

## わが家の防災メモ

災害発生時の安否確認や連絡方法を決めていますか？  
自宅、学校、職場等、家族が離ればなれの状態で被災する可能性もあるため、家族で話し合っておきましよう。

### ●連絡方法を決めておく 自宅にいない場合の安否確認方法などを書いておきましょう！

家族の名前	※お子さんなどは、保育所や学校・児童館など、利用する施設の災害時のルールを確認しておきましょう。

### ●困ったときの連絡先 親せきや知人・かかりつけ病院などの連絡先を書いておきましょう！

名前	電話	住所	メモ

## 安否情報を知らせる

### 携帯電話 災害用伝言板

大規模な災害が発生した場合に、携帯電話各社から提供される災害用伝言板です。携帯電話やスマートフォンから安否情報の確認ができます。  
※詳しい内容は携帯電話各社のホームページ等で確認してください。

## 命に関わる場合



## 防災ネットあきた

「防災ネットあきた」は、メールアドレスを登録された方に対して市内における避難指示などの避難情報や災害情報などをメール配信するシステムです。  
メール配信を希望する場合は、あらかじめ利用登録が必要です。(登録料無料)

### ☒ 配信される情報

避難指示などの避難情報	浸水・河川増水情報
地震情報	国民保護情報
津波情報	大規模火災情報
気象特別警報・警報・注意報	有害化学物質漏洩事故情報
土砂災害警戒情報	不発弾発見情報
竜巻注意情報	秋田市からのお知らせ

### 登録方法

1. 右下のQRを読み取るか、Eメールアドレス(bousai.akita-city@raidan2.ktaiwork.jp)を宛先に入力し、空メールを送信してください。(件名、本文を入力する必要はありません)
2. 空メールを送信すると、「メールサービス本登録のご案内」メールが届きますので、本文に記載されている本登録用アドレスをクリックしてください。
3. 配信情報を選択する画面に移行しますので、配信を希望する情報を選択し、登録してください。(初期設定では、「避難指示などの避難情報」のみ選択されています。)
4. 登録完了の画面に移行し、数分後に登録完了メールが届きます。



秋田市

# 水害対策 ガイドブック

逃げ遅れゼロへ！  
自ら判断して避難を！！



## はじめに



災害はいつ起こるか分かりません。特に近年は、日本各地で大規模な自然災害が多く発生しています。この状況に対処するには「自分たちの命は自分たちで守る」という考えのもとに、自らが主体となって行動しなければなりません。

この冊子は、別紙の「水害ハザードマップ」と合わせてご覧いただくことで、周囲の災害リスクを確認し、防災知識を深めることができます。また、いざという時の避難の仕方や、そのための準備や心構え、情報の入手方法など大切な情報がたくさん掲載されています。

自分と大切な人の命を守るために、いつ起こるか分からない災害に備え家族全員で内容を確認し合いましよう。

## 住まいの危険度チェック

### あなたの住まいの危険度と避難場所

水害ハザードマップを参考に  
自宅(学校・職場)の危険度レベルや避難場所を記入しましょう！

危険度	浸水想定	土砂災害警戒区域	避難場所	
レベル	メートル	内 外	①	②

お問い合わせ

秋田市

総務部 防災安全対策課

TEL 018-888-5434

FAX 018-888-5435

https://www.city.akita.lg.jp/index.html

秋田市水害ハザードマップ



別冊

水害ハザードマップ

令和4年度  
保存版



# 洪水からの避難について考えよう

別紙のハザードマップを確認しながら、洪水からの避難について、番号順に検討してみましょう！

- ①住まいの危険度 ②避難場所 ③避難経路 ④避難のタイミング

の順に検討し、「いざ」という時の避難に役立てましょう！！

ハザードマップで確認！

## ①あなたの住まいの危険度は？

ハザードマップでは、想定される最大雨量時の洪水の状況を表示しています。**お住まいの地域がどの程度浸水する可能性があるのか**を把握し、住まいの危険度を確認してください。(色の境界が判別できない場合は、危険度の高い方を選定してください。)

危険度	地域	凡例	浸水状況・避難の判断
4	家屋倒壊等 氾濫想定区域 (氾濫流) (河岸浸食)		<ul style="list-style-type: none"> <li>堤防決壊等により、木造家屋が倒壊するような氾濫流の発生が想定される地域や、家屋が倒壊するような河岸浸食の発生が想定される地域です。</li> <li>最大想定洪水の際には、<b>屋内にとどまることは危険</b>です。<b>早期の立ち退き避難</b>の判断が必要です。</li> </ul>
3	想定される 浸水の深さ 3m以上		<ul style="list-style-type: none"> <li>2階以上まで浸水が想定される地域です。最大想定洪水の際には、<b>家屋の2階にいても、安全が確保できません</b>。</li> <li>避難経路も浸水する可能性が大きく、<b>早期の立ち退き避難</b>の判断が必要です。</li> </ul>
2	想定される 浸水の深さ 0.5～3m未満		<ul style="list-style-type: none"> <li>1階の天井まで浸水し、2階は浸水しない想定地域です。<b>平屋では、安全は確保できません</b>。</li> <li>2階以上に避難した場合、<b>2～3日孤立する可能性があります</b>。</li> <li>避難経路も浸水する可能性が大きく、<b>早期の立ち退き避難</b>が望ましいですが、<b>3つの条件が整えば、2階以上で屋内安全確保が可能です</b>。</li> <li>③3つの条件については、次ページ「②あなたの避難場所は？」を参照。</li> </ul>
1	想定される 浸水の深さ 0.5m未満		<ul style="list-style-type: none"> <li>1階の床下までの浸水を想定する地域です。</li> <li>避難経路が浸水している場合、避難が困難となる場合があります。</li> <li>早期の立ち退き避難が難しい場合、屋内安全確保が可能です。</li> </ul>
0	浸水しない	着色無し	<ul style="list-style-type: none"> <li>浸水しない想定地域です。</li> <li>親せきや知人の避難を受け入れましょう。</li> </ul>



危険度



●マップ上には、土砂災害の危険地域(土砂災害(特別)警戒区域)、防災重点ため池についても、表示しています。住まいとともに避難経路の危険度も併せて確認をしてください。

## ②あなたの避難場所は？

洪水や土砂災害の被害を受けるおそれがある場合は、浸水や土砂災害等の危険性のない安全な場所に避難することが基本です。下記を参考に、生活や地域の状況、季節的な状況も考え、**あらかじめ、どこに避難するか**を家族で決めておきましょう。

推奨度	避難する場所	留意事項
4	親せき・知人宅 宿泊施設 指定緊急避難場所	避難経路が浸水する前の安全なタイミングで避難する
3	浸水想定区域外 車での一時的な避難	
2	家屋倒壊等 氾濫想定区域外 かつ 浸水想定区域内 の3m未満の地域	
1	自宅の2階以上	
<b>3つの条件が整えば、屋内安全確保が可能</b> ①家屋倒壊等氾濫想定区域ではない。 ②想定浸水深より居室が高い。 ③水・食料の備えが十分で水が引くまで我慢できる。		



**注意** ●避難の原則は徒歩です。(指定緊急避難場所では、駐車場が不足する場合も考えられます。)車を使用する場合は、渋滞や緊急車両の妨げになるため、相当早めに避難を開始する必要があります。

## ●避難について

### 立ち退き避難

災害が発生する前に、危険な地域から安全な指定緊急避難場所、親せきや知人の家などに徒歩で避難しましょう。避難先については、事前にしっかり検討して決めておきましょう。**「立ち退き避難」が避難行動の基本です。**

### 避難先

**指定緊急避難場所**

災害の危険から身の安全を確保するために避難する場所として、あらかじめ市が指定した施設・場所です。

**親せき・知人宅・宿泊施設**

避難所での3密を避けることから、親せきや知人宅、ホテルなどの宿泊施設への避難を検討しましょう。

### 屋内安全確保

ハザードマップ等で以下の**3つの条件**に該当する場合は、自宅に留まることも可能です。

### 屋内安全確保の3つの条件

- ①家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない。
- ②想定浸水深より居室が高い。
- ③水・食料等の備えが十分で水が引くまで我慢できる。

※土砂災害の危険がある区域では立ち退き避難が原則です。



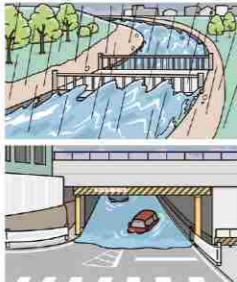
### ③あなたの避難経路は?

近年の水害では、避難途中で被災するケースが多く、避難場所までの安全な経路の選択が非常に重要です。下記に留意して、**マップ上に避難経路を想定し記入してみましょ**う。  
また、実際に避難経路を歩いてみて、危険がないか事前に確認しておくことも、重要になります。

#### 避難経路の注意点

##### 危険箇所を避ける!

- ◆河川や用水路のそば、土砂災害の危険のある場所
- ◆アンダーパスや地下道路 (特に日ごろ浸水する場所)



#### 事前の経路確認と早めの避難!

実際に避難経路を歩き、安全で避難しやすい経路と所要時間を確認しましょう。実際に避難する際は、できるだけ浸水が始まる前に余裕をもって避難しましょう。



#### 避難は原則徒歩で!!

車での避難は緊急車両の通行の妨げや、交通渋滞をまねき、浸水すると動けなくなります。ただし、避難情報が出る前の早期の避難は、車の使用も有効です。



#### 車で避難する場合の注意

- ・高齢者や障がいのある方、妊婦や乳幼児のいる家庭などは、特に早期に移動する。
- ・アンダーパスなど地面より低い場所を走らない。

### ④あなたの避難のタイミングは?

どのタイミングで避難を開始するかは非常に重要な判断です。大雨警報等の気象情報、河川の水位情報、市の発令する避難情報等を継続的に集め、自らの判断で避難を開始してください。**特に、避難に時間のかかる方(高齢者や障がいのある方、妊婦や乳幼児など)は時間に余裕をもって避難を始めてください。**

#### 警戒レベルと避難行動

警戒レベル	情報名	状況	市民がとるべき行動
5	緊急安全確保	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保
~~~~~ 警戒レベル4までに必ず避難! ~~~~~			
4	避難指示	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難
3	高齢者等避難	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難
2	大雨・洪水注意報	気象状況悪化	自らの避難行動を確認
1	早期注意情報	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める

**避難情報が出ていなくても、危険だと感じたら、自らの判断で避難しましょう!**

### ●早期避難の重要性

#### 逃げ遅れで被害が拡大



過去の大規模災害において「被害を拡大させた要因のひとつ」として指摘されるのが「**逃げ遅れ**」です。風雨が強まると、避難する際にも危険な状況になりますので、その前に避難しましょう。早期避難であれば、移動手段の選択肢が増え避難に余裕が生まれます。

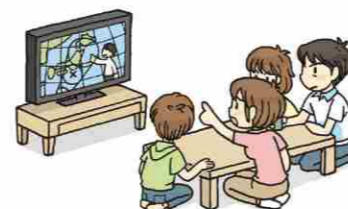
**特に! 「自分のいる場所は大丈夫」、「周りが避難していなかったから」など、非常時では心理的要因が作用するので注意しましょう!**

避難しても被害がないこともあります。そのときは「何事もなく良かった。」と無事を確認しあいましょ。避難せず被害にあう事態だけは避けられます。油断や過信は禁物です。命を守るための行動をしましょ。

### 大雨時の早期避難の判断ポイント

#### 最新情報を常にチェック

台風や突然の豪雨等が発生した場合、進路予測や被害予想のより正確な情報をテレビ・ラジオ・インターネット等(8ページ参照)で収集しましょ。また、いつ起こっても対応できるように避難準備をしておきましょ。



#### 浸水が始まる前に避難

自分が住んでいる地域だけでなく、近くの川の上流で、豪雨や長雨が続けている場合は要注意です。特に、高齢者や障がいのある方など避難に時間がかかる方は、早めに避難することが大事です。



#### 暗くなる前に避難

大雨が予想されるときは、明るいうちに避難しましょ。暗くなってからの避難は視界も悪く、陥没している道路や側溝などに気づかない場合があります。



### ●避難場所と避難所の違い



#### 指定緊急避難場所

災害から迅速に命を守るために**一時的に避難**する場所であり、災害の種類によって異なります。また、避難の際に必要なものは原則として各自で持ち寄ります。

注意:長期間の滞在を想定する「指定避難所(\*右記)」とは役割が異なりますので覚えておきましょ。



#### 指定避難所

自宅が被災して家に住めなくなった人や被害を受ける恐れがある人が、一時的に生活をする場所。

指定緊急避難場所と指定避難所を兼ねる場合があります。



#### 福祉避難所 福祉避難所へは誰もが避難できるわけではありません

避難所に避難した後、避難所での生活が困難になった要配慮者(高齢者や障がい者など)を優先して受け入れる施設です。秋田市が受入を要請し、要請された施設の受入が可能となった場合のみ利用できます。

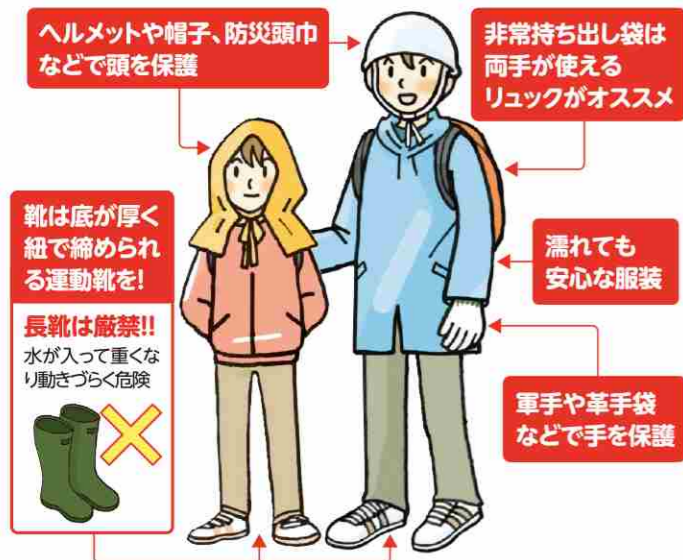
- ・高齢者や要介護の方
- ・障がいのある方
- ・妊産婦など



# 避難するときの心得

## 避難時の服装

荷物は少なく、動きやすい服装で避難しましょう。



## 歩ける深さに注意!

歩行可能な水深の目安は、ひざ下くらい(約50cm)までです。水深が腰まであったり、浅くても水の流が速い場合は無理をせず、高い場所(2階以上)に避難し救助を待ちましょう。



流れが速いと約20cmの深さでも危険です

## 足もとに要注意!

道路が浸水していた場合、水面下は水が濁っているため、どんな危険が潜んでいるかわかりません。長い棒や傘などを杖代わりにして水中の安全を確かめながら進みましょう。



## 避難前にすること

家を出る前にブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めるなど火の元を確認しましょう。また、家族や知人などに避難することを連絡しておきましょう。



## 2人以上で避難する!

様々な事態が想定されますので、単独や夜間の移動は避け、できるだけ明るい時間に避難しましょう。



## 危険な場所へ近づかない!

河川や用水路、がけ、ため池などの様子を見に行くのは大変危険です。絶対に近づかないでください。



## 避難が遅れたら...

もし、避難が遅れ危険が迫ったときは、近くの丈夫な建物のできるだけ高い所に逃げましょう。



## ペットとの同行避難について

ペットも大事な家族です。一緒に避難するためにも定期的なワクチン接種やトイレのしつけ、キャリーやケージにも慣れさせておきましょう。避難所には動物アレルギーの避難者もいることから、居住スペースでペットと一緒に過ごすことはできません。また、エサやりや排泄物の処理は責任を持って行いましょう。



### ペット用持ち出し品

- 首輪・リード
- 迷子札 (鑑札や個人情報)
- 水・ペット用フード
- キャリーバッグ・ケージ
- ペット用トイレ用品



# 持ち出し品の準備と備蓄品

外出時に災害にあった場合のために、最小限のものを「常時携行品」として持ち歩き、「非常持ち出し品」と「備蓄品」を下記チェックリストを参考に準備しておきましょう。



## 常時携行品 (持ち歩き防災用品)

~ 外出時に災害が起きた場合でも困らないように、1日でも欠かせないものは持ち歩こう! ~

●自分にとっての【重要度・持ち歩きやすさ】を基準に選びましょう

- マスク
- あめ、チョコレート
- 持病の薬 (持ち歩けるもの)
- モバイルバッテリー
- ビニール袋
- ふえ・ホイッスル (閉じ込められた時用)
- 小型ライト
- ばんそうこう



## 非常持ち出し品

~ 必要最小限のものを用意し、避難のときにすぐ持ち出せるように準備しよう! ~

●自分に必要ものを選び、持って行動できる量にする ※1人分ずつ用意

- 飲料水
- 非常食 (未調理で食べられるもの)
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 携帯ラジオ
- 防災ずきん・ヘルメット
- 貴重品 (通帳や保険証の写し)
- 着替え (体温調節できるもの)
- 持病の薬 (お薬手帳写し含む)
- 雨具 (レインコートなど)
- タオル類
- 軍手
- モバイルバッテリー
- 救急セット
- 筆記用具
- 予備の乾電池
- 携帯トイレ

### ●感染症対策用品

- 使い捨てマスク
- 体温計
- 除菌シート



## 備蓄品

~ 最低3日分、可能であれば1週間分を目安に備蓄をしておきましょう! ~

### ●食料品など

- 飲料水 (1人1日3L目安)
- 食料 (お米、アルファ化米、カップ麺、缶詰、レトルト食品など)
- ラップ・アルミホイル
- 使い捨て食器 (コップ・皿など)



### ●生活用品

- 燃料 (カセットコンロなど)
- 毛布・タオルケット
- 着替え (上着、下着など)
- ろうそく・ランタン
- タオル類 (バスタオルなど)
- テント・タープなど
- 各種予備 (乾電池、燃料など)



### ●衛生用品

- 水のいらないシャンプー
- ウエットティッシュ
- 常備薬
- トイレットペーパー
- 歯磨きセット (洗口液なども)
- ゴミ袋・ポリ袋
- アルコール消毒液



## 高齢者や乳幼児、アレルギーのある人など 状況に応じて自分に必要なものを備えよう。

### ●高齢者・障がい者など

- 成人用おむつ
- 補助具 (予備含む)
- 服用中の薬
- 入れ歯 (予備含む)
- メガネ
- アレルギー対応食

### ●乳幼児・妊婦・女性など

- ミルク (粉・液体)
- 離乳食
- 母子手帳
- スキンケア用品
- 使い捨て哺乳瓶
- おやつ
- ブランケット
- おむつ・おしりふき
- おもちゃ
- 生理用品 (ライナー含む)

# 避難に必要な情報を入手する

## 最新の気象情報を確認

大雨の予報が出ているときや、雨が降り続くときは、テレビやインターネットなどで最新の気象情報を確認し、いつでも避難できる準備をしましょう。



## 正確な情報を入手

災害時はデマや根拠のないうわさが生まれやすくなります。行政や報道機関が発信する情報を収集しましょう。



## 避難情報一覧

避難に役立つ気象情報や警報、各河川の水位情報、市が発令する避難情報などは、テレビやラジオ、インターネット等で自ら進んで入手しましょう。



## その他の河川・土砂災害についての情報

### 秋田県 河川砂防情報システム

無人観測装置より観測した雨量/水位情報と、気象庁で観測した雨量情報を提供しています。

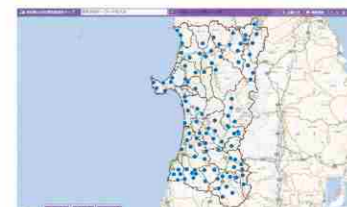
<http://sabo.pref.akita.jp/kasensabo/>



### 秋田県 土砂災害危険箇所マップ

身近にある土砂災害が発生する恐れのある箇所を確認し、土砂災害への備えや警戒・避難に役立ててもらおうことを目的とした地図情報ウェブサイトです。

<http://sabomap.pref.akita.lg.jp/>



### 国土交通省 川の防災情報

大雨などの際に、雨や川の水位の状況などを、インターネットを通じてリアルタイムに配信し、避難判断等に必要な情報を入手できるウェブサイトです。

<https://www.river.go.jp/>



災害時は余裕がなくなるため、必要なサイトをあらかじめブックマークしておきましょう

## 土砂災害について

# 土砂災害の種類と前兆現象

### がけ崩れ (急傾斜地の崩壊)

地中にしみこんだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって斜面が崩れ落ちる。



#### 前兆現象

- がけから水が噴き出す。
- 石垣が盛り上がったたり、がけに亀裂が入る。
- 斜面から小石がぱらぱら落ちてくる。

### 土石流

山腹、川底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。



#### 前兆現象

- 立木が裂ける音がしたり、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。
- 急に川の水が濁り、流木が混ざっている。

### 地すべり

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。



#### 前兆現象

- 地面に割れ目や、段差ができる。
- 樹木が倒れている。
- 池や井戸の水が濁ったり減ったりする。

## 前兆 (兆候) が見られたら早めの避難!!

前兆現象を発見したら...

- ① 直ちに土砂災害警戒区域の外へ移動する
- ② 秋田市や警察・消防などに連絡する
- ③ 避難場所へ避難する



大切な人を守るため、あなたの一声で避難の後押し

**高齢者避難支援 「逃げなきゃコール」**

離れた場所に暮らす高齢者等の家族の防災情報を、家族がスマートフォンアプリなどで入手し、直接電話をかけて避難を呼びかける取り組みです。

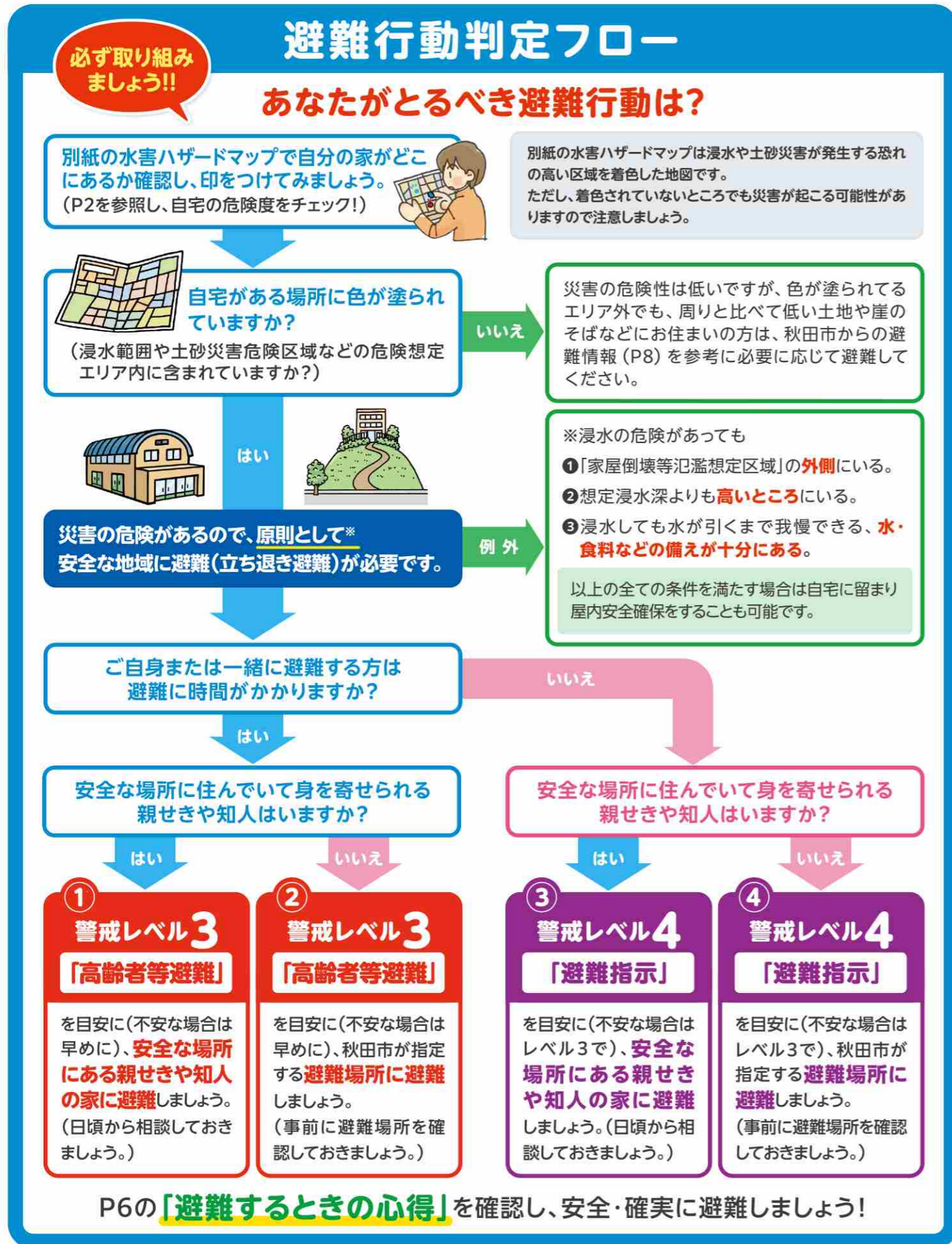
アプリ入手用QR



●登録方法は右記のサイトをご覧ください→ **国土交通省「逃げなきゃコール」** <https://www.mlit.go.jp/river/risp/policy/33nigecall.html>

# 災害時の避難行動を確認しましょう!

災害時に、避難行動を冷静に判断するのはなかなか難しいことです。家族全員で災害時の避難行動を下記のフローチャートを見ながら確認しましょう。



# あなたの家の「マイ・タイムライン」

避難にかかる行動予定を「マイ・タイムライン」と呼んでいます。下の図にあなたの避難のタイムラインを、家族それぞれの避難にかかる時間とあわせて記入してみてください。

避難情報 など	わたしと家族の行動	行動例
警戒レベル 1 早期注意情報		父・母・兄(中学生) 祖父(70代) わたし(小学3年)
		テレビのデータ放送で情報収集を始める
		お兄ちゃんが携帯電話を充電する(30分)
警戒レベル 2 大雨・洪水注意報	自主避難など注意の呼びかけ(市)	母さんが非常持ち出し袋を確認する(10分)
		みんなで避難経路を再確認する(5分)
		お母さんが叔父さんに電話(5分)
警戒レベル 3 高齢者等避難	大雨・洪水警報 / 氾濫警戒情報	避難開始(お母さん、わたし、お兄ちゃん) 避難にかかる時間(20分)
		<b>避難完了</b>
		避難開始(お父さん、お兄ちゃん) 避難にかかる時間(10分)
		<b>避難完了</b>
	土砂災害警戒情報 / 氾濫危険情報	
警戒レベル 4 避難指示		
		<b>メモ(例)</b> 非常持ち出し袋(玄関横納戸にあり)おしいちゃんメガネ忘れずに!!
警戒レベル 5 緊急安全確保	大雨特別警報 / 氾濫発生情報	
	この時点で危険な場所から避難を完了していない場合はその付近で、取り得る最大限の安全確保を図ること!!安全を確保できるとは限らないので、警戒レベル4までに必ず避難を!	

## あなたの家の避難方法

避難先によって、避難する時の方法や、避難にかかる時間は異なります。あらかじめ避難場所に応じた避難方法を確認しておきましょう。

避難場所が ( ) の場合	避難場所が ( ) の場合
避難の方法: □自動車 □徒歩 □( )	避難の方法: □自動車 □徒歩 □( )
避難にかかる時間: _____ 分	避難にかかる時間: _____ 分
避難のタイミング: ( )	避難のタイミング: ( )