害・防災に関する情報提供

災害・防災に関して、多様な手段による情報提供を行っています。





FMわっしょい 77.3MHz

FMわっしょい（77.3MHz）の放送を利用し、防災情報等をお知らせします。

緊急告知防災ラジオ

FMわっしょい（77.3MHz）の電波又は、山口ケーブルテレビの伝送路（別途接続が必要）を利用し、災害時や緊急時に市から防災行政無線で防災情報や緊急情報を放送した際、自動起動し、その内容を最大音量で放送するラジオです。

●平時は、AM・FMラジオとしても使用できます。

●ラジオ使用中でも、電源OFFの状態でも防災行政無線の放送を受信し、自動起動します。

配布対象	■市内の一般世帯、事業所など
費用負担	■1台　2,000 円 次のいずれかに該当する世帯または施設は無償配布 ・障害者手帳の交付を受けた障害者がいる世帯 ・要介護1以上の認定を受けた在宅生活者がいる世帯 ・75歳以上の人のみで構成される世帯 ・要配慮者利用施設（有床の医療機関を含む） ※2台目以降の配布は有償

【緊急告知防災ラジオのお申込み・お問合せ先】 防府市役所1号館2階 総務部防災危機管理課 ☎ 0835-25-2115

防災行政無線

災害時における避難情報や国民保護計画による緊急情報等を、サイレンと併せて放送します。荒天時などで聞き取りにくい場合は、テレビやラジオからの情報も確認してください。

放送内容

- 市が避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急）を発令するときは、屋外のスピーカーと緊急告知防災ラジオ、戸別受信機（主な避難場所や学校等に配備）に、サイレンの音で10秒間を5回鳴らした後、内容等を伝達します。
- 津波警報や緊急地震速報、弾道ミサイル情報等の国が全国瞬時警報システムを用いて送信する緊急情報を防災行政無線を介して伝達します。

防災行政無線による情報伝達体系

全国瞬時警報システム（J-ALERT）

- 緊急地震速報　●地震・津波情報
- 弾道ミサイル情報など

防災行政無線

- 避難勧告、避難指示（緊急）（発令ごとに随時放送）
- 災害情報など（災害による注意喚起情報）
- 国道262号などの通行止め情報
- 全国瞬時警報システム（J-ALERT）から伝達される緊急地震速報、地震・津波情報など

国 → 防府市役所 → 屋外拡声子局（市内一円）／戸別受信機（主な避難場所や学校など）／緊急告知防災ラジオ（一般世帯・事業所など）

防災行政無線定時放送

市では、災害時などの重要なお知らせを伝えるための防災行政無線や緊急告知防災ラジオの動作確認を兼ねた定時放送を実施しています。

屋外拡声子局	戸別受信機・緊急告知防災ラジオ
【とき】 毎週火曜日　午後5時 【方法】 屋外拡声子局スピーカーから1分間程度の音楽放送を実施	【とき】 毎月第4火曜日正午頃から5分の間 【方法】 防災行政無線戸別受信機、緊急告知防災ラジオから音声による放送を実施

テレフォンサービス

防災行政無線で放送した内容が電話で確認できます。
（放送確認可能期間：放送から3日間）

IP電話不可	IP電話対応
FREE 0800-200-2446	FREE 0800-200-2447

＊通話料無料

広報

災害時には、広報車で避難情報や災害情報などをお知らせします。

自治会・要配慮者利用施設への連絡

- 避難勧告等の避難情報を発令する場合や、災害が発生するおそれがある場合など、当該地域の自治会長に、電話連絡します。
- 土砂災害が発生するおそれがある場合、土砂災害警戒区域内の要配慮者利用施設に対し、FAX 等により情報伝達します。

防府市防災気象情報システム

市では、災害への備えや初動時の判断に必要となる防災気象情報・災害時などの緊急情報をインターネットで公開しています。

●防府市防災気象情報アドレス

PC版	http://www.micosfit.jp/hofu/
携帯版	http://www.bousai-mail.jp/hofu/mobile/

防府市メールサービス

携帯電話やインターネットメールを利用し、防災情報や気象情報を配信します。登録は無料です。

登録方法

❶メールアドレス（e-hofu@xpressmail.jp）に、件名・本文を入力せずにメールを送信してください。
❷返信メールに記載されたアドレス（URL）へインターネット接続します。
❸案内に従って操作・登録してください。

登録用メールアドレス	e-hofu@xpressmail.jp

※利用料は無料ですが、メール受信時にかかる各携帯電話会社所定の通信費用は、利用者のご負担となります。
※携帯電話の迷惑メール対策設定をされている方は、xpressmail.jpドメインから送信されたメールを受信できるように設定してください。

電話・FAX 配信サービス

事前に登録された電話・FAXに避難情報等を自動で配信します。
登録は無料で通信料も無料です。

電話・FAX 配信サービスのお申し込み・お問合せ先
防府市防災危機管理課　**0835-25-2115**

対象者
- 75歳以上の方
- 身体障害者手帳（視覚・聴覚）をお持ちの方

緊急速報メール

災害・避難情報を防府市内におられる方のスマートフォン・携帯電話に一斉配信します。
登録は不要で料金も無料です。

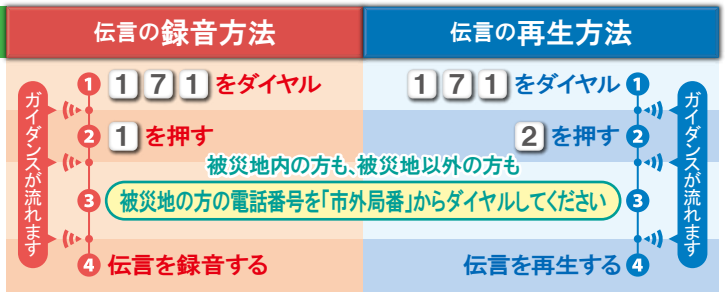
災害用伝言サービス

地震や洪水などの大規模災害発生時は、電話利用が急激に増加し、電話がつながりにくい状況が数日間続くことがあります。このような場合は、「災害用伝言ダイヤル」・「災害用伝言板サービス」・「災害用ブロードバンド伝言板（web171）」が開設されます。

災害用伝言ダイヤル

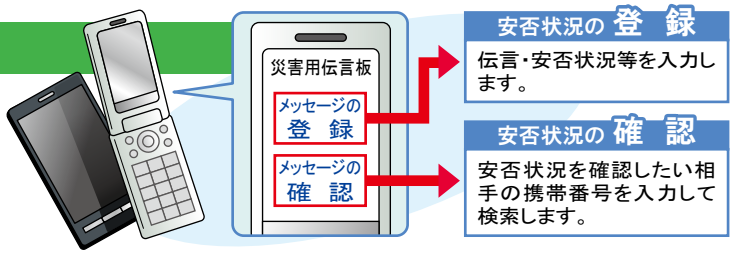
このサービスは、大規模な災害が発生した場合、「声の伝言板」（安否情報）の役割をする電話サービスです。被災地内とその他の地域の人々との間などで、伝言の登録・再生をすることができます。

体験利用日　毎月1日・15日、正月三が日、および防災週間、防災とボランティア週間



災害用伝言板サービス

携帯電話を使って被災者は安否状況の伝言を登録し、外部の人がその伝言を確認できます。携帯電話のトップメニューから「災害用伝言板」を開き、伝言の登録・確認を行います。



災害用ブロードバンド伝言板（web171）

https://www.web171.jp/　左記URLへアクセスし、案内に従って操作してください。

インターネットを利用して被災者の安否確認を行う伝言板です。伝言情報の登録・閲覧が可能です。

自主防災組織の役割

自主防災組織とは、「自分たちのまちは自分たちで守る」という、地域住民の連携に基づき、結成される防災組織のことです。自主防災組織は、災害発生時に、お互いの身を守るため、平時からの防災訓練を含めた防災活動を行います。

災害時に効果的な活動ができるよう、地域住民が防災に関する正しい知識を共有し、各家庭で災害に備えるなど、地域全体が一体となり自主防災活動へ取組むことが重要です。

日常の活動例

●防災知識の普及
防災講演会の開催、防災チラシの発行など。

●地域の危険箇所等の把握
災害危険箇所・防災上有効な施設の把握、地域防災マップの作成など。

●防災訓練
情報伝達・避難、避難場所開設・運営、初期消火、応急手当、給食・給水訓練など。

●防災資機材の整備
防災活動で必要となる資機材の整備や確認など。

●避難行動要支援者への支援
高齢者、障害者など災害時に支援を要する方の事前把握・支援計画の作成。

●防災に関する地域のコミュニケーション
日頃からの声かけ、要配慮者への支援体制の確立。

災害時の活動例

●初期消火活動
地震の時の出火防止、火災が拡大するまでの初期消火、消防隊が到着までの延焼拡大防止。

●避難誘導
正確な情報による安全な避難経路を経由した住民避難誘導。 ※避難行動要支援者（高齢者、障害者などの支援を要する方）を優先。

●救出・救援活動
負傷者の救出や応急手当の実施、重傷者の病院搬送。

●避難行動要支援者への支援
避難行動要支援者への情報提供・避難支援。

●情報収集・伝達活動
防災関係機関・地域内の情報収集・伝達。

●避難所運営支援
避難場所での食料・飲料水、救援物資の配給、炊出し。

自主防災組織の届出

自主防災組織を結成する場合、または、今後、自主防災組織の結成を検討される場合は、市防災危機管理課までご連絡をお願いします。なお、自主防災組織の認定には届出が必要です。

自主防災組織育成事業補助金制度について

自主防災組織として認定された団体の運営や活動を支援するための補助金制度を設けています。

結成事業補助金
自主防災組織の結成に要した経費に対する補助金
整備事業補助金
防災資機材等を整備する事業に対する補助金
活動事業補助金
防災訓練や講演会等、活動を実施する事業に対する補助金

自主防災組織に関するご相談・お問合せは… 防府市役所1号館2階 総務部防災危機管理課 ☎0835-25-2115

自主防災組織等支援協力員

自主防災組織の立ち上げや活動を支援するため、依頼があれば支援協力員を派遣し、事例の紹介や、助言など活動のお手伝いをします。

“聞いて得するふるさと講座”でも防災に関する講座を行っておりますのでご相談ください。

避難行動要支援者

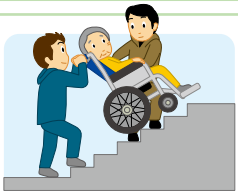
避難行動要支援者とは、年齢や障害、言葉の違いなどによって災害発生時の対応に何らかのハンデを負っている人々のことです。一般に高齢者や障害者、乳幼児や妊産婦、日本語を十分理解できない外国人の方々などが該当します。地域で協力しあいながら、近所の高齢者、障害のある方などの安否確認、避難施設への移動を支援しましょう。

高齢者・病人

- おぶっ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。



肢体の不自由な方（車椅子）

- 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、おぶって避難する。

耳の不自由な方

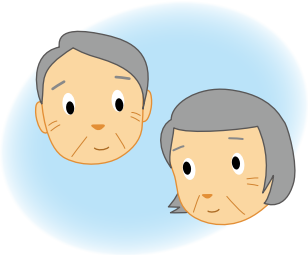
- 話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにする。
- 手話、筆談、身振りなどの方法で正確な情報を伝える。

避難行動要支援者名簿について

避難行動要支援者名簿の作成

市では、防府市地域防災計画に「名簿に掲載する者の範囲」や「名簿情報の内容」などを定め、生活の基盤が施設等ではない避難行動要支援者の名簿（防府市避難行動要支援者名簿）を作成しました。

災害が発生し、又は発生するおそれがある場合において、避難支援等の実施に必要な限度で、民生委員・児童委員、自主防災組織及び自治会その他避難支援等の実施に携わる関係者（避難支援等関係者）に対し、この名簿に記載・記録された情報を提供することになります。



平常時の名簿情報の提供

市では、防府市避難行動要支援者名簿の提供に関する条例に基づき、避難支援等関係者に平常時から名簿情報を提供することについて、名簿掲載者のうち、同意があった方の名簿（同意者名簿）を作成します。災害に備え、避難支援等関係者と協定（守秘義務が発生することや個人情報の取扱いなど）を締結するなど、対策を講じた上で、同意者名簿を提供し、避難行動要支援者の避難支援等の構築を推進します。

防府市避難行動要支援者名簿に関するお問合せは…

防府市役所1号館1階
健康福祉部高齢福祉課
☎0835-25-2527

地震が起きたとき、とるべき行動

地震発生時には、あわてずに、まず身の安全を確保しましょう。また、海岸付近で強い揺れを感じた場合は、すぐに津波が来襲することがありますので、津波警報や津波注意報の発表を待たず、ただちに高台などに避難してください。

地震発生！

命を守る

- 「頭を保護する」「大きな家具から離れる」「丈夫な机の下に隠れる」など、落ち着いて自分の身を守る。
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する。

1～5分

土砂災害の危険が予測される地域は、**すぐ避難！**

沿岸部は津波のおそれがあるので高台などに避難！

揺れが収まってから行動

家族を守る

- 家族の安全を確認。
- 火の元を確認・初期消火。
- 足をケガしないように靴をはく。
- 必需品を手元に用意する。
- 余震に注意。
- 電気のブレーカーを切る・ガスの元栓を閉める。
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する。

5～10分

地域を守る

- 隣近所の安全を確認。
- 避難行動要支援者等の支援。

携帯電話・スマートフォンなどで情報を確認

情報が入手できない場合（津波があるかどうかわからないとき）

- 周囲の安全を確認し、速やかに高台などへ避難しましょう。

津波のおそれがあるとき 津波警報が解除されるまでは戻らない！

- 周囲の安全を確認し、速やかに高台などへ避難しましょう。
- ビルなどの屋内等で係員の指示がある場合は指示に従い、落ち着いて行動しましょう。

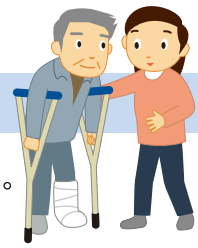
津波のおそれがないとき 余震によって、津波が発生する可能性もあります

- 周囲の安全を確認し、余震に注意しましょう。
- ビルなどの屋内等で係員の指示がある場合は指示に従い、落ち着いて行動しましょう。

10分～数時間後

避難生活

助け合いの心で



- 協力して消火・救出活動。
- 水・食料は備蓄でまかなう。
- 災害情報、被害情報の収集。
- 壊れた家には入らない。
- 引き続き余震に注意。
- 避難所では集団生活のルールを守る。

地震が起きたとき 屋内にいたら

自宅では

●テーブルやベッドの下などにもぐって身を守る。適当な場所がないときは、手近のクッションなどで頭を保護する。

●料理中は、可能ならすぐに火を消す。キッチンは食器棚や冷蔵庫など危険が多いため、できるだけ早く離れる。

●大きな揺れがおさまったら、すぐにドアや窓を開けて逃げ道を確保する。

集合住宅では

●ドアや窓を開けて逃げ道を確保する。

●避難にエレベーターは絶対使わないこと。

エレベーターの中では

●最近のエレベーターは、地震の揺れを感知すると自動的に最寄りの階に停止するのでそこで降りる。自動で停止しない場合は、すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出る。

●万が一、閉じ込められた場合は、非常ボタンやインターホンで外部と連絡をとり、救出を待つ。天井などから無理に脱出するのは危険。

地下街では

●地下街は比較的安全と言われている。あわてて外に逃げるのではなく、大きな柱や壁に身を寄せ、揺れがおさまるのを待つ。

●地下街には約60メートルおきに出口がある。あわてず落ち着いて行動する。

●火災が発生したら、ハンカチなどで鼻と口を覆い、体を低くして壁づたいに地上に向かう。

デパート・スーパーでは

●商品の落下やショーケースの転倒、ガラスの破片に注意する。柱や壁際に身を寄せ、手荷物で頭を守る。

●あわてて出口に殺到するとパニック状態になることもあり危険。店員の指示に従って行動する。

劇場・ホールでは

●座席の間にうずくまり、かばんや衣類で落下物から頭を守る。

●頭上に大きい照明などがある場合には、その場から移動する。

●係員の指示に従い、冷静に行動する。

学校・勤務先では

〈学校にいるとき〉

●先生や校内放送の指示に従う。

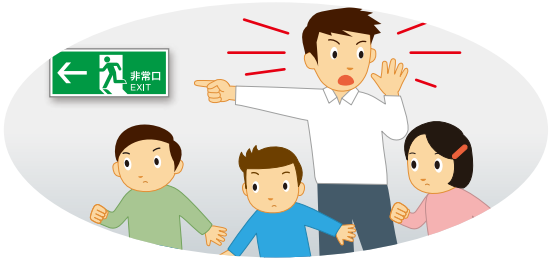
●教室にいるときは、すぐ机の下にもぐり、机の脚をしっかり持つ。

●本棚や窓から離れ、安全な場所に移動する。

〈職場にいるとき〉

●窓際やロッカー、資料棚などから離れて、机の下などに入り身を守る。

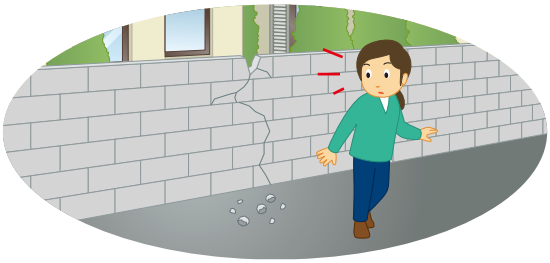
●揺れがおさまったらガス湯沸かし器などのスイッチを切るなど、火元を確認する。



地震が起きたとき 屋外にいたら

路上では

●手荷物などで頭を守り、広場などへ移動する。
●繁華街ではガラスや看板などの落下物に注意。住宅街ではブロック塀や門柱から離れる。
●自動販売機の転倒にも注意する。
●落ちるおそれを想定して、橋からはすぐに避難する。

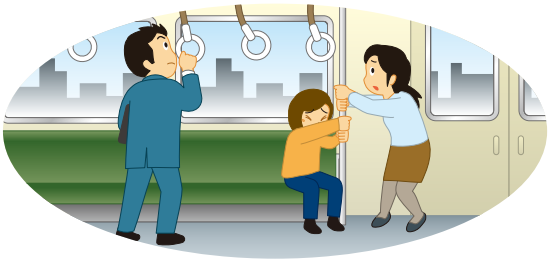


車の運転中は

●急ブレーキは事故のもと。徐々にスピードを落とし、道路の左側に停止してエンジンを切る。
●揺れがおさまるまでは車外に出ず、カーラジオなどで情報を確認する。
●緊急時に移動させる場合は緊急車両の運行に支障にならないよう考慮する。
●車を離れるときは車検証など貴重品を持ち、キーはつけたままでロックはしない。

電車やバスの中では

●停車の衝撃に備え、つり革や手すりにしっかりとつかまる。
●網棚からの荷物の落下に備え、手荷物で頭を保護する。
●勝手に車両から降りず、係員の指示に従う。



海岸・がけ付近では

●海岸にいたら直ちに高台や近隣の高い建物や、指定の避難場所へ逃げる。
●がけ付近にいたら、崩れる危険性のある場所からすぐに離れる。

駅のホームでは

●掲示板や看板などの落下物に注意する。
●改札口に殺到するとパニックになる。大きな揺れがおさまるまで、近くの柱に寄り添い、構内アナウンスに従う。

防災チェックポイント

車で避難しないように！

地震発生時は、消防車などの緊急車両の通行を確保することが大切です。みんなが車を使って避難すると、緊急車両や避難する人たちの邪魔になり、混乱を大きくしてしまいます。
山間部の土砂災害危険地域や歩行困難な高齢者や病人のいる家族など、どうしても車を使わなければならない場合以外は、徒歩で避難しましょう。

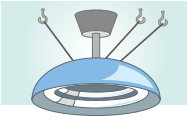
屋内の安全対策

地震で建物が倒壊しなくても、大きな家具の転倒、家電製品の落下、ガラスの飛散などにより大きなケガをしたり逃げ場をふさがれたりします。事前に家具などの固定や配置方法の工夫を行い、屋内の安全性を高めておきましょう。

収納に工夫を

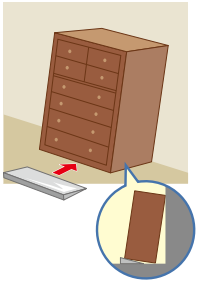
●タンスや本棚などにものを入れる場合は、重いものは下に、軽いものは上に収納するようにします。

●本棚は隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。



照明器具の補強を

●吊り下げ式蛍光灯は、チェーンなどで止めておきましょう。



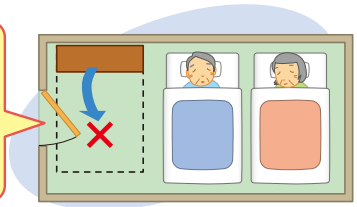
置き方に工夫を

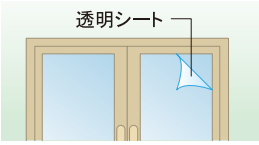
●家具の下部の前方に転倒防止のビニール樹脂状のものを入れ、壁にもたれ気味にします。

●出入口や通路には、なるべく荷物を置かないようにしましょう。

●就寝場所に家具が倒れてこないように、配置の工夫を。

地震のときに家具などが就寝部分に倒れたり、避難経路をふさぐ位置に配置されていませんか？

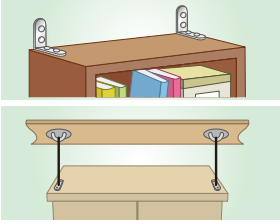




ガラスの飛散防止を

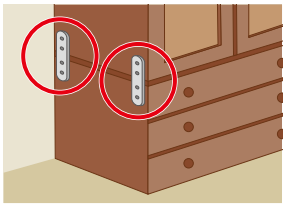
●割れたガラスが飛び散るのを防ぐため、ガラス飛散防止フィルムを貼りましょう。

耐震金具を利用しよう



転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって使い分けましょう。

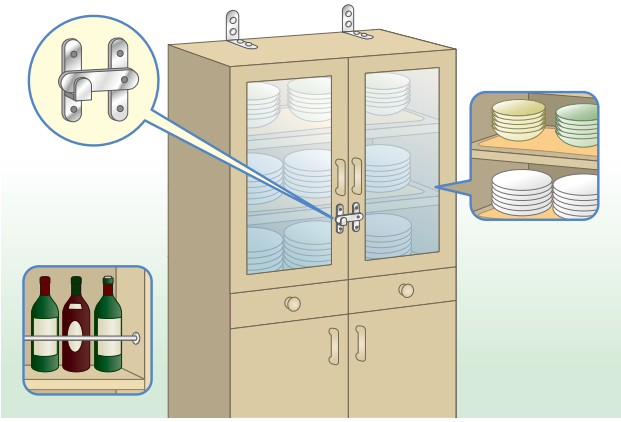


重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぎます。

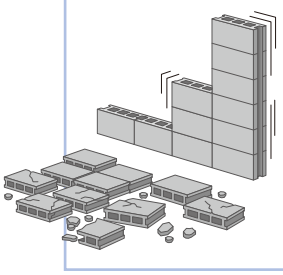
扉・引き出し開放防止金具

地震発生時に、扉・引き出しが開かないように固定します。さらに、収納物の落下を防止するために棚板にふきんを置いたり、木やアルミ棒による飛び出し防止枠をつけると安心です。



屋外の安全対策

地震の揺れにより、ブロック塀などが崩れてケガをしたり、ガスボンベが倒れて破裂し、火災につながる場合があります。事前に家の周りを点検し、屋外の安全性を高めておきましょう。



壁・塀

●壁や塀にひび割れなどがないか、腐ったりシロアリに食われたりしていないか点検しましょう。

●ブロック塀は、地震の揺れにより崩れる可能性があるので、できれば安全な生垣などにしましょう。

ガスボンベ

●ガスボンベは、動かないように壁に固定しましょう。

●ガスボンベの周りには、物を置かないようにしましょう。

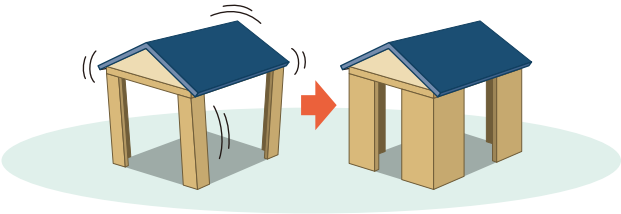
建物の被害を軽減するために

耐震診断で安全でないと診断された場合は、適切な耐震改修を行うことで安全性を確保できます。専門家に相談してわが家にもっとも適した工事方法を選び、耐震改修を行いましょう。

壁を補強する

●耐力壁を増やそう！

耐力壁の量を増やすと、建物は丈夫になります。



●耐力壁のバランスを良くしよう！

壁の配置にかたよりがあると、地震で建物がねじれるおそれがあります。壁の少ない側に耐力壁を設ける補強をして、建物のバランスを良くします。

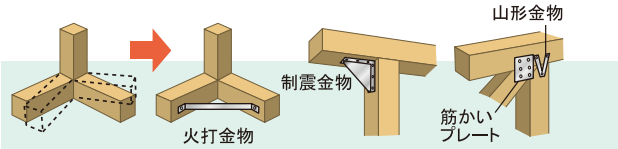
耐力壁とは…

ただのボードを張っただけの間仕切用の壁と区別され、構造用合板などを張り、想定される地震力に抵抗できる壁のことをいい、筋かいの入った壁も含みます。

筋かいを入れたり、構造用合板で補強します。

接合部を補強する

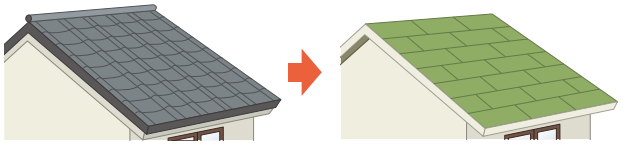
火打金物・制震金物・筋かいプレート・山形金物などで補強することで地震の揺れによるひずみに耐えることができます。



屋根を軽量化

●軽い材料の屋根に替えることで、耐震構造を向上！

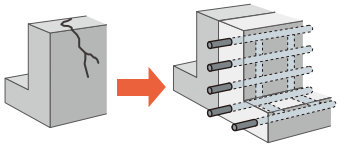
軽量化については、耐震壁などの上部構造各部の補強と全体で考えましょう。



建物の基礎を補強する

●土台が大切！基礎の補強で建物の性能UP！

無筋コンクリートは耐震性に乏しく、崩壊しやすいので、新たに鉄筋コンクリート造の基礎を抱き合わせます。

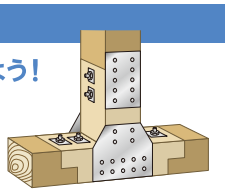


ひびの入った基礎は樹脂などを注入して補強。

腐朽部分を補強する

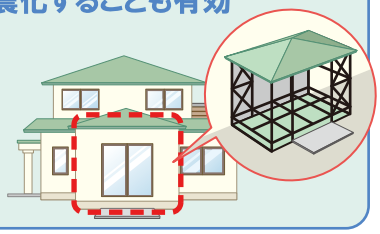
●腐朽部分は新しいものと交換しよう！

劣化した部材を部分的に取り替えた場合、接合部が弱点にならないように補強しましょう。



ひと部屋だけを耐震化することも有効

家全体の耐震改修が困難な場合、ひと部屋だけでも補強をして安全空間を作っておくと、いざというときに逃げ込む場所として有効です。



大規模地震から家族や財産を守るため耐震診断、耐震改修工事をお考えください

建物を耐震化するためには、耐震改修工事を行うことが最も効果的です

山口県や防府市では、市民の皆さんの安全を確保するため、木造住宅の耐震診断及び耐震改修工事に要する費用の一部を補助する制度を設けています。また、耐震改修工事を行うと、固定資産税が減額される場合があります。

耐震診断、耐震改修工事費用の補助 に関するお問い合わせ	防府市役所建築課建築指導室 ☎0835-25-2449
固定資産税の減額 に関するお問い合わせ	防府市役所課税課家屋係 ☎0835-25-2196

誰にでもできる わが家の耐震診断

どなたでもできる簡易な診断方法です。(一財)日本建築防災協会のホームページで見ることができます。

(一財)日本建築防災協会

http://www.kenchiku-bosai.or.jp

津波に関する警報と注意報

津波による災害の発生が予想される場合には、気象庁から「大津波警報」「津波警報」「津波注意報」が発表されます。「予想される津波の高さ」について、被害との関係や、予想される高さが大きいほど誤差が大きくなることなどを踏まえ、5段階に集約されています。

	予想される津波の高さ		とるべき行動	想定される被害
	数値での発表	巨大地震の場合の発表		
大津波警報（特別警報に位置付け）	10m超（10m＜高さ） 10m（5m＜高さ≦10m） 5m（3m＜高さ≦5m）	巨大	**沿岸部や川沿いにいる人は、高台など安全な場所へ避難してください。** 津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。	●木造家屋が全壊・流失します。 ●人は津波による流れに巻き込まれます。
津波警報	3m（1m＜高さ≦3m）	高い	**ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう！**	●海抜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）	**海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。** 津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。	●海の中では人は速い流れに巻き込まれます。 ●養殖いかだが流出し、小型船舶が転覆します。

- 震源が陸地に近いと津波警報が間に合わないことがあります。「揺れたら避難」を徹底しましょう。
- 津波は沿岸の地形などの影響により局所的に予想より高くなる場合があります。より高い場所を目指して避難しましょう。
- 地震発生後、予想される津波の高さが20cm 未満で被害の心配がない場合、または津波注意報の解除後も海面変動が継続する場合には、「 津波予報（若干の海面変動）」が発表されます。

津波避難の3原則

地震・津波はいつ、どこで発生するか分かりません。津波が到達するおそれがある場所にいるときは、できるだけ早く、高いところに逃げる必要があります。津波の特徴を知り、身を守るためのポイントをしっかり確かめておきましょう。

津波避難の3原則①～③ 参照：群馬大学大学院　片田敏孝 教授著「人が死なない防災（集英社新書）」

1 想定にとらわれるな

ハザードマップに掲載している津波の浸水域などの情報は、あくまでひとつの「想定」です。実際の地震や津波が想定通りになるとは限りません。

2 最善をつくせ

実際にどこまで浸水するかといったことは、事前にはわかりません。その時に考えられる最善を尽くして、あきらめず避難しましょう。

3 率先避難者たれ

家族が離れたところにいた場合、迎えに行こうとすると避難が遅れてしまいます。自分ひとりでも避難しましょう。率先して避難することで、周囲の人の避難を促すことにもつながります。

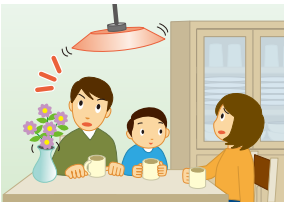
津波警報が解除されるまで絶対に戻らない！

津波避難の心得

① 正しい情報を聞く

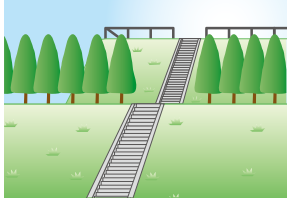
ラジオ・防災行政無線などで、正しい情報を聞きましょう。

② 小さな揺れでも油断禁物



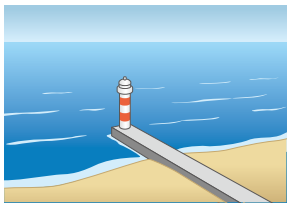
たとえ小さな地震でも、津波が発生する危険性があります。

③ より高い場所へ避難する



海岸から「より遠く」ではなく、「より高い」場所へ避難しましょう。

④ 海岸・河川に近づかない

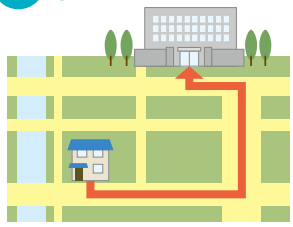


「注意報」が解除されるまで、海辺や河川には近づかないようにしましょう。

⑤ 車での避難は控える

車は、約30cmの浸水で走行困難になります。車での避難は控えましょう。

⑥ 安全なルートで避難



川べり、地下歩道などは避け、できるだけ安全な広い道を選びましょう。

津波による主な被害

人的被害

津波は多くの人命を奪います。地震発生後、直ちに避難できれば被害は減らせます。

船舶被害

漁船などは陸上に打ち上げられることがあります。そうなると船が破壊されると同時に船自体が巨大な凶器となります。

家屋被害

軽い木造住宅は流水によって、破壊されることがあります。

火災被害

漏れた石油などが原因となり、火災が発生します。東日本大震災では、石油コンビナートから漏れた重油で、市街地にまで及ぶ大規模火災が発生しました。

●その他の津波災害の一例

交通機関への被害	鉄道、道路、橋、港湾の機能停止	水産業被害	漁船、養殖いかだ・魚網流出
ライフライン被害	水道、電力、通信、下水道の停止	農業被害	作物被害(塩害含む)、農地・用水路埋没

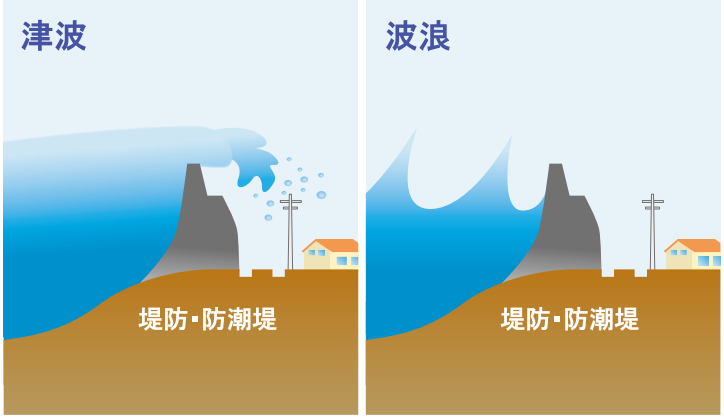
津波の特徴

地震・津波はいつ、どこで発生するか分かりません。津波が到達するおそれがある場所にいるときは、できるだけ早く、高いところに逃げる必要があります。津波の特徴を知っておきましょう。

恐るべき津波の破壊力

●普通の波(波浪)と違い、津波は海底地盤の上下による海水全体の動きのため、海底から海面までのすべての海水が巨大な水の塊となって沿岸に押し寄せ、その破壊力は凄まじいものとなります。

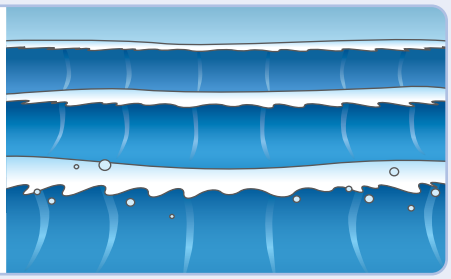
●引き波も長時間にわたり引き続けるために、家屋などが一気に海中へと引き込まれてしまいます。



津波は繰り返し来襲する

●津波は繰り返し襲ってきます。また、最初に到達する波が最も大きいとは限りません。

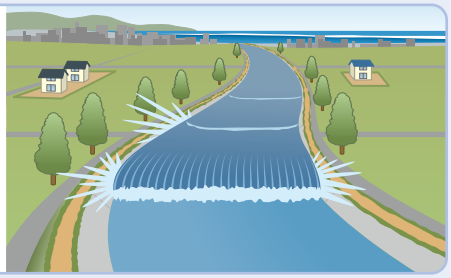
●一度波が引いても、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。



津波は河川を遡上する

●津波は河口から侵入し、何キロメートルも上流に遡上(逆流)することがあります。

●遡上した津波が、河川堤防を越えて沿川地域に大きな被害をもたらすことがあります。



水深が浅くても危険

●水中では歩行速度が低下するため、少しの浸水でも避難の妨げになってしまいます。

●津波は勢いのある水が押し寄せてくるため、深さ15cmでも足元をすくわれてしまう可能性があります。

引き波があるとは限らない

●津波は引き波から始まるとは限りません。

●よく、津波の前には引き波があると言われていますが、地震の種類や震源付近の地形などの影響によっては、いきなり津波が襲ってくることがあります。

風水害編

このような前兆を確認したら避難しましょう

- 川の近くでは、まわりの空が真っ黒になったらすぐに避難する
- 雷鳴や稲妻を確認したら建物内へ避難する
- 冷たい風が吹き出したら注意する
- 大粒の雨やひょうが降り出したら建物内へ避難する
- 雨の日に周囲より低い位置にいる場合は、高い場所へ移動する
- 佐波川の近くでは、警告のサイレン音がしたらすぐに避難する

大雨・洪水に関する注意報・警報

下記のような場合、気象庁から「注意報」「警報」が発表されます。さらに、警報の発表基準をはるかに超える豪雨等が予想され、重大な災害の危険性が著しく高まっている場合、「特別警報」が発表され、最大限の警戒を呼び掛けます。　※「特別警報」が発表されない場合でも、甚大な被害が発生する可能性があります。

大雨・洪水注意報	大雨・洪水警報	大雨特別警報
災害が発生するおそれがある	*重大な災害が発生するおそれがある*	*「警報」よりもはるかに高い危険度*
大雨 大雨により、浸水災害や土砂災害などが発生するおそれがあると予想したときに発表。	**大雨** 大雨により、重大な浸水災害や重大な土砂災害などが発生するおそれがあると予想したときに発表。	**大雨** 台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、もしくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想したときに発表。
洪水 大雨、長雨、融雪などにより、河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による災害が発生するおそれがあると予想したときに発表。	**洪水** 大雨、長雨、融雪などにより、河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による重大な災害が発生するおそれがあると予想したときに発表。	「洪水」は、全国約400の河川において指定河川洪水予報を発表しているため、特別警報の設定はありません。

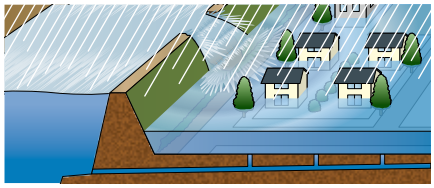
このほか、数年に一度の猛烈な雨が観測された場合には、気象台から、「記録的短時間大雨情報」が発表されます。この情報が発表された地域では、近くで災害の発生につながる事態が生じていることを意味しています。

風水害の種類

主な風水害の種類は次のとおりです。山間部では土砂災害、海岸部では高潮のおそれがあります。

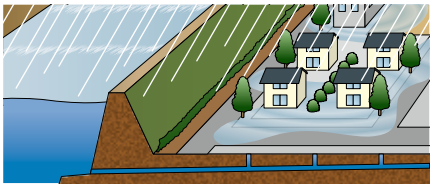
洪水

外水はん濫



川の堤防が壊れたり、堤防から水が溢れ出したりして発生する洪水

内水はん濫



降った雨が水路や下水道などで排水しきれなくなることにより起こる洪水

土砂災害	土石流	山腹や渓流の土砂が、岩や木とともに一気に下流に押し流される現象
	がけ崩れ	急ながけが一瞬で崩れる現象
	地すべり	比較的緩い傾きの斜面が広範囲ですべる現象

風害	強風による風圧で発生する災害
高潮	強風による「吹き寄せ」と気圧低下による「吸い上げ」で海面が上昇して浸水する災害

河川のはん濫発生情報

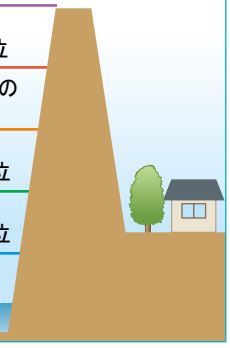
川の水位が増え、洪水のおそれがあるとき、国土交通省や、山口県から河川のはん濫情報が防府市に通知されるとともに、報道機関などを通じて一般に周知されます。はん濫に関する情報は危険に応じて、水位名称と合わせて伝達されます。

情報伝達の流れ

国土交通省発表
山口県発表
↓
テレビ・ラジオ
ホームページ 等
↓
市民のみなさん

水位名称と伝達される情報

- はん濫発生 ▶はん濫発生情報
- はん濫危険水位 ▶はん濫危険情報　はん濫が起こる可能性がある水位
- 避難判断水位 ▶はん濫警戒情報　避難準備・高齢者等避難開始の発令の目安になる水位
- はん濫注意水位 ▶はん濫注意情報　水防団が出動する目安になる水位
- 水防団待機水位（発表なし）　水防団が準備する目安になる水位
- ふだんの水位



●雨の強さと降り方（1時間雨量）

やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
10～20mm未満	20～30mm未満	30～50mm未満	50～80mm未満	80mm以上
地面一面に水たまりができ、話し声が聞き取りにくくなります。長雨になりそうなら警戒が必要です。	土砂降りの雨。傘をさしていても濡れてしまうほどの雨です。小河川ならはん濫、また、がけ崩れの心配もあります。	激しい雨。山崩れ、がけ崩れが起こりやすくなります。道路規制も行われます。避難の準備を。	滝のように降り、あたりが水しぶきで白っぽくなります。屋内で寝ている人の半数くらいが気づくほどの激しい雨で、多くの災害が発生します。	息苦しくなるような圧迫感があります。大雨による大規模な災害が発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要です。

洪水時の避難

歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cm。水深が腰まであるようなら無理は禁物です。高所で救助を待ちましょう。

水面下はどんな危険が潜んでいるかわからないので、長い棒を杖代わりにして安全を確認しながら歩きましょう。

裸足、長靴は禁物。紐で締められる運動靴がよいでしょう。

はぐれないようにお互いの体をロープで結んで避難しましょう。特に子どもから目を離さないように！

お年寄りや身体の不自由な人などは背負いましょう。幼児は浮き袋等を使い、しっかり安全を確認して避難させましょう。

局地的大雨（ゲリラ豪雨）から身を守るために

近年、急激に発達した積乱雲に伴う局地的な大雨（ゲリラ豪雨）による災害が発生しています。このような災害は、雨による災害への警戒・注意を促す大雨警報・注意報に至らないような雨量でも起こることがありますので、川の中や川の近くにいるときは注意が必要です。

もし、こんな場所にいたら…

川などでの釣りや水遊び

河原や川の中州での
キャンプ、バーベキュー

地下をくぐる形式の
立体交差（アンダーパス）

河川や下水道の工事現場

天気の急変に注意し、危険を感じたらすぐに身の安全を図ってください

総雨量は少なくても、
十数分で甚大な被害が
発生することがあります

チェックすべき事	こんなときは要注意
天気予報	「大気の状態が不安定」「雷」「天気の急変」などの表現があるとき
警報や注意報	雷注意報、大雨や洪水の警報・注意報が出ているとき
レーダーなどの観測情報（携帯電話などで入手）	周辺や上流で雨が降っているとき
空の状態	「急に真っ黒な雲が近づいてきた」「雷鳴が聞こえる」「稲妻が見えた」とき
川の状態	「水かさが増えてきた」「濁ってきた」「流木や落ち葉が流れてきた」とき
看板	「危険区域には立ち入らない」などの表現があるとき

危険を感じたら、ただちに避難！

遊んでいる子供や工事中の作業員は、周囲の状況の変化に気付きにくいため、保護者や監督者は危険を感じたら、すぐに避難を呼びかけましょう。

こんな土地は要注意

●浸水被害に注意

平坦地

河川が運んできた土砂が堆積してできた「平坦地」や、過去の河川のはん濫により土砂が堆積してできた土地などは冠水しやすい。

河川敷

昔、河川敷だった土地は浸水する危険性が高い。

●高潮に注意

海に近いゼロメートル地帯

満潮時の海面の位置よりも低い土地は、堤防が決壊すると大きな被害が出るおそれがある。

遠浅海岸や湾奥

水深が急激に深くなる遠浅海岸や湾の奥は、高潮が起きたときに海面が上がりやすい。

●土砂災害に注意

造成地

丘陵を切り崩してつくられた造成地は、豪雨で地盤がゆるむと崩れる危険性がある。

扇状地

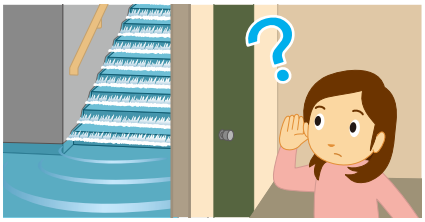
山間部で土石流が発生すると、山のふもとの扇状地が被害を受けるおそれがある。

山間部

傾斜30度以上、高さ5メートル以上の急傾斜地は、がけ崩れの危険がある。樹木の少ない山間部の渓流は土砂災害の危険もある。

洪水・豪雨時の危険箇所

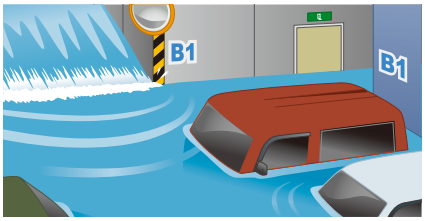
洪水や豪雨時の地下施設・地下室などは危険です。地下空間は、地上の浸水状況と大きく異なり、冠水や停電の危険性が高いため、特に早めの避難が必要です。



地下室では外の様子がわかりません。

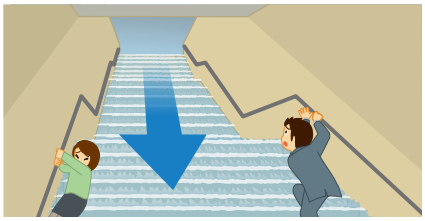
水深が20～30cmでも、水圧でドアは開かなくなります。

地上が浸水すると、一気に水が流れ込んできます。



地下駐車場は水につかるおそれがあります。

浸水すると電気が消え、エレベーターは止まります。



はん濫水が地下街へ流れ込むと、階段からの脱出が困難になります。

風水害への備え

台風や大雨などによる被害を最小限にとどめるために、日頃から家屋やその周囲の点検・修理・補強を行い、十分な風水害対策を講じておきましょう。

外壁

●モルタルの壁に亀裂はありませんか

ベランダ

●植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険はありませんか

ブロック

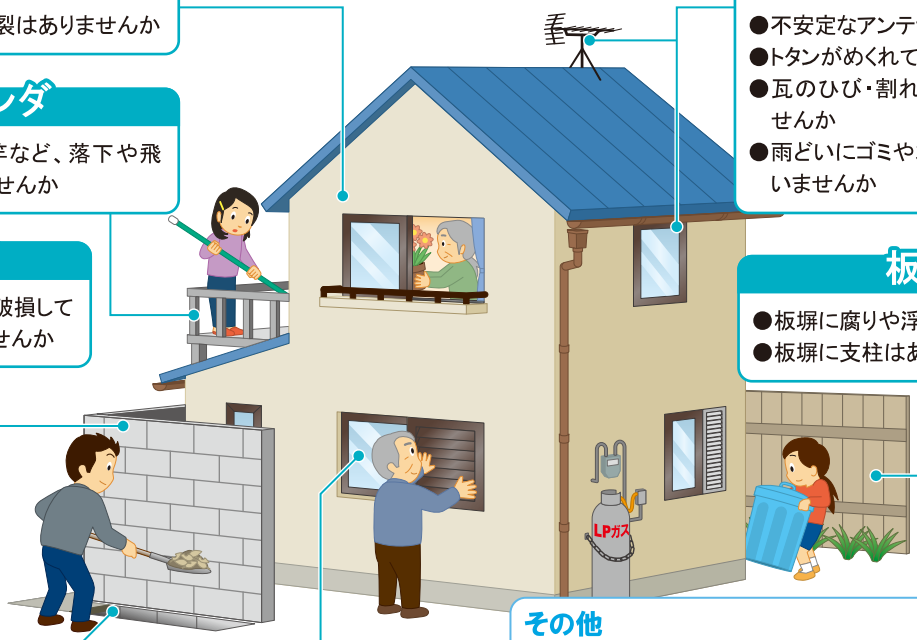
●傾きやひび割れ、破損している箇所はありませんか

屋根・雨どい

●不安定なアンテナはありませんか
●トタンがめくれていませんか
●瓦のひび・割れ・はがれはありませんか
●雨どいにゴミや木の葉は溜まっていませんか

板塀

●板塀に腐りや浮きはありませんか
●板塀に支柱はありますか



排水溝

●側溝や雨水ますにごみや土砂はありませんか

窓

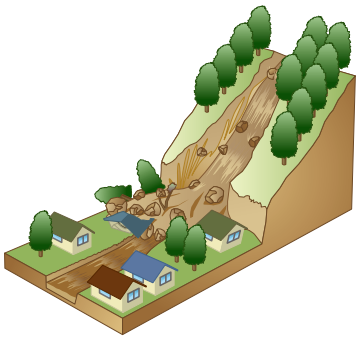
●窓枠のがたつきはありませんか
●雨戸にがたつきはありませんか

その他

●ガスボンベは固定していますか
●商店などでは看板のぐらつきはありませんか
●ごみ箱や植木鉢などは、飛ばないように固定していますか
●庭木には添え木をしていますか
●窓ガラスが飛散しないような対策をしていますか

土砂災害の種類と前兆現象

大雨や台風、地震が起きたときには、地盤がゆるみ、がけ崩れや土石流、地すべりといった土砂災害を引き起こす可能性があります。土砂災害から身を守るためには、まず自分の家の周りに危険がないか確かめることが重要です。

がけ崩れ（急傾斜地の崩壊）	土石流	地すべり
		
地中にしみ込んだ水分により、急な斜面が突然崩れ落ちる現象です。突然起きるため、家の付近で起きると逃げ遅れる人も多く、死者の割合も高くなります。	大雨や集中豪雨などによって、山や川の石と砂が水と一体となって一気に下流へ押し流される現象です。崩壊土砂により河川をせき止める場合があります。	大雨や長雨等により雨水が地面にしみこみ、地面が広い範囲にわたりゆっくりと動きだすものをいいます。ゆっくり動き出すため避難が遅れる場合があります。

五感	移動主体	土砂災害の前ぶれ（前兆現象）		
視覚	山・斜面・がけ	●がけに割れ目がみえる。 ●がけから小石がパラパラと落ちる。 ●斜面がはらみだす。	●渓流付近の斜面が崩れだす。 ●落石が生じる。	●地面にひび割れができる。 ●地面の一部が落ち込んだり盛り上がったりする。
	水	●表面流が生じる。 ●がけから水が噴き出す。 ●湧水が濁りだす。	●川の水が異常に濁る。 ●雨が降り続いているのに川の水位が下がる。 ●土砂の流出。	●沢や井戸の水が濁る。 ●斜面から水が噴き出す。 ●池や沼の水かさが急減する。
	樹木	●樹木が傾く。	●濁水に流木が混じりだす。	●樹木が傾く。
	その他	――	●渓流内の火花。	●家や擁壁に亀裂が入る。 ●擁壁や電柱が傾く。
音		●樹木の根が切れる音がする。 ●樹木の揺れる音がする。 ●地鳴りがする。	●地鳴りがする。 ●山鳴りがする。 ●転石のぶつかり合う音。	●樹木の根が切れる音がする。
におい		――	●腐った土のにおいがする。	――

※上記は一般的な前ぶれです。すべての場所において必ず起きるというものではありません。

土砂災害警戒情報

土砂災害警戒情報とは、大雨警報の発表中に、土砂災害発生の危険度が高まったとき、山口県と下関地方気象台が共同で発表する情報です。

土砂災害警戒情報が発表されたら、土砂災害に厳重に警戒してください。また、土砂災害警戒情報が発表されていなくても、地形や地質の条件により土砂災害が発生するおそれがあるため、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避難行動をとってください。

土砂災害（特別）警戒区域

山口県では、土砂災害の危険性がある箇所について、土砂災害防止法に基づく調査を実施し、「土砂災害警戒区域」と「土砂災害特別警戒区域」を指定しています。

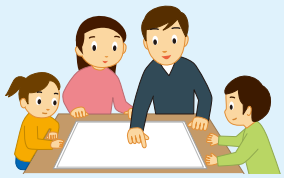
土砂災害警戒区域	土砂災害特別警戒区域
急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生じるおそれがあると認められる区域であり、危険の周知、警戒避難体制の整備が行われます。	急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがあると認められる区域で、特定の開発行為に対する許可制・建築物の構造規制等が行われます。

土砂災害から身を守るために知っておきたい3つのポイント

① 危険度の確認

往んでいる箇所が「土砂災害（特別）警戒区域」かどうか確認

土砂災害発生のおそれのある地区は「土砂災害（特別）警戒区域」とされています。普段から自分の家が土砂災害（特別）警戒区域にあるかどうか、防災マップや防府市のホームページなどで確認しましょう。



② 情報の入手

雨が降り出したら土砂災害警戒情報に注意

雨が降り出したら、「土砂災害警戒情報」に注意してください。テレビやラジオの気象情報で発表されるほか、気象庁や、防府市のホームページで確認できます。

長雨や豪雨に注意　1時間に20mm以上、または降り始めからの降雨量が100mm以上になった時には、土砂災害が発生するおそれがあるので警戒しましょう。

③ 早めの避難

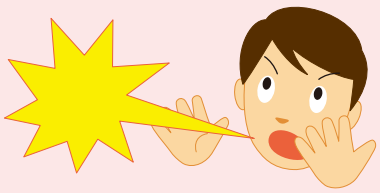
危険を感じたら早めに避難

お年寄りや障害のある人など避難に時間がかかる人は、移動時間を考えて早めに避難させることが大事です。また、土砂災害の多くは木造の1階で被災しています。どうしても避難場所への移動が困難なときは、次善の策として、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難するか、それも難しい場合は家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や2階など）に避難しましょう。

火災になったら、火災を見つけたら

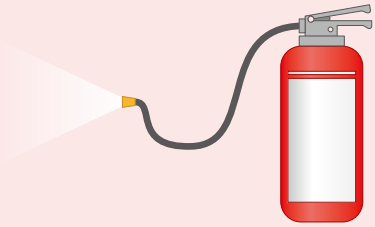
火災では初期消火が非常に重要となります。消火活動では、個人でできることは限られていますが、地域の住民全体がこれを身につけることで、効果は一層高まります。地域の住民全体で訓練するようにしましょう。

① 大声で知らせる



●「火事だー！」と大声を出し、家族や近所に知らせます。
●小さな火でも119番。通報は近くの人に頼み、当事者は消火にあたります。

② 早く消火する



●出火から3分以内が消火できる限度です。
●水や消火器だけでなく、ぬれたタオルや毛布で火を覆うなど、機転をきかせて消火にあたりましょう。

③ 早く逃げる

●天井に火が燃え移ったら、あきらめてすぐに避難しましょう。
●延焼を防ぐため、燃えている部屋のドアや窓は閉めて避難しましょう。

油火災には「水」は厳禁。消火器や、ぬれたタオルなどで鍋を塞ぎ空気を遮断して消火（窒息消火）しましょう

避難方法を考えておきましょう

住宅

●避難路となる廊下や階段に物を置かない。
●寝る場所は、すぐ避難できる場所を考える。
●2階で寝る場合などは、ロープや縄ばしごなど避難する道具を準備しておく。

ビル・デパート・ホテル・劇場など

●ビル・デパートなどを利用するときは、必ず避難口を確認しておく。
●火元が上の階のときは、迷わず階段を使って下に避難する。
●火元が下の階のときは、非常口を出て屋外階段から下に避難する。
●もし下へ逃げられないときは、屋上へ逃げて風上側で救助を待つ。
●パニックに巻き込まれないように落ち着いて行動し、係員の誘導があるときはその指示にしたがう。

その他避難するポイント

火災で一番こわいのは煙！

火災で発生する煙には、一酸化炭素などの有毒ガスが含まれています。
煙を吸い込むと中毒などによって命を落とす危険性があります。

●避難は、お年寄り、子ども、病人、障害のある方を最優先する。
●エレベーターは使用せず、階段から避難する。
●煙の中を逃げるときは、ぬれタオルなどで口をおおい、姿勢を低くして避難する。
●視界が悪いときは壁づたいに避難する。
●避難したら、燃えている建物の中に戻らない。

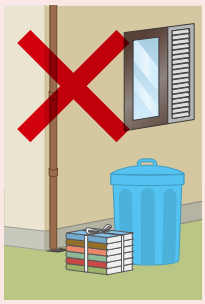
火災への備え

私たちの身のまわりには、火災の原因となるものがたくさんあります。しかし、火災がおきる原因を知り日頃から注意することで、火災を防ぎ、万が一発生したときにも被害を少なくすることができます。まずは家族、そして地域ぐるみで防火意識を高めましょう。

火災を防ぐには

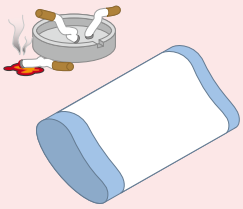
放火対策

●ごみは指定日の朝に出すなど、家のまわりに燃えやすいものを置かない。
●車庫、物置などの戸締りを忘れない。



たばこ

●灰皿には水を入れておき、吸がらは必ず水にさらす。
●たばこに火をつけたまま放置しない。
●寝たばこはしない。
●たばこのポイ捨てはしない。



コンロ

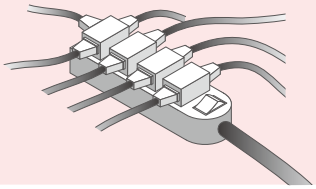
●コンロのまわりに燃えやすいものを置かない。
●コンロから離れるときは、必ず火を消してから離れる。

マッチ・ライター

●マッチやライターは子どもの手の届くところに置かない。

電気コード

●コードの上にものをのせない。
●コードをまとめたり、たこ足配線はしない。
●コンセントのまわりは、ほこりがたまらないように定期的に掃除する。



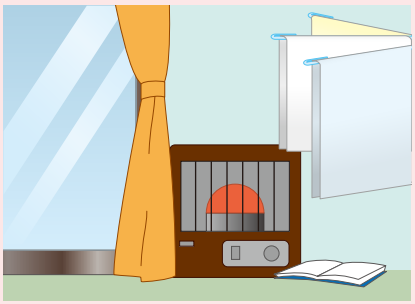
たき火

●風の強い日や空気が乾燥しているときは、たき火をしない。
●水バケツなど消火の準備をしておく。
●たき火の後は完全に消火したことを確認する。

※産業廃棄物の焼却は、法律で原則禁止されています。
※たき火をするときは、事前に防府市消防本部へ届け出る必要があります。

ストーブ

●ストーブのまわりに衣類やカーテンなど、燃えやすいものがないか確認する。
●ストーブの上に洗濯物を干さない。
●完全に消火してから給油する。



消火方法を覚えておきましょう

コンロ

●粉末消火器があれば、炎の吹き返しに注意しながら、少し離れた場所から鍋全体を覆うように噴射し、炎の勢いが小さくなったら近づいて完全に消火する。

●鍋のふた、水でぬらしてしぼったシーツやタオルを手前からかぶせ、空気を遮断して消火する。

●火が消えたらガスを止め、余熱で再び火がつくことがあるので鍋の油の温度がさがるまで、ふたやシーツなどはとらない。

※てんぷら鍋に水をかけると炎が一気に拡大し、熱せられた油が周りに飛び散り危険。水を使用した消火は絶対しない。

電気器具

●粉末消火器又は強化液消火器で消火する。

●水や泡消火器は感電の危険があるので、まず、コンセントかブレーカーを切り、それから消火する。

ストーブ

●消火器があれば、火元にむけて噴射し消火する。

●シーツや毛布などを水でぬらし、手前から覆いかぶせ、空気を遮断して消火する。

カーテン・ふすま・障子

●カーテンは、天井に燃え上がる前に水をかけるか、レールから引きちぎって消火する。

●ふすまや障子は、けり倒して踏み消し、水をかけて完全に消火する。

たばこ

●たばこや線香などの火災で怖いのは、炎がでない無炎燃焼。着火して数時間後に燃え出すことがあるので、火がついた布団などは、屋外の安全な場所に移動して、大量の水で完全に消火する。

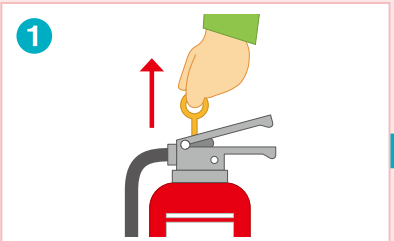
万が一に備えて、日頃から消火器や水バケツを準備しておきましょう

消火器の種類

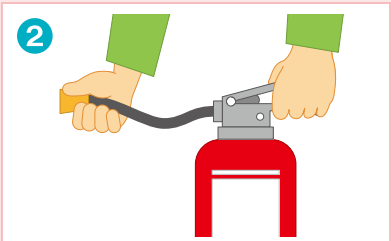
消火器とは、火災の初期段階において、燃え広がる以前の火災消火（初期消火）に使用される消火設備です。水や消火剤を圧力によって放射し、火炎に直接吹き付けることで消火活動を行います。

消火器には、住宅用消火器と業務用消火器があります。住宅用消火器は、中身の消火薬剤の種類によって〝粉末タイプ〟と〝液体(強化液)タイプ〟に分類することができます。自宅に適した住宅用消火器を選ぶようにしましょう。

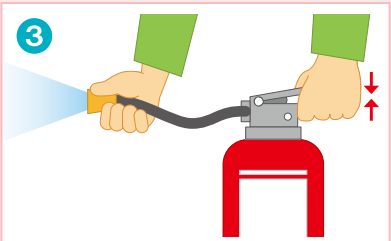
消火器の使い方



安全ピンに指をかけ、上に引き抜く



ホースをはずして火元に向ける



レバーを強く握って噴射する

消火器の構え方

①風上から、できるだけ煙や炎をさけて消火する。

②やや腰を落として低い姿勢で構える。

③炎をねらうのではなく、火の根元をはくように左右に振る。

古い消火器に注意

■消火器の古いものは、中の消火剤が固着していて使えないことがあります。

■消火器の容器がさびて、使用時に容器の底が抜け、その反動でけがをすることがあります。

■消火器は定期的に点検し、手入れや処分は最寄りの消火器等販売店に相談しましょう。

人が倒れていたら…まずは意識の有無の確認を！

人が倒れていたら、まずは安全を確認して近づきましょう。声をかけて意識の有無を確認し、反応がなければ大きな声で助けを求め、一刻も早く救急隊を呼びましょう。

意識がある場合

1. 倒れた原因を聞き、対応を考えましょう。
2. 外傷があれば感染症のおそれがあるので、レジ袋などその場で手に入るものを使って血液等に直接触れないように臨機応変に応急手当てを施しましょう。
3. 声をかけながら衣服のボタンやベルトをゆるめるなど、体を楽な状態にしてあげましょう。

意識がない場合

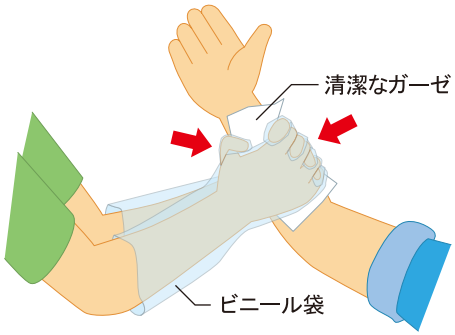
1. 呼吸の有無を調べ、普段どおりの呼吸があれば吐物による窒息の危険を防ぐため、横向きに寝かせましょう。
2. 呼吸がない場合は、胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行い、できれば人工呼吸を行いましょう。
3. 明らかな反応が現れるまで続けましょう。救急隊が到着したら交代しましょう。

けがをしたときの応急手当

突然の災害では、けが人や病人がでても、すぐに救急車がかけつけられるとはかぎりません。万が一に備え、すぐに対処できるよう応急手当の方法を覚えておきましょう。

出血がある場合

- 出血部分に清潔なガーゼやタオルをあて、その上から手で圧迫し止血する。
- けがをした部位を心臓の高さより高くする。
- 血液による感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使い、血液に直接さわらない。

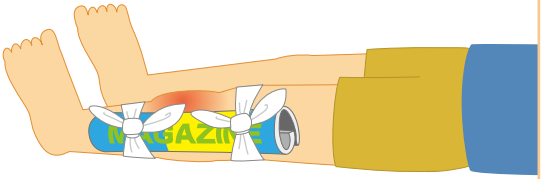


やけどの場合

- やけどした部分を流水で冷やす。衣服の上からやけどしたときは、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- 水泡（水ぶくれ）は破らない。
- 広範囲のやけどや皮膚の深部までやけどした場合は、水で冷やさず清潔な衣類等で体を覆って保温し、すぐに医療機関へ行く。
- 熱気などを吸い込んだ場合や顔や口・鼻の周囲にやけどがある場合は、気道熱傷のおそれがあり特に危険。すぐに医療機関へ行く。

骨折の疑いがある場合

- 折れた部位に添え木をあてて固定し、医療機関へ行く。
- 適当な添え木がなければ、板、雑誌、ダンボールなど身近にあるものを使って固定する。



心肺蘇生法

傷病者に何らかの反応のない場合は、119番通報とAEDの手配をしてください。その後呼吸を確認し、普段通りの呼吸をしていない場合は、以下の手順で心肺蘇生をしてください。

胸骨圧迫

- 救助者は胸の真ん中に片方の手の付け根を置く。他方の手をその手の上に重ねる。
- 肘をまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、傷病者の胸が少なくとも5cm程度沈むほど強く圧迫する。
- 1分間に100回～120回のテンポで30回連続して絶え間なく圧迫する。
- 小児では、両手または体格に応じて片手で胸の厚みの1/3を目安として、十分に沈み込む程度に、強く・早く・絶え間なく圧迫する（100回～120回/分）。乳児では、2本指で胸の厚みの1/3を目安として絶え間なく圧迫し続ける（100回～120回/分）。

人工呼吸

- 人工呼吸の実施には気道確保が必要です。
- 片手を額に当て、もう一方の手の人差指と中指の2本をあご先（骨のある硬い部分）に当てて、頭を後ろにのけぞらせ、あご先をあげる。
- 気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差指で鼻をつまみ、口を大きくあけて傷病者の口を完全に覆い、空気が漏れないようにして、息を1秒かけて吹き込む。傷病者の胸が持ち上がるのを確認する。
- いったん口を離し、同じ要領でもう1回吹き込む。
- 息の吹き込みは2回までとし、すぐに胸骨圧迫を30回行う。
- この組み合わせを救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続ける。傷病者に出血がある場合や、感染防護具を持っていないなどにより口対口の人工呼吸がためらわれる場合には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫を繰り返し行う。

自動体外式除細動器（AED）による早期除細動

AEDは倒れている傷病者に意識がなく、胸や腹部の動きがないなど、普段どおりの呼吸をしていないときに使用します。心臓への電気ショックを含めた救命の手順を音声にして指示します。

■使用方法

音声メッセージに従って操作をします。対象者に電極パッドを貼り付けると、機器が心電図波形を自動的に解析し、電気ショックが必要かどうかを判断・表示し、必要な場合に限り使用者がボタンを押すことで通電されます。未就学児に対しては、小児用電極パッド（小児用モード）を使用します。ただし、小児用電極パッドがなければ、成人用の電極パッドを代用してください。

■設置されている場所

市役所、学校（小・中・高）、防府市スポーツセンター、公民館、医療施設、福祉センター、民間企業等に設置しています。

防災マップ（ハザードマップ）とは

防災マップとは、地震、津波、台風、大雨などの災害が起こった場合に、どこの地域が被害にあう可能性があるか、また、災害が起こったらどこへ避難するのかを地図に示したものです。

また、防災マップには、災害情報に加えて指定避難所、指定緊急避難場所、警察、消防などの防災関連施設も掲載しています。自宅・学校・職場などから、最寄の避難場所はどこかを確認しましょう。防災マップは、家庭や地域内での防災の取組に活用してください。

防災マップの活用

1 自分の家の位置を確認してください

防災マップには、想定される浸水深（津波・高潮・洪水）、土砂災害について色別に表示しています。自分が住んでいる場所に、どのような災害の危険があるかを確認してください。

2 指定緊急避難場所および指定避難所を確認してください

防災マップで自分の家から近い指定緊急避難場所および指定避難所を確認しておきましょう。

3 各地区の自主防災組織において、災害や避難について話し合ってください

地域で防災について話し合う自主防災組織で、地域特有の自然災害や災害時に危険な道路及び避難行動要支援者への対応などについて意見を出し合いましょう。また、過去の災害のときはどのような状況があったのか検証してみましょう。

4 避難ルートを考えてみてください

実際に指定緊急避難場所および指定避難所まで歩いてみて、安全で避難しやすい経路を確認しておきましょう。夜道でも安全に避難できるように目印のある道路を選びましょう。

5 防災マップの内容を確認してください

日ごろから防災マップをよく理解して、いざというときの避難をスムーズに行えるようにしましょう。