

5月から11月は、『集中豪雨』が発生しやすい時季となります！

家庭の備えできていますか？

危機管理課・☎2247

事前の備えと早めの避難行動により、自分や家族の安全を守りましょう

事前の備え

災害時の備蓄

備蓄品、非常食、保存水を備えておきましょう。
→詳細は6ページ



ハザードマップで
自宅周辺を確認

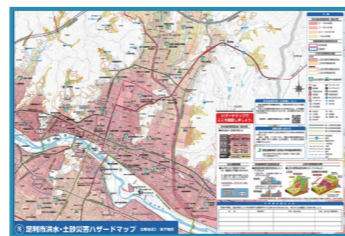
Check List

- 浸水の有無
- 浸水の深さ
- 浸水継続時間
- 自宅が土砂災害警戒区域か



▲ハザードマップはこちらから

地図の周りが『青色』の
ハザードマップが最新！



避難時の確認

ハザードマップを確認しながら避難する場所、経路、方法を家族で話し合っておきましょう。

また、避難経路に危険な場所がないか、避難場所までの移動にかかる時間を確認しましょう。

避難行動は、周辺の災害リスクにより異なります。あらかじめいくつかの避難方法を考えておきましょう。



災害の正しい知識や心構えを学ぶ

講師を派遣します！防災出前講座

内容 ハザードマップの見方・使い方
家庭や職場での安全対策
避難行動や非常時持出品
カードを使った防災行動ゲーム など

対象 10人以上の団体やサークル
申込 電話で同課

1～2時間程度の講座です。



台風や大雨が近づいたら…

防災・気象情報を集める

災害発生の危険があるときは、さまざまな防災情報が発信されます。早めの避難行動をとるために、付近を流れる河川やその上流の水位情報、気象情報、洪水予報などを把握できるようにしましょう。

Point! 災害に備え、自ら情報を入手できるようにする

▶足利市LINE公式アカウント



①二次元コードから友だち追加
②受信設定の欲しい情報の欄で『防災』を、消防・防災メールの欄をチェックして登録

▶足利市消防・防災情報メール



二次元コードから空メールを送信すると案内メールが届くので『気象情報』『緊急のお知らせ』などにチェックをして登録

▶Yahoo!防災速報アプリ



スマホの位置情報を許可しておくと、現在地の防災情報がプッシュ通知で届きます。3地点まで登録できます。

▶全国避難所ガイド



避難所の検索・ルート案内、気象情報などを通知します。現在地周辺の避難所やハザードマップを確認できます。

河川の水位や雨量は、テレビやラジオ、インターネットなどでチェック！

※上流に降った雨量や水位に関する情報収集が重要です。



まめちしき

強い雨が降り続け、累計雨量が100mmを超えると、土砂災害の危険が高まります。



大雨になったら早めの避難

大雨時、避難情報が発令された時は、事前に家族で決めた場所や近くの避難所などに早めに避難しましょう。夜間などで、安全な場所に移動が困難な場合は、建物の2階以上や崖から遠い場所などの少しでも安全な場所に避難しましょう。

Point! 状況にあわせた避難行動が大切

立ち退き避難(水平避難)

…安全な場所へ災害リスクのある場所から、早めに避難すること

例 安全な場所の親戚や知人宅、ホテル・旅館、市の指定避難所

屋内安全確保(垂直避難)

…2階など、今いる建物内のできるだけ高く安全な場所へ避難すること

※土砂災害警戒区域では原則立ち退き避難する。

緊急安全確保

…すでに災害が発生している場合で、命を守る最善の行動をとること

例 少しでも高い場所、崖から離れた部屋、頑丈な建物

今いる場所が安全だと判断できる場合は、自宅に留まること(屋内安全確保)も考える

- 部屋が浸水する深さよりも高い所にある
- 水がひくまで我慢でき、食料などの備えが十分にある
- 洪水により家が倒れたり、崩れたりする恐れがある区域(家屋倒壊等氾濫想定区域)に入っていない

備えて安心 家庭の備蓄！

いざ災害が発生すると、電気、ガス、水道などのライフラインが寸断され、道路がふさがれたり、水没したりして、物が届かなくなることがあります。

特に重要な『水』『食料』『携帯トイレ』は最低3日間、できれば1週間の備蓄を！

※備蓄品、非常持ち出し品の一覧は、洪水・土砂災害ハザードマップ冊子9ページでご確認ください。



ポイント1 水

飲料水は、1人1日あたり約3ℓ必要です。
清潔な容器で涼しい場所で保存しましょう。

※トイレなど生活用水は1人1日
あたり10～20ℓ。

▶備蓄量目安

1日約3ℓ×7日×家族の人数



ポイント2 携帯トイレ

断水や排水管故障などでトイレが使用できなくなる可能性があります。

トイレを我慢することによる健康リスク、排せつ物を適切に処理できないことによる衛生面のリスクを避けることができます。

▶備蓄量目安

1日約5回×7日×家族の人数



ポイント3 食料

災害時でもできるだけ普段と変わらない、栄養バランスの取れた食事をすることが大切です。

●主菜 手軽にタンパク質が取れ、
長期保存できる肉や魚の『缶詰』
『レトルト食品』

●主食 エネルギー源になるもの

●副菜と果物 ビタミン、ミネラル、
食物繊維(便秘や口内炎などを予防)

備蓄量目安

例)大人2人
7日間分

肉、野菜、豆などの缶詰 18缶
牛丼やカレーなどのレトルト食品 18個
パスタソースなどのレトルト食品 6個

米(2キログラム) 2袋
カップ麺類 6個、パックご飯 6個

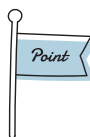
梅干し、漬物、日持ちする野菜、ドライ
フルーツ、野菜や果物の缶詰やジュース

日常で使いながら備蓄しよう！

ローリングストック

災害時は食料の確保が最優先されますが、賞味期限切れや温めなければ食べられないといった事態が発生します。

ローリングストックは、日常生活で備蓄食料を消費しながら、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法です。いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることができます。



普段から少し多めの食料を買う
古いものから使う
使った分だけ新しく買い足す



食料以外にも、カセットボンベ、乾電池、使い捨てカイロなどは、突然の災害にも対応できるため、日常で使いながら一定量確保しておきましょう

