

# 防災の心得について

住民の皆様におかれましては、日頃から新島村の防災事業に格別のご理解とご協力を賜り、心から御礼申し上げます。

新島村からのお願いです。避難訓練は個々においても自主的に実施することができます。災害ごとの避難場所や避難所、避難路を事前に確認しておくことや非常時持出品の中身の確認等を行っていただくようお願いいたします。

上記のお願いに関連し、住民の皆様には「防災の心得について」を配布いたします。防災に関する参考としていただければと思います。

※避難場所・避難所等の確認は、以前にお配りしているハザードマップまたはホームページをご活用ください。

## 災害全般

**防災の心得：災害に備えるためには、平時から地域で起こるおそれのある災害を確認し、安全対策や非常時持出品を準備し、いざという時に身を守る方法を知っておくことが大切です。**

### 一人一人が防災に取り組む

○災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が日頃から災害に備え、万が一災害に遭ったときの身の守り方を、確認しておくことが重要です。

○体の不自由なお年寄りや障害のある方、妊婦の方や子供などは、災害時に大きな被害を受けやすく、避難する際も支援が必要です。地域や身近にいる方で助け合うようにしましょう。



### 家の安全対策

○普段から、地震や強風に備えて家屋や塀などの老朽化しているところを補強する等、点検をしておきましょう。

### 災害ごとの避難場所や避難所・避難路等を確認

○緊急時の避難場所等は災害の種類ごとに指定されています。日頃から、避難場所や避難所の位置と、そこまでの道順を確認しておきましょう。

○災害時の家族の集合場所や、連絡方法をあらかじめ話し合っておきましょう。

## 食料・水の備蓄、非常時持出品を準備

○最低3日分、できれば一週間分の食料や水を備蓄しましょう。

○避難するときのため、非常食のほか、懐中電灯、携帯ラジオや救急医療品、丈夫な運動靴、現金などを準備しておきましょう。

※高齢者においては、処方薬・処方箋の控え・入れ歯・介護用品・紙オムツ、女性の方は生理用品、乳幼児がいるご家庭は哺乳瓶・スペアの乳頭、調整粉乳、離乳食、紙オムツなども準備しておきましょう。



○夜間の災害発生に備え、寝室に懐中電灯や、床に飛散したガラスによるケガを防ぐために厚手のスリッパや運動靴などを用意しておくのも有効です。

## 情報の入手方法を確認

○普段から、テレビ・ラジオなどから伝えられる気象情報に耳を傾ける習慣をつけておきましょう。

○災害発生のおそれのある時や、災害時の情報入手手段をあらかじめ確認しておきましょう。

## 安否情報の確認方法を家族で決める

○家族が別々の場所にいるときに災害が発生した場合に備え、お互いの安否を確認できるように、日頃から安否確認の方法や集合場所を話し合っておきましょう。

## 村から発令される避難情報等の種類

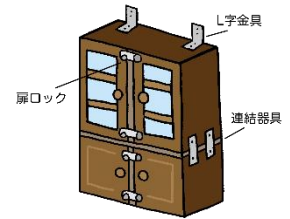
警戒レベル	とるべき避難行動等	避難情報 (新島村が発令)	参考となる気象情報の例 (気象庁、東京都などが発令)
<b>警戒レベル 5</b>	命の危険、直ちに安全確保!! 既に <u>災害が発生</u> している状況です。 <u>命を守るための最善の行動</u> を取りましょう。	<b>緊急安全確保</b>	大雨特別警報 (土砂災害) 氾濫発生情報など
<b>〈警戒レベル4までに必ず避難!〉</b>			
<b>警戒レベル 4</b>	危険な場所から <b>全員避難!!</b> 安全な避難先までの移動が危険な場合は、近くの頑丈な建物や自宅内の少しでも安全な場所で身を守りましょう。	<b>避難指示</b>	大雨警報 氾濫警戒情報など
<b>警戒レベル 3</b>	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 <b>避難!!</b> その他の人は、避難の準備を整えましょう。	<b>高齢者等避難</b>	大雨警報 氾濫警戒情報など
<b>警戒レベル 2</b>	避難に備え、ハザードマップ等により、 <u>自らの避難行動を確認</u> しましょう。	<b>発令なし</b>	大雨注意報 洪水注意報など
<b>警戒レベル 1</b>	最新の気象情報等に留意するなど、災害への心構えを高めましょう。	<b>発令なし</b>	早期注意情報

# 地震

**防災の心得：地震が発生したとき、被害を最小限におさえるには、いざというときに適切な行動がとれるように、日頃から十分に備えることが大切です。**

## 家の中の対策

○大地震に備え、家具が転倒したりしないように固定するなどの対策をしておきましょう。



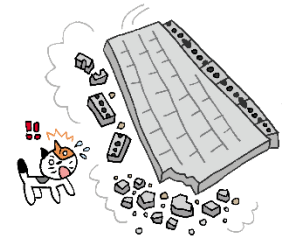
○万が一家具等が倒れたときに、寝ている人や座っている人に当たったり、出入り口をふさいだりしないように、置く向きや配置を工夫しましょう。



○重い物や硬い物を棚の上などの高いところに置かないようにしましょう。

## 火災への備え

○万が一の出火に備え、消火器や消火用バケツをすぐに使える場所に用意しましょう。



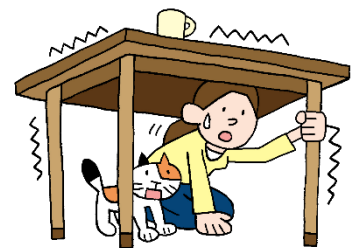
## 塀などの補強

○ブロック塀などの転倒による二次災害を防止するため、ブロック塀等を取り壊し、代わりに生け垣を設置しておくことも有効です。

## 地震が起きたら

○地震の揺れを感じたり、緊急地震速報を見聞きしたら、周囲の状況に応じてあわてず、まずは身の安全を確保しましょう。

○落下物に注意し、あわてて外に飛び出さないようにしましょう。



○屋外では、電柱やブロック塀などの倒壊、断線した電線、割れて飛散した窓ガラスの破片などにも注意しましょう。

○海岸では、津波のおそれがあるので、直ちに高台など安全な場所へ避難しましょう。

○自動車運転中は、急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度を落とし、ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながしましょう。

○落ち着いて火の元の確認をしましょう。料理や暖房で火を使っているときは、その場で素早く火を消しましょう。

○火の元から離れている場合は、無理に火を消しに行かないでください。

○窓や戸を開けて出口を確保しましょう。周囲を確認し、転倒した家具類、飛び散ったガラスの破片等でけがをしないよう落ち着いて対応しましょう。

○正しい情報に基づき行動をしましょう。デマやうわさに惑わされず、テレビ・ラジオ、村からの正しい情報を入手しましょう。

○村から避難の指示等が出たら従いましょう。

○避難するときは、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。

○自宅の安全を確認後、近所にも声をかけて安否を確認しましょう。



## 津 波

**防災の心得：**津波から身を守るためには、強い揺れあるいは弱くてもゆっくりとした長い揺れを感じたり、揺れがなくても津波警報・注意報を見聞きしたら、すぐに避難することが大切です。

### 避難場所の確認

○津波ハザードマップや津波標識で、津波発生時に浸水が予想されている区域や避難場所を確認しましょう。

※ただし、津波の規模は様々であり、浸水想定区域から外れている地域においても浸水する可能性があります。



○日頃からいろいろな場面（自宅、職場や学校等に外出しているときなど）を考えて、避難場所までの道順を確認しておきましょう。

### 津波警報・注意報について知る

○津波による災害の発生が予想される場合には、大津波警報、津波警報または津波注意報が発表されます。

	発表される津波の高さ		想定される被害と取るべき行動
	巨大地震の場合の表現	数値での発表	
大津波警報	巨大	10m超	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。沿岸部にいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。
		5m超～10m以下	
		3m超～5m以下	

津波警報	高い	1 m超～3 m以下	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。沿岸部にいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。
津波注意報	(標記しない)	0.2 m以上～1 m以下	海の中では人は速い流れに巻き込まれません。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。

### 地震が起きたり、警報・注意報が発表されたら

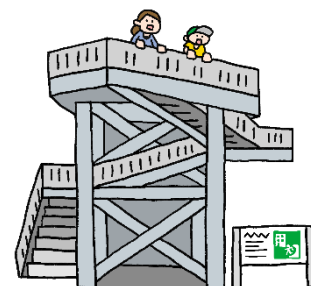
○高い場所へ避難しましょう。いち早く海岸から離れ、時間と余力がある限り、海岸から離れたより安全な高台などに避難しましょう。

○津波が見えなくても、速やかに避難しましょう。津波はとても速いので、全速力で走っても逃げられません。また、津波は20cmから30cm程度の高さであっても、急で強い流れが生じるため、足をすくわれる可能性があります。速やかに避難することが大切です。

○車を利用した場合、ブロック塀等の倒壊の影響による渋滞などにより、円滑に避難できない場合があります。原則、徒歩で避難しましょう。

### 避難した後は

○津波は時間をおいて何回か繰り返し襲ってくる場合があるので、沿岸部から離れて、警報・注意報が解除されるまで、安全な場所で避難を続けましょう。



## 風水害

**防災の心得：**大雨や台風などの風水害による、被害を最小限にするためには日頃から備え、いざというとき早めに対策をとることが大切です。また近年、大型台風や局地的大雨（ゲリラ豪雨）、雷・竜巻による被害が各地で発生しており、一層の注意が必要となっています。

### 家屋の対策

○家の周りを確認し、家屋や塀などで老朽化しているところがある場合は大雨や強風に備えて補強しましょう。また、飛ばされそうなもの、流されそうなものは固定したり屋内に取り込みましょう。

○土のうを準備するなど、浸水対策をしましょう。



## 気象情報や天候の変化に注意

○テレビ・ラジオや防災行政無線などから伝えられる気象情報には、普段から耳を傾ける習慣をつけておきましょう。

○発達した積乱雲が近づいていると、急な大雨・竜巻・雷の危険があります。積乱雲が近づいてきたら丈夫な建物に避難しましょう。



## いつ避難すればよいのか～警戒レベルと避難行動～

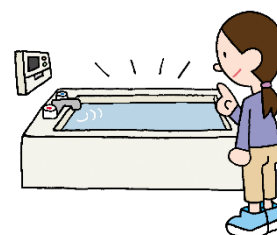
○令和3年5月20日から、住民の方がとるべき行動を分かりやすくするため、5段階の「警戒レベル」が用いられることになりました（P. 2「村から発令される避難情報等の種類」を参照）。村から「高齢者等避難 警戒レベル3」や「避難指示 警戒レベル4」が発令された際には速やかに避難行動をとってください。警戒レベルは1～5の順で出されるとは限りません。「自分や家族の命は自分達で守る」という意識を忘れず、身の回りで危険を感じたら、警戒レベルにかかわらず自主的に避難するよう心がけてください。

## 風水害のおそれがある時

○強風で飛ばされたものでケガをしたりするおそれがあるので、なるべく外出は控えましょう。

○避難する場合に備えて、非常時持出品を早めに確認しておきましょう。

○長期停電に備えて、早めに生活用水等の溜め置きをしておきましょう。



## 雷や竜巻から身を守るためには

○危険な場所からすぐ離れ、丈夫な建物の中で身を守りましょう。

○木の幹や枝、電柱から雷に撃たれることもあるので、雷から身を守るために木や電柱から4m以上離れ、姿勢を低くしましょう。

○竜巻注意情報発表中は、周囲の空の状況に注意して、いざという時は丈夫な建物に入るなどして身を守りましょう。



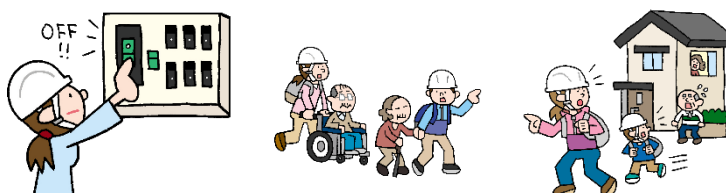
## 避難する時の注意

○浸水やがけ崩れなどのおそれがある場合は、早めに避難することが何よりも大切です。

○お年寄りや子ども、病気や体の不自由な方がいる家庭では、特に早めに避難しましょう。

○地域の人々と協力し、単独行動はなるべく避け、近隣に声をかけて避難しましょう。

○電気やガスなどの始末と戸締りを確実に  
行い、避難しましょう。



## 避難の方法

- 十分避難の時間がある場合は、あらかじめ確認した近くの避難所に避難しましょう。
- 避難する時間的余裕がないときや、屋外への避難が危険な場合は、近くの頑丈な建物の2階以上など身の安全が確保できる場所へ避難することも有効な手段となります。






## 土砂災害

**防災の心得：**大雨や地震などで地盤がゆるむと、がけが崩れたり、水と混じり合った土や石が勢いよく流れ落ちたりして、土砂災害が発生する危険性が高まります。近年、局地的大雨の増加に伴い、各地で土砂災害の発生も増える傾向があり、一層の注意が必要です。

### 土砂災害の種類を知る

- 土砂災害には、がけ崩れ・地すべり・土石流の3つの種類があります。このうち、村で特に起きるおそれがあるのは、がけ崩れと土石流です。
- 土砂災害が発生するときには、なんらかの前兆現象が現れることがあります。次のような現象に気づいたら、周囲の人にも知らせ、いち早く安全な場所に避難することが大事です。

	がけ崩れ	地すべり	土石流
特徴	<p>斜面の地表に近い部分が雨水の浸透や地震等でゆるみ突然崩れ落ちる現象</p> 	<p>斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象</p> 	<p>山腹の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象</p> 
主な前兆現象	<ul style="list-style-type: none"> <li>○がけにひび割れができる</li> <li>○小石がパラパラと落ちてくる</li> <li>○がけから水が湧き出る</li> <li>○湧水が止まる・濁る</li> <li>○地鳴りがする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地面のひび割れ・陥没</li> <li>○がけや斜面から水が噴き出す</li> <li>○井戸や沢の水が濁る</li> <li>○地鳴り・山鳴りがする</li> <li>○樹木が傾く</li> <li>○亀裂や段差が発生</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○山鳴りがする</li> <li>○腐った土の匂いがする</li> <li>○流木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる</li> </ul>

## 土砂災害危険箇所・土砂災害警戒区域等を確認する

○土砂災害発生のおそれがある地区は、土砂災害危険箇所、土砂災害特別警戒区域、土砂災害警戒区域として都が指定しています。

○普段からハザードマップで住んでいる場所が指定されているか、避難所や避難路はどこかを確認しておきましょう。

○指定されていなくても、近くにがけ地や小さな沢などがあれば注意しましょう。

## 雨が降り始めたら

○テレビやラジオで雨量等の情報や土砂災害警戒情報を確認しましょう。

○土砂災害警戒情報は、気象庁や都のホームページで確認できます。

○避難する場合に備えて、非常時持出品を早めに確認しておきましょう。



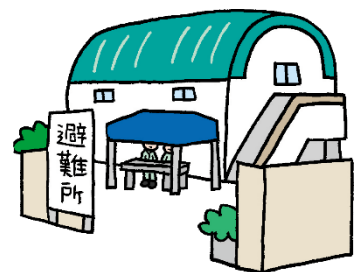
## 早めの避難を

○土砂災害警戒情報が出ていなくても、前兆現象に気づいたり、危険を感じたら、すぐに周りの人たちと安全な場所に避難しましょう

## 避難の方法

○十分避難の時間がある場合は、あらかじめ確認した近くの避難所へ避難しましょう。

○豪雨などでどうしても避難所への避難が困難な場合は、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難したり、それも難しい場合は家の中で少しでも安全な場所（例えば、がけから離れた部屋や2階）に避難しましょう。



○もし、土石流に遭遇した場合には、土砂の流れる方向に対して、直角の方向へ逃げるようにしましょう。土砂の流れと同じ方向へ逃げてしまうと、土砂に飲み込まれてしまうおそれがあります。

## 避難方法を検討しておきましょう。

1. 避難とは難を避けること。安全を確保することです。安全な場所にいるままで避難場所や避難所に行く必要はありません。
2. 避難先は、指定されている避難場所や避難所だけでなく、安全な親戚・知人家に避難することも検討しましょう。