

わが家の 防災マニュアル

保存版

令和4年度作成

自然災害に備える

地震・津波

風水害・土砂災害

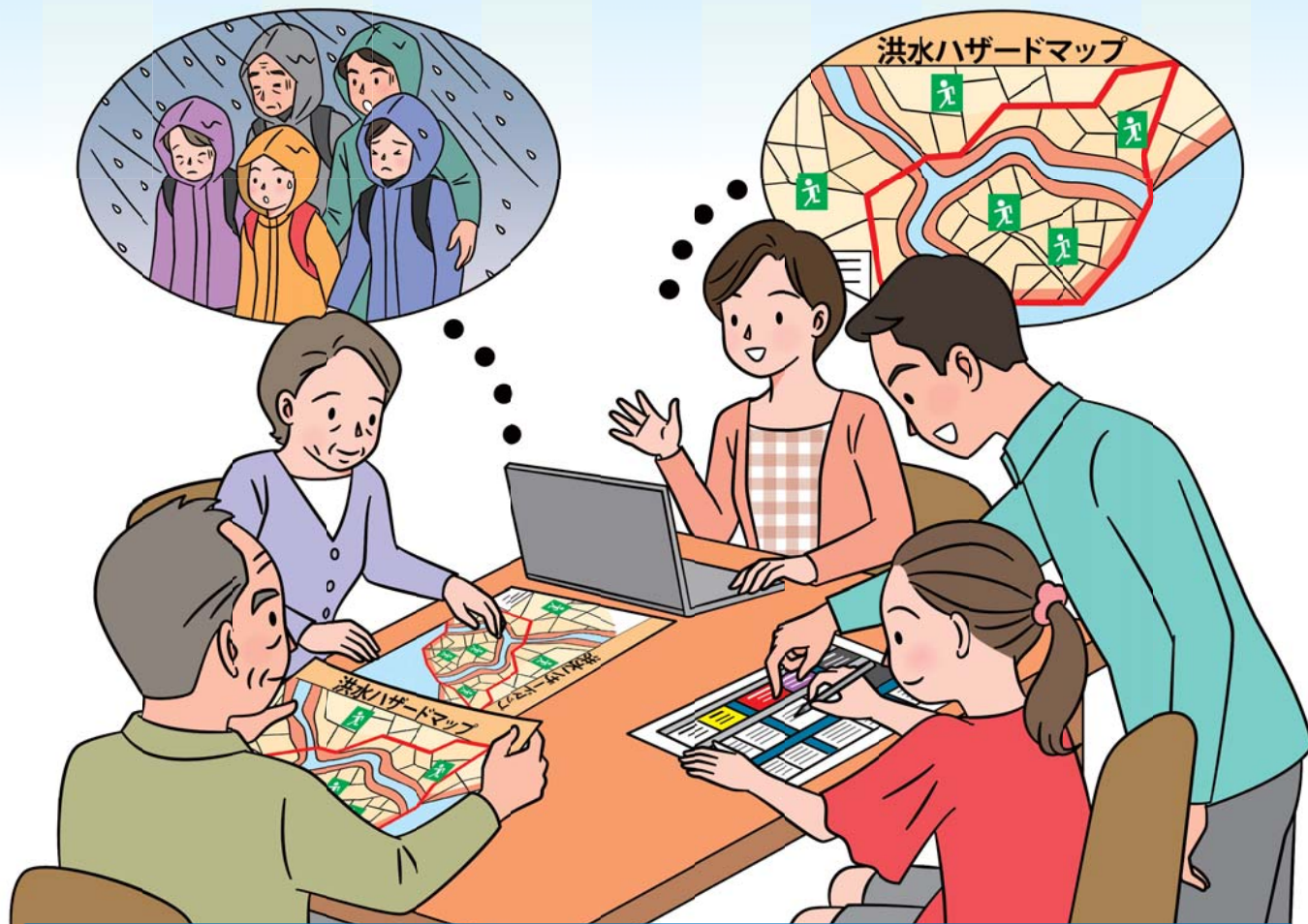
避難情報・避難場所

火災

弾道ミサイル・
放射線災害

日ごろからの備え

ハザードマップ



●おいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画～ とは

マイタイムラインは、災害に対する事前の備えや、大雨・台風の接近により浸水害や洪水、土砂災害などが発生する危険性が高まったときの避難開始の基準、「避難スイッチ」をオンにするタイミングなどを、時系列であらかじめ整理しておく、**【自分自身や家族の避難行動計画】**です。

詳しくは88、89頁をご覧ください。



防災(ぼうさい)ガイドを英語(えいご)、中国語(ちゅうごくご)、韓国語(かんこくご)で見ることができます。
English, Chinese, and Korean versions of this Disaster Preparedness Guidebook are also available.
防災手册另有英文、中文、韩文版本。
방재 가이드를 영어, 중국어, 한국어로 볼 수 있습니다.

■お問い合わせ

大分市 総務部防災局 防災危機管理課

直通電話 097-537-5664 FAX 097-533-0252

E-mail bosaikikikanri@city.oita.oita.jp

令和5年1月発行

日本の国土は、その位置、地形、地質などから、地震、風水害などの自然災害が発生しやすく、平成23年3月11日には東日本大震災という想定をはるかに超える災害を経験しましたが、その後も平成28年熊本地震、平成30年7月豪雨及び令和2年7月豪雨など甚大な被害をもたらした災害が相次いで発生しており、更なる防災・減災の取り組みが求められています。

本市におきましては、今後30年以内に70～80%という高い確率で発生が予想される南海トラフを震源とした巨大地震と、これに伴う津波による被害が懸念されるとともに、大分川・大野川という一級河川を有していることから、近年頻発・激甚化している風水害による被害も懸念されます。

こうしたいつどこで発生するかわからない災害に備え、本市では「安全・安心を身近に実感できるまちづくり」を基本的な政策として掲げ、さまざまな防災・減災の対策を推進しています。いざという時に自らを、そして家族を守るためには、何よりも市民の皆様一人ひとりが正しく災害について知り、事前に備えていただくことが重要です。

この「わが家の防災マニュアル」は本市域内で発生が予想されるさまざまな自然災害などから身を守るための行動と備えについてわかりやすくまとめているので、ご家族で災害対策について話し合っていたく際にご活用いただくとともに、地域で防災訓練などを行う場合にぜひご活用ください。

もくじ

自然災害に備える

激甚化する自然災害に備えて 1

地震・津波

地震を知りましょう 3
 地震発生！そのときあなたは？ 4
 わが家を安全な場所にしましょう 8
 津波の危険から身を守りましょう 10

風水害・土砂災害

風水害から身を守りましょう 12
 土砂災害から身を守りましょう 16

避難情報・避難場所

避難情報を正しく理解しましょう 18
 非常持出品と備蓄品をそろえましょう 20
 「指定緊急避難場所」と「指定避難所」の違いを知っておきましょう 21
 大分市指定緊急避難場所兼指定避難所一覧 22
 避難所での生活を考えましょう 24

火災

火災による被害をなくすために 26

弾道ミサイル・放射線災害

弾道ミサイル落下時の行動について 28
 放射線災害が起きたら 28
 大分市で考えられる原子力災害とは 29

日ごろからの備え

覚えておきたい応急手当 30
 地域ぐるみで支え合いましょう 32
 生活再建をすすめましょう 34
 防災情報の入手方法を知りましょう 36
 災害の前に備えられること 39
 「おおいたマイ・タイムライン」活用方法 88
 おおいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画 裏表紙

ハザードマップ

■洪水ハザードマップ

洪水ハザードマップ全体図…40
 ハザードマップを見る…41
 洪水ハザードマップ①…42
 洪水ハザードマップ②…44
 洪水ハザードマップ③…46
 洪水ハザードマップ④…48
 洪水ハザードマップ⑤…50
 洪水ハザードマップ⑥…52
 洪水ハザードマップ⑦…54
 洪水ハザードマップ⑧…56
 洪水ハザードマップ⑨…58
 洪水ハザードマップ⑩…60

■浸水継続時間マップ…62

■津波・地震ハザードマップ

津波・地震ハザードマップ全体図…64
 津波・地震ハザードマップ①…66
 津波・地震ハザードマップ②…68
 津波・地震ハザードマップ③…70
 津波・地震ハザードマップ④…72
 津波・地震ハザードマップ⑤…74
 津波・地震ハザードマップ⑥…76
 津波・地震ハザードマップ⑦…78
 津波・地震ハザードマップ⑧…80
 津波・地震ハザードマップ⑨…82
 津波・地震ハザードマップ⑩…84

■高潮ハザードマップ…86

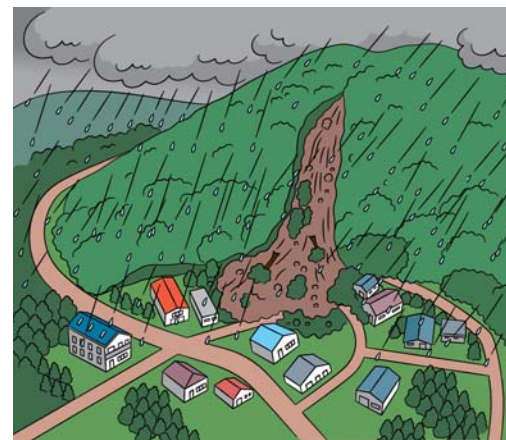
激甚化する自然災害に備えて

世界でも有数の地震国とされる日本は、いつ、どこで大規模な地震が起きてもおかしくありません。また、集中豪雨や台風などによる風水害は、地球環境の変化の影響などもあって毎年のように大きな被害をもたらしています。

激甚化、頻発化する風水害

日本の河川は川の長さが短く急こう配なため、降った雨が山から海へと比較的短い時間で流れます。このため梅雨や台風などで大雨が降ると、地形的に洪水や土砂災害が起きやすいといわれています。

さらに近年は気候変動の影響などから、毎年のように日本各地で観測記録を更新するような豪雨や暴風が発生しています。



近年の主な風水害

令和3年7月1日から3日の 東海地方・関東地方南部を 中心とした大雨	令和3年7月1日～7月3日。6月末から梅雨前線が北上し、西日本から東日本に停滞。数日間にわたって断続的に雨が降り続き、東海地方から関東地方南部を中心に記録的な大雨となった。
令和2年7月豪雨	「熊本豪雨」。令和2年7月3日～31日。西日本から東日本の広範囲にわたる長期間の大雨。球磨川などの河川氾濫や土砂災害が発生。
令和元年東日本台風	令和元年10月（台風第19号）。東日本の広い範囲における記録的な大雨により大河川を含む多数の河川氾濫などが発生。
令和元年房総半島台風	令和元年9月（台風第15号）。房総半島を中心とした各地で暴風などが発生。
平成30年7月豪雨	「西日本豪雨」。平成30年6月28日～7月8日。広島県・愛媛県で土砂災害、倉敷市真備町で洪水害などが広域的に発生。
平成29年7月九州北部豪雨	平成29年7月5日～6日。朝倉市・東峰村・日田市で洪水害・土砂災害などが発生。

地球温暖化の影響が考えられます

近年の風水害の激甚化や頻発化の背景として、地球温暖化の影響が考えられます。気象庁の調査によると、1日の降水量が200ミリ以上になる大雨の日や、1時間当たり50ミリ以上の「滝のように降る」短期間強雨の回数が長期的に増加傾向にあります。地球温暖化の影響が指摘されているこうした雨の降り方の変化に応じて、土砂災害の発生回数も増加傾向にあります。地球規模の環境の変化を考慮したこれまで以上の防災・減災の取り組みが必要です。



震度7の揺れや大津波を発生させる地震

わが国では過去に大規模な地震を経験してきました。今後いつ起きてもおかしくない地震への備えが必要です。

過去の大規模地震

出典：気象庁

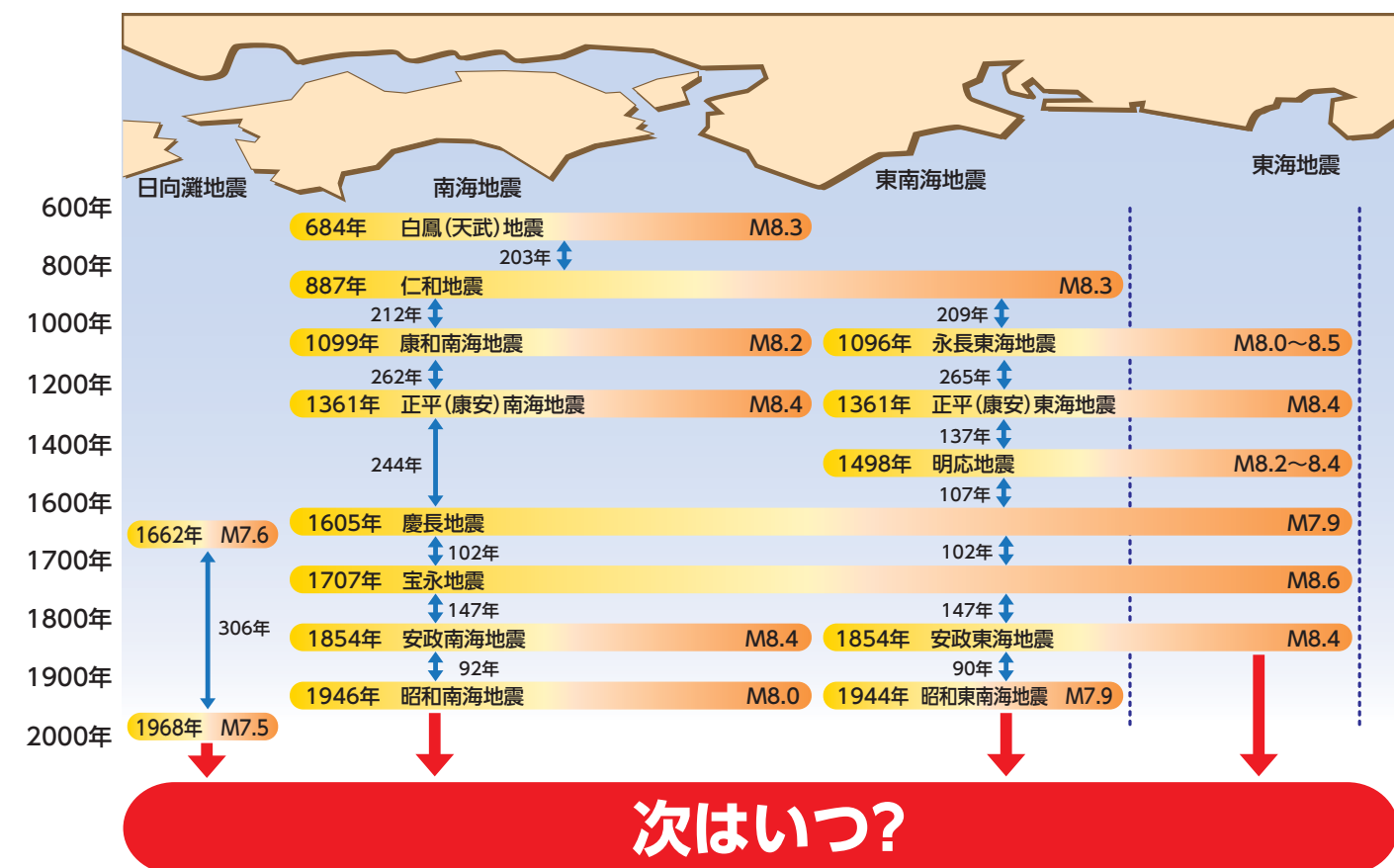
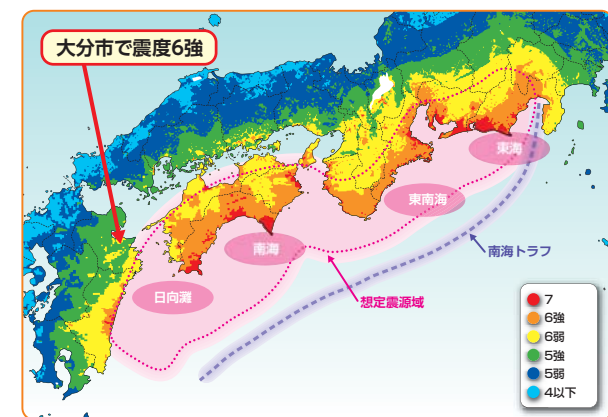
平成30年(2018年) 北海道胆振東部地震	平成30年9月6日発生。厚真町で震度7。多数の土砂災害や大規模停電が発生。
平成28年(2016年) 熊本地震	平成28年4月14日発生。益城町(4月14日、16日)、西原村(4月16日)で震度7。家屋等の被害のほか大規模な土砂災害が発生。
平成23年(2011年) 東北地方太平洋沖地震	東北地方太平洋沖地震による災害被害を「東日本大震災」と呼ぶ。平成23年3月11日発生。最大震度7を観測し、東日本を中心として広い範囲で被害が発生。東北地方を中心に大きな津波被害。長周期地震動や液状化現象による被害も発生。
平成7年(1995年) 兵庫県南部地震	兵庫県南部地震による災害被害を「阪神・淡路大震災」と呼ぶ。平成7年1月17日発生し、兵庫県内には震度7の地域もあった。家屋の倒壊や火災により大きな被害。高速道路や新幹線の高架にも被害。

南海トラフ地震はいつ起きる？

静岡県の駿河湾から九州の日向灘沖までのびる海底のプレートの境界が接する海溝(深海底の溝状の地形)を南海トラフといい、ここで起きる地震が「南海トラフ地震」です。

南海トラフでは100～150年間隔で大規模な地震が発生しており、前回の昭和東南海地震(1944年)および昭和南海地震(1946年)などを考慮すると、30年以内にマグニチュード8～9クラスの地震が70%～80%の確率で発生すると予測されています。

●南海トラフ地震の想定震源域

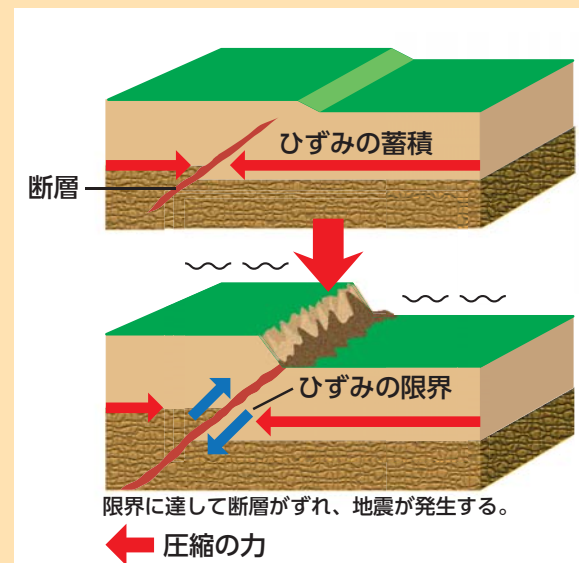


次はいつ？

地震を知りましょう

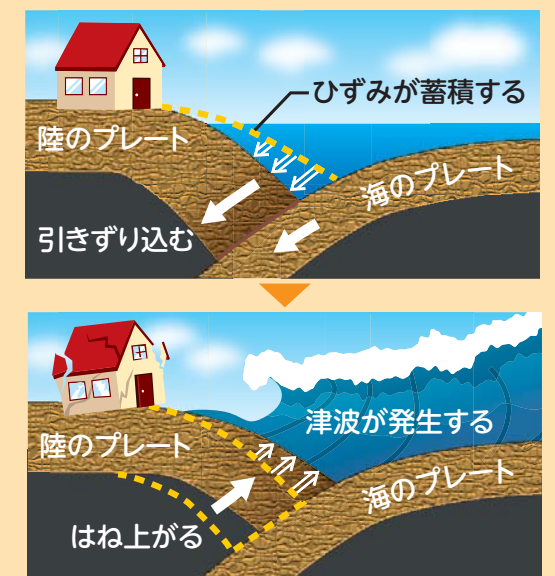
地震には、起こる場所や原因によっていくつかのタイプがあります。その代表的なものが、内陸で発生する比較的震源の浅い「活断層による地震」と、海と陸のプレートの境界あたりで発生する震源の深い「海溝型地震」です。

活断層による地震発生メカニズム



過去の発生例 ●阪神・淡路大震災(1995年) ●熊本地震(2016年) など

海溝型地震発生メカニズム



過去の発生例 ●東日本大震災(2011年)など

大分市に関連のある活断層

本市周辺の主な活断層として、「中央構造線断層帯(豊予海峡―由布院区間)」等があります。活断層による地震は、一見確率が低いように見えますが、それは平均活動間隔が長いからです。実際、日本では活断層が数多く存在していて、多くの地震が発生しています。たとえ確率が低くても「地震は身近な危険」としてとらえる姿勢が必要です。



中央構造線断層帯の地震発生確率

中央構造線断層帯	マグニチュード	相対的評価	発生確率(%)			
			地震後経過率	30年以内	50年以内	100年以内
豊予海峡―由布院区間(長さ:約61km)	7.8程度	Zランク	0.2～0.3	ほぼ0	ほぼ0	ほぼ0

※活断層における今後30年以内の地震発生確率が3%以上を「Sランク」、0.1～3%を「Aランク」、0.1%未満を「Zランク」、不明(すぐに地震が起きることが否定できない)を「Xランク」と表記している。

※地震後経過率:最新活動(地震発生)時期から評価時点までの経過時間を、平均活動間隔で割った値。最新の地震発生時期から評価時点までの経過時間が、平均活動間隔に達すると1.0となる。

出典：地震調査研究推進本部

地震発生！ そのときあなたは？

大きな地震が発生したときは、一瞬の判断が生死を分けることもあります。いざというとき、あわてず冷静な行動をするために、地震発生時、地震発生直後、地震発生後の基本的な行動パターンを覚えておきましょう。

「地震発生時」の行動～揺れているとき

地震発生！ まずは身の安全を確保する

- 緊急地震速報や、大きな揺れがあったときは、まずは身の安全を最優先に行動する。
- 丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

高層階（おおむね10階以上）での注意点

- 高層階では、揺れが数分続くことがある。
- 大きくゆっくりとした揺れで、家具類が転倒や落下したり、大きく移動する危険がある。



「地震発生直後」の行動～揺れがおさまったら

あわてた行動はけがのもと

- 屋内では、転倒や落下した家具類、割れたガラスの破片などに注意する。
- 瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。



危険箇所に近寄らない

- 屋外で大きな揺れを感じたら、ブロック塀、電柱、看板、自動販売機、橋などには近寄らない。



火元の確認と初期消火

- 火を使っているときは、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- 出火しているときは落ちついて消火する。



出口を確保する

- 揺れがおさまったのを確認してから、ドアや窓を開けて、避難ができるように出口を確保する。



シェイクアウト訓練に参加しましょう！

大分市では、毎年9月1日防災の日に合わせて、南海トラフ地震を想定した全市一斉の「大分市シェイクアウト」を実施しています。突然の地震の揺れから身を守るため、1分間の訓練に積極的に参加しましょう。詳しくは、大分市ホームページをご確認ください。

●シェイクアウト訓練とは

シェイクアウト訓練は、大きな地震が起こった時の3つの安全行動「①姿勢を低く、②頭を守り、③動かない」を身につける訓練です。大分市防災メール（登録者のみ）や防災無線のサイレンを訓練開始合図として、その場で安全行動を行いましょう。

3つの安全行動



※屋外の場合は、建物、電柱などから離れた場所を探し、そこで3つの安全行動をとりましょう。

イラスト提供：日本シェイクアウト提唱会議

「地震発生後」の行動～揺れがおちついたら

正しい情報を集める

- ラジオやテレビ、行政、消防、警察など信頼できる機関から正しい情報を集める。



まずは在宅避難を考える

- 火災や津波のおそれがなく、住宅に損傷がないなど耐震性に問題がなかったら、情報確認後、まずは在宅での避難生活を考える（無理に避難所に行く必要はない）。そのために食料や水を備蓄しておく。



状況に応じた避難

- 近隣に大きな火災が発生したり、津波のおそれのある場合は、状況に応じてより安全な場所へ避難する。
- 家族に子ども、高齢者、特に障がいがある人などの避難に時間のかかる人がいる場合は、早めに避難を開始する。



避難の前に安全確認

- 避難が必要になったときは、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めてから避難する。



救護活動に協力する

- 倒壊家屋や家具の下敷きになった人などがいたら、近隣で協力して救出・救護する。



出典：東京消防庁「地震 その時10のポイント」



防災・減災キーワード



緊急地震速報とは？

緊急地震速報は、地震の発生直後に震源近くで初期微動をキャッチし、強い揺れが到達する直前に知らせる情報です。最大震度5弱以上が推定される場合に、テレビやラジオ、緊急速報メールなどを通じて知らせます。緊急地震速報から揺れるまでの時間は、わずか数秒から数十秒程度しかありません。身の安全を守ることを最優先に行動しましょう。震源が近い場合は、速報が間に合わないこともあります。

※震度5弱以上の地震の際に震度4以上の地域にお知らせします。

こんなところで地震が起きたら?(屋内編)

エレベーターでは

- 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が、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。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取り、救出を待つ。



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。手荷物で頭を守る。
- あわてて出口に向かわない。大規模店舗などは急に倒壊しないため、店員の指示に従って行動する。



学校では

- 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、机の脚をしっかりと持つ。
- 本棚や窓から離れ、安全な場所に移動する。屋外にいるときは、そのまま屋外にとどまる。



勤務先では

- 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給湯器などのスイッチを切るなど、火元を確認する。



こんなところで地震が起きたら?(屋外編)

車の運転中は

- 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。
- 車を置いて避難する場合は、道路外の場所へ移動する。
- やむを得ず道路上に置いて車を離れるときは貴重品を持ち、キーは置いたままでロックしない。



海岸・がけ付近では

- 海岸にいたら避難指示などの有無にかかわらず直ちに高台や近隣の高い建物、指定の緊急避難場所へ逃げる。
- 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。



防災・減災キーワード

夜間に避難する場合

見通しが悪くなる夜間の避難には危険が伴います。やむを得ず夜間に避難する場合は、できるだけ単独行動を避け、家族や隣近所の人と一緒に行動しましょう。停電の際は、懐中電灯を使って周囲の安全を確認しながら慎重に避難します。また、転倒や転落の危険性があるので、水路や川沿いの道をはじめ、ブロック塀などがある狭い道は避け、広い道を選ぶことも大切です。

【夜間の避難に備えて】

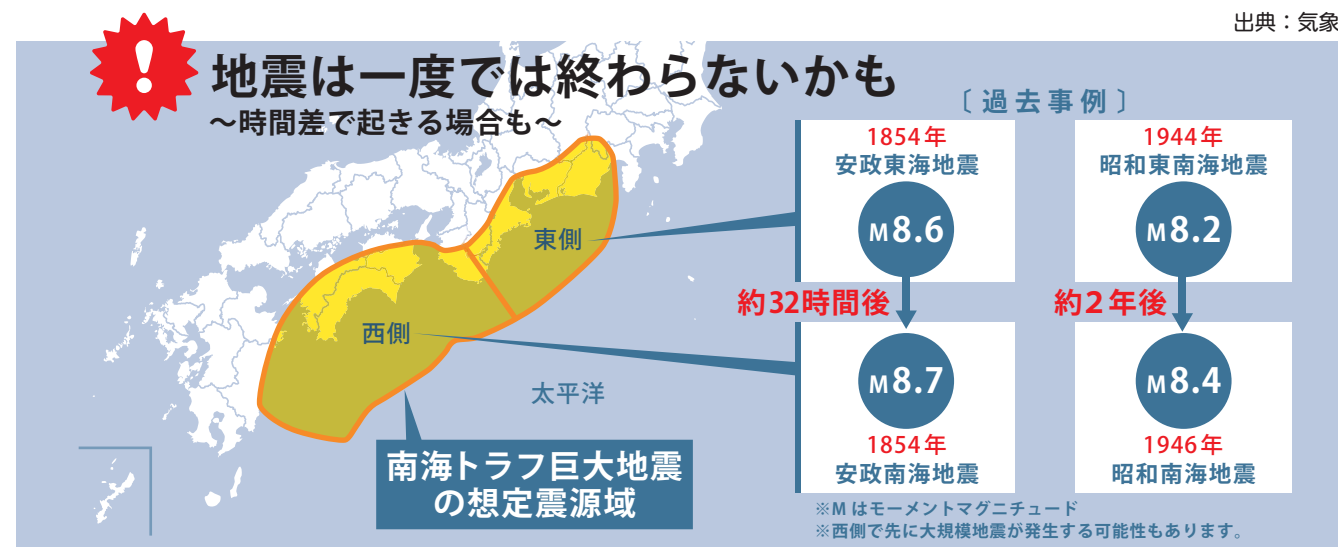
- 緊急避難場所等までのルートを確認しておく
- 高齢者だけの世帯など避難に支援が必要な場合は、事前に誰にサポートしてもらうか決めておく
- 居間や寝室など家の各所の取り出しやすい場所に懐中電灯などの明かりを用意しておく
- 照明はライト付きヘルメットや首にかけられるライトなど、手が空くものがよい



南海トラフ地震臨時情報を知っていますか

南海トラフでは想定震源域の東側と西側で、時間差で大規模地震が発生する事例があります。

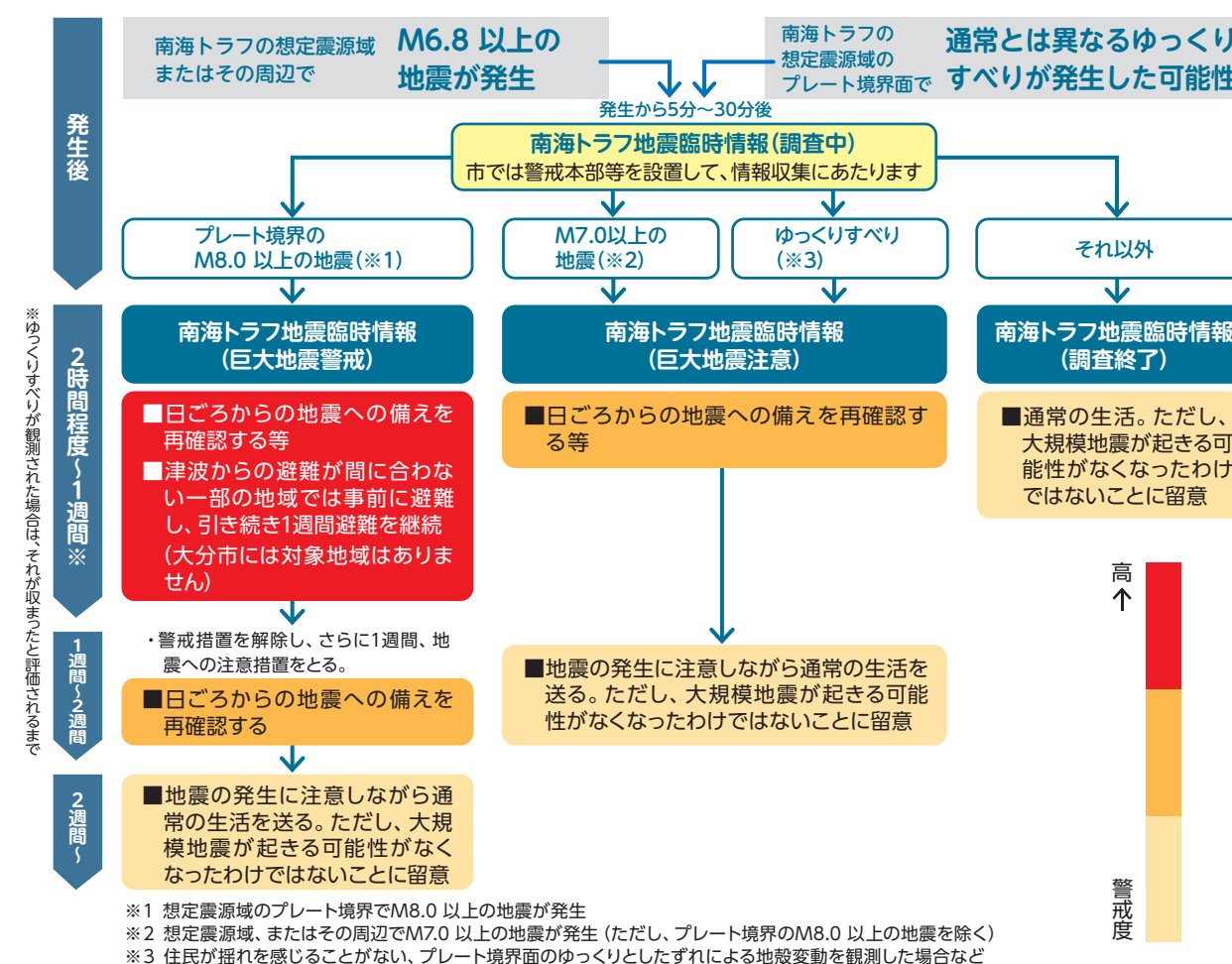
出典：気象庁



時間差で発生する巨大地震に備えましょう

- 南海トラフ地震の発生可能性が通常と比べて相対的に高まったと評価された場合に気象庁から「南海トラフ地震臨時情報」が発表されます。
- 政府や地方公共団体などからの呼びかけ等に応じた防災対応をとみましょう。

南海トラフの東側で先に地震が発生した場合などの防災対応の流れ



わが家を安全な場所にしましょう

住宅の耐震診断について

平成7年の阪神・淡路大震災では、倒壊した建物や家具に押しつぶされて亡くなった人が、犠牲者全体の約8割を占め、壊れた建物の多くが昭和56年以前の「旧耐震基準」で建てられた古い木造住宅でした。

耐震診断は、こうした昭和56年以前の旧耐震基準で建てられた建物について、大地震に対してどの程度強度（耐震性）があるかを調べる診断作業のことです。

インターネットで今すぐ診断

誰でもできるわが家の耐震診断 日本建築防災協会 [検索](#)



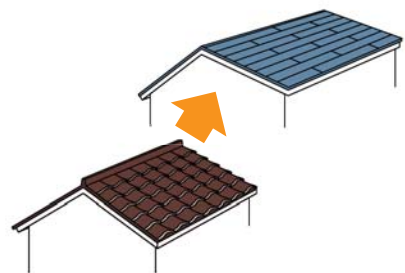
住宅の耐震補強について

耐震診断の結果、耐震性に問題があった場合は補強工事が必要となってきます。下記に耐震補強工事の主な方法を示していますので、わが家に最も適した工事方法を選び、耐震補強を行いましょう。

耐震補強工事の一部紹介

屋根の耐震化

軽い材料の屋根に替えることで、耐震性UP!



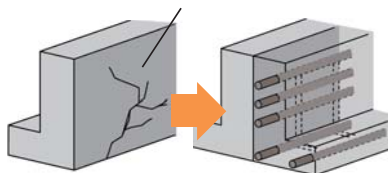
耐震化については、耐力壁などの上部構造各部の補強全体で考えましょう。

建物の基礎を補強

基礎の補強で建物の性能UP!

無筋コンクリートは、耐久性に乏しく崩壊しやすい。

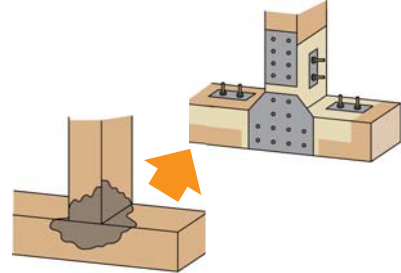
ひびの入った基礎は樹脂などを注入して補強



新たに鉄筋コンクリート造の基礎を抱き合わせます。

腐朽部分を補強

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。

大分市では、耐震診断・耐震改修（補強）費用の一部を補助しています。昭和56年5月以前に建てられた木造住宅で耐震化を検討される際は、下記問い合わせ先へご相談ください。

大分市危険ブロック塀等除却事業

ひび割れ、傾きがあるブロック塀は、地震によって倒壊する危険性があります。ブロック塀が倒れることで人が下敷きになり死傷する場合や、倒れたブロック塀が道路を塞ぐことで避難活動や消火活動に支障が生じることがあるため、その安全対策が重要な課題です。

本市では、地震に強い、安全・安心なまちづくりを促進するため、所有者や管理者が危険な状態にあるブロック塀等の除却を行う際にかかる費用の一部を補助します。

下記問い合わせ先へご相談ください。

※交付決定前に業者契約や除却工事を行った場合や当該補助金の交付を受けたことがあるものについては補助ができません



●問い合わせ先 開発建築指導課 直通電話：097-537-5635

家の中の防災・減災対策

●照明器具

つるすタイプの照明器具は、ロープで固定する。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで留めておく。

●住宅用火災警報器

煙や熱を感知すると警報音で知らせてくれる。10年に一度、交換する。

●カーテン

防災加工されたものを使う。

●窓ガラス

飛散防止フィルムを室内側に貼る。

●食器棚

飛散フィルムをガラスに貼る。扉が開かないよう金具をつけて、扉が開いても中の食器が飛び出すのを防ぐ。

●冷蔵庫

動かないよう固定する。

●ガスレンジ

自動停止機能がついているガスメーター（マイコンメーター）かどうかを確認する。

●テレビ

できるだけ低い位置に置き、金具やロープ、装着マットなどで下面・柱・壁に固定する。

●テレビ台など

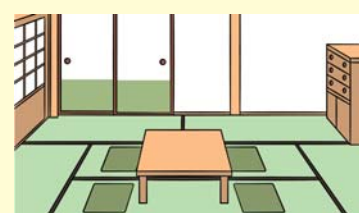
キャスター付きの家具はなるべく避け、使うときは、ストッパーをかける。

●本棚・タンスなど

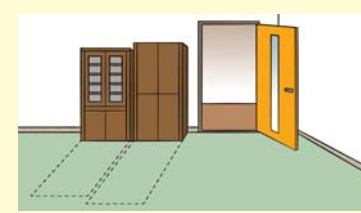
なるべく壁面に接近させておき、上部をL字型金具で固定するか、家具の下に板などをはさみ、壁面にもたれさせる。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具で連結する。

家の中の事故はこんな工夫でも防げます

家族が家具の転倒や落下を避けて集まることができる、家具のない（または少ない）安全なスペースを確保する。



出入り口や通路をふさぐような場所に物を置かない。家具が倒れたときに備えて向きも考慮する。



就寝中に倒れた家具の下敷きにならないよう、寝室には大きな家具を置かない。



重心を安定させるため、重い物は下に、軽い物は上に収納する。



津波の危険から身を守りましょう

迫りくる巨大津波から命を守るには、津波が届かない高い場所へ避難するしかありません。自分の命は自分が守るということを強く意識してください。津波の危険がある場所では、「大きな揺れを感じたら、すぐ避難する。」このことを心がけておきましょう。

津波から命を守る対応チャート

こんなときには

まずこのような行動を

その後は…

●強い地震や長時間の揺れを感じた

避難する

すぐ避難する!

- 沿岸部や川沿いにいる人は、直ちに離れて高台などの安全な場所や、浸水想定区域外に避難する。
- ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難する。



●大津波・津波警報*が発表された(揺れを感じなくても)

避難する

●津波注意報*が発表された(揺れを感じなくても)

避難に備える

海岸から離れる!

- 海の中にいる人は、直ちに海から上がって、海岸から離れる。
- 沿岸部にいる人たちはいつでも避難できるように準備する。



*自治体から避難指示が発令された際、大津波警報、津波警報、津波注意報により、避難の対象とする地域が異なります。

- 正しい情報をラジオ・テレビなどで入手する。
- 津波は繰り返し来襲するので、警報・注意報が解除されるまでは絶対に海岸に近づかない。



津波はこんなところに注意!

水深が深いほどジェット機並みの速さ!

津波の速さは海底までの深さに応じて変化する。深海では、ジェット機並みのスピードで進む。海岸近くでも秒速10メートルと陸上短距離の世界記録並み。



津波の高さは想像を超える!

津波の高さは海岸などの地形に影響される。V字型の湾の奥、岬の先端などの特殊な地形の場所では波が集中して高くなる。

津波は繰り返しおそってくる

津波は何度も繰り返して押し寄せるうえ、第1波が最大であるとは限らない。最初の波が小さいからといって安心して自宅などに戻るのは極めて危険。



津波は川を遡上する

津波は川をさかのぼる。東日本大震災では、宮城県の北上川を約50キロも遡上した。沿岸部だけでなく河川流域でも津波への警戒が必要。

津波から避難するときのポイント

まずは海や川から離れる

津波により浸水が想定されている地域では、まずは浸水想定区域外への避難を最優先に。



避難は徒歩で

原則として、車で避難するのはやめる。



逃げ遅れたら「高く」に

すでに浸水が始まってしまっていたら、「より高い」場所に逃げる。



津波に関する注意報・警報

津波による災害の発生が予想される場合、大津波警報、津波警報、津波注意報が発表されます。また、マグニチュード8を超える巨大地震の場合は、最初の津波警報で、予想される津波の高さを「巨大」「高い」という言葉で発表して非常事態であることを伝えます。津波警報を聞いたら、直ちに避難しましょう。

警報・注意報の分類	予想される津波の高さ	
	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)	
	5m (3m<高さ≤5m)	
津波警報	3m (1m<高さ≤3m)	高い
津波注意報	1m (20cm<高さ≤1m)	(表記しない)

(出典：気象庁)

津波避難に関するマークを覚えておこう!



津波避難場所

「概ね海拔10m以上の広場等」を津波の際の避難場所として表しています。



津波避難ビル

「避難が困難な方や逃げ遅れた方が緊急に避難する建物」を表しています。

■南海トラフの海溝型地震における最大津波高および到達時間

地点	1メートル波高到達時間	最大津波高到達時間	最大津波の高さ(メートル)
田ノ浦ビーチ	1 時間 27 分	1 時間 47 分	4.44
豊海五丁目	1 時間 27 分	1 時間 41 分	4.30
大野川河口	1 時間 28 分	1 時間 48 分	3.60
佐賀関港	1 時間 3 分	1 時間 15 分	4.09
佐賀関西町	53 分	1 時間 9 分	8.31
上浦漁港	50 分	1 時間 10 分	5.97

■別府湾の活断層による地震における最大津波高および到達時間

地点	1メートル波高到達時間	最大津波高到達時間	最大津波の高さ(メートル)
田ノ浦ビーチ	18 分	39 分	6.49
豊海五丁目	17 分	57 分	6.70
大野川河口	18 分	1 時間 3 分	7.26
佐賀関港	3 分	5 分	2.96
佐賀関西町	—	1 時間 25 分	1.91
上浦漁港	—	1 時間 24 分	2.15



防災・減災キーワード

「津波フラッグ」を知っていますか?

津波フラッグとは、海水浴場などで津波警報などを伝える旗で、長方形を四分割した赤と白の格子模様のデザインです。聴覚に障がいのある人や、波音や風で音が聞き取りにくい遊泳中の人に津波の危険を視覚的に伝えます。海水浴場や海岸付近で津波フラッグを見かけたら、速やかに避難を開始してください。



風水害から身を守りましょう

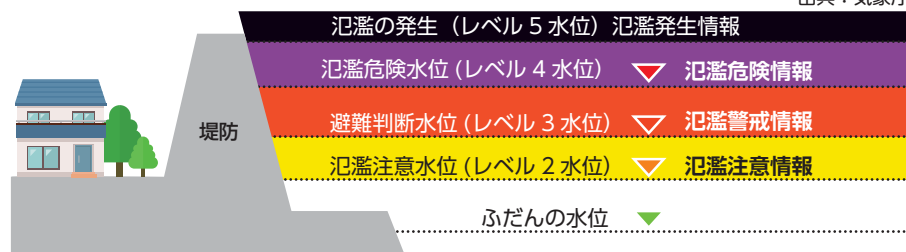
日本は梅雨前線や秋雨前線の活動、台風の影響などにより、全国各地で大雨が発生します。
また、日本は全人口の約50%が洪水氾濫地域に住んでいます。
風水害から大切な家族と財産を守るために、日ごろからしっかり対策を立てて、風水害から身を守りましょう。

河川の氾濫

大雨などで河川の水が堤防からあふれたり、堤防が決壊して氾濫（外水氾濫）が発生します。内水氾濫に比べ甚大な被害が広域に及ぶ危険があり、河川の水位に応じて国管理河川は気象庁と国土交通省が、都道府県管理河川は気象庁と都道府県が洪水予報を発表しています。

河川の水位の目安

出典：気象庁



洪水予測の種類と住民のとりべき行動～大分川と大野川が対象

情報	とるべき行動	警戒レベル
氾濫発生情報	災害がすでに発生していることを示す警戒レベル5に相当します。災害がすでに発生している状況となっています。命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保してください。 （緊急速報メールで発信）	警戒レベル5相当
氾濫危険情報	危険な場所からの避難が必要とされる警戒レベル4に相当します。災害が想定されている区域等では、自治体からの避難指示の発令に留意するとともに、避難指示が発令されていなくても自ら避難の判断をしてください。 （緊急速報メールで発信）	警戒レベル4相当
氾濫警戒情報	高齢者等は危険な場所からの避難が必要とされる警戒レベル3に相当します。災害が想定されている区域等では、自治体からの高齢者等避難の発令に留意するとともに、高齢者等以外の方も避難の準備や自ら避難の判断をしてください。	警戒レベル3相当
氾濫注意情報	避難行動の確認が必要とされる警戒レベル2に相当します。ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先、避難経路を確認してください。	警戒レベル2相当

台風や大雨の際には～避難するときのポイント

避難は早めに

なるべく周囲が浸水する前に地域で声をかけ合って避難する。特に夜間に大雨が予想されるときは、夕方までに避難を。



車で避難しない

車は浸水でエンジンが止まったり水没する危険がある。やむを得ない場合を除き、徒歩で避難する。



動きやすい服装で

荷物は最小限にして背負い、両手が使えるようにする。長靴は水が入って動きにくくなるので、運動靴で避難する。



河川などに近づかない

増水した河川など危険箇所の様子を見に行かない。



長い棒を利用する

長い棒などを杖のかわりにし、浸水して見えなくなっている道路の側溝やマンホール、くぼみや障害物などに注意する。



無理をしない

歩行可能な浸水深の目安は約50cm。流れがある場合はそれ以下でも危険。避難が遅れたら高い場所で助けを待つ。
※20cmでも子どもは危険



内水氾濫

都市部や住宅地などに短時間で局地的な大雨が降ると、下水道や排水路があふれ出して道路や建物などの浸水を引き起こすことがあり、これを「内水氾濫」と言います。

なお、内水氾濫には、短時間の豪雨など下水道や排水路の処理能力を超える雨が降り、雨水が地表にあふれることで起きるものと、豪雨によって河川の水位が上がり、河川の支流や下水道の雨水を河川に排水できなくなって起きるものがあります。



内水氾濫時の要注意ポイント

地下空間から早めに避難

- 地上の様子が分からず逃げ遅れる危険がある。
- 地上が冠水すると一気に水が流れ込み、流れ落ちる水で階段は上れない。
- 20cm浸水すると、流れ込む水圧で部屋のドアは開かなくなる。

アンダーパスは通らない

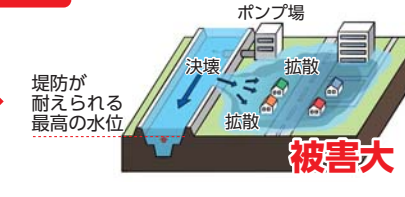
- 鉄道や道路の下をくぐる場所（アンダーパス）は水がたまりやすいので、大雨のときは通らない。
- 60cm程度の水位でドアが開かなくなるので、車が止まったら直ちに脱出する。
- 緊急脱出用ハンマーを車内に備えておく。



排水先河川の氾濫を引き起こさないために！ポンプの運転調整を行います

河川水位が上昇することで内水氾濫のおそれのある地域では、ポンプ場でくみ上げて河川に放流しています。大雨時に河川の水位が上昇し、堤防の決壊や越水による河川の氾濫を防止するため、排水ポンプのくみ上げる量を減らしたり運転を停止（運転調整）します。

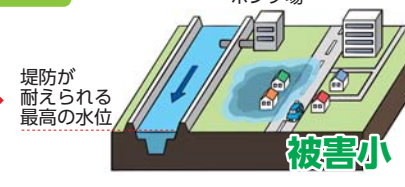
洪水時にポンプの運転調整(停止)を行わなかった場合



河川の水位が上昇し堤防の決壊や越水による危険が高くなります。

被害大

洪水時にポンプの運転調整(停止)を行った場合



河川の水位上昇を抑制するため、ポンプを一時的に停止し、内水排水を規制します。

被害小

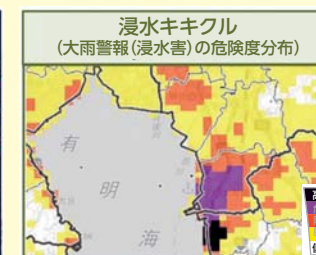


防災・減災キーワード

「洪水キキクル」と「浸水キキクル」の危険度分布

洪水キキクルは、大雨による洪水災害発生の危険度の高まりを地図上で5段階に色分け（危険度は低いほうから水色→黄→赤→紫→黒の順に高い）で示す情報です。10分ごとに更新されるので、洪水警報等が発表されたときに、どこで危険度が高まっているかを把握することができます。

また、浸水キキクルは、短時間強雨による浸水災害発生の危険度の高まりを地図上で5段階で色分け（危険度は低いほうから白→黄→赤→紫→黒の順に高い）で示す情報です。10分ごとに更新されるので、どこで危険度が高まっているかが詳しくわかります。



気象庁 キキクル

検索



台風

台風とは強風や大雨を伴った熱帯低気圧のことで、最大風速がおおよそ毎秒17m以上で「台風」と呼ばれます。台風が接近したら、気象情報や、本市が発令する避難情報に注意して被害を最小限に食い止めましょう。

	階級	最大風速
台風の強さの階級分け	強い	33m/秒以上～44m/秒未満
	非常に強い	44m/秒以上～54m/秒未満
	猛烈な	54m/秒以上

	階級	風速 15m/秒以上の半径
台風の大きさの階級分け	大型(大きい)	500km以上～800km未満
	超大型(非常に大きい)	800km以上



台風をきっかけに起こる主な災害

台風によって引き起こされる災害には、風害、水害、高潮害などがあります。もちろん、これらは単独で発生するだけではなく、いくつもがいっしょに発生し大きな被害となることがあります。

暴風

家や木が倒れ、鉄塔が曲がったりする。



洪水

川の水があふれて、道路や家が水浸しになる。



土砂災害

大雨によって土や石などが押し流されて家などが壊される。



高波

強風によって波が海岸へ吹き寄せられ波が高くなる。海岸にいる人は波にさらわれることがある。



高潮

海面が吸い上げられ、波を吹き寄せることで海面が上昇し、海岸に近い家などは水に浸かる。



停電

強風で電柱が倒れるなどして電気が使えなくなる。



防災・減災キーワード

強風なら不要不急の外出は控えましょう

台風などの強風時に外出すると、看板などの落下物や飛来物、倒れかけた樹木や折れた枝などに当たって大けがをすることがあります。強風のときは、不要不急の外出を控えましょう。また、高所での作業はきわめて危険なので絶対にやめましょう。



高潮

高潮は台風や発達した低気圧が原因で発生し、気圧の低下による吸い上げ効果や、強風による吹き寄せ効果により、海面が上昇する現象です。海水が堤防を超えると一気に浸水します。また、強風による高波が加わるとさらに浸水の危険が増します。台風情報や高潮警報に注意して、早めに避難することが大切です。

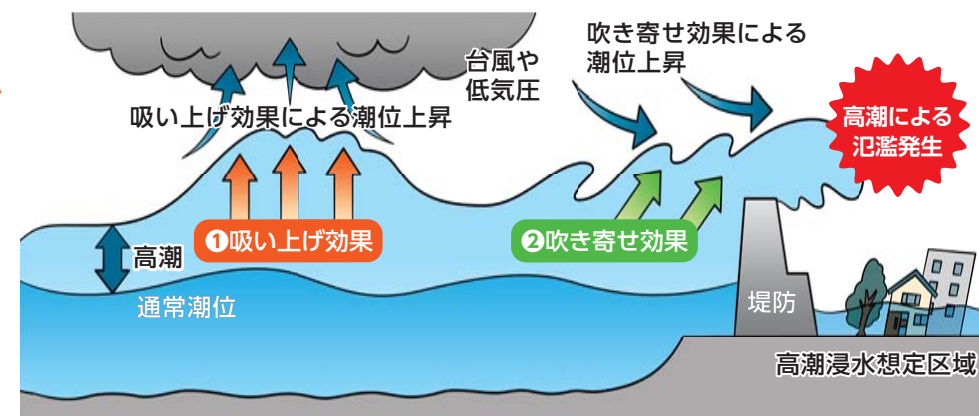
高潮が発生する要因

①気圧低下による吸い上げ

台風や低気圧の中心気圧は周辺より低いため、中心付近の空気が海面を吸い上げる結果、海面が上昇します。

②強風による吹き寄せ

台風による強い風が海岸に向かって吹くと、海水は海岸に吹き寄せられて、海岸付近の海面が異常に上昇します。



高潮から避難するときのポイント

- 気象庁から高潮注意報や高潮警報が発表されたら、早めに避難を開始する。(内陸部でも高潮警報が発表される場合がある)
- 浸水による故障や事故のおそれなどがあるので、車での避難はしない。
- 徒歩で避難する場合も、冠水している道路は避ける。

すでに高潮が迫っていたら

- 海岸近くにいる場合は、急いで海岸から離れ、なるべく高い場所に移動する。
- 頑丈な建物の高層階に避難する。
- 自宅など建物内にいる場合は、無理をして避難場所や避難所に移動せず、高層階で待機する。

竜巻

竜巻は前線や台風の影響で発達した積乱雲の強い上昇気流によって発生します。竜巻が発生すると、家屋の倒壊や車両の転倒、飛来物の衝突などにより、短時間で大きな被害をもたらします。気象庁から竜巻注意情報が発表された場合は注意が必要です。

竜巻等に関する情報は下記のとおり時間を追って段階的に発表します。

気象情報 (半日～1日前)	「竜巻など激しい突風のおそれ」と明記して注意を促す。
雷注意報 (数時間前)	落雷・ひょうなどとともに「竜巻」も明記して注意を促す。
竜巻注意情報 (0～1時間前)	「今まさに竜巻が発生しやすい気象状況となった段階」で発表。



竜巻が接近したときの周囲の変化

- 地上に伸びる漏斗状の雲が見える。
- 筒状に舞い上がる飛散物が見える。
- 「ゴー」という音が聞こえる。
- 気圧の変化で耳に異常を感じる。

竜巻から避難するときのポイント

屋内にいたら

- 窓やカーテンを閉め、窓から離れる。大きなガラス窓の近くは大変危険。
- 窓にテープを貼るなどして補強する。

屋外にいたら

- 頑丈な建物の物陰に入って身を小さくする。
- 車の中、物置やプレハブ(仮設建築物)などは危険なので逃げ込まない。
- 落雷を伴う場合も多いので、電柱や樹木のそばに近づかない。

土砂災害から身を守りましょう

土砂災害は、突発的に発生し、すさまじい破壊力で一瞬にして生命や財産を奪ってしまいます。土砂災害の発生を予測するのは難しいものですが、前兆現象が見られる場合があります。身近に土砂災害の危険箇所があり、次のような現象を確認した場合は、早めに避難しましょう。

土砂災害から身を守りましょう

土石流

長雨や集中豪雨などで、山腹や谷川の石や土砂が一気に下流へ押し流されます。いきおいが強く、圧倒的なスピードで、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊していきます。



こんな前兆現象に注意！

- 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。
- 川の水がにごったり、流木がまざったりする。
- 腐った土のおいがする。

がけ崩れ・山崩れ

雨水がしみ込んで、やわらくなった斜面が急に崩れ落ちます。日本で最も多い土砂災害で、人の住む家の近くでも突然起きるため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い災害です。



こんな前兆現象に注意！

- がけからにごった水がでる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音がする。
- 異様なにおいがする。

地すべり

地盤が弱い土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が、地下水の影響と重力で下へ移動する現象です。ひとたび発生すると、家や道路、鉄道など広い範囲に被害を与えます。



こんな前兆現象に注意！

- 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。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。

危険な区域を事前に確認

大分県は土砂災害防止法にもとづき、土砂災害のおそれがある区域を「土砂災害警戒区域」「土砂災害特別警戒区域」として指定しています。自宅などが該当するかハザードマップで確認しておきましょう。

土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

土砂災害が発生した場合は住民に危害が生じるおそれのある区域のことです。

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）

土砂災害警戒区域のうち、土砂災害が発生した場合に建築物がこわれて住民に著しい危害が生じるおそれがある区域のことです。なお土砂災害特別警戒区域は開発行為の許可制などの制限や、建築物の構造規制などがあります。



土砂災害警戒区域（例）

土砂災害警戒情報

土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況となったときに、対象となる地域を特定して警戒を呼びかける情報です。大分市が警戒レベル4避難指示などを発令する際の判断や住民の自主避難の参考となるよう、大分県と気象庁が共同で発表します。この情報が出たら、特に注意が必要です。

がけ地等から避難するときのポイント

長雨や豪雨に注意

大雨による注意が呼びかけられたら、早めの避難を考える。



土石流が起きたら

土石流のスピードは速く、流れに背を向けて逃げても巻き込まれてしまうので、土砂の流れの方向に対して直角に逃げる。



前兆現象に注意

土砂災害は前兆現象がみられることがあるので、前兆に気づいたら、避難情報などが出でいなくても、自分で判断して避難する。



避難が遅れたら

危険区域外への避難が困難になった場合は、なるべく頑丈な建物の2階以上で、斜面から離れたところに位置する部屋に避難する。



危険区域を出る

不安を感じたら、避難場所や避難所に行かない場合でも、念のため土砂災害警戒区域や土砂災害危険箇所から外に出ておく。



避難した後は

土砂災害は雨のピークを過ぎた後に発生する場合もあるので、避難情報などが解除され安全が確認できるまでは帰宅しない。



土砂災害警戒区域及び特別警戒区域は、インターネットからでも確認できます。

大分県土砂災害警戒区域等情報インターネット提供システム

https://sabo-oita.jp/dosya_map/



●問い合わせ先 河川・みなと振興課 直通電話：097-537-5632



防災・減災キーワード

「土砂キキクル」大雨警報（土砂災害）の危険度分布

土砂災害発生危険度の高まりを地図上で5段階の色分け（危険度は低いほうから白→黄→赤→紫→黒の順に高い）で示す情報で、気象庁のホームページで確認できます。10分ごとに更新されるので、どこで危険度が高まっているかが詳しくわかります。土砂災害警戒情報などが発表されたら合わせて活用しましょう。

気象庁 キキクル

検索



避難情報を正しく理解しましょう

市区町村や気象庁から発表される5段階の警戒レベルと避難情報の意味を正しく理解して、逃げ遅れることのない安全な避難行動に生かしましょう。

避難の目安となる5段階の警戒レベル

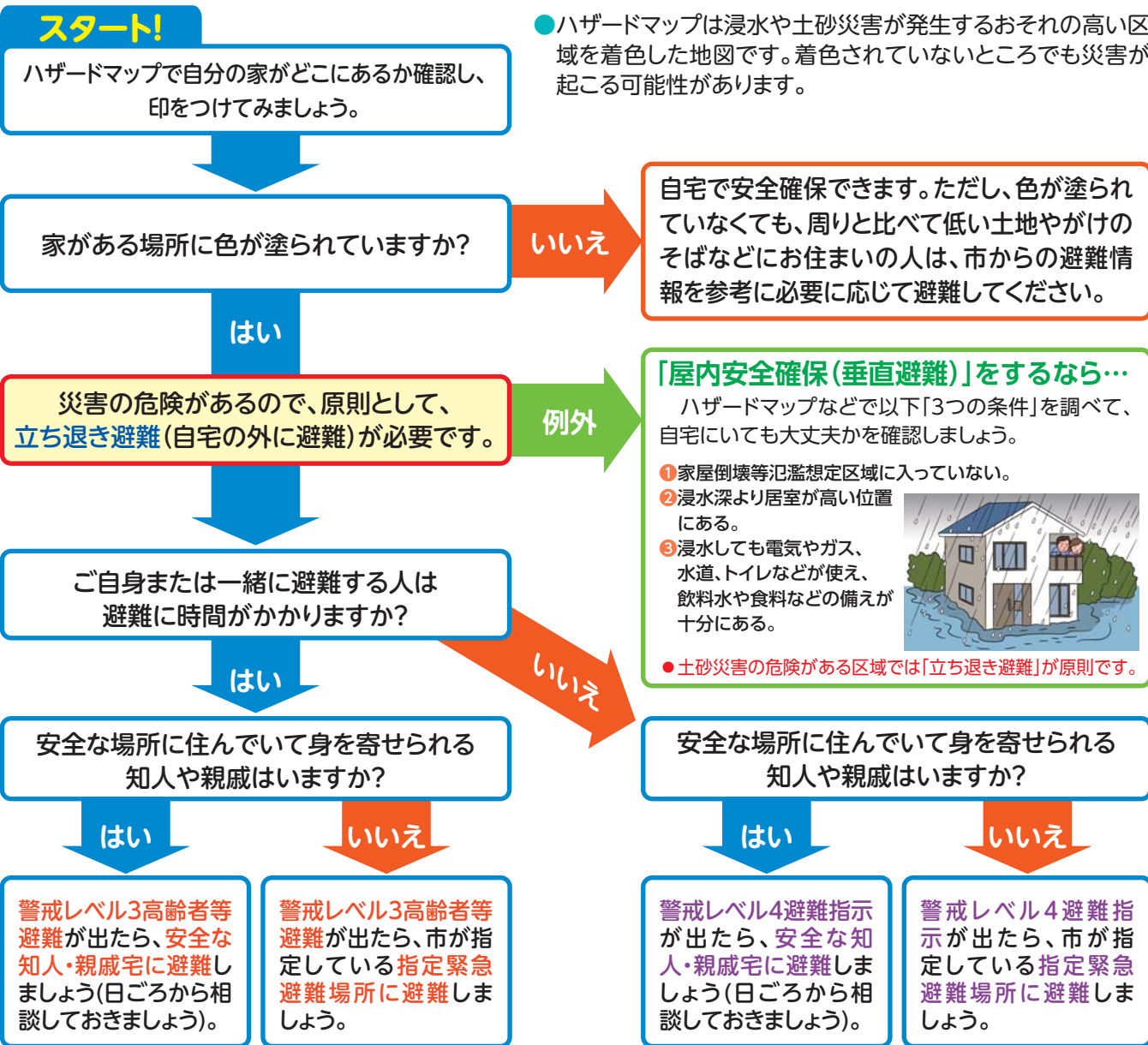
警戒レベル	状況	避難情報等	警戒レベル相当情報
警戒レベル 5	●災害発生または切迫 	緊急安全確保 (大分市が発令) 命の危険 直ちに安全確保! 災害が発生、またはまさに発生しようとしている場合、少しでも浸水しにくい高い場所への移動やがけから少しでも離れた部屋への退避、近くの堅固な建物への移動など緊急に安全を確保するようにします。 (緊急速報メールで発信)	●大雨特別警報 (浸水害) ●大雨特別警報 (土砂災害) ●氾濫発生情報 ●高潮氾濫情報 など
~~~~~ 〈警戒レベル4までに必ず避難!〉 ~~~~~			
警戒レベル 4	●災害のおそれ高い  	<b>避難指示 (大分市が発令)</b>   <b>危険な場所から全員避難</b>   警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難しましょう。   (緊急速報メールで発信)	●氾濫危険情報     ●土砂災害警戒情報 など
警戒レベル 3	●災害のおそれあり  	<b>高齢者等避難 (大分市が発令)</b>   <b>危険な場所から高齢者等は避難</b>   避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人とその支援者などは、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難しましょう。   (緊急速報メールで発信)	●氾濫警戒情報     ●大雨警報 (土砂災害) など
警戒レベル 2	●気象状況悪化  	<b>大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表)</b>   ハザードマップなどで自らの避難行動を確認しておきましょう。	●氾濫注意情報 など
警戒レベル 1	●今後気象状況悪化のおそれ  	<b>早期注意情報 (気象庁が発表)</b>   最新の防災気象情報などに注意して、災害への心構えを高めましょう。	

「警戒レベル相当情報」とは……警戒レベル相当情報は、国土交通省、気象庁、都道府県などが発表します。

## いざというときのために確認しておきましょう

### 避難行動判定フロー

### あなたがとるべき避難行動は?



## 避難は難を避けること

避難は難を避けることです。指定された避難場所や安全な知人・親戚宅に避難する「立ち退き避難」が基本ですが、安全な場所にいる人は避難場所に行く必要はありません。(今いる建物内で安全を確保する「屋内安全確保」)。危険を避けるにあたっては、普段からハザードマップを利用して、自宅やその周辺の災害を確認しておき、いざというとき、誰とどこにどのように避難するのか家族で話し合い、マイ・タイムラインを作成しておきましょう。

また、宿泊費が必要になりますが、安全なホテルや旅館への避難も可能です。

●ハザードマップで避難先が安全かどうかを確認しましょう。





# 非常持出品と備蓄品をそろえましょう

非常持出品は、災害から避難するとき最初に持ち出すものです。備蓄品は、復旧するまでの数日間を支えるものです。用途に合わせて事前に用意しておきましょう。なお非常持出品は避難の時間に余裕があるとき持ち出すもので、緊急性が高いときは避難を優先させてください。

## 非常持出品～災害発生時に最初に持ち出すもの～

### ●水・非常食

缶詰や乾パンなど、火を通さずに食べられるもの。水はペットボトル入りが便利。

### ●懐中電灯

できれば一人に一つずつ用意。予備の電池も忘れずに(発電式のものもある)。手が空くもの(ヘッドライト等)。

### ●貴重品

多少の現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証、住民票のコピーなど。公衆電話を利用するための10円玉(10円玉の不要な電話機もある)。

### ●その他

ヘルメット、下着類、軍手、ライター、ナイフ、ティッシュ、モバイルバッテリー(電池式など) など。

### ●感染症対策

マスク、体温計、アルコール消毒液、ビニール手袋、スリッパ、タオル など。

### ●救急医薬品

傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、常備薬があれば必ず用意する。

### ●携帯ラジオ

小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるもの。最近では手で充電できるものや、携帯電話の充電ができるものなどがあり便利。



## 備蓄品～復旧するまでの数日間を支えるもの～

### ●水

飲料水は大人一人あたり1日3リットルが目安で、7日分は用意する。水の配給を受けるためのポリ容器などもあると便利。

### ●工具

ロープ、バール、はさみ、のこぎり、ジャッキ、スコップ など。

### ●燃料

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベ など。

### ●その他

簡易トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、シート、照明器具、筆記用具、予備のメガネ など。

### ●食料品

缶詰やレトルト食品など非常食3日分を含む7日以上を備蓄。高齢者や子ども、アレルギー体質者など配給される食事をとるのが難しい家族がいる場合には、その事情に合った食料を多めに準備。

### ●キャンプ用品

テント、寝袋、グランドシート、ランタン、ポータブル電源、ソーラーパネル、クッカー、バーナー、クーラーボックス など。



※備蓄品は、家族全員がわかる場所に保管し、定期的な点検しましょう。

こんな用意もしておきましょう

### 乳幼児のいる家庭

粉・液体ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗浄器、おぶいひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼ など

### 妊婦のいる家庭

脱脂綿、ガーゼ、さらし、洗浄器および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳 など

### 要介護者のいる家庭

着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、予備のメガネ、緊急時の連絡先表 など

使いながら備蓄する

## 「ローリングストック法」で常時保存

- ①最初に多めに購入する。消費期限内に使い切る量が目安。
- ②消費期限の短いものから順番に使う。
- ③消費した分を補充し、いつも一定量に保つ。

ローリングストックは、食料品だけでなく、生活用品にも使えます。ラップ、ホイル、ビニール袋など日常生活でよく使うものを「買い置き」し、使った分だけ買い足すと、いざというときにあわてません。



# 「指定緊急避難場所」と「指定避難所」の違いを知っておきましょう



## 指定緊急避難場所

- 災害の危険から命を守るために緊急的に避難する場所です。
- 市では、小中学校のグラウンドや体育館、校舎の2階以上などを指定しています。
- 警戒レベル3以上の避難情報を発令した際に、市が開放します。
- 風水害時には、まず体育館を開放しますが、洪水や土砂災害の危険性が高まった場合には、小中学校の校舎など最寄りの建物の2階以上を開放します。
- 安全確保のための場所を提供します。原則物資・食料の提供はありません。

※警戒レベル3の発令前に避難する必要があるときは福祉保健課(537-5996、夜間休日534-6119)へご連絡ください。



## 指定避難所

- 災害により自宅へ戻れなくなった人たちが一時的に滞在する施設です。
- 被災した人が次の住まいを確保するまでの間、生活する場所になります。
- 市では、小中学校の体育館や公民館の集会室などを指定しています。
- 市が安全を確認した後に開設します。  
※長期避難のための避難所を開設した場合は、ホームページや防災メールなどでお知らせします

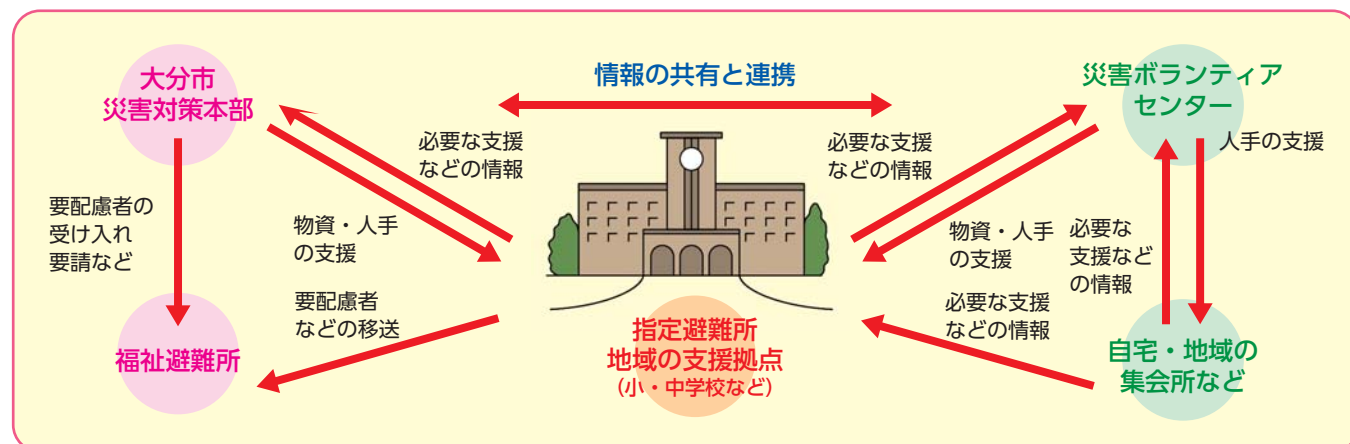


## 指定避難所を拠点とした情報・物資・人の流れ

災害時、自宅の被害が軽微な場合の在宅避難など、避難所以外で避難生活する場合にも、断水や停電などで支援が必要になることがあります。

指定避難所には、地域の支援拠点としての役割もあり、避難所以外の避難者に救援物資や支援情報などを提供するとともに、状況によっては給水拠点や救護所が設置されることもあります。

また、電話が使用できない場合などは、指定避難所を中心として安否確認を行うこともあります。



### ※福祉避難所

災害が長期化した際に指定避難所での生活が困難と判断された方(寝たきりの高齢者や重度の障がい者など)を受け入れるための二次的な避難所です。市では、協定に基づき民間の福祉施設を指定しています。



大分市指定緊急避難場所兼指定避難所一覧

地区別	番 号	校 区	施 設 名	風 水 害					地区別	番 号	校 区	施 設 名	風 水 害					
				津 波	高 潮	洪 水	土 石 流	崖崩れ・地すべり					津 波	高 潮	洪 水	土 石 流	崖崩れ・地すべり	
大分	1	金池	金池小学校	○	○	○	○	○	大分	34	津留	舞鶴小学校	×	○	○	○	○	
	2	金池	J:COMホルトホール大分	○	○	○	○	○		35	東大分	東大分小学校	×	○	○	○	○	
	3	金池	上野ヶ丘中学校	○	○	○	○	○		36	東大分	城東中学校	○	○	○	○	○	
	4	金池	大分上野丘高等学校	○	○	○	○	○		37	日岡	日岡小学校	○	○	○	○	○	
	5	金池	コンパルホール	○	○	○	○	○		38	日岡	大分東部公民館	○	○	○	○	○	
	6	荷揚	大分中央公民館 市民体育館	×	○	○	○	○		39	桃園	桃園小学校	○	○	○	○	○	
	7	長浜	長浜小学校	○	○	○	○	○		40	桃園	原川中学校	×	○	○	○	○	
	8	中島	(旧)中島小学校	×	○	○	○	○		明野	41	明野	明野東小学校	○	○	○	○	○
	9	中島	浜町保育所	×	○	○	○	○	42		明野	明野西小学校	○	○	○	○	○	
	10	住吉	碩田学園	×	○	○	○	○	43		明野	明野北小学校	○	○	○	○	○	
	11	春日	春日町小学校	○	○	○	○	○	44		明野	明野中学校	○	○	○	○	○	
	12	春日	王子中学校	○	○	○	○	○	45		明野	明治明野公民館	○	○	○	○	○	
	13	春日	生石保育所	○	○	○	○	○	鶴崎	46	鶴崎	鶴崎小学校	○	○	○	○	○	
	14	春日	大分西部公民館	○	○	○	○	○		47	鶴崎	鶴崎公民館	○	○	○	○	○	
	15	大道	大道小学校	○	○	○	○	○		48	鶴崎	小中島公民館	○	×	×	×	×	
	16	西の台	西の台小学校	○	○	○	○	○		49	三佐	三佐小学校	×	○	○	○	○	
	17	西の台	大分西中学校	○	○	○	○	○		50	別保	別保小学校	○	○	○	○	○	
	18	西の台	大分西高等学校	○	○	○	○	○		51	別保	鶴崎中学校	○	○	○	○	○	
	19	八幡	八幡小学校	○	○	○	○	○		52	別保	学校法人上東学園 もりまち幼稚園	○	○	○	○	○	
	20	八幡	神崎小学校	○	○	○	○	○		53	明治	明治小学校	○	○	○	○	○	
	21	豊府	豊府小学校	○	○	○	○	○		54	明治	大東中学校	○	○	○	○	○	
	22	南大分	南大分小学校	○	○	○	○	○		55	明治	明治北小学校	○	○	○	○	○	
	23	南大分	南大分公民館	○	○	×	×	×		鶴崎	56	高田	高田小学校	○	○	○	○	○
	24	南大分	南大分体育館	○	○	×	×	×			57	松岡	松岡小学校	○	○	○	○	○
	25	城南	城南小学校	○	○	○	○	○	58		川添	川添小学校	○	○	○	○	○	
	26	荏隈	城南中学校	○	○	○	○	○	59		川添	宮河内ハイランド公民館	○	○	○	○	○	
	27	滝尾	滝尾小学校	○	○	○	○	○	60		川添	陽光台公民館	○	○	×	×	×	
	28	滝尾	滝尾校区公民館	○	○	×	×	×	大南		61	戸次	上戸次小学校	○	○	×	×	×
	29	下郡	下郡小学校	○	○	○	○	○			62	戸次	大塔公民館	○	○	○	○	○
	30	森岡	森岡小学校	○	○	○	○	○			63	戸次	大南公民館	○	○	○	○	○
	31	森岡	大分南部公民館	○	○	○	○	○			64	判田	判田小学校	○	○	○	○	○
	32	森岡	森岡校区公民館	○	○	○	○	○			65	判田	判田中学校	○	○	○	○	○
	33	津留	津留小学校	×	○	○	○	○			66	判田	判田米良公民館	○	○	○	○	○

地区別	番 号	校 区	施 設 名	風 水 害					地区別	番 号	校 区	施 設 名	風 水 害				
				津 波	高 潮	洪 水	土 石 流	崖 崩れ・地 すべり					津 波	高 潮	洪 水	土 石 流	崖 崩れ・地 すべり
大 南	67	判 田	大 分 南 高 等 学 校	○	○	○	○	○	坂 ノ 市	93	坂ノ市	坂 ノ 市 小 学 校	○	○	○	○	○
	68	判 田	ひ ば り ケ 丘 公 民 館	○	○	○	○	○		94	坂ノ市	坂 ノ 市 中 学 校	○	○	○	○	○
	69	竹 中	竹 中 小 学 校	○	○	○	○	○		95	坂ノ市	坂 ノ 市 公 民 館	○	○	○	○	○
	70	竹 中	竹 中 中 学 校	○	○	○	○	○		96	坂ノ市	細 公 民 館	×	○	○	○	○
	71	吉 野	吉 野 小 学 校	○	○	○	○	○		97	小佐井	小 佐 井 小 学 校	○	○	○	○	○
	72	吉 野	吉 野 中 学 校	○	○	○	○	○		98	小佐井	和 光 こ ど も 園	○	○	○	○	○
植 田	73	植 田	植 田 小 学 校	○	○	○	○	○	佐 賀 関	99	丹 生	丹 生 小 学 校	○	○	○	○	○
	74	植 田	植 田 公 民 館	○	○	○	○	○		100	丹 生	久 土 公 民 館	○	○	○	○	○
	75	植 田	植 田 西 中 学 校	○	○	○	○	○		101	丹 生	延 命 寺 公 民 館	○	○	○	○	○
	76	宗 方	宗 方 小 学 校	○	○	○	○	○		102	本神崎	こ う ざ き 小 学 校	○	○	○	○	○
	77	宗 方	下 宗 方 公 民 館	○	○	×	×	×		103	木佐上	(旧) 木 佐 上 小 学 校	○	○	○	○	○
	78	横 瀬	横 瀬 小 学 校	○	○	○	○	○		104	大志生木	(旧) 大 志 生 木 小 学 校	×	○	○	○	○
	79	横 瀬	横 瀬 西 小 学 校	○	○	○	○	○		105	関	佐 賀 関 中 学 校	○	○	○	○	○
	80	東植田	東 植 田 小 学 校	○	○	○	○	○		106	関	佐 賀 関 小 学 校	○	○	○	○	○
	81	東植田	田 尻 小 学 校	○	○	○	○	○		107	関	佐 賀 関 公 民 館	×	○	○	○	○
	82	寒 田	寒 田 小 学 校	○	○	○	○	○		108	関	JX金属 関崎みらい海星館	○	○	○	○	○
	83	寒 田	植 田 東 中 学 校	○	○	○	○	○		109	一尺屋	(旧) 一 尺 屋 小 学 校	○	○	○	○	○
	84	敷 戸	敷 戸 小 学 校	○	○	○	○	○		野 津 原	110	野津原東	野 津 原 小 学 校	○	○	○	○
85	鴛 野	鴛 野 小 学 校	○	○	○	○	○	111	野津原東		野 津 原 公 民 館	○	○	○	○	○	
86	賀 来	賀 来 中 学 校	○	○	○	○	○	112	野津原東		野 津 原 中 学 校	○	○	○	○	○	
87	賀 来	賀 来 公 民 館	○	○	×	×	×	113	野津原東		(旧) 野 津 原 中 部 小 学 校	○	○	○	○	○	
88	大在西	大 在 西 小 学 校	○	○	○	○	○	114	野津原西		上 詰 公 民 館	○	○	○	○	○	
大 在	89	大 在	大 在 小 学 校	○	○	○	○	○	大 在	115	今 市	今 市 健 康 増 進 セ ン タ ー	○	○	○	○	○
	90	大 在	大 在 中 学 校	○	○	○	○	○		※災害種別に「×」が付いている施設については、その災害においては指定緊急避難場所として開放しません。							
	91	大 在	大 在 公 民 館	○	○	○	○	○		※指定緊急避難場所及び指定避難所の開設や閉鎖の情報は、市のホームページやテレビのデータ放送などで確認できます。							
	92	大在東	大 在 東 小 学 校	○	○	○	○	○		一部の施設が改修工事等で使用できない場合もありますので、							

●避難所を示す看板



●災害種別一般図記号 (ピクトグラム)



津波  
高潮



洪水  
内水氾濫



土石流



崖崩れ・  
地すべり

●指定避難所のみの施設

次の施設は、災害時に、避難者の安全が確保できないため、指定緊急避難場所として開放しません。  
ただし、災害収束後に安全が確認された場合は、指定避難所として開設する場合があります。

地区別	校 区	施設名	地区別	校 区	施設名
鶴崎	三佐	家島公民館	佐賀関	関	田中体育館
	川添	広内公民館		関	白木体育館
大南	竹中	河原内くすのきホール		一尺屋	田ノ浦生活改善センター
植田	植田	胡麻鶴公民館			
	宗方	上宗方公民館			



# 避難所での生活を考えましょう

大規模災害時は避難所でさまざまな人と共同生活を行うことになります。プライバシーの確保が難しいなど不自由なことがあります。互いに協力しあいみんなで支え合いましょう。

## 避難所運営で注意したいこと

### 共同生活のポイント

- プライバシー保護や感染症予防のために、なるべく各スペースを広くとりましょう。
- 女性や子どもの安全に配慮した環境づくりに努めましょう。
- リーダー、副リーダーを置き、避難所運営のためのルールや役割分担を決めましょう。
- 避難所運営委員会を設置する際は女性を一定数入れましょう。
- 特定の性別や立場の人だけに負担がかからないように、みんなで役割を分担しましょう。



### 要配慮者への配慮

- 障がいのある人や高齢者、妊産婦などには、手助けをしましょう。
- 車いすが通行できるよう、バリアフリー化をしましょう。
- 要配慮者のニーズを知るための相談窓口を設置しましょう。



### 衛生管理のポイント

- 清掃などは定期的に行い、ゴミは所定の場所に集めましょう。
- 共同トイレはきれいに使うよう心がけ、手洗いでできる水も準備しましょう。
- 定期的な換気を行うなど、感染予防対策を徹底しましょう。



### 女性への配慮

- 着替えなどのために間仕切りなどで人目につかないスペースを確保しましょう。
- 共同トイレの何割かを女性専用とするなど女性が安心して使えるようにしましょう。
- 衣類や生理用品など女性特有の物資は、女性の担当者から配布しましょう。



### ペットについて

- ペットは居住スペースで飼養できません。
- 普段からペットをケージに慣れさせ、ほかの人や動物に対して、暴れたりほえたりしないよう、適切なしつけをしておく。
- 定期的に各種ワクチン接種を受け、首輪などに迷子札や鑑札をつけておく。
- ケージやペットフードなどを非常持出品として準備しておく。
- エサやりや排泄物の処理などは、飼い主が責任をもって行う。

## 健康管理で特に注意したいこと

### 感染症

集団生活をする避難所ではインフルエンザや新型コロナウイルス、ノロウイルスなどの感染症が広がりやすくなります。

- こまめに、うがいや手指用のせっけんや消毒液で手洗いを励行しましょう。
- マスクの着用を徹底しましょう。
- 下痢をしている人は脱水症状にならないよう水分補給を心がけましょう。
- 居住スペース間の距離を保ちましょう。
- 定期的に換気しましょう。



### 一酸化炭素中毒

狭い屋内でストーブをつけっぱなしにしていると一酸化炭素中毒の危険性が高まります。新鮮な空気と入れ替えることが重要です。

- こまめに窓を開けるなど、換気をしましょう。
- 暖房機器についている排気口に異常がないか確認しておきましょう。



### エコノミークラス症候群

長時間足を動かさないでいることで足の静脈に血栓(血の塊)ができ、血栓の一部が肺や脳の血管をふさいでしまう病気です。

- 長時間にわたって同じ姿勢をとらないようにしましょう。
- できるだけ体を動かしましょう。
- 座ったままでも、足の指やつま先を動かすなど足の運動をしましょう。
- 十分な水分をとり、脱水症状にならないようにしましょう。
- 避難所ではゆったりとした服装で過ごしましょう。



### メンタルヘルス

待機時間の長い避難所生活では、災害で大きな被害を受けたことへのショック、不自由な現状や将来的な生活再建への不安などを和らげるメンタルヘルス対策も重要です。

- 苦しいときは遠慮せず、避難所を訪れる医療や福祉の専門家に相談しましょう。
- 周囲の人とのコミュニケーションを図りましょう。



## 防災・減災キーワード

### 在宅避難のすすめ

自宅が被災していない限り原則として自宅で避難生活を送ります。避難所は自宅が被災していない場合に行く場所、無理に避難所に行く必要はありません。

日ごろから各家庭で飲料水や食料などを備蓄したり、食料品や生活用品などを使いながら備蓄する「ローリングストック法」を活用しながら、避難所に行かなくて済むような対策をこころがけましょう。

また、電気、ガス、水道など、ライフラインが急に使えなくなったときに役立つのがキャンプ用品です。アウトドアで日ごろから使い慣れることで、非常時も慌てず使えるようになります。





# 火災による被害をなくすために

火災による被害をなくすためには、日ごろから火災を発生させないよう注意するのはもちろんですが、万が一出火したときにどのように行動すべきか覚えておくことも大切です。被害を最小限におさえるために、家族、地域ぐるみで防火意識を高めましょう。

## ！ 火災への備え

- 就寝中など火災に気づきにくい状況でも、火災による煙や熱を感知して音声などの警報を発することで、火災を早く発見することができる住宅用火災警報器を設置する。
- 被害の拡大を防ぐために住宅用消火器を備えておく。

## 住宅用防災機器を活用しましょう

### ● 住宅用火災警報器

煙や熱を感知すると、警報音で知らせてくれます。1年に1回は点検を行い、設置後10年を目安に本体の交換をしましょう。



### ● 安全装置付調理器具

異常な過熱や火が消えた際に、自動的にガスの供給を止めます。



### ● 感震ブレーカー

地震の揺れを感知し、自動的に電気の供給を遮断するブレーカーです。

### ● 防災品

火がついても燃え広がりにくい製品。カーテンやカーペット、寝具、エプロンなど。



### ● 住宅用消火器

小型で軽量タイプもあります。

### ● 簡易自動消火装置

火災の熱を感知すると、自動的に薬剤を放出します。

### ● 住宅用スプリンクラー装置

火災の熱を感知すると、部屋全体に放水します。

## ！ 防災・減災キーワード

### 通電火災を防ぐ

地震時の火災で注意したいのが「通電火災」です。これは停電した電気が復旧する際に起こる火災です。倒れた電気器具に通電して周囲のものに火がついたり、ガスが漏れている場所で電気器具に通電して発火したりします。通電火災を防止するために次のことを心がけましょう。

- 大きな揺れの後は、念のため使用中の電気機器類のスイッチを切る。
- 避難をする時には、ブレーカーを落とす。
- 地震後に機器を再使用する際には、ガス漏れや配線器具の損傷の有無などの安全確認をしてから。
- 通電火災に備え感震ブレーカーを設置する。



## もし出火したら… 火災発生! 初期対応の3原則を覚えよう

出火の現場に居合わせたらまず「通報」、それから「初期消火」「避難」の順番で行動するのが原則です。ただ状況によって優先順位は異なりますので、逃げ遅れないように、あわてず冷静な判断を心がけましょう。

### 行動 1 大声で知らせる!

- 大きな声で「火事だー!」と叫び、隣近所に知らせる。声が出ない場合は、非常ベルを鳴らすか、やかんや鍋など音の出るものをたたかなどして異常を知らせる。
- どんなに小さな火事でも必ず119番に通報する。

### 行動 2 初期消火

- 火がまだ横に広がっているうちは消火が可能。
- 消火器や水だけでなく、座布団や毛布など近くにあるものを利用する。

### 行動 3 早く逃げる!

- 天井まで火が燃え広がったら消火は困難。無理せず早めに避難する。
- 可能ならば、燃えている部屋の窓やドアを閉め、空気を遮断してから避難する。

## 地震の際の消火のタイミング

地震の揺れでガスの供給を自動的にストップするガスマイコンメーターがほとんどの世帯に設置されているので、身を守ることを最優先に対応しましょう。

大きな揺れがおさまった後に消火しましょう



## 覚えておこう! 火元別の消火方法

### コンロ

- 油鍋に水をかけるのは厳禁。
- 消火器は離れた位置から、鍋の全面を覆うように向けて噴射する。
- 消火器がない場合は、シーツやバスタオルをぬらして手前からかぶせ、空気を遮断する。



### ストーブ

- 消火器は直接火元に向けて噴射する。
- 消火器がない場合は、シーツや毛布などをぬらして手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。



### 衣類

- 着衣に火がついたら、転げまわって火を消す。風呂場に残り湯があれば、浴槽に飛び込む。

### 電気機器

- いきなり水をかけると感電の危険がある。コンセントかブレーカーを切り、消火器で消火する。



### たき火

- 消火器を使う。消火器がない場合は水や土で消す。
- 水の準備ができていない場合は、ほうきや木の枝でたたいて消し、その後、水でしっかり消火する。



### カーテン・ふすま・障子

- カーテンは燃え広がる前に水をかける。できればレールから引きちぎり消火する。
- ふすまや障子などはけり倒して、踏み消す。その後、水をかけてしっかり消火する。



## 逃げる タイミングは天井への延焼!

炎が背丈より小さいか、または炎が天井より低いときは、初期消火に努めますが、もし消火できなかった、消火器の消火剤がなくなった、炎が天井まで届いてしまった場合は、迷わずすぐに避難をしてください。



# 弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルが落下する可能性がある場合に、とるべき行動について知っておきましょう。  
(出典：内閣府 平成29年10月現在)



- 弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。
- ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」*を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メール等により緊急情報をお知らせします。

*Jアラート(全国瞬時警報システム)……津波警報、緊急地震速報等の緊急情報を、国が人工衛星等を用いて送信し、市町村の同報系防災行政無線等を自動起動することにより、住民に緊急情報を瞬時に伝達するシステム。



(例)直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の中、または地下に避難してください。ミサイルが落下する可能性があります。直ちに屋内に避難してください。

①速やかな避難行動

②正確かつ迅速な情報収集

※日本に落下する可能性、または領土・領海を通過する可能性がない場合は、Jアラートは使用されません。

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください。

市HPでも、ミサイル落下時の行動について紹介しています。  
<https://www.city.oita.oita.jp/o009/kurashi/anshinanzen/1492752737875.html>



メッセージが流れたら落ち着いて、直ちに行動してください。

屋外にいる場合	近くの建物の中から地下に避難する (注)できれば頑丈な建物が望ましいものの、近くになれば、それ以外の建物でも構いません。
建物がない場合	物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る
屋内にいる場合	窓から離れるか、窓のない部屋に移動する

近くにミサイルが落下した場合は

屋外にいる場合	口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する
屋内にいる場合	換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する



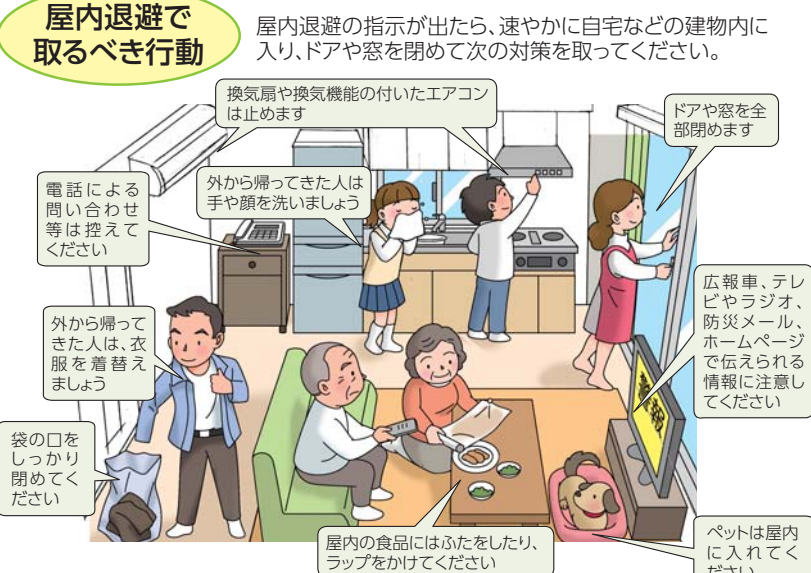
# 放射線災害が起きたら

放射線災害とは、放射線事故で放射性物質が漏れ、被害が生じることをいいます。放射性物質とは放射線を出す物質のことで、放射線を出す能力を放射能といいます。放射線災害の程度は人間が感じ取ることができないため、放射性物質に関する基本的な知識と正しい対応法を身につけることが重要です。

## 正確な情報を入手する

放射線災害が発生するとさまざまな情報が錯綜します。誤報や不確かな情報が紛れ込むこともあります。うわさやデマに注意し、公共機関が報じる情報や指示を待ち、あせらずに行動しましょう。

屋内退避で取るべき行動



屋内退避の指示が出たら、速やかに自宅などの建物内に入り、ドアや窓を閉めて次の対策を取ってください。

- 換気扇や換気機能の付いたエアコンは止めます
- ドアや窓を全部閉めます
- 電話による問い合わせ等は控えてください
- 外から帰ってきた人は手や顔を洗しましょう
- 外から帰ってきた人は、衣服を着替えましょう
- 袋の口をしっかりと閉めてください
- 広報車、テレビやラジオ、防災メール、ホームページで伝えられる情報に注意してください
- 屋内の食品にはふたをしたり、ラップをかけてください
- ペットは屋内に入れてください

## 被ばくをさけるには

大分県内には、放射性物質を取り扱う事業所がありますので輸送中の漏えいや火災等が考えられます。その対策としては屋内退避が効果的です。必要に応じて国や県、大分市が屋内退避などの指示を行いますので落ち着いて行動しましょう。

防災チェックポイント

外部被ばく、内部被ばくから身を守る

外部被ばくから身を守るには…

- 距離による防護  
できるだけ遠くに離れる
- 遮蔽による防護  
コンクリートなどの建物の中に入り、放射線をさえる
- 時間による防護  
放射線を受ける時間を短くする

内部被ばくから身を守るには…

- 吸引防止  
マスクやハンカチで口をふさぐ
- 摂取防止  
汚染された水や食べ物をとらない

*大分県は、大分市内の2カ所(衛生環境研究センター、佐賀関小学校)にモニタリングポストを設置し、空間放射線量率の常時監視を行っています。各地点の空間放射線量率は原子力規制委員会のホームページからリアルタイムに閲覧することができます。

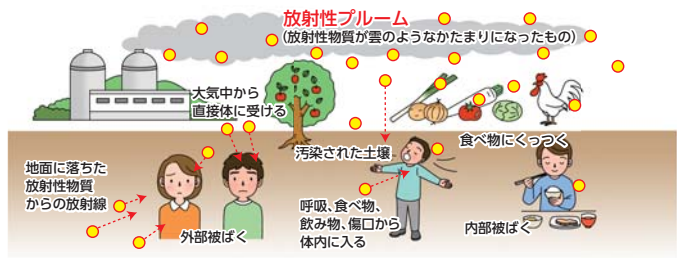
# 大分市で考えられる原子力災害とは

大分市は最も近い伊方発電所から最短で約45km離れ原子力災害対策重点区域(原発から30km圏域内(UPZ)) 外に位置しており、防護措置が必要になる放射性物質(放射性プルーム(雲のような塊)) の到達は想定されていませんが、万一に備えた対応は必要です。

放射性プルーム通過による対応では、屋内退避を基本としています。

もし屋内退避が必要と判断された場合には、国が区域を示して指示を発出し、県市町村からも屋内退避の指示がありますので、しっかり確認し、落ち着いて行動しましょう。指示が出たらすみやかに自宅や職場、公共施設など、屋内に入って、被ばくを防ぐようにします。

屋内に退避することで放射線量を相当程度低減することができます。

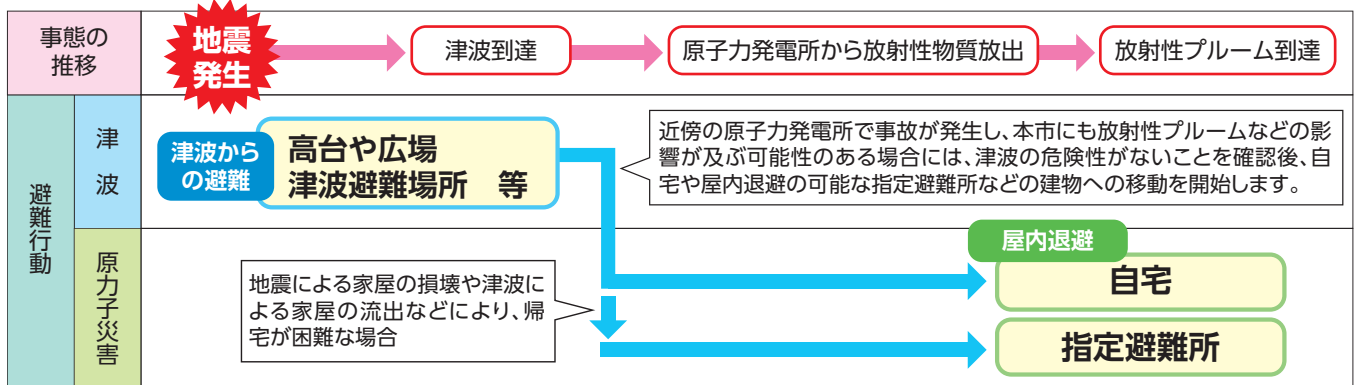


## 複合災害(地震災害と原子力災害が同時に)が発生した場合は

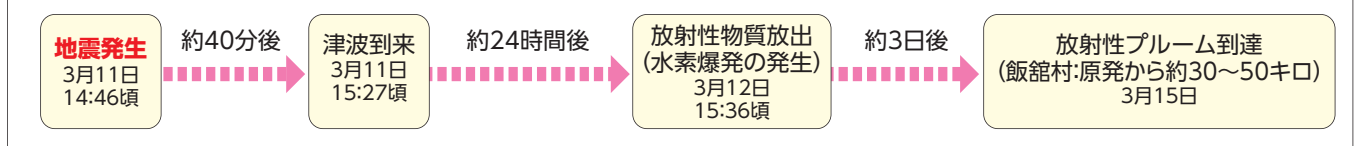
津波に巻き込まれれば命を失います。一方、原発事故による放射性プルームは、遠方に影響を及ぼすものではないとされています。複合災害時では、まず津波から迅速に避難して、生命の安全を確保した後、正確な情報に基づいて、落ち着いて屋内退避などの適切な行動をとることが重要です。

①津波からの避難    地震発生後、津波のおそれがある場合は、津波浸水想定区域外の高台や広場に避難してください。	②災害情報の確認    避難後、広報車、テレビやラジオ、防災メール、ホームページで伝えられる情報に注意してください。	③屋内退避の準備    津波の危険性がないことを確認後、自宅や屋内退避の可能な指定避難所などの建物への移動を開始します。	④屋内退避の実施    県や市から屋内退避の注意喚起や指示があった場合は、自宅や指定避難所などにおいて、屋内退避を行ってください。
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 津波と原子力災害における事態の推移に沿った避難行動



【参考:東北地方太平洋沖地震に伴う福島第一原発事故(平成23年3月)の例】



※プルーム通過後、屋内退避の必要がなくなったら、県及び市から屋内退避解除の指示があります。情報に注意してください。  
※プルームが通過した後も空間放射線量率が下がらないなどにより、追加的防護措置(一時移転等)が必要になった場合は県及び市から別途指示がありますので、情報に注意してください。



# 覚えておきたい応急手当

突然の災害では、けが人が出ても公的消防機関がすぐに駆けつけられるとは限らず、広域になるとライフラインもすぐには復旧しません。そんなときに重要になるのが、事前の知識と備え。万が一のときにすぐに対処ができるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

## 人が倒れていたなら（心肺蘇生法）

### 1 安全を確認する

誰かが突然倒れるところを目撃したり、倒れているところを発見した場合には、近寄る前に周囲の安全を確認する。車が通る道路などに人が倒れている場合などは、特に気をつける。

状況にあわせて自らの安全を確保してから近づく。

### 2 反応があるかを確認する

明らかに「反応がある」場合は、傷病者の訴えを聞き、必要な応急手当を行う。反応がない、反応があるかどうか迷う場合も、大きな声で「誰か救急車を呼んで」と助けを求める。その際、近くの人に119番通報とAEDの手配を依頼する。周囲に誰もいない場合は自分で119番通報をする。



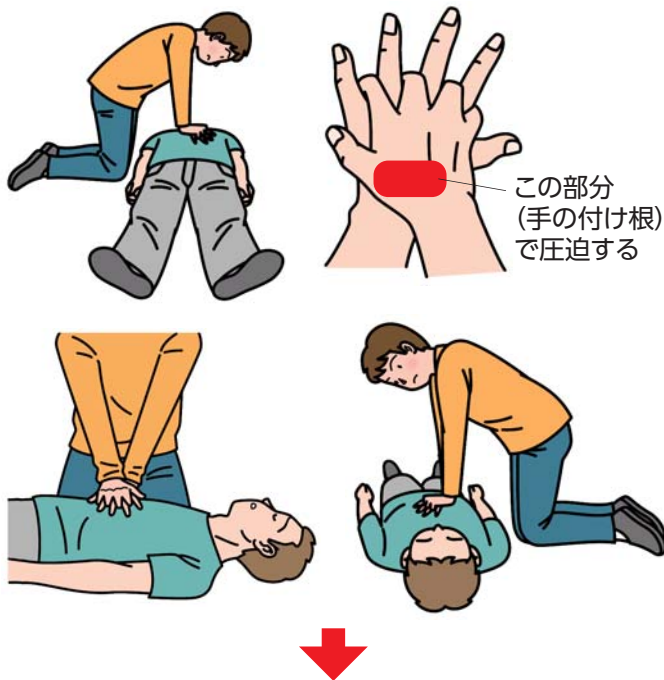
### 3 反応がないときは、呼吸を確認する

傷病者の胸と腹部を見て、上がったたり下がったりしていれば「呼吸あり」。動いていない、または普段どおりの動きでなければ「呼吸なし」（心停止）と判断し、すぐに胸骨圧迫を行う。また、呼吸があるかどうか判断に自信が持てない、わからない場合も胸骨圧迫を行う。



### 4 胸骨圧迫

- ① 傷病者の横に両ひざ立ちになる。
- ② 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- ③ ひじを伸ばし、胸を約5センチ圧迫する。
- ④ 1分間に100～120回のテンポで圧迫する。



### 5 胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ

人工呼吸が行える場合は「胸骨圧迫を30回、人工呼吸を2回」を1サイクルとして、AEDや救急隊員が到着するまで繰り返す。



## 人工呼吸の方法

あお向けに寝かせる。片方の手のひらを額に、もう片方の手の人さし指と中指を下あごの先に当てて持ち上げ、頭を後ろにそらす。

気道を確保したまま傷病者の鼻をつまみ、口を大きく開けて傷病者の口を覆い、1秒かけて息を吹き込む。傷病者の胸が持ち上がるのを確認する。

その後2回目の吹き込みを行う。



※救命講習などで人工呼吸の訓練を受けていない、人工呼吸用マウスピース等がない場合には、人工呼吸を省略して胸骨圧迫を繰り返す。

※出血や傷があると感染の危険があるため、できるだけ人工呼吸用マスクを使う。

## AED（自動体外式除細動器）の使用手順

- ① 心肺蘇生を行っている途中でAEDが届いたら、すぐにAEDを使う準備をします。AEDの準備中も心肺蘇生をできるだけ続けてください。
- ② AEDはいくつかの種類がありますが、どの機種も同じ手順で使えます。電源が入ると音声メッセージと点滅するランプ等で指示してくれますので落ちついてそれに従ってください。*
- ※電気ショックが必要な場合に、自動的に電気ショックが行われるAEDもある。
- ③ AEDの装着後、救急隊に引き継ぐまで、音声メッセージ等に従って心肺蘇生を続けてください。



## 熱中症の応急手当の方法

- 涼しい環境に避難させる  
風通しのよい日陰やクーラーが効いている室内などが適しています。
- 衣服を脱がせ、体を冷やす  
涼しい場所に移動したら、体から熱を奪うためにうちわや扇風機で風を当てるのが一番効果的です。
- 風が当たるように衣服を脱がせて皮膚を露出し、あまり汗をかいていないようであれば、皮膚に水をかけて濡らしてから風を当てる必要があります。このとき、氷水かけるよりもぬるい水をかけてから風を当てるほうが効果的です。
- 氷嚢などが準備できれば、首、脇の下、太ももの付け根などに当てると冷却の助けになります。



## 出血

- ① 出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。
  - ② 傷口は心臓よりも高い位置にする。
- ※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。



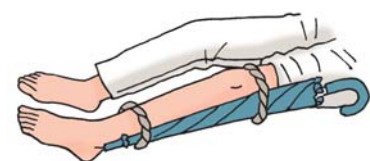
## やけど

- ① 流水で冷やす。
- ② 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- ③ 水疱（水ぶくれ）は破らない。
- ④ 冷やした後は消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。



## 骨折

- ① 折れた部分に添え木を当てて固定し、医療機関へ。
- ② 適当な添え木がなければ、板、筒状にした週刊誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用を。





# 地域ぐるみで支え合いましょう

大災害が発生したとき、交通網の寸断などにより、防災機関が十分に対応できないおそれがあります。そんなときに頼りになるのが「地域ぐるみの協力体制」です。日ごろから地域の防災活動に参加することが、自分の家族や家を守ることにつながります。年齢や性別にかかわらず地域の防災活動に積極的に参加しましょう。

## 自主防災活動に参加しましょう

### 平常時の活動

#### 防災知識の普及・啓発

防災訓練や講習会を通じて、正しい防災知識を住民に伝える。

#### 防災資機材の整備・点検

地域の実情に応じて、消火用具や避難・救出のための防災資機材を準備する。

自主防災組織の活動でまず重要なのは、防災上の知識、活動の必要性や重要性を一人ひとりに理解してもらうことです。



#### 地域の見回り・点検

地域内の危険箇所や防災上の問題点を洗い出し、防災マップや避難経路を見直す。

#### 防災訓練

いざという時のために、地域一丸となって訓練を重ねる。

### 災害時の活動

#### 情報の収集・伝達

公的機関と連絡を取り合い、情報を住民に伝える。

#### 救出・救助

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助を行う。

#### 初期消火活動

出火防止や初期消火活動をする。

自主防災組織は、非常時の応急活動の目標として、主に次のような活動を想定しているケースが多く見られます。



## 消防団とつくる地域防災

消防団は「自分たちの地域を災害から守りたい」という強い気持ちを持った方々で結成する、地域に深く根ざした組織です。

大規模な災害が発生した場合に、どうすれば地域の被害を軽減できるのかについて、地域の集会や自主防災訓練などの際に消防団と話し合い、顔の見える関係を築きましょう。



## 防災士とは

防災士とは十分な防災意識と一定の知識・技能を修得していることを日本防災士機構が認証した人です。

地域の防災力向上を目指し、自主防災組織等のリーダー的存在として防災意識の啓発や防災訓練等のさまざまな場で活動しています。

## 要配慮者にやさしい地域にしましょう

災害時に大きな被害を受けやすいのは、避難行動や、避難生活等で何らかの配慮が必要な「要配慮者」です。こうした人々を災害からどのようにして守るかを地域で話し合い、協力しながら支援していきましょう。

- 高齢者（ひとり暮らし・高齢者のみの世帯など）
- 障がいのある人（身体障がい者・知的障がい者など）
- 妊婦や乳幼児
- 難病患者や傷病者
- 外国人 など



### 安全な避難支援をする

耳が不自由な人には、身ぶりや筆談などで正しい情報を伝えましょう。目が不自由な人には、階段などの障害物を説明しながら進みましょう。



### しっかり避難誘導する

ひとりの要配慮者に対して複数の住民で支援するなど、地域で具体的な体制を決めておきましょう。



### 要配慮者の身になる

道路に障害物はないか、耳や目の不自由な人や外国人向けの警報や避難の伝達方法はあるかなど、要配慮者に対応した環境づくりをしましょう。



### 要配慮者に特に気を配る

非常時にこそ、困っている人や要配慮者に対し、温かい思いやりの心で接しましょう。



### コミュニケーションをとる

災害時の支援活動をスムーズにするためには、要配慮者とのコミュニケーションを日ごろから図っておくことが大切です。



### 防災訓練へ参加する

要配慮者と一緒に避難経路や避難場所を確認できます。また、避難時に要配慮者がどのような支援が必要となるのかを知ることができます。



## 避難行動要支援者の支援体制づくりに協力しましょう

自宅で生活している要配慮者のうち、特に避難支援が必要な方の名簿「避難行動要支援者名簿」を作成しています。そのうち、情報提供に同意した方については次のような項目が記載された「個別避難計画」の作成をすすめており、平常時から地域の自治委員や自主防災組織などへ提供しています。

- 氏名、住所、連絡先、同居者の人数
- 緊急時の連絡先
- 必要な支援内容
- 自宅情報及び避難場所などの情報
- 避難支援等実施者の連絡先
- 支援に関する留意事項 など

プライバシーに配慮しながら地域で情報を共有し、隣近所の範囲でどのような助け合いができるか話し合っ、複数の人が手助けできる体制を作っておきましょう。



# 生活再建をすすめましょう

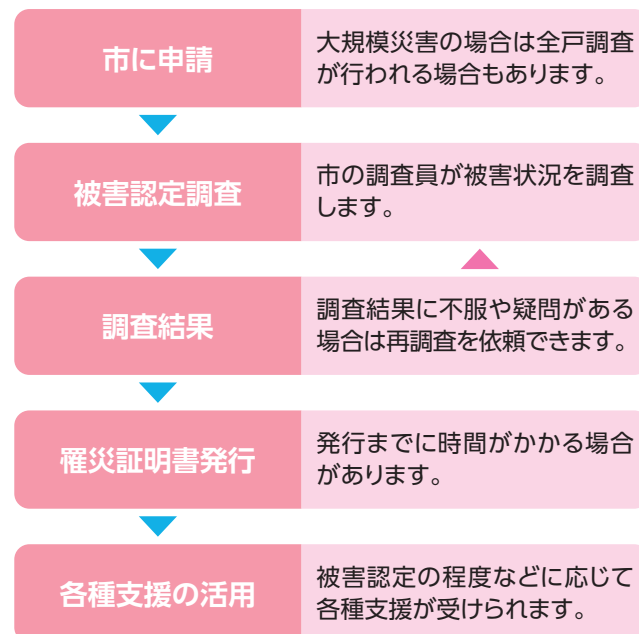
地震や風水害などの自然災害で甚大な被害を受けた被災者を経済的に支援するために、さまざまな制度が用意されています。1日も早く普段の生活を取り戻せるように公的支援制度を活用しましょう。

## 罹災証明書

地震や風水害などで住宅が被害を受けた場合は、さまざまな公的支援が受けられます。その際、市が被害状況を調査した上で発行する「罹災証明書」が必要になります。個々に加入している火災保険や共済などの保険金を請求する際にも必要です。市の被害認定調査は、外観の目視のほか、浸水の深さ、土砂の堆積、家の傾き、家屋の部位ごとの損壊割合など一定の基準のもとに行われます。



### 「罹災証明書」発行までの流れ



### 災害の被害認定基準

出典：内閣府（令和3年最終改定）

被害の程度	損害基準判定（住家の主要な構成要素の経済的被害の住家全体に占める損害割合）
全壊	50%以上
大規模半壊	40%以上50%未満
中規模半壊	30%以上40%未満
半壊	20%以上30%未満
準半壊	10%以上20%未満
準半壊に至らない（一部損壊）	10%未満

●問い合わせ先 防災危機管理課 直通電話：097-537-5664、各支所

### 災害ボランティアセンター

災害ボランティアセンターは、大規模災害の発生時に大分市の要請で設置され、ボランティアの力を借りて被災した住宅の片づけや清掃などの支援活動を行います。

なお、ボランティアセンターでは、被災者の生活や自立の支援、災害ボランティアセンターの運営補助などに協力していただく災害ボランティアの募集をしています。ぜひご登録ください。（水害時の復旧作業の手順をまとめたパンフレット「水害被災後、住まいの復旧に向けて」を作成しました。右の二次元コードからご覧いただけます。）

●問い合わせ先 大分市社会福祉協議会 大分市ボランティアセンター 直通電話：097-547-7419



## 利用できる主な支援制度

被災の程度や生活状況に応じて、住宅の再建や生活資金の確保、各種支払いの減免や猶予、遺族への給付金、自力再建が難しい場合の住居の確保など、生活再建に役立つ支援が受けられます。詳しくは下記連絡先までお問い合わせください。

制度の名称	内容	担当課
大分市災害被災者住宅再建支援金	災害で住宅に被害を受けた世帯に対して、被害の程度に応じて支援金を支給します。	福祉保健課
災害弔慰金	災害で亡くなった場合、その遺族に対して弔慰金を支給します。	
床下消毒	大雨や、洪水等で浸水した家屋の床下の消毒を実施します。	環境対策課
災害ごみの廃棄手数料の減免	災害により発生したごみの廃棄（回収、施設への持ち込み）にかかる手数料が減免になります。	清掃施設課（施設持ち込み）、清掃業務課（回収）
市営住宅の提供	災害により住宅に困窮している被災者に対して市営住宅を無償で提供します。入居期間は原則6ヶ月です。	住宅課
生活福祉資金支援制度	低所得者、障がい者や要介護者がいる世帯に対して、臨時で必要となる費用、住宅の補修などの費用の貸付を行います。（連帯保証人を立てた場合は無利子）	社会福祉協議会
市民税・県民税の減免	災害後に到来する納期に係る市民税・県民税を減免できる場合があります。	市民税課
固定資産税の減免	災害等により著しく価値を減じた固定資産について、税額を減免できる場合があります。	資産税課
その他支援	災害救助法が適用されるような災害時には、応急仮設住宅の提供や、応急修理制度などの支援があります。	

## 災害時に行われる調査について

### 応急危険度判定

災害直後に行政が養成・登録する応急危険度判定士が行うものであり、建物の倒壊などによる二次災害を防ぐためのものです。判定後には危険度に応じて「危険」、「要注意」、「調査済」と書かれたステッカー（赤、青、黄）が建築物に表示されます。

### 保険等の調査

地震保険などに加入していると、保険金の支払いのため各保険会社等の調査員が損害区分を調査します。この調査結果は、目的や基準が異なるため行政の被害認定調査や応急危険度判定の結果と必ずしも一致しないので注意しましょう。



### 防災・減災キーワード

#### 地震保険に加入しましょう

火災保険では、地震を原因とする火災や倒壊などは補償されませんが、地震保険では、地震や噴火、またはこれらによる家や家財の損害（火災・損壊・埋没・流失）が補償されます。いざというときに備え、ぜひ加入しておきましょう。また、保険料は、お住まいの地域（都道府県）と建物の構造によって決まります。



# 防災情報の入手方法を知りましょう

災害時における市民の皆さまの行動支援と防災などに活用していただくことを目的として、各種災害情報や気象情報などをお知らせしています。災害の備えとしてお役立てください。

## 大分市防災メールで受信できる情報

- ①大分市の災害時の緊急な情報（避難情報等）
- ②気象警報、地震情報、津波警報・注意報、土砂災害警戒情報、洪水予報、竜巻注意情報、記録的短時間大雨情報、光化学スモッグ情報、PM2.5情報、食中毒注意報
- ③大分市からの防災に関するお知らせ

※登録や情報の利用については無料ですが、メールの送受信や案内ページ等の閲覧にかかる通信費用は、登録者の負担になります。

登録・変更方法

メール配信サービスの登録・変更は、「entry@b-oita.jp」へ空メールを送信し、その後に届く登録用URLにアクセスします。必要な情報を選択後、登録ボタンを押すと登録完了です。

二次元コードを読み取れる携帯電話をお持ちの方は、右の二次元コードを読み取って空メールを送信してください。



大分市公式LINE  
大分市公式Facebook  
大分市公式Twitterでも  
防災情報を提供しています



## 緊急速報メールでの災害情報の配信について

気象庁が配信する「緊急地震速報」「津波警報」、国や地方公共団体が配信する「災害・避難情報」（Jアラートにて配信される国民保護情報等や市が配信する災害時の緊急の情報（避難情報）、洪水情報）を、対象エリアの携帯電話に対して一斉に配信します。

メールアドレスの登録は不要で、対応した機種種の携帯電話であれば自動受信されます。

※機種により緊急速報メールを受信できない場合や受信設定が必要となる場合があります。通信料・月額使用料・情報料は、無料です。  
※設定については、各携帯電話会社にお問い合わせください。

## 電話・FAXでの緊急情報の配信について

大分市では、携帯電話をお持ちでない方や障がいのある方への情報伝達手段のひとつとして、固定電話等に音声やFAXで災害時の避難情報等をお伝えするサービスを行っています。

配信を希望する方は、防災危機管理課または各支所に備え付けの登録用紙、もしくは市ホームページから申請用紙を印刷し、必要事項をご記入のうえ、防災危機管理課または各支所に提出、FAXまたは郵送してください。

## その他の防災情報の入手方法

### Yahoo!防災速報

大分市では、ヤフー株式会社との災害時応援協定に基づき、ヤフー株式会社が提供する防災アプリ「Yahoo!防災速報」での防災緊急情報の配信を行っています。



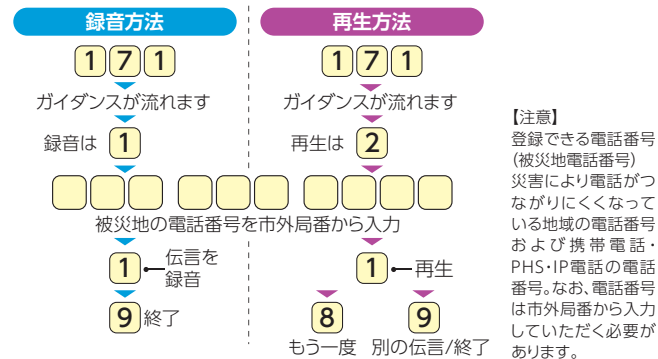
### TVのデータ放送

テレビのリモコンでdボタンを押すと、テレビのデータ放送を通じて気象情報や河川の水位情報、市が発令した避難情報などを確認することができます。

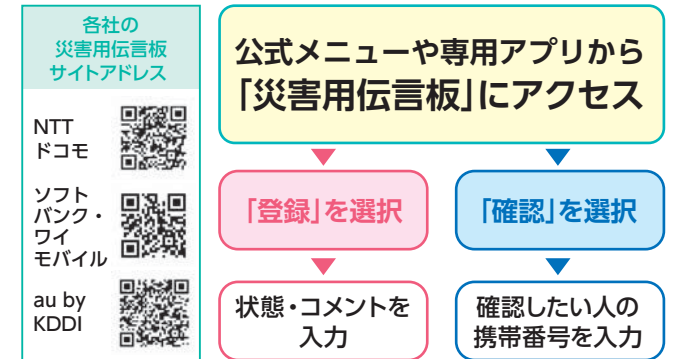


## 災害時電話が繋がらないときのサービスはこちら

### 災害用伝言ダイヤル(171)の使い方



### 災害用伝言板の使い方



※一部の電話からはご利用できません。他事業者の電話、携帯電話やPHSからの利用については、契約している通信会社にご確認ください。  
※NTT東日本・NTT西日本の電話から伝言の録音・再生をする場合の通話料は無料です。他事業者の電話、携帯電話やPHSから発信する場合、通話料については各電話会社にお問い合わせください。くわしくは、URL (NTT東日本) <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/> NTT西日本 <https://www.ntt-west.co.jp/dengon/>  
災害発生時の「インターネットを利用した伝言板」サービス くわしくは、URL (NTT東日本) <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/> (NTT西日本) <https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>

## 大分市災害時多言語通訳サービスのご案内

大分市災害時多言語  
コールセンター **0120-691-476**

※災害等が起きていない平常時にはつながりませんので、ご注意ください。

対応時間：大分市災害警戒本部もしくは災害対策本部設置後～各本部解散後1カ月間。24時間対応。  
対応言語：21言語（英語、中国語（北京語）、韓国語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、マレー語、ネパール語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、タガログ語、ミャンマー語、クメール語、モンゴル語、シンハラ語、ヒンディー語、ベンガル語）（※2022年4月時点）

利用対象：大分市民、市内滞在中の訪日観光客等。

利用料：利用者負担はありません。フリーダイヤルでご利用いただけます。

注意：大分市災害警戒本部および大分市災害対策本部設置については、大分市ホームページで随時ご確認いただけます。

## その他の防災情報アクセス一覧

大分市ホームページ	市のホームページに防災に関する緊急情報を掲載します。 <a href="https://www.city.oita.oita.jp/">https://www.city.oita.oita.jp/</a>	
おおいた防災ポータル	土砂災害情報、雨量・水位観測情報、山地災害危険地区などの各種防災に関する情報が閲覧できます。 <a href="https://www.pref.oita.jp/site/bosaiportal/">https://www.pref.oita.jp/site/bosaiportal/</a>	
おおいた防災情報ポータル (道路規制情報・防災マップ)	県内の道路規制情報と防災マップ（避難所・ハザード）に関する情報が閲覧できます。 <a href="https://oita-bosai.my.salesforce-sites.com/">https://oita-bosai.my.salesforce-sites.com/</a>	
大分県土砂災害警戒区域等情報 (インターネット提供システム)	土砂災害危険箇所図や過去の災害履歴などを確認できます。 <a href="https://sabo-oita.jp/dosya_map/">https://sabo-oita.jp/dosya_map/</a>	
大分地方気象台ホームページ	注意報・警報などさまざまな気象に関する情報が閲覧できます。 <a href="https://www.jma-net.go.jp/oita/">https://www.jma-net.go.jp/oita/</a>	
国土交通省九州地方整備局 防災情報ホームページ	気象・河川・道路に関する情報が閲覧できます。 <a href="https://www.qsr.mlit.go.jp/bousai_joho/">https://www.qsr.mlit.go.jp/bousai_joho/</a>	

## ライフライン関連機関

名称	住所	電話
大分市上下水道局	大分市城崎町1-5-20	097-538-1211
九州電力(株) (大分営業所)	大分市金池町2-3-4	0120-761-379
NTT西日本	大分市長浜町3-15-7	0120-444-113
大分ガス(株) (大分営業所)	大分市新川西1-2-5	097-534-2211
(一社)大分県エルピーガス協会	大分市西新地1-9-5	097-551-9929



## 「知っておきたいOITA防災」のご案内

防災に関する情報や、自助・共助・公助について、体系別にわかりやすくまとめた情報を閲覧することができます。

~~~~ 主な掲載内容 ~~~~

[https://www.city.oita.oita.jp/o029/oita\\_bosai.html](https://www.city.oita.oita.jp/o029/oita_bosai.html)



- **自助** 日ごろの備え(非常持出品・備蓄品など)、ハザードマップ(津波・土砂災害・洪水など)、風水害対策、地震・津波対策、避難所・避難場所一覧、避難情報、要配慮者の手引き、被災後の生活再建など
- **共助** 自主防災組織の活動、補助金、災害時の避難支援の体制づくり、自主防災組織への活動支援など
- **公助** 地域防災計画、国土強靱化地域計画、業務継続計画、国民保護計画、災害時の協定、被災地支援



大分市同報系防災行政無線の運用について

大分市では、地震や津波、その他の災害等に備え、災害情報等を迅速に市民の皆さまへ伝えるために、津波浸水想定エリアを中心とした市内沿岸部の公共施設及び支所等に同報系防災行政無線を整備しています。同報系防災行政無線は、天候や風向き、家の中等、条件によって聞こえにくい場合がありますので、テレビやラジオから自ら災害情報をとるよう心がけてください。

● **放送する内容**
Jアラート(P28参照)と連動した緊急地震速報、津波警報、市が発令する避難情報及び訓練放送等を放送します。



● **自動電話応答サービス**
放送終了後24時間は同報系防災行政無線で放送した内容を電話で確認できます。なお、訓練放送は年8回程度実施予定となっております。

電話番号
(※通話料無料)

0800-200-5345

| | サイレン | | | | | |
|-------|------|---|-----|------|---|------|
| 大津波警報 | ● | — | 休止 | ● | — | 休止 |
| | 約3秒 | | 約2秒 | 約3秒 | | 約2秒 |
| 津波警報 | ● | — | 休止 | ● | — | 休止 |
| | 約5秒 | | 約6秒 | 約5秒 | | 約5秒 |
| 津波注意報 | ● | — | 休止 | ● | — | 休止 |
| | 約10秒 | | 約2秒 | 約10秒 | | 約10秒 |

災害発生時の緊急連絡先

| 災害の状況 | 担当課 | 直通連絡番号 |
|----------------|-----------|-------------------------------------|
| 土砂崩れなどによる道路の不通 | 道路維持課 | 097-537-5674 |
| 河川の決壊、がけ崩れ | 河川・みなと振興課 | 097-537-5632 |
| ため池・水路・農道の決壊など | 生産振興課 | 097-537-5627 |
| 避難に関すること | 福祉保健課 | 097-537-5623 |
| 上下水道に関すること | 上下水道局 | 097-538-1211
(夜間・休日)097-538-1812 |

災害の前に備えられること

家庭でも「自分の命は自分で守る」という「自助」の心構えをもって、実際に地震や風水害などが発生したときのことを想定して、各自の役割分担や避難方法、離れているときの連絡方法などを話し合っておきましょう。

ハザードマップを活用しよう

ハザードマップとは?

ハザードマップは、地震や風水害などの災害が発生したときに想定されるさまざまな被害の範囲や程度、避難場所や避難所などを示した地図です。市のホームページからお住まいの地域のハザードマップを入手して、わが家の想定被害を家族で確認しましょう。職場や学校、家族がよく行く場所も確認しておきます。市が作成しているハザードマップは、市のホームページや公式アプリにある「おおいたマップ」の各種ハザードマップからも確認できます。



おおいたマップ

<https://www2.wagmap.jp/oitacity-sp/>



ハザードマップの種類はさまざま

津波の浸水範囲や深さなどを示した「津波ハザードマップ」、台風や大雨に備えて川の氾濫による浸水範囲や深さなどを示した「洪水ハザードマップ」「高潮ハザードマップ」など、さまざまな種類のマップが作製されています。

ハザードマップをもとに家族で話し合いましょう

お住まいの地域のハザードマップを確認して、事前にできる具体的な対策を家族で検討しておきましょう。

- 指定された緊急避難場所や避難所の確認
- 避難のタイミングや避難ルートの検討
- 避難ルートにある危険箇所(ブロック塀、狭い路地、古い建物など)のチェック
- 子どもや高齢者など要配慮者や避難行動要支援者への対応・避難方法の検討
- 在宅避難に備えた水や食料の備蓄
- マイ・タイムライン作成(大雨)
- など



ハザードマップは、あくまで想定にもとづく被害予測であり、被害予測が示されていない場所などでも、想定を上回る危険性があることを意識しておくことが大切です。

「おおいたマイ・タイムライン」活用方法

マイ・タイムラインとは、大雨や台風などの風水害から身を守るため、事前に自分自身や家族の行動を時間の流れに沿って整理しておく「避難行動計画」のことです。

マイ・タイムラインの目的

- 早めの避難のために、**避難スイッチ**を決めておく
- いざというとき、あわてずに避難できるようにする
- 必ず全員が避難して、被害にあわないようにする
- 普段から、災害発生や防災を考える力を身につける
- 事前の備えを準備・確認する習慣を身につける

マイ・タイムライン作成の流れ

- 1 「おおいたマイ・タイムライン学習資料」をそれぞれでチェック！
※学校の防災学習等で使用するのもオススメです！

家族でマイ・タイムラインを作る前にチェックしよう！

おおいたマイ・タイムライン学習資料

| | | |
|------------------------|--|---|
| 何を調べる？
どうやって情報を集める？ | ☐ 避難所の場所を調べる
☐ 天気のことを調べる
☐ テレビ ☐ ラジオ
☐ おおいた防災アプリ
☐ | ☐ 市・町・村のハザードマップ
☐ 家から避難先までの経路
☐ 携帯電話 ☐ 防災メール
☐ おおいた防災ポータル
☐ |
| 避難するときに何を持って行けばいいかな？ | ☐ 飲み水 ☐ 食料 ☐ 常備薬 ☐ 毛布 ☐ タオル
☐ 着替え ☐ 懐中電灯 ☐ 貴重品
☐ マスク ☐ 体温計 ☐ アルコール消毒液
☐ | |
| どこに避難する？ | ☐ 近くの公民館 ☐ 親せきの家
☐ 友人の家 ☐ 近所にある宿泊施設
☐ 自宅避難→（安全確認の内容は？）
☐ | |
| 家族で何を決めておけばいいかな？ | ☐ 毎日、必ず天気予報を確認する
☐ 事前に備えておくこと・ものを決めておく
☐ いつ避難を開始するか（避難スイッチ）を決めておく
☐ 避難先を決めておく ☐ 避難路を決めておく
☐ | |

ポイント
あらかじめ記載されている項目以外にも自分が考えたことを記入してみよう！

- 2 チェックした学習資料を家族で持ち寄って「おおいたマイ・タイムライン」を作ってみよう！

おおいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画～

警戒レベルと警戒レベル相当情報（防災気象情報）

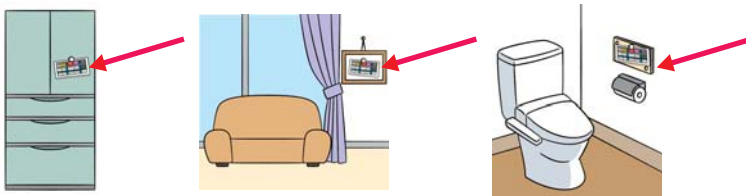
| 警戒レベル1
早期注意情報
（気象庁が発表）
今後、気象状況悪化のおそれあり | 警戒レベル2
大雨・洪水・高潮注意報
（気象庁が発表）
気象状況が悪化 | 警戒レベル3
高齢者等避難
（市町村が発令）
災害のおそれあり | 警戒レベル4
避難指示
（市町村が発令）
災害のおそれが高まっている | 警戒レベル5
緊急安全確保
（市町村が発令）
災害発生または切迫 |
|---|--|--|---|--|
| — | 氾濫注意情報 | 警戒レベル3相当情報
大雨・洪水警戒
氾濫警戒情報 | 警戒レベル4相当情報
土砂災害警戒情報
氾濫危険情報
高潮警戒 | 警戒レベル5相当情報
大雨特別警戒
氾濫発生情報
高潮氾濫発生情報 |

警戒レベルに応じた家族の行動

| 災害への心構えを高める | 自分や家族の避難行動を確認 | 高齢者等は危険な場所から避難 | 危険な場所から全員避難 | 命の危険、直ちに安全確保 |
|--|---|---|---|---|
| ☐ 天気予報を確認
☐ 台風の進路やいつ接近するかのチェック
☐ 薬などを事前に受け取っておく | ☐ ハザードマップで避難場所を確認
☐ 非常持出品の準備
☐ テレビやラジオで気象情報をこまめにチェック | わが家の避難スイッチ！
警戒レベル3発令後に必ず避難する！！
☐ 家族で決めた避難場所の高台にある叔母の家に移動を開始！ | ☐ 避難完了
☐ 引き続き気象情報を確認 | ☐ 自宅内の安全な場所へ避難
☐ 2階以上に避難 |

ポイント
家族みんなでいろんな意見を出し合って、楽しみながら作ってみよう！

- 3 マイ・タイムラインをみんなの目につきやすい場所に貼っておこう



家族でマイ・タイムラインを作る前にチェックしよう！

| | | | | |
|------------------------|--|---|------------------|---|
| 何を調べる？
どうやって情報を集める？ | ☐ 避難所の場所を調べる
☐ 天気のことを調べる
☐ テレビ ☐ ラジオ
☐ おおいた防災アプリ
☐ | ☐ 市・町・村のハザードマップ
☐ 家から避難先までの経路
☐ 携帯電話 ☐ 防災メール
☐ おおいた防災ポータル
☐ | どこに避難する？ | ☐ 近くの公民館 ☐ 親せきの家
☐ 友人の家 ☐ 近所にある宿泊施設
☐ 自宅避難→（安全確認の内容は？）
☐ |
| 避難するときに何を持って行けばいいかな？ | ☐ 飲み水 ☐ 食料 ☐ 常備薬 ☐ 毛布 ☐ タオル
☐ 着替え ☐ 懐中電灯 ☐ 貴重品
☐ マスク ☐ 体温計 ☐ アルコール消毒液
☐ | | 家族で何を決めておけばいいかな？ | ☐ 毎日、必ず天気予報を確認する
☐ 事前に備えておくこと・ものを決めておく
☐ いつ避難を開始するか（避難スイッチ）を決めておく
☐ 避難先を決めておく ☐ 避難路を決めておく
☐ |

記入例



おおいたマイ・タイムライン～わが家の避難計画～

Ver.3(R3.5.20改訂)

警戒レベルと警戒レベル相当情報（防災気象情報）

※警戒レベルと警戒レベル相当情報が発令・発表されるタイミングと対象地域は、必ずしも一致しないことに注意

| 警戒レベル1
早期注意情報
（気象庁が発表）
今後、気象状況悪化のおそれあり | 警戒レベル2
大雨・洪水・高潮注意報
（気象庁が発表）
気象状況が悪化 | 警戒レベル3
高齢者等避難
（市町村が発令）
災害のおそれあり | 警戒レベル4
避難指示
（市町村が発令）
災害のおそれが高まっている | 警戒レベル5
緊急安全確保
（市町村が発令）
災害発生または切迫 |
|---|--|--|---|--|
| — | 氾濫注意情報 | 警戒レベル3相当情報
大雨・洪水警戒
氾濫警戒情報 | 警戒レベル4相当情報
土砂災害警戒情報
氾濫危険情報
高潮警戒 | 警戒レベル5相当情報
大雨特別警戒
氾濫発生情報
高潮氾濫発生情報 |

警戒レベルに応じた家族の行動

| 災害への心構えを高める | 自分や家族の避難行動を確認 | 高齢者等は危険な場所から避難 | 危険な場所から全員避難 | 命の危険、直ちに安全確保 |
|--|---|---|---|---|
| ☐ 天気予報を確認
☐ 台風の進路やいつ接近するかのチェック
☐ 薬などを事前に受け取っておく | ☐ ハザードマップで避難場所を確認
☐ 非常持出品の準備
☐ テレビやラジオで気象情報をこまめにチェック | わが家の避難スイッチ！
警戒レベル3発令後に必ず避難する！！
☐ 家族で決めた避難場所の高台にある叔母の家に移動を開始！ | ☐ 避難完了
☐ 引き続き気象情報を確認 | ☐ 自宅内の安全な場所へ避難
☐ 2階以上に避難 |

日頃から調べておくこと、備えておくこと

| わが家の災害リスク・避難先 | 非常持出品 | 情報収集ツール |
|--|---|--|
| ☐ 浸水する深さ 想定（ 3 ）m
☐ 近隣河川までの距離（ 250 ）m
☐ 土砂災害警戒区域に入っている（ いる・いない ）
☐ 避難先①（ おばさんの家 ）まで、徒歩・車で（ 10 ）分
避難先②（ 大分公民館 ）まで、徒歩・車で（ 7 ）分
※自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な建物の場合は、屋内待機や垂直避難（建物内の2階以上）
☐ 避難先までの危険な場所・特徴
（避難先①道路が狭い 避難先②長い階段がある、街灯が少ない） | ☒ 食料品 ☒ 飲料水 ☒ 貴重品 ☒ 着替え
☒ 懐中電灯 ☒ 毛布 ☒ 携帯電話の充電器
☒ 電池 ☒ マスク ☒ アルコール消毒液
☒ 体温計 ☒ ハザードマップ ☒ ビニール手袋 ☒ タオル
※忘れてませんか？ ☒ 常備薬 ☒ お薬手帳
↓その他に準備する物も書いておこう！
紙オムツ 生理用品 ドッグフード
ウエットティッシュ | ☒ おおいた防災アプリ
☒ 県民安全・安心メール
市町村防災メール
☒ テレビ
☒ 防災ラジオ
☒ 大分地方気象台HP
☒ おおいた防災ポータル
☐ |

「おおいたマイ・タイムライン」のダウンロードはこちらから

<https://www.city.oita.oita.jp/o009/kurashi/anshinzen/maitaimurain.html>





おおいたスイ・タイムライン～わが家の避難計画～

Ver.3(R3.5.20改訂)

警戒レベルと警戒レベル相当情報(防災気象情報)

※警戒レベルと警戒レベル相当情報が発令・発表される
タイムラインと対象地域は、必ずしも一致しないことに注意

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| 警戒レベル1
早期注意情報
(気象庁が発表)
今後、気象状況悪化のおそれあり | 警戒レベル2
大雨・洪水・高潮注意情報
(気象庁が発表)
気象状況が悪化 | 警戒レベル3
高齢者等避難
(市町村が発令)
災害のおそれあり | 警戒レベル4
避難指示
(市町村が発令)
災害のおそれが高まっている | 警戒レベル4
必ず避難
レベル4までに | 警戒レベル5
緊急安全確保
(市町村が発令)
災害発生または切迫 |
| —
 | 氾濫注意情報
 | 警戒
レベル3
相当情報
大雨・洪水警戒情報
 | 警戒
レベル4
相当情報
土砂災害警戒情報
氾濫危険情報
高潮警戒情報
 | 警戒
レベル5
相当情報
大雨特別警戒情報
氾濫発生情報
高潮氾濫発生情報
 | |

警戒レベルに応じた家族の行動

| | | | | |
|-------------|---------------|----------------|-------------|---------------------------------------|
| 災害への心構えを高める | 自分や家族の避難行動を確認 | 高齢者等は危険な場所から避難 | 危険な場所から全員避難 | 命の危険、直ちに安全確保 |
| | | もうすぐ避難開始！ | | ⚠
自宅内の安全な
場所へ避難
2階以上に避難
⚠ |

日頃から調べておくこと、備えておくこと

| | | |
|---|--|--|
| わが家の災害リスク・避難先 | 非常持出品 | 情報収集ツール |
| ☐ 浸水する深さ 想定 () m
☐ 近隣河川までの距離 () m
☐ 土砂災害警戒区域に入っている・いない
☐ 避難先① () まで、徒歩・車で () 分
☐ 避難先② () まで、徒歩・車で () 分
※自宅が危険な地域ではない場合や、マンションなど頑丈な建物の場合は、屋内待機や垂直避難(建物内の2階以上)
☐ 避難先までの危険な場所・特徴 () | ☐ 食料品 ☐ 飲料水 ☐ 貴重品 ☐ 着替え
☐ 懐中電灯 ☐ 毛布 ☐ 携帯電話の充電器
☐ 電池 ☐ マスク ☐ アルコール消毒液
☐ 体温計 ☐ ハザードバッグ ☐ ビニール手袋 ☐ タオル
※忘れてませんか？ ☐ 常備薬 ☐ お薬手帳
↓その他に準備する物も書いておこう！ | ☐ おおいた防災アプリ
☐ 県民安全・安心メール
☐ 市町村防災メール
☐ テレビ
☐ 防災ラジオ
☐ ☐ ☐ |