

下松市

ぼう さい

# 防災ガイドブック

改訂版

くだまるが案内する

大切なものを  
守るため、日頃から  
災害に対する  
準備をして  
おきましょう。



山口県 下松市

年表心構え持出品

防災情報

避難行動

共助

風水害対策

地震対策

津波・火災対策

応急手当

平成以降

# くだまつさいがいのびょう 下松災害年表



5

平成30年  
7月5日  
5日  
8日

大雨

西日本豪雨。市道瀬戸線道台崩壊⑤、県道笠戸島線通行止めによる以南集落の孤立、光市との市境付近の土砂崩れによるJR山陽本線運休⑥など被害甚大。  
(最大雨量86mm/時、総雨量495mm)



3

平成17年  
7月3日

大雨

梅雨前線による集中豪雨。54mm/時を記録し、甚大な被害発生。



1

平成3年  
9月27日

台風

台風19号襲来。塩害による長期停電、断水。

平成5年  
7月17日  
8月2日

大雨

笠戸島深浦川で土石流災害発生。①記録的な集中豪雨で切戸川が決壊。  
(最大雨量73mm/時、206mm/日)

平成11年  
9月24日

台風

台風18号襲来。沿岸部で高潮等による被害甚大。

平成13年  
3月24日

地震

芸予地震(震度5弱)。負傷者1名。屋根瓦の落下、水道管の破損等。

平成16年  
8月30日

台風

台風16号襲来。50mm/時の猛烈な雨で切戸川いっ水、大河内地区で床上浸水。②

9月7日

台風

台風18号襲来。笠戸島沖で貨物船が座礁。死者・行方不明者22名。③



6



4



2



## さいがいのびょう 災害の心構え

災害はくだまつにもやってくる。日々の備えや心構えが重要です。

**自助** 「自分の命は自分で守る」  
(じぶん)

事前の備え

- 災害の正しい知識を学び、防災対策をしましょう。

災害時には

- 正しい情報を手に入れ、速やかに行動しましょう。

協働で防災!!

**公助** 「行政が行うべき対策」  
(こうすけ)

事前の備え

- 防災知識や情報の普及・提供を行います。また、物資の確保や施設の整備を行います。

災害時には

- 災害情報を迅速に提供します。災害応急対策を実施します。

**共助** 「家族や地域で助けあう」  
(きょうすけ)

事前の備え

- 地域における訓練の実施や、避難経路や支援が必要な人を確認しておきましょう。

災害時には

- 地域住民の安否確認や避難誘導、被災者支援を行いましょう。

### くだまつ 防災講座

で市民の皆さんの備えや心構えをお手伝い!

防災士や市職員を講師として派遣しますので、自治会や自主防災組織、各種団体などの防災学習にご利用ください。

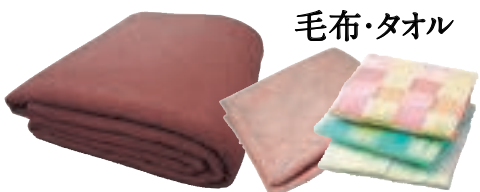
市ホームページ「くだまつ防災講座」



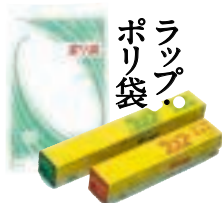
お問い合わせ  
市防災危機管理課  
☎0833-45-1832



## 定番をピックアップ



環境の変化で体調を崩さないように、防寒対策や衛生対策をしっかりとっておきましょう。



食器の代わりや雨具の代わり、寒いときには防寒具、けがをしたときの止血道具にも使えます。



アルファ化米のような美味しい非常食や、水はペットボトルが便利です。重くなりすぎないように注意しましょう。



# 非常持出品・備蓄品

### 非常持出品の準備

いざというときには、ただちに避難しなければなりません。両手が自由に使えるようリュック等にまとめておきましょう。

**食料**

- 飲料水
- 非常食 (缶詰、乾パン、レトルト食品など)
- 携帯食 (チョコレート、キャンディーなど)

**衣類など**

- 衣類 (厚手の物と薄い物)
- 下着類
- タオル、毛布
- 手袋、軍手
- 寝袋
- 雨具

**家庭により必要なもの**

- 粉ミルクと哺乳瓶
- 持病がある方の薬
- 紙おむつ
- 生理用品

**救急・安全対策**

- 常備薬 (胃腸薬、かぜ薬など)
- 包帯、ガーゼ、絆創膏
- 傷薬、消毒薬
- ヘルメット、防災ずきん
- ホイッスル
- 手指消毒薬

**貴重品**

- 現金 (小銭)
- 預貯金通帳、印鑑
- クレジットカード類
- 健康保険証
- 免許証など (本人確認できるもの)

**日用品など**

- ポリ袋 (ビニール袋)
- 新聞紙
- ろうそく、ライター
- ナイフ、缶切り
- ティッシュペーパー
- ウエットティッシュ
- 懐中電灯 (予備電池)
- 携帯ラジオ (予備電池)
- 携帯電話 (充電器、バッテリー)
- 筆記用具 (油性マジック)
- 洗面用具
- メガネ
- マスク
- 使い捨てカイロ
- 体温計
- 布ガムテープ
- ロープ
- 地図 (ハザードマップ)

### 備蓄品の準備

避難生活に備えて、日頃から、7日分の食料と飲料水を常備しましょう。

**食料**

- 飲料水 (1人1日3リットルを目安)
- 米 (缶詰やレトルトのご飯なども便利)
- 缶詰や菓子類
- 粉ミルク・離乳食

**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

### 備蓄 ▶ 消費 ▶ 補充を繰り返す

#### ローリングストック (循環備蓄) を心がけましょう

ローリングストック (循環備蓄) とは、普段から使用する食材、加工品を多めに買って置き、使ったら使った分だけ買い足していくことで、常に一定量の食料を家庭に備蓄しておく方法のことをいいます。この備蓄方法を行うことで、いざというときも日常生活に近い食生活を送ることができます。



# ぼうさい じょうほう 防災情報

自ら情報収集に  
努めるようお願い  
いたします。



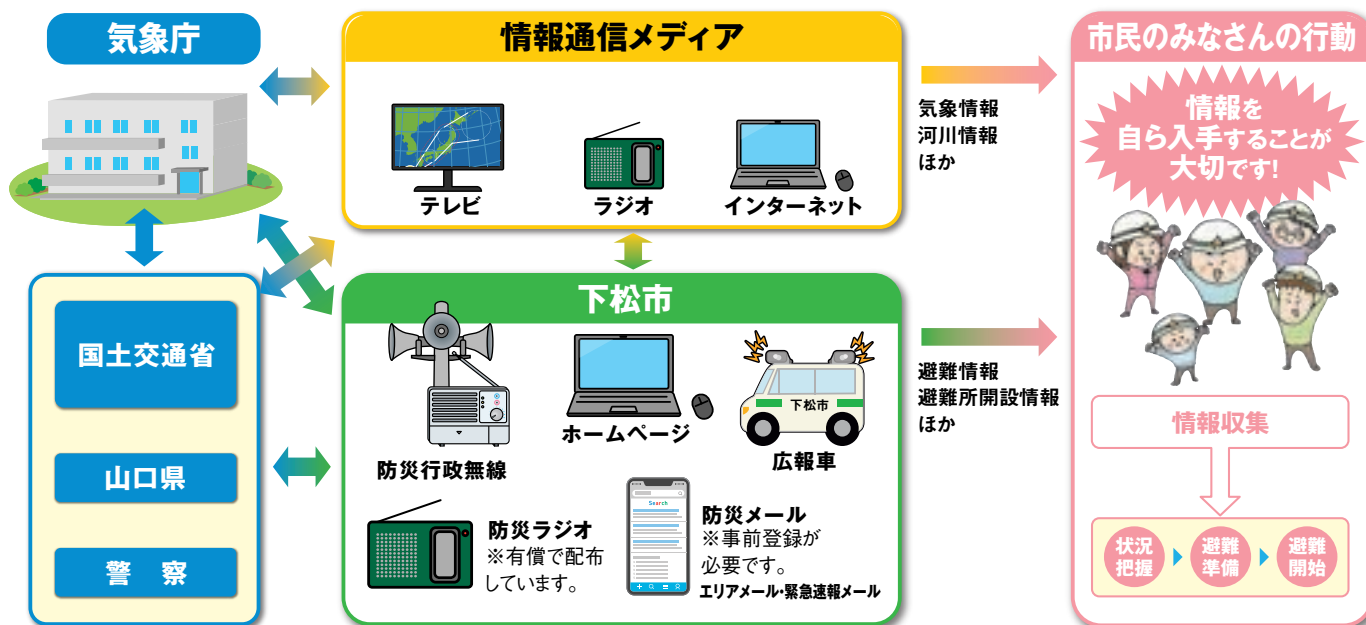
避難情報等  
について

市では、災害が発生する危険が高まった場合に、災害種別や区域等を示して避難情報を発令します。なお、避難情報等は災害発生危険度を直感的に理解し避難行動が取れるように、5段階の「警戒レベル」に区別されます。

市が発令する避難情報				気象庁などが発表する情報(警戒レベル相当情報)	
警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報	河川情報	雨(土砂災害)情報
5	災害発生 または切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急 安全確保	氾濫発生情報	大雨特別警報 (土砂災害)
警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難!!					
4	災害の おそれ高い	危険な場所から <b>全員</b> 避難	避難指示	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3	災害の おそれあり	危険な場所から <b>高齢者等</b> は避難	高齢者等 避難	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報 (土砂災害)
2	気象状況悪化	自らの避難行動を 確認	---	氾濫注意情報 洪水注意報	大雨注意報
1	今後気象 状況悪化の おそれ	災害への心構えを高める	---	早期注意情報	

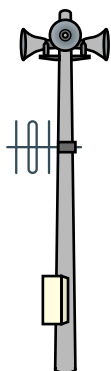
※河川や雨の情報(警戒レベル相当情報)のほか、地域の土地利用や災害実績なども踏まえ総合的に避難情報(警戒レベル)の発令を判断することから、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。

## 防災情報伝達の流れ





## 防災行政無線について



市では、災害時における避難情報や地震・津波情報などを緊急で知らせるため、防災行政無線を整備しています。市役所を含む市内32基の屋外スピーカーから放送しますが、聞き取れない場合などは以下の方法で放送内容を確認できます。

また、より確実な情報伝達のため、防災ラジオ又は防災メールをお勧めしています。

電話応答装置(自動音声案内)

☎0833-48-5007

※通話料金は利用される方の負担になります。

市ホームページ  
「放送内容」



## 緊急告知付き防災ラジオについて

防災ラジオは、災害時に自動起動し、避難情報など市から防災行政無線で発信する緊急放送が最大音量で流れます。また、普段は通常のラジオ放送を聞くことができます。(AM・FM計6チャンネル)

購入を希望される方は、市防災危機管理課または最寄りの出張所までお問い合わせください。



詳細はこちらから  
市ホームページ  
「防災ラジオ」



## 防災メールについて

市では、メールアドレス登録者に、災害時における避難情報など以下の防災に関する情報をメールで一斉配信します。

- 避難情報
- 避難所開設情報
- 気象警報(大雨、洪水、高潮、暴風、波浪、大雪、暴風雪)
- 土砂災害警戒情報
- 地震・津波情報
- その他

登録はこちらから  
市ホームページ  
「防災メール」



## 国・県から出される防災情報アクセス

### 山口県土砂災害ポータル (山口県土砂災害警戒情報)

土砂災害の恐れのある土砂災害警戒区域などの確認や大雨による土砂災害発生の危険性を確認できるサイトです。



### 山口県土木防災 情報システム

県内の雨量・水位・潮位・ダム等の情報が収集できるサイトです。



### 防災やまぐち

県内市町の防災体制・避難情報・避難所開設等の情報が収集できるサイトです。



### 下関地方気象台 Shimonoseki Meteorological Office

警報・注意報・雨雲の動き・台風進路等の気象情報が収集できるサイトです。





逃げるが勝ちで  
逃げ遅れゼロに！

# ひなんこうどう 避難行動

## 自分の身は自分で守る

**災** 害が迫ったとき、一人ひとりの状況の違いにより、自主避難を含めたそれぞれの判断が必要です。冷静かつ適切な避難行動で自分を守りましょう。

次にあてはまる方などは特に早めの避難を心がけてください。

- ・土砂災害の危険区域にお住まいの方
- ・堤防の決壊により、家屋倒壊・浸水の可能性がある方
- ・子どもや高齢者など、家庭内に要配慮者がいる方

### 市が指定する避難場所への立退き避難

小・中学校



自ら携行するもの  
・マスク・消毒液  
・体温計・スリッパ等

※不特定多数の人が避難するため、基本的な感染予防対策に務めましょう。



普段から  
どう行動するか  
決めて  
おきましょう

### 安全な親戚・知人宅への立退き避難

普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。

※ハザードマップで安全かどうかを確認しましょう。



### 安全なホテル・旅館への立退き避難

HOTEL



通常の宿泊料が必要です。事前に予約・確認しましょう。

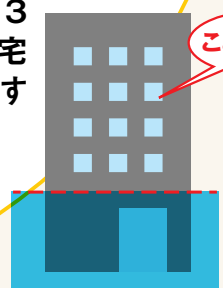
※ハザードマップで安全かどうかを確認しましょう。

### 屋内安全確保

ハザードマップで以下の「3つの条件」を確認し、自宅にいても大丈夫かを確認することが必要です。

----- 想定最大浸水深

※土砂災害の危険がある区域では立退き避難が原則です。



### 「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確認することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない(入っていると...)



流速が速いため、木造家屋は倒壊するおそれがあります。

地面が削られ家屋は建物ごと崩壊するおそれがあります。

② 浸水深より居室が高い

3~4階	5m~10m未満(3階上~4階下浸水)
2階	3m~5m未満(2階上~軒下浸水)
1階	0.5m~3m未満(1階上~軒下浸水)
1階床下	0.5m未満(1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢でき、水・食料などの備えが十分(十分じゃないと...)



水、食料、薬等の確保が困難になるほか、電気、ガス、水道、トイレ等の使用ができなくなるおそれがあります。

市が指定する

# 避難場所の種類

## ●指定避難所

大雨や地震などの発生により、家屋への被害状況から居住ができないと判断した場合に、臨時に生活を行う拠点となる場所。(公民館、学校の体育館など)

## ●広域避難場所

地震などの災害により大規模な火災が発生した場合に避難する場所。(市民運動場、下松スポーツ公園)

避難所等は災害の種類や規模などを考慮して開設します。市ホームページや広報で最新の情報を確認しておきましょう。



市ホームページ「避難場所」



# 避難のポイント

災害種別ごとに作成されている各種ハザードマップで、自宅や勤務先(学校)といった主な生活の場所、近隣の避難場所や避難経路などについて、安全かどうか確認するとともに、災害時に取るべき行動を時系列的に整理したマイタイムラインを作成しておきましょう。

チェックしよう!

詳細はこちらから市ホームページ「ハザードマップ」



市から避難情報がでたらすぐに避難しましょう。



避難場所などを家族で話し合っておきましょう。



避難は2人以上で、隣近所の方も誘いましょう。



動きやすい格好で逃げよう! 非常持出品は玄関に!



がけ崩れなどの可能性があるため、狭い道や堀のそば、川べりなどは避けて避難しましょう。



渋滞を避けるため、徒歩などで避難しましょう。 ※状況を判断して車の使用も考慮しましょう。



出火防止のため、ガスの元栓を閉め、電気ブレーカーを切りましょう。



靴はひもでしっかり締められる運動靴をはきましょう。裸足や長靴はやめましょう。



連絡がとれなくなったための、メモなどで行き先をわかるようにしておきましょう。



水面下にはマンホールなどの危険があるので、棒を杖代わりに安全を確認しながら歩きましょう。



歩行可能な水深は約50cmです。水深が深い場合は無理せず高台で助けを待ちましょう。



# 避難行動要支援者

地域や近所で  
支え合おう！

災害時、自ら避難することが困難な高齢者や障害者などの避難行動要支援者には、手助けが必要です。そのため、平時のうちから地域の要配慮者と交流を図るとともに円滑な避難体制づくりを推進するために、地域の中で可能な範囲での避難支援をお願いします。

## 避難行動要支援者避難支援制度とは

市では、災害対策基本法における避難行動要支援者名簿の登録対象者のうち、本人同意が得られた方に対して、市が避難支援プラン（緊急時の連絡先、避難方法等を記したもの）の確認等を行った後、災害の発生に備えて避難支援等関係者と避難支援に必要な情報を共有する取組を行っています。

希望される方は、市長寿社会課に「避難行動要支援者避難支援プラン（個別計画）」を記入し、提出ください。  
なお、施設・病院に入所・入院されている方は、本制度の対象外です。

### 避難行動要支援者名簿の登録対象者

- ▼介護保険制度の要介護3以上に該当する方
- ▼身体障害者手帳の1級から2級に該当する方
- ▼療育手帳Aに該当する方
- ▼精神障害者保健福祉手帳1級に該当する方
- ▼その他支援を必要とする方（旧災害時要援護者、避難行動要支援者名簿の登録対象者相当の方等）

### 避難支援等関係者

- ▼下松市消防本部
- ▼下松警察署
- ▼民生委員・児童委員
- ▼下松市社会福祉協議会
- ▼自主防災組織
- ▼消防団
- ▼自治会



※災害時、地域の支援者や支援団体の方も被災する可能性があります。そのため、避難支援は、地域の支援者や支援団体等の善意により可能な範囲で行うものであり、法的な責任や義務を負うものではありません。

### 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。



### 地域ぐるみで支援しましょう

#### 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う、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。
- 介護者が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

- 話す時は、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。



地域の  
支援組織や  
住民が  
できることは？

- 平時から要配慮者などと交流する。
- 避難時の支援方法を話し合う。
- 要配慮者の特性を理解する。

要配慮者  
本人や  
その家族が  
できることは？

- 助かるための準備をする。
- 平時から地域の方と可能な範囲で交流しておく。



# 自主防災組織

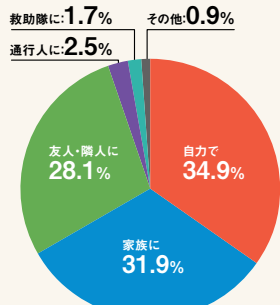
じ しゅ ぼう さい そ し き

## 自主防災組織とは 普段の活動

**災** 害時の役割は、自助7割、共助2割、公助1割といわれています。阪神淡路大震災では公的な救助により助かった人の割合は1.7%で、ほとんどの人は、家族や近所の人などに助けられています。

自主防災組織とは、「自分たちの命、自分たちの地域は自分たちで守る」という考えのもと、自主的に防災活動を行う組織のことをいいます。

### 阪神淡路大震災の救助割合



※兵庫県南部地震における火災に関する報告書 日本火災学会より

### 地域・家庭の安全対策

地域や家庭内の防災対策の確認や救助の必要の方の確認、避難経路の把握などを行う。

また、防災知識の普及や意識啓発などを行う。

### 防災用資機材などの整備

情報収集・伝達、初期消火、救出・救助、避難、給食・給水などに必要な資機材を備えておく。

### 防災訓練の実施

災害を想定した避難所への避難誘導訓練や、炊き出しなどの避難所運営を想定した訓練を行う。



消火訓練

炊き出し訓練

安全パトロール

救急救命講習

## 災害時の活動

### 災害情報の収集・伝達

災害の正しい情報を集め、混乱のないよう住民に伝達する。

### 救出・救助

災害の発生により、被害にあった人の救出・救助、負傷者への応急処置などの協力を行う。

### 避難誘導・避難所運営

避難活動の中心的役割として、避難場所までの誘導や、避難所の開設・運営、給食・給水活動などを行う。

市が支援します

## 自主防災組織の作り方

**手順1** 町内会・自治会の会議で自主防災組織の必要性を議題にする

**手順2** 会議で自主防災組織結成案の討議・可決

**手順3** 自主防災組織の結成・活動の開始

## 補助金制度

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があります。

### 補助金の種類

- 結成補助金
- 防災資機材・指定備蓄品購入補助金
- 防災訓練等実施補助金
- 防災士資格取得補助金

「市ホームページ」自主防災組織





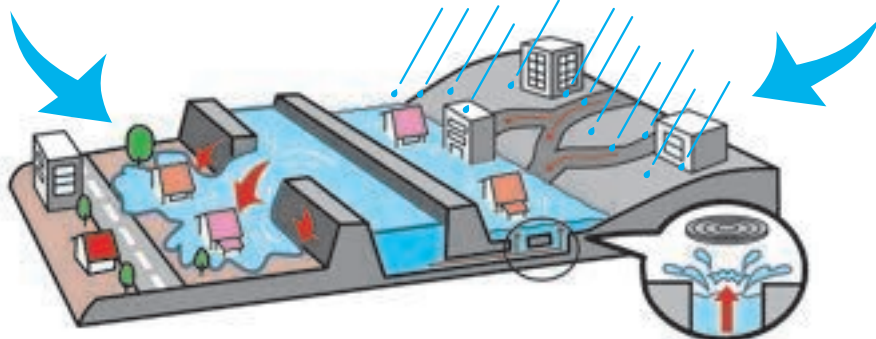
## 大雨による浸水から身を守ろう

### 洪水(外水氾濫)

河川の堤防から水が溢れたり、堤防が決壊したりして発生する。

### 内水氾濫

水路や下水道などで排水能力を超える、または流末の河川水位が高く排水できないことにより発生する。



### 離れた場所の雨にも注意

近くで強い雨が降っていても、上流側で降った雨が流れてきて、危険な状態になる場合があります。

### 注意報や警報になっていない雨にも注意

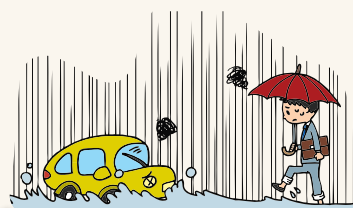
大雨や洪水の注意報・警報の発令基準に達していない雨でも、災害が発生するおそれがあります。

### 集中豪雨をもたらす前線や線状降水帯に注意

河川や水路などの雨水排水能力を大きく超える雨が降ると、短時間であっても氾濫が発生し、危険な状態になる場合があります。前線の位置や線状降水帯の発生に注意しましょう。

近年増加している風水害。集中豪雨や長雨に注意下さい。

# 大雨



Pick up

併用してください

「下松市洪水・土砂災害ハザードマップ」と併せてご覧ください。



## ● 雨の降り方と警報・注意報のめやす

1時間の雨量	予報用語	人の受けるイメージ	災害発生状況
10～20ミリ	やや強い雨	ザーザーと降る。	長く続く時は注意が必要。
20～30ミリ	強い雨	どしゃ降り。	側溝や下水、小さな川があふれ、小規模のけがけ崩れが始まる。
30～50ミリ	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る。	山崩れ、がけ崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備が必要。
50～80ミリ	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)。	都市部では地下室に雨水が流れ込む場合がある。土石流が起こりやすい。多くの災害が発生。
80ミリ以上	猛烈な雨	息が苦しくなるような、圧迫感がある。恐怖を感じる。	雨による大規模な災害の発生するおそれ強く厳重な警戒が必要。



## 土のうステーション

土のうステーションは、大雨が降った時など緊急時に家屋等の財産を水害から守るために必要な土のうを貯蔵する施設です。

大雨が見込まれる際には、貯蔵した土のうを自由に活用ください。

○ 設置場所(洪水・土砂災害ハザードマップに掲載)

上恋ヶ浜自治会館、恋ヶ浜調整池、東豊井自治会倉庫前、栄町公園、下松市役所、中島町公園、谷中戸原集会所、久保公民館、末武公民館、上藤光公園、中村総合福祉センター、花岡公民館、本浦公園、笠戸島公民館、深浦公園ほか



お問い合わせ

市土木課管理係  
0833-1850



# どしゃぶりの土砂災害

雨が多くなれば地盤が緩くなり、土砂災害が起こりやすくなります。



Pick up

併用してください

「下松市洪水・土砂災害ハザードマップ」と併せてご覧ください。

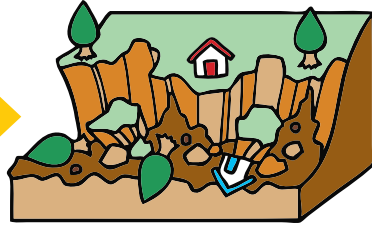


## 土砂災害の種類と特徴

### 前兆現象



- ・がけからごった水が出る
- ・地下水やわき水が止まる
- ・がけから音がする



大雨が降ったり地震によって地盤が緩んだりして、突然崩れ落ちること。

### がけ崩れ

### 前兆現象



- ・山鳴りがする
- ・雨が降り続けているのに、川の水位が下がる



長引く雨や台風の大雨で、谷や山の地面の土や石が一気に流されること。

### 土石流

### 前兆現象



- ・地面にひび割れができる
- ・井戸や沢の水がにごる
- ・がけや斜面から水がふき出す



緩やかな坂で粘土のような滑りやすい土に雨がしみて地面が動くこと。

### 地すべり

## 土砂災害から助かるポイント

土砂災害警戒情報は、大雨警報の発表中に、土砂災害発生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。土砂災害の危険性がある区域では、土砂災害警戒情報が発表されたら、ただちに避難することが必要です。

土砂災害の危険性がある区域では立退き避難が原則ですが、既に危険が迫りその余裕がないなどの場合は、崖とは反対側の上階など、現在いる建物の中で最も安全な場所に移動する屋内安全確保を行いましょつ。

一般的に土石流が流れるスピードは、およそ時速40キロメートルです。もしも土石流に遭遇したら、襲ってくる方向とは横向きに高い場所を目指して逃げましょつ。

# 台風

たいふう



台風は雨、風、気圧により  
様々な複合災害を引き起します。

## 発生・接近・上陸 台風情報に注視を

### 台風発生

熱帯の海上で発生する熱帯低気圧のうち、最大風速がおよそ毎秒17メートル以上になったものが台風と呼ばれます。

### 台風接近

台風が北上し、日本からおおよそ300キロメートルの位置まで近づくことが予想されると、気象庁が進路予測を行います。

### 台風上陸

年平均25個の台風が発生し、そのうち平均3個が日本に上陸しています。上陸する台風だけではなく、接近する台風でも大きな被害をもたらす危険があります。

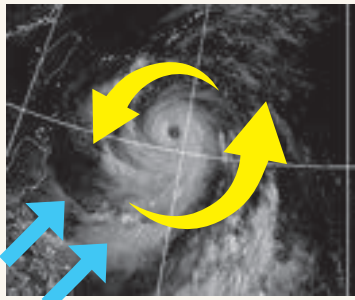
## 台風の強さ・大きさと階級

階級	最大風速	階級	大きさ 風速 15m/s以上半徑
強い	33m/s以上 44m/s未満	大型 (大きい)	500km以上 800km未満
非常に強い	44m/s以上 54m/s未満	超大型 (非常に大きい)	800km以上
猛烈な	54m/s以上		



## 風の向きと 強さの関係

**台** 風の雨と風は、進行方向の右側が強く、左側が弱くなっています。自分の家や地域が台風のどちら側にあるか、どのくらい雨と風の影響を受けるのかを天気予報などでチェックしておきましょう。



日本にくる台風の多くが南西から北東に向かって進みます。台風の接近には気をつけましょう。

## 強風・大雨の 家庭での対策

地下室にいる場合は、早く地上へ移動する。

家庭内からの排水を控える。  
(風呂水の排水、洗濯など)

**家の外の確認**  
飛ばされそうなものを、流されそうなものを片付ける。など

**家の中の確認**  
窓ガラスの破損に備え、内側からテープをはる。  
カーテンをおろす。など

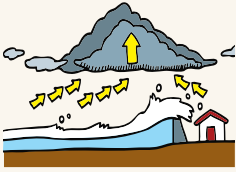
大事な家財などを高い場所(2階など)に移す。

**簡単な浸水対策**  
水のうや土のうで入り口を囲む。タオルで窓のすき間をふさぐ。など

**家族の居場所を確認**  
離れていたら安否を確認し、避難を事前に連絡する。

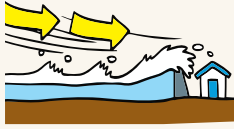
**避難の準備**  
持出品を用意する。避難先、避難経路を確認する。

## 気圧の低下



台風や低気圧の中心はまわりより気圧が低く、空気が海水面を吸い上げる。

## 風の吹きよせ



強い風が海から海岸へ吹くと、海水も海岸に吹きよせられて海面が上昇する。

## 大波



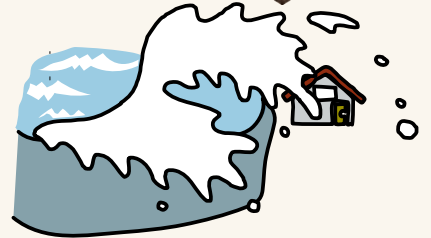
大きな波が絶え間なくおしよせると、海水が海岸にたまって海面が上昇する。

## 高潮発生のおしよせ

## 高潮

たかしお

海水が防波堤を乗り越え、道路や家を水没させることもありま



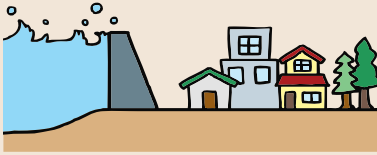
Pick up

併用してください

「下松市高潮ハザードマップ」と併せてご覧ください。

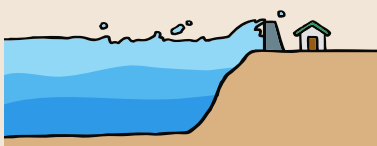


## ゼロメートル地帯



平均海水面より低い土地は浸水の危険性が高い。

## 急に深くなる海底地形



押しよせた波が海岸の近くでいっせいに高くなる。

## 河口のまわり



高潮の被害と河川のはんらんなど危険が重なる。

## 湾の奥のほう



押しよせた海水がたまり、湾内の水位が上がる。

## 山と谷に囲まれた場所



海水が集中しやすく、水位が上がる危険性がある。

## 知っところ！

## 高潮のときに危険な場所をピックアップ!

## 避難確保計画の作成を!

水防法や土砂災害防止法により、高潮や洪水などの浸水想定区域や土砂災害警戒区域内に所在する要配慮者利用施設の管理者等は、避難確保計画の作成及び避難訓練の実施が義務付けられており、市長に届出が必要です。

## ●避難確保計画

高潮や洪水などの水害や土砂災害が発生するおそれがある場合において、利用者の円滑かつ迅速な避難の確保を図るために必要な事項を定めた計画。

## ●要配慮者利用施設

社会福祉施設、学校、医療施設その他の主として防災上の配慮を要する人が利用する施設。

## 高潮まめ知識

高潮は台風や強い低気圧によって引き起こされる場合が多いので、次のような場合は特に警戒しましょう。

- 台風の接近が、大潮の満潮時と重なるとき。
- 台風が下松市周辺、あるいは下松市の西側を通過しそうなとき。



## 地震発生時、あなたがとるべき行動は？

### 屋外にいたら

#### ● 繁華街では

- ガラスや看板、がれきなどの落下物に注意しましょう。
- 落下物の中では手荷物などで頭を守りながら、近くのビルなどに逃げましょう。



#### ● 地下街では

- 柱や壁に身を寄せて、あわてずに揺れがおさまるのを待ちましょう。
- 火災が発生した場合は、ハンカチなどで鼻と口をおおって、壁つたいに姿勢を低くして地上を目指しましょう。



#### ● 電車の中では

- 将棋倒しや落下物に注意して、つり革や手すりにつかまりましょう。
- 座っているときは、足を踏ん張って状態を前かがみに、手荷物などで頭を守りましょう。



#### ● 車の運転中では

- 道路の左側に停車し、揺れがおさまるまで車内ラジオなどで情報を聞きましょう。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ロックせず、車検証などを持って、徒歩で避難しましょう。



### 屋内にいたら

#### ● 家の中では

- 大きな揺れを感じたら、テーブルの下に隠れ、身を守りましょう。
- 裸足で歩きまわらないようにしましょう。
- 乳幼児や病人、高齢者などの要配慮者の安全を確保しましょう。



#### ● 会社では

- 窓際や資料棚など、物が落ちてくる場所から離れて、机の下などに入って身を守りましょう。
- 揺れがおさまったらガスの元栓を閉めるなど火元を確認しましょう。



#### ● 学校では

- 先生や校内放送の指示に従いましょう。
- 教室にいたるときは、すぐに机の下にもぐり、身を守りましょう。
- 窓や本棚から離れて、安全な場所（グラウンドや体育館など）に移動しましょう。



#### ● エレベーターの中では

- 自動停止した階で降りましょう。自動停止しなければ、すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出ましょう。
- 閉じ込められた時は、非常ボタンやインターホンで連絡をとり、救出を待ちましょう。



地震のときの対処法を覚えておきましょう。

# 地震



Pick up

併用してください

「下松市揺れやすさマップ」と併せてご覧ください。



## 地震発生後、あなたがとるべき行動は？

### 発生後の動き



#### ③ 指定避難所

大災害により、避難者が多数となった場合、避難生活を送る場所です。「避難指示」などによって、避難する場合と、自主避難する場合があります。

#### 避難所の運営

##### ● 住民と協力

施設管理者、避難住民、市職員が協力して運営します。



##### ● 安否の確認

住民の安否確認や災害情報などの掲示板や伝言板を設置します。



##### ● 飲料水の確保

浄水場や給水拠点の受水槽、または給水車などから必要に応じて水を確保しましょう。



#### ① 家にとどまる

自宅建物に火災や倒壊の危険がないときは、必ずしも避難をする必要はありません。(状況に応じて自己判断で行動しましょう。)



自宅の安全が確認できたときは

自宅に戻れないときは



#### ② 近くの公園・広域避難場所へ

大地震による延焼火災やその他の危険から避難する場所です。

ワンポイントアドバイス

## もしものときに、身を守る方法

### STEP1 まずは…

- 落ち着いて、自分の身を守る
- 揺れがおさまってから、すばやく火を始末する
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する

### STEP2 次に…

- 火元を確認、出火していたら初期消火
- 家族や周りの人の安全を確認
- 非常持出品を手近に用意する
- 逃げるときは靴をはく

# 家のまわりの危険箇所をチェックしよう

## 屋外



### ●屋根

アンテナはしっかりと固定しましょう。瓦などをチェックしてひび割れやずれがあれば補強をしましょう。



### ●ベランダ

植木鉢や物干し竿などには落下防止策をしましょう。ベランダからの避難・救助を考え、整理整頓をしましょう。



### ●ブロック塀

しっかりとした基礎や鉄筋で補強をしましょう。ひび割れ、傾き、鉄筋のさびがある場合は修理しましょう。

## 屋内



### ●出入口

玄関など出入口までの通路に、家具や大きな荷物など倒れやすいものを置かないようにしましょう。



### ●寝室

寝ている場所に家具などが倒れないようにしましょう。また、避難の妨げにならないように家具を配置しましょう。



### ●キッチン

食器の落下防止のため、扉開き防止器具や飛び出し防止枠を付けましょう。滑り止めにふきんを引いても効果的です。

## やってみよう!家庭での家具の安全対策

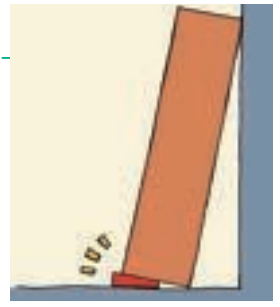
### 収納の工夫

- ・本棚などは、隙間をブックエンドで固定するなどして、なるべく空間を作らないようにしましょう。
- ・軽いものを上に、重いものを下に収納するようにしましょう。



### 置き方の工夫

- ・倒れたときにドアの開閉を妨げないように注意しましょう。
- ・家具の下部前方に板を入れて、壁にもたれ気味に置きましょう。



### 安全器具の取り付け方

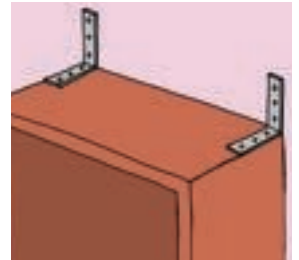
- ・転倒防止金具・ポールは壁・柱などと家具を固定するタイプや天井・床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって使いわけましょう。
- ・粘着性のジェルマットなどは安価で簡単にできる対策のひとつです。



パソコンやテレビなどの家電類は、粘着性のジェルマットなどで倒れないように固定しましょう。



壁や床に直接固定できない場合は、2種類以上の器具を使って、上下から固定しましょう。



L字型金具などで、壁や床にしっかりと家具を固定しましょう。

お問い合わせ  
市住宅建築課住宅係  
0833-45-1851

### 建物の耐震診断・改修を補助します。

耐震診断	
昭和56年5月31日以前に 着工された、市内にある 3階建て以下の戸建て木造住宅	診断費用無料 ※年間10戸まで
耐震改修	
上記住宅で、耐震診断の結果が 評点1.0未満のものを、 1.0以上にする改修工事	改修費用の4/5(限度額100万円) ※年間3戸まで

上記補助制度は、令和4年3月現在のものです。詳細については、左記までお問い合わせください。

### ●自分の身を守るための 第一歩

あなたの周りの建物は安全ですか？

阪神・淡路大震災では建物倒壊の被害にあわれた方が多くいました。災害や避難の知識も重要ですが、まずは家具の固定や家屋の耐震補強をしっかりと自分の身を守りましょう。



# 津波なみ

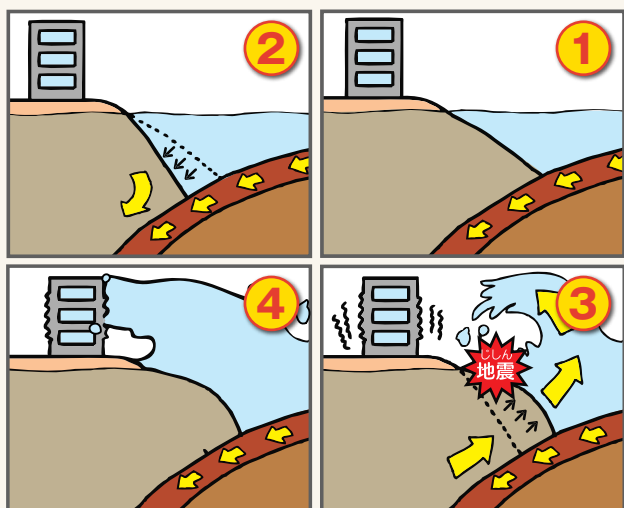


地震の後は津波が襲ってきます。海沿いに住んでいなくても注意が必要です。

## 津波ってなに？

**海** 底で起きた地震が原因で、水が陸地に押し寄せる現象を津波といいます。

プレートが元に戻ろうとし、はね返す力が地震となって海の水を陸上まで一気に押し上げます。



津波は繰り返し襲ってくるので、警報・注意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。

## 津波発生時の命を守る行動

予報の種類	まずはこのような行動を	こんなときには
<b>大津波警報</b> 3m程度～10mを超える“巨大”な津波が予想されます。嚴重に警戒してください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海岸や沿岸部にいる人は、直ちに高台や高いビルなどの安全な場所へ避難する。</li> <li>● 海沿いの地域以外の人もテレビやラジオで警戒を続ける。</li> </ul>	強い地震や長時間の揺れを感じた
<b>津波警報</b> 1m～3m程度の“高い”津波が予想されます。警戒してください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海にいる人はすぐに、陸上の安全な場所に避難する。</li> <li>● 沿岸部にいる人は、避難準備をする。</li> </ul>	大津波・津波警報が発表された
<b>津波注意報</b> 高いところで1m程度の津波が予想されます。注意してください。		津波注意報が発表された

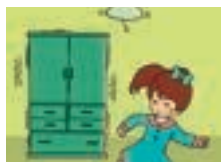
**Pick up**  
併用してください  
「下松市津波ハザードマップ」と併せてご覧ください。



## 津波から逃げる3つのポイント

**1** 小さな揺れでも安心しない

津波の危険地域では、小さな揺れでも避難を最優先に考えましょう。



**2** 避難に車は使わない

同時に多くの人が車で逃げると、渋滞が発生するおそれがあります。  
※状況により各自判断しましょう。



**3** 遠くよりも高く逃げる

津波はとても速いので、避難の時間がない場合は、遠くよりも高い場所に逃げましょう。



各避難場所の海ばつはHPでチェックしよう!



# 火災

火事のはじめは、最初の「通報」「初期消火」「避難」が大切です。



## 火事になったその時

### 1 通報

「火事だ!」と叫ぶ



- 大きな声で叫び、周りに知らせましょう。
- 小さな火事でも119番通報をしましょう。

### 2 初期消火

火が大きくなる前に



- 火がまだ横に広がっているうちは消火が可能です。なべの水や濡れたタオルなど身近なものを活用しましょう。

### 3 避難

危険を感じたら逃げる



- 避難するときは燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断しましょう。
- すみややかに避難しましょう。

## 消火方法の違い



### ストーブ

消火器を火元に向けて噴射します。ない場合は、濡らした毛布などで空気を遮断しましょう。

### 電気機器

コンセントを抜くか、ブレーカーを切るかして、粉末消火器で消火しましょう。水系消火器は感電の恐れがあります。

### カーテン・ふすま・障子

上に燃え広がる前の対処が重要です。カーテンは引きさちぎり、ふすまや障子はけり倒してから消火しましょう。

### コンロ(天ぷら油)

まずはコンロの火を消しましょう。水をかけるのは厳禁。消火器がない場合は、濡らした毛布などで空気を遮断しましょう。

### たき火

消火器や水で消火しましょう。水の準備が無い場合は、ほうきや木などでたたいて消し、その後、水でしっかり消火しましょう。

## 消火器の使い方

消火器のラベルには適した火災種別が記載してあります。一般家庭の場合は、万能タイプの粉末消火器が強化液消火器が便利です。



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



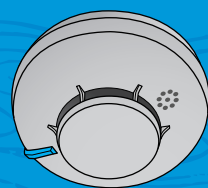
レバーを強くにぎって、噴射する

すべての住宅に

住宅用火災警報器を!

住宅用火災警報器とは、火災の煙や熱を感知して、警報音や音声により火災発生を知らせてくれる機器です。「警報により逃げ遅れずに済んだ。」火災に至らなかつた。」などの事例も多く報告されています。

住宅用火災警報器はお近くのホームセンターや電器店などで購入できます。悪質な訪問販売にはくれぐれもご注意ください。



また、住宅用

火災警報器が適切に機能するために維持管理が重要です。「いざ」というときに住宅用火災警報器がきちんと働くよう、日頃から作動確認とお手入れをしておきましょう。

点検は定期的(年2回)に、機器の交換の目安は10年です。

お問い合わせ

市消防本部予防課

☎0833-4511882

応急手当

年表の構成・持出品

防災用語

避難行動

共助

風水害対策

地震対策

津波・火災対策

# 応急手当

緊急時には、けが人に対する一番最初の応急処置が生死を分けることもあります。

## 倒れた人を見つけたら…

なによりもまず命が危険かどうかを冷静に観察して判断しましょう。

- A** 意識(反応)がない **B** 意識がはっきりしている

B

### 外傷があるとき

#### 出血していたら

##### ①傷口を圧迫する

出血している部分にガーゼやタオルを当て、その上から手のひらで圧迫します。感染を防ぐため、ビニール手袋などを使用するのが良いでしょう。

##### ②傷口を心臓より高くする

傷口は心臓よりも高い位置まで上げましょう。



#### 骨折していたら

##### ①無理に動かさない

動かさないようにして、傷や出血の手当をする。

##### ②患部を固定する

そえ木をして、骨折した部分の上と下の関節を固定。骨折した部分が動かないようにします。そえ木には手近で代用できるものを使用しましょう。



#### やけどをしていたら

##### ①早く水で冷やす

できるだけ早く、やけどをした部分を水で冷やしましょう。痛みや熱さを感じなくなるまで十分冷やすのがポイントです。

##### ②患部にガーゼを当てる

冷やした後は、やけどをした部分を清潔なガーゼや布などで軽く包み、その状態で病院へ行きましょう。



### 速やかに病院へ



## AEDの正しい使い方

### ① AEDの電源を入れる

フタを開け、電源ボタンを押します(フタを開けると自動的に電源が入る機種もあります)。電源が入った後は音声流れますので、音声の指示に従って使用してください。



### ② 電極パッドを貼る

倒れた人の服をめくり(肌直接)電極パッドを貼りましょう。汗や水などで濡れている場合は拭いてから貼ってください。



## 回復体位にして救急車を待つ

うつぶせ気味の横向きに寝かせ、頭を後ろにそらせ、上になる腕を曲げ、その手の甲に顔を乗せるようにします。上になったひざを軽く曲げ、からだを安定させましょう。



## 119番通報・AED依頼

意識や反応がないときは、すぐに119番通報をするともに、AEDを使用するかどうかが判断する必要があります。周りに誰かがいるときは、お願いして役割分担をすると良いでしょう。特によく行く場所では、どこにAEDがあるか確認しておきましょう。

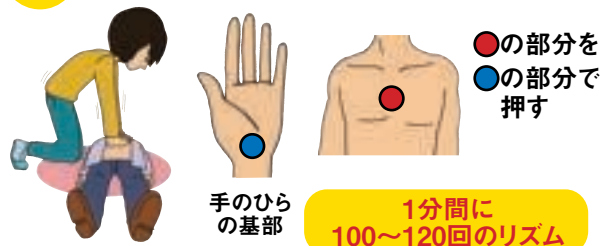
**A** 通常呼吸 **B** 呼吸なし

## 2 人工呼吸 (省略可能)



息がしやすいようにあご先を持ち上げ、頭を後方へ軽くそらせ、空気の通り道を作って気道を確保します。気道を確保したまま、鼻をつまみ、口で口を覆いながら軽く息を吹き込みます。1回1秒かけて、2回吹き込みましょう。※できるだけ感染防護具を使いましょう。

## 1 心臓マッサージ



圧迫は、両手を重ね、手のひらの手首に近い部分で胸の真ん中を真上から押し込みましょう。ひじを伸ばし、胸が約5cm沈み込むまで、絶え間なく30回連続で圧迫しましょう。

それでも呼吸をしていないなら…  
**AEDを使用してください**

注) AEDはこのような人にだけ使用しましょう

反応がない

呼吸がない

AEDが到着するまで繰り返す。

**強く** 成人は胸が約5cm沈み込むまで、小児は胸の厚さの約1/3

**速く** 1分間に100~120回のリズムで

**絶え間なく**

できるだけ中断しないように・人工呼吸ができる場合は、心臓マッサージ30回、人工呼吸2回のペースで交互に行いましょう。

## 3 心臓のリズムを解析

AEDが自動的に患者の心電図を解析します。解析中は、患者に触れないように注意しましょう。



## 4 ショックボタンを押す

「ショックが必要です。」などの音声メッセージが流れた場合、患者から離れ、ショックボタンを押しましょう。ショック後、メッセージに従い、蘇生法をスタートしましょう。



心肺停止した患者に2分以内にAEDを使用した場合の生存率は約80%と言われます。また、そこから3分遅れると生存率は約50%まで落ちてしまいます。そのため冷静かつ迅速な対処が重要となります。



# 災害時には地域内での 助け合いがとても大切です。

親戚や近所の人たちとの普段からの  
関係づくりを心がけましょう。

ちょっとした  
心がけで

## ★ 普段からできる見守りの一例 ★



※見守りを行う際には、相手のプライバシーには十分に配慮しましょう。

防災とボランティアの日(阪神大震災)

東日本大震災発生

防災の日(関東大震災)

津波防災の日

1月17日

3月11日

9月1日

11月5日

この日を目安に、防災ガイドブックを開いてみてください。

いざという  
時のために  
知っておこう!

## 緊急時 テレホンガイド

警察は

110番

火事・救急は

119番

海上の事故・事件は

118番

### 災害用伝言ダイヤル「171」

NTTでは震度6弱以上の地震発生時など、被災地へ安否確認電話が集中する場合に「災害用伝言ダイヤル」サービスを開始します。事前契約などは不要で、サービス開始はテレビやラジオで告知されます。171番にダイヤルするとガイダンスが流れるので、それにしたがって利用します。

171

ガイダンスが流れます

1 伝言を  
録音する時

2 伝言を  
再生する時

被災地の方の電話番号を市外局番から  
ダイヤルしてください。

伝言を吹き込む(30秒以内)

伝言を聞く

下松市

発行:下松市総務部防災危機管理課

〒744-8585 山口県下松市大手町3-3-3 / ☎0833-45-1832

発行年月:令和4年3月

編集: (株)ジャパンインターナショナル総合研究所