



特集

白^{みずか}らを助^{たす}ける

大雨による洪水、土砂災害や地震などの自然災害は、時として、想像を超える力で襲ってきます。いつ襲ってくるかわからない自然災害を前に、日ごろから対策をしておくことで、被害は少なくすることができます。防災対策で大切なことの一つは、自分の身の安全を守るために一人ひとりが取り組む「自助」です。

問 危機管理課

激化する災害

梅雨の6月。大雨のシーズンを迎えます。近年、国内では暴風、豪雨、洪水などの災害による大きな被害が毎年のように発生しています。内閣府が公表している令和5年版防災白書においても「各地で猛威を振るう台風や豪雨等は、気候変動の影響等によりこれまで経験したことのないような規模となっており、今後さらに強大なものになると想定されている」と今後一層の災害の激化が懸念されています。

実際に福岡県では令和2年度から、国が激甚災害(著しく非常に激しい災害)として指定するほどの大きな被害が毎年発生しています。

備えが大切に

激化する災害の中で、いざというときに慌てず行動できるよう事前に家族で防災や災害時の対応について話し合っておくことが大切です。

特に、乳幼児、高齢者、病人、妊婦のいる家族やペットを飼っている家族はその避難の方法も話し合っておく必要があります。



おおした のぶゆき
大下 暢之さん

おおした か お
大下 夏櫻さん

おおした ゆず き
大下 譲己さん

おおした み すず
大下 美鈴さん

おおした ふくちゃん
大下 ふくちゃん

家族で防災会議

大下さんの防災家族会議

大雨のシーズンを前に、実際に家族で防災について話し合いを行う大下さん家族に密着しました。大下さんは両親と子ども2人の4人家族で、ペットに犬を飼っています。

大下さんの防災家族会議では、ハザードマップを活用し、自宅が災害危険区域外であることや近隣の危険箇所を確認。併せて、「マイ・タイムライン」と「非常時持ち出し品・非常備蓄品」について話し合いました。

【話し合った項目】

- 家の付近の浸水状況や土砂災害のおそれのある箇所の確認
- 災害時の連絡手段、最終的に出会う場所はどこにするか
- 災害別の避難行動
- 指定されている避難所とそこへ行くまでの避難経路
- 家族の安否確認、隣近所への連絡など

マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、災害が発生したときや災害発生への恐れがある

ときに、いつ、どのように避難行動をとるか、とるべき行動や具体的対応について事前に決めておくものです。

非常時持ち出し品・非常備蓄品

【非常時持ち出し品】

避難時にすぐに持ち出すべきもの。両手を自由に使えるリュックサックなどに入れ、玄関など持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

また、避難時の負担にならない範囲の重さにおさめるようにしましょう。



男性で15kg、
女性で10kg、
子どもは体重
の20%が目安

【非常備蓄品】

被災時に、災害復旧までの数日間を自足できるように準備するものです。倉庫や車のトランクなどに分けて備蓄しておくと便利です。

マイ・タイムライン

警戒レベル	一般的対応	具体的な対応
警戒レベル 5 緊急安全確保	すぐに安全確保	- 命を守る最善の行動をとる。 - 近くの安全な高層階の建物に避難する。 - 山の斜面から離れた方向へ避難する。
～災害警戒区域の住民は警戒レベル4までに必ず避難～		
警戒レベル 4 避難指示	危険な場所から避難 (屋内安全確保)	- 避難を完了する。 - 立ち退き避難や屋内安全確保を行う。
警戒レベル 3 高齢者等避難	避難に時間を要する人の避難	- 高齢者や障がい者、乳幼児など避難に時間を要する人は避難する。 - 災害危険箇所から離れた安全な場所に避難する。
警戒レベル 2 大雨注意報 洪水注意報	避難場所・経路の確認	- 気象情報やハザードマップを確認する。 - 近隣の災害危険箇所や避難場所、避難経路などを再確認する。
警戒レベル 1 早期注意情報	気象情報に注意	- 非常時持ち出し品や非常備蓄品の確認を行う。 - 気象情報などに注意する。

家族みんなで一緒に確認



規模が大きいときは車での避難も想定！



ウチは警戒区域外だから家が安全かな



よく遊ぶ公園から家までの安全な道を確認したよ



ちくしのデジタルマップ

パソコンやスマートフォンでデジタル化した地図を確認することができる「ちくしのデジタルマップ」版ハザードマップを公開しています。住所などを入力することで簡単に災害危険箇所や避難所などの確認ができるので、自宅の周囲の状況を確認し、災害への備えに活用ください。

ID26625

ハザードマップ

市では、洪水、土砂災害などの災害危険箇所や防災についての情報を記載した「ハザードマップ」を作成しています。生活する場所だけでなく、避難経路にも危険箇所がないか確認することが重要です。



ハザードマップは、市ホームページでも見ることができます。

ID1666

非常時持ち出し品・非常備蓄品

非常時持ち出し品

●貴重品類

- ☐ 現金 ☐ 預金通帳 ☐ 印鑑
☐ 保険証 ☐ 免許証

●救急用具

- ☐ 救急箱 ☐ 処方箋の控え ☐ 常備薬

●非常食品

- ☐ 乾パン ☐ 栄養補助食品 ☐ 缶詰
☐ 飲料水

●衣料品・生活用品

- ☐ 下着・靴下 ☐ 長袖・長ズボン
☐ 防寒用ジャケット・雨具
☐ 懐中電灯 ☐ 携帯ラジオ
☐ 予備の乾電池 ☐ ヘルメット
☐ 歯ブラシ ☐ ティッシュペーパー
☐ 毛布 ☐ ライター・マッチ
☐ 携帯用トイレ ☐ マスク
☐ 消毒液 ☐ モバイルバッテリー

非常備蓄品

●食料品

- ☐ レトルト食品、アルファ化米
☐ 飲料水 ☐ インスタント食品

●生活用品

- ☐ 給水用ポリタンク ☐ ロープ
☐ カセットコンロ ☐ 長靴
☐ ラップフィルム ☐ 簡易トイレ
☐ ティッシュペーパー ☐ ビニール袋
☐ ウェットティッシュ ☐ ランタン
☐ 紙皿、紙コップ、割り箸
☐ 水のいらないシャンプー

大下さん家では他にも



避難所での息抜き用に
遊べるものを入れてお
くのも大切。



ペットも大切な家族！
ペットフードやエチケット
用品も忘れずに準備。

防災家族会議の感想

普段、意識していなかったことを考える良い
機会になりました。被災時に備え、事前に準備
し、整理する機会を
持つことが大切と
思いました。また、
家族で実際の被災
時をイメージして
の準備などは楽し
んで取り組むこと
ができました。



ローリングストック法

非常時持ち出し品や非常備蓄品に準備して
おく非常食や食料品は消費期限を過ぎてしま
うと活用できな
いことも。定期的
に消費し、その分
だけ補充して、消
費期限が過ぎな
いようにしてお
きましょう。



災害時の情報収集の準備

市や県は、さまざまなツールで防災に関する情報や災害発生時の情報を発信しています。
災害発生時に正確な情報収集ができるように、自分に合った情報取得手段を確認しておきましょう。

筑紫野市ホームページ https://www.city.chikushino.fukuoka.jp/ 災害や避難に関する情報を掲載。	筑紫野市SNS  3259 LINE(ライン)、フェイスブック、X(旧ツイッター)を利用してお知らせ。
防災メールまもるくん https://www.bousai.pref.fukuoka.jp/mamorukun/ 県から防災情報や地域の安全情報などをメールでお知らせ。登録が必要です。	防災ナビまもるくん https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/bousai-navi-mamorukun.html 県から防災情報や地域の安全情報などをスマートフォンアプリの通知機能でお知らせ。登録が必要です。
テレフォンサービス 携帯電話を持っていない人に緊急情報や特別警報、避難情報などを固定電話やFAXにお知らせ。登録が必要です。危機管理課にご相談ください。	エリアメール・緊急速報メール 気象庁が配信する緊急地震速報や、国、県、市が配信する災害・避難情報を携帯電話に配信します。詳しくは各携帯電話事業者のホームページなどで確認してください。

避難行動の原則

警戒レベル3や警戒レベル4が発令されたら危険な場所から避難しましょう。

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。

避難先は、市が開設している避難所だけではなく、安全な親戚・知人宅などに避難することも考えましょう。

● 避難所の種類

種 類		内 容	場 所 の 例
指定避難所	一次避難所	大雨・洪水警報の発表により第一段階で開設する避難所。	生涯学習センター、コミュニティセンターなど
	二次避難所	大規模災害で避難者が多い場合や一次避難所が受け入れ困難となった場合に開設する避難所。	農業者トレーニングセンター、市立小・中学校など
	福祉避難所	避難所に要配慮者が避難してきたときなど必要に応じて開設。	カミーリヤ
自主避難所		自主的に避難する避難所。公民館は自主防災組織(自治会)により運営されます。	公民館、集会所など ※すべての公民館が避難所として開設するわけではありません。

重要水防地域29箇所を指定 2172

市では、筑紫野市水防協議会を設置し、毎年、大雨による被害が予想される箇所を重要水防箇所としています。指定した場所は、河川のあふれ、土砂の流出、堤防の決壊の恐れがあるところです。

同協議会では、万が一の場合に備えて水防計画を策定しており、特に重要水防地域は関係機関などと絶えず警戒を行っています。

令和6年度は重要水防地域に29箇所を指定しました。詳細は市ホームページでご確認ください。