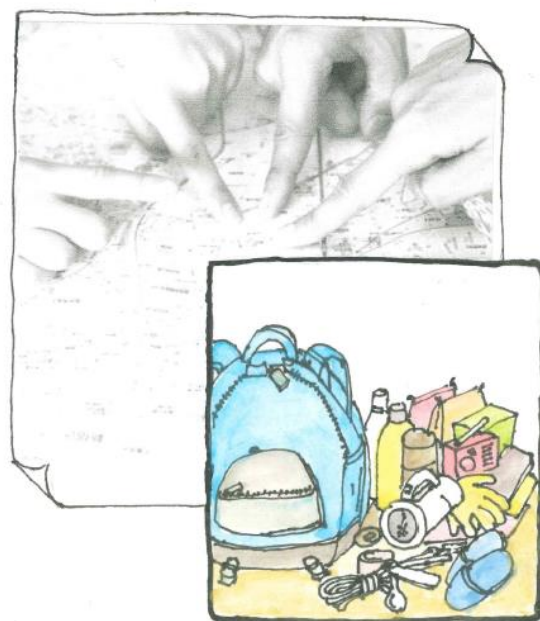


防災 避難行動の手引き

第Ⅶ章 共通編



ひよ NPO 法人

ひょうご地域防災サポート隊


目 次

1	避難場所・避難所についての注意事項	VII-1
2	避難時の服装、持ち物 (余裕のない時は避難を優先)	VII-2
3	参考事項	VII-2

この章では、各編に共通する事項について記述しています。

1 避難場所・避難所についての注意事項

下記ハザードマップは「Ⅱ洪水編」で取り上げた加古川市役所周辺部です。「浸水想定区域」と「家屋倒壊等氾濫想定区域（氾濫流）」を重ね合わせています。

 避難所マークをクリックすると避難場所・避難所の位置が表示されます。

（なお、避難場所は一時的に避難する所で、避難所は避難を必要とする期間滞在できる所です。避難場所と避難所を兼ねている場合もあります。）



「➡」の避難所をクリックすると次のような画面が現れ、「洪水、土砂災害、高潮、津波」いずれの災害にも避難場所・避難所として適していると表記されています。

県立加古川南高等学校
兵庫県加古川市加古川町友沢65-1

対応している災害の種類
洪水 崖崩れ、土石流及び地滑り 高潮 地震 津波 大規模な火事

備考
洪水（計画規模）：2階以上 洪水（想定最大）：2階以上

しかし、この位置は想定最大降雨時の水深3～5mの浸水域であり、家屋倒壊等氾濫想定区域（氾濫流）となっています。高校の校舎であり倒壊の恐れはないでしょうが、氾濫想定区域外の避難所に避難することが望ましいと言えます。

すなわち、最寄りの避難場所・避難所であってもその位置、構造を確認し、想定される災害に対して適切かどうか見極めて、予め避難場所・避難所を選んでください。

2 避難時の服装、持ち物（余裕のない時は、避難を優先）（Ⅱ洪水編、Ⅲ土砂災害編、Ⅳ高潮編に共通し、Ⅴ地震編、Ⅵ地震・津波編でも参考にできる）

いざ、避難を行うとなれば、**避難所に安全にたどり着ける**ように、そして避難所である程度不自由なく過ごせるように、服装や持ち物にも注意を払いましょう。

リュックサックに入れる貴重品等を防水ジッパーに入れたり、着替えやタオル等をビニール袋に入れ口をしっかり縛っておいたり、空のペットボトルを入れておくと、深みにはまった時や、足を取られ流された時にリュックサックが**浮袋の役目**を果たしてくれます。

（1）服装等

長袖、長ズボン

レインウェア上下（体温低下防止効果もあります）

運動靴（長靴は水が入ると危険、厚底で紐の運動靴がベスト）

ヘルメット（帽子）、軍手、防水ライト、ライフジャケット

リュックサック

（2）持ち物（リュックサック内）

着替え（子供は多めに）

当面の食料（お菓子、離乳食、ミルク、非常食等）、飲み物

タオル、ウエットティッシュ

携帯ラジオ・電池、携帯電話・充電器

持病薬、お薬手帳

貴重品（現金、保険証、免許証等）

その他（ゴミ袋、カイロ、ミニラップ等）

（3）マスク、手指消毒アルコール

持病の薬品・衛生用品や乳幼児用の食品・衛生用品など、各自の条件に応じた備えが必要。

停電、断水、下水道使用不能、通信不能、交通網の寸断、物流障害等で、最低限3日は自力での生活を余儀なくされる事態を想定した備えが必要。医薬品等は3日以上の備えが必要。

3 参考事項

（1）浸水時にとる究極のサバイバル行動とは？（緊急安全確保行動の一つ）

避難所に行けずに自宅に留まったものの、どんどん水が迫ってくる、もう逃げ場が無い、という状況や避難中に水に流されるという状況も想定されます。

そんな場合でも諦めず、自分の命を守るために、

① 体を浮かせる

② 体温を保つ（長時間水中にいて低体温症になるのを防ぐ）

③ 流された場合、足を下流側に向け、体を打撲等から守る

という行動をとるように心がけましょう。

ウエットスーツにライフジャケット、ヘルメットといういで立ちであれば上記の条件をかなり満たすと思われませんが、一般の人はなかなかそこまで出来ません。

しかし、自分の命を守るため、前述の「避難をするとき」の服装（長袖、長ズボン、レインウェア）をして、浮き袋の役目をするリュックサックを**体の前に抱えて仰向けに浮く**、といった行動を取ることを考えて下さい。

下の写真のように顔が上向きになるので、呼吸が楽に出来ます。

（この時、リュックサック内に空のペットボトルを入れておくと、浮袋として非常に有効です。）

落ち着けば、笛や防水ライトで自分の存在を他人に知らせ、助けを待ちましょう。



写真は、YAHOO!ニュース 「敬老の日のプレゼント 防災リュックはいかが？」
一社法人水難学会会長 斎藤秀俊氏の記事より

（２）車が水没した時、どうやって脱出する？

道路が鉄道をくぐっている箇所とかで、通り抜けられると考えて突っ込んだものの、思ったより水深が深く車が水没した。さてどうすれば脱出できるのか。

国土交通省によると、こうした状況に遭遇した際の脱出の手順は以下の通り。

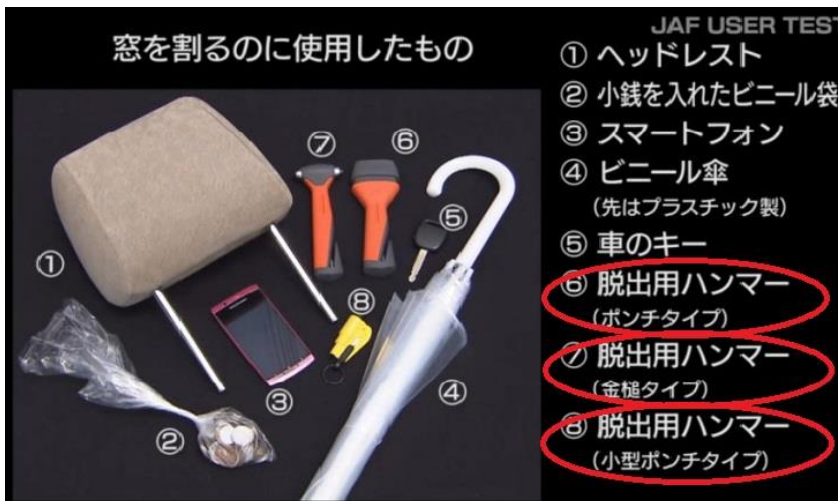
- ① 水位が低いうちにドアを開けて脱出する。
- ② 水圧などでドアが開かない場合、窓を開いて脱出する。
- ③ ドアも窓も開かない場合は、脱出用ハンマーで窓（ドアガラスやリアガラス）を割って脱出する。ただし、フロントガラスに使用されている「合わせガラス」は、割れない。さらに一部の車種では、ドアガラスやリアガラスにも合わせガラスが採用されていることがある。
- ④ それでも脱出できない場合もあきらめない。車内への浸水により内外の水位が

同程度になると、ドアが開く可能性が高まる。



(水没した車両からの脱出手順 国土交通省)

JAFが脱出用ハンマーについて実験しました。先のとがった専用のハンマーであればガラスを割ることができました。しかし、ヘッドレスト、スマートフォンやビニール傘等、他の身近な道具では割れませんでした。専用の脱出用ハンマーには、シートベルト切断用のカッターもついています。



(3) 「災害用伝言ダイヤル」「災害用伝言版 (web171)」【NTTの「操作説明(ポケットガイド)】

体験利用は毎月1, 15日0:00~24:00、1月1日0:00~3日24:00、防災週間8月30日9:00~9月5日17:00、防災とボランティア週間1月15日9:00~1月21日17:00

録音篇

電話で録音



「171」をダイヤル

録音は「1」を入力
(暗証番号を利用した録音は「3」です。)

被災地の方の「電話番号」の番号を入力
携帯電話等の番号でもご利用いただけます。

続けて「1」を入力
(ダイヤル式の方はそのままお待ちください。)

メッセージを録音

「9」で終了

携帯電話やPHSなどからのご利用についてはご契約の各通信事業者にお問い合わせください。

※NTT東日本・NTT西日本の電話から接続時の通話料は無料です。他通信事業者から接続時する場合の通話料についてはご契約の各通信事業者にお問い合わせください。

再生篇

電話で確認



「171」をダイヤル

再生は「2」を入力
(暗証番号を利用した再生は「4」です。)

被災地の方の「電話番号」の番号を入力
携帯電話等の番号でもご利用いただけます。

「1」で伝言の再生開始
(ダイヤル式の方はそのままお待ちください。)

繰り返し再生は「8」
次の伝言の再生は「9」

再生後のメッセージの録音は「3」

携帯電話やPHSなどからのご利用についてはご契約の各通信事業者にお問い合わせください。

※NTT東日本・NTT西日本の電話から接続時の通話料は無料です。他通信事業者から接続時する場合の通話料についてはご契約の各通信事業者にお問い合わせください。

登録篇

インターネットで登録



「web171」へアクセス
<https://www.web171.jp>

利用規約に「同意」

伝言を登録する「電話番号」を入力
携帯電話等の番号でもご利用いただけます。

登録者・メッセージの入力

伝言の登録

～ そのほかの機能 ～

- 災害時にお預かりした安否情報をメールや音声で知らせたい相手へお届けすることができます。
(※利用者登録が必要です)

※災害時、体験利用時ともにインターネット接続費用や通信料等がかかります。

確認篇

インターネットで確認



「web171」へアクセス
<https://www.web171.jp>

利用規約に「同意」

伝言を確認したい「電話番号」を入力

伝言の確認

返信の伝言の登録

～ そのほかの機能 ～

- 各携帯電話会社の災害用伝言板に登録された伝言を検索することができます。
- 伝言が登録されたことをメールアドレスに通知することができます。

※災害時、体験利用時ともにインターネット接続費用や通信料等がかかります。