

「もしも」に備えよう

「いつか」ではなく、「いずれ」来る大災害のために。

今、台風や急な大雨によって風水害の危機に直面したら、

あなたはどうすべきか知っていますか？

事前の備えがあれば「いざ」という時も慌てずに行動することができます。

9月1日は防災の日。この機会に「もしも」に備えておきましょう。

教えてくれた人



桑名市防災・危機管理課
防災専門監
藤井 一隆

START!

1 家や学校、職場のある
場所にどんな災害リス
クがあるのか知ろう
くわしくは4ページへ

桑名市
防災マップで
確認



GOAL!

5 「もしも」の時のために、
必要な食料や生活用品
を備蓄しよう
くわしくは6ページへ

6 家族みんなで
防災訓練をしてみよう
くわしくは7ページへ

2 家族で「もしも」の時
にどうするか話し合っ
ておこう
くわしくは4ページへ

桑名市災害時
緊急メール
に登録



4 風水害の時にどう行動
するかシミュレーショ
ンしておこう
くわしくは6ページへ

3 「もしも」の時、どこか
らどんな情報を入手す
べきか知っておこう
くわしくは5ページへ

02 キラリ★くわな人

特集

「いつか」ではなく、「いずれ」来る大災害のために。
「もしも」に備えよう

08 知っていますか？学校のことVol.2

09 つなごう、わたしたちのまちで

10 桑名ほんぱく開催します！

11 市政 Topics

12 子育て広場
図書館・六華苑・博物館

14 メディカルニュース
くわな防災教室

15 かんたん旬レシピ
みんなの掲示板

16 EVENT ALBUM(イベントアルバム)

18 くわなINFO

26 無料相談

27 デジタルファースト 取りくみレポート
市長まちなか探索

28 HAPPY BIRTHDAY
桑名のイトコ教えてください。

今月の表紙

避難場所看板が新しくなり、どのような災害時に使用できる避難場所なのか一目で分かるようになりました。写真は避難先を確認する子どもたちです。



キラリ★くわな人



女子セブンズ日本代表(ラグビー)
東京山九フェニックス所属
さくら
水谷 咲良 さん

女子セブンズは7人制のラグビーで、15人制のラグビーと同じフィールドを使って、7分ハーフで試合が行われます。桑名出身の水谷さんはお母さんの知り合いの紹介で、小学3年の時にラグビーを始めました。中学2年の3月にニュージーランドへラグビーを学びに行きましたが、2年後コロナの影響で日本に一時帰国したところ戻れなくなり、ニュージーランドの学校を辞めざるを得なくなりました。そして高校2年の9月に四日市メリノール学院

へ編入し、日本でプレーしていく中で高校3年の1年間、高校日本代表に選ばれました。7人制ラグビーの魅力の水谷さんは「15人制と同じ広さのフィールドで試合をするので、スペースを生かしたプレーが求められる、目まぐるしく動くボールと広いフィールドを駆け抜けるランのスピード感が魅力です」と語ります。今後は「まずは9月に南アフリカで行われるワールドカップに代表として選ばれること、そして2年後のパリ五輪に出場することが夢でもあります」と意気込んでいます。



① 家や学校、職場のある場所に どんな災害リスクが あるのか知ろう

—そもそも災害リスクって何ですか？
自分の家や学校、職場など、過ごすことが多い場所で起こりうる災害のことです。風水害では洪水・高潮・浸水・土砂災害が考えられます。桑名市防災マップの3〜4ページにある桑名市内全体図を見て、自宅などにどんな災害リスクがあるのか確認しましょう。

—地図で白色だったら、災害リスクがないってことで安心していいですか？
いえいえ、実は内水氾濫(浸水)のリスクがあります。これは一時的に大雨があった時に、雨水が排水できず地表面に溜まり、浸水が発生してしまう事象です。桑名市は標高の低い場所が多いので、特に警戒が必要です。市では過去に浸水が起こったことのある場所を内水浸水実績マップに取りまとめているので、一度確認してみてください。でもこれらはあくまで「過去の実績」です。今は昔と比べて雨の降り方がとても激しくなっているため、これまで浸水しなかった場所も浸水するようになってきており、決して油断はできません。最悪の事態を想定して備え、行動するように心がけてください。

桑名市
防災マップは
こちら



内水浸水
実績マップは
こちら



自宅や学校、勤務先を地図の中から探してみましょう。それぞれ何色になっていますか？

防災マップの見方

桑名市の防災マップには、風水害時や震災時の災害リスクが分かる市全体図に加え、各河川のハザードマップがあります。

- 1 まずは市全体図を見て、自宅や学校、勤務先などがどこにあり、どんな災害リスクがあるか知りましょう。
- 2 洪水の危険がある場合は、どの河川に気を付けなければいけないかを知りましょう。
- 3 2で注意すべき河川が分かったら、該当の河川のハザードマップを見て、どの場所にどの程度の浸水が想定されているのかを知りましょう。
- 4 移動手段も考慮して、どこかの避難所に避難が可能かを確認しましょう。車で避難する場合、経路や避難所の駐車場が冠水しないかどうかを確認することも大切です。

決めておくことチェックリスト

- 避難するタイミング(市が発令する避難情報や気象庁が発表する警報、近くの河川の水位など)
- 避難場所(自宅の2階、まちづくり拠点施設などの公的避難所、親戚や友人宅、職場)
- 避難場所への行き方(移動手段と複数のルート)
- 家族との連絡手段

—具体的に何を話し合えばいいの？
台風などの事前対応ができる風水害と局地的大雨などの急な対応を迫られる風水害に分けて話し合うことが大切です。その上で、①「どういう状況になったら、どこに、どのように避難するのか」②「家族とどのように連絡を取り合うか」を決めておいてください。

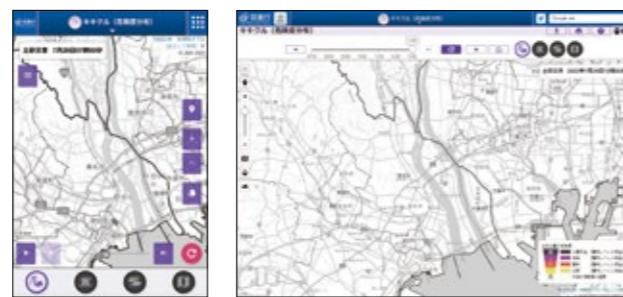
—避難所マークのある所に行けばいい？
避難とは「難を避けること」。公的避難所はプライバシーの確保が難しく決して快適な環境とは言えません。可能な限り、親戚や友人宅に縁故避難することをおすすめしています。また、短期間であれば大型商業施設などでの「車中避難」も選択肢の一つです。市では、大規模災害時に「イオンモール桑名」の立体駐車場を避難場所として開設する協定を結んでいます。

③ 「もしも」の時、どこから どんな情報入手すべきか 知っておこう

—避難情報を自動的に教えてくれる
「桑名市災害時緊急メール」に登録しておくといいですよ。これは登録したメールアドレスに避難情報や気象情報、災害に関する情報を配信するサービスです。市からの情報は、ホームページやSNSからも発信されるので、ブックマークや友だち登録しておくのもいいでしょう。また、防災アプリには通知でお知らせしてくれるものもあります。他に、川の水位をリアルタイムで見られる「川の水位情報」という国土交通省のウェブサイトもあります。

—とはいえ、その時どんな危険が迫っているか自分で判断できる自信がない...
それなら「キキクル」を活用してください。これは災害の危険を地図上で知ることができるウェブサービスです。気象庁のホームページで公開されているので、注意報や警報が発表された時や集中豪雨が降った時にチェックするといいですよ。ただし、災害時には多くの人が情報収集のためにインターネットを利用し、サーバーに負荷がかかって見られなくなることも。いくつかの手段を考えておくといいですよ。

キキクル(危険度分布)の使い方



- 1 「キキクル」のサイトへアクセス
「キキクル」で検索または<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>
- 2 自分や家族のいる場所に危険が迫っていないか確認
- 3 色を確認
黒: 災害切迫(すでに何らかの災害が発生。逃げ遅れた人は今すぐ2階以上へ)
紫: 危険(急いで安全な場所に避難)
赤: 警戒(お年寄りなどは早めに避難)
※黒を待つと逃げ遅れるので、紫までに安全な場所にいるようにしましょう



桑名市災害時緊急メール



QRコードへ空メールを送信し、返信メールの内容に従って登録してください。迷惑メール対策をしている人は、ドメイン[atsg-m.jp]を許可してください。

川の水位情報



国土交通省が発信している情報です。河川の情報を簡単に、リアルタイムで確認できます。

桑名市ホームページ



避難情報が発令されると、市ホームページのトップページに掲載されます。

桑名市LINE公式アカウント@kuwana987



避難情報をLINE(ライン)やツイッターでも発信しています。

無線・電話

市が放送した同報系防災行政無線の放送内容のうち、避難情報などの緊急放送は、ホームページで確認できるほか、電話(☎41-2321)でも聞くことができます。

テレビ

スマホのバッテリーを節約するためにも、テレビで情報を得られるときは積極的に活用しましょう。

防災に関する各ウェブサイトがどんな感じなのか、一度家族で見てください



④ 風水害の時にどう行動するかシミュレーションしておこう

「いざという時にちゃんと避難できているのか不安…」

①で注意すべき河川や急傾斜地などを知って被害を予測し、②で避難の判断タイミングや方法などを決め、③で避難対策に必要な情報の入手方法を知ったので、ここで風水害時の行動をシミュレーションできます。しかし、実際の災害では気象庁の予報よりたくさん雨が降ったり、予想が外れて

避難行動に迷いや遅れが生じることも想定されます。早めの避難行動をとることが大切なのは当然ですが、最後は「命が助かる」ことが最優先。逃げ遅れた場合など、最悪の事態を想定したシミュレーションも家族としておきましょう。



風水害の種類

洪水

大雨によって河川の水位が上昇し、堤防を越えてあふれ出す現象。堤防が削られて決壊すると、近くにある家屋や自動車などを押し流すほどの急激な流れを生み出す。特に海拔ゼロメートル地帯で洪水が発生すると、長期間にわたって浸水が継続。市が発令する避難情報や近くの河川の水位なども参考に、危険な場所からは避難を。

高潮

台風などの強い低気圧に吸い上げられて海面が上昇し、波浪(高波やうねり)が発生する現象。水位が高まった海水が強風で吹き寄せられて堤防を越えると津波に似た大きな被害をもたらす。伊勢湾台風はこの高潮によって3か月にわたって浸水が継続、桑名市での犠牲者は500人を超えた。避難指示が出た時には暴風雨がひどく、避難できないということも考えられるため、早めの情報収集と行動が不可欠。

土砂災害

大雨や地震などが原因で山や崖が崩れたり、崩れた土砂が雨水や川の水と混じって流れ出たりする現象。大雨などで土砂が一気に押し流される「土石流」、斜面の地表に近い部分が突然くずれ落ちる「崖崩れ」、斜面がゆっくりと下方へと移動する「地すべり」がある。桑名市も多くの「土砂災害警戒区域」が指定されており、崖から水が吹き出すなどの前兆や市からの避難情報を確認したら区域内の人はすぐに避難を。



備蓄すべき食料・生活用品(一人当たり)

- 水(1日3ℓ、3日分が目安)
- カセットコンロ・ボンベ
- 食料品(9食分、調理の手間がかからないレトルト食品や栄養補助食品など)
- 食品ラップ
- 簡易トイレ(15回分)
- ポリ袋
- トイレトペーパー(3ロール)
- LEDの懐中電灯・ランタン
- 除菌ウェットティッシュ
- モバイルバッテリー
- 常備薬・救急箱
- ラジオ

⑥ 家族みんなで防災訓練をしてみよう

「風水害の時にどうするか知りたい分かったからもういいよね?」

災害時の行動をシミュレーションし、備蓄品などを整えたら、実際に家族で防災訓練をしてみてください。夏と冬では必要なものが大きく異なるので、季節を変えながら訓練することが効果的です。電気・水道・ガスを使わない訓練をするとたくさん気づきを得られます。「夜は懐中電灯だけではなくランタンも必要だ」「簡易トイレは練習しておかないといざというとき間に合わない」「寒い

とカセットボンベの性能が落ちて消費量が多くなる」など、訓練しておいたよかったです。また、備蓄してある非常食も実際に調理し、食べてみてください。いろいろ試してみること、ご家庭に合った非常食、災害時に有効な調理方法や食べ方は見つけられます。避難先までのルートは、自宅からだけではなく、職場や学校からのルートも確認し、危険な場所があるか点検しておいてください。毎月1日と15日は災害用伝言ダイヤルの訓練もできます。

災害用伝言ダイヤルの使い方

災害用伝言ダイヤルは、大規模な災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。局番なしの「171」に電話をかけ、自分や相手の電話番号を入力することで、伝言を残したり、家族や知人がその伝言を聞いたりすることができます。

利用方法

伝言の録音方法

171 にダイヤル

音声ガイダンスが流れます

録音の場合 1

音声ガイダンスが流れます

被災地の人の電話番号を入力
XXX-XXXX-XXXX

伝言の再生方法

171 にダイヤル

再生の場合 2

被災地の人の電話番号を入力
XXX-XXXX-XXXX

毎月1日、15日、1/1～3、防災週間(8/30 9:00～9/5 17:00)、防災とボランティア週間(1/15 9:00～1/21 17:00)は、体験利用ができます。実際に体験してみましょう。

※体験利用の場合も、通話料が発生します。

申し込み方法

緊急防災ラジオの貸与を希望する人はホームページにある緊急防災ラジオ貸与申請書を防災・危機管理課に提出してください。

緊急防災ラジオの申請について

<https://www.city.kuwana.lg.jp/bosai/anzen/bousai/20220607.html>



自己負担金

1台(1世帯)2,000円 緊急防災ラジオ受取時に納入いただきます。なお、生活保護世帯、住民税非課税世帯は自己負担金がかかりません。

受取方法

貸与申請書に記入の住所に配送します。配送される緊急防災ラジオの受取時に自己負担金(2,000円)を配達業者にお支払いください。

※ラジオは受注生産です。申請は随時受け付けますが、第1期の注文は締め切っており、貸与までに時間がかかる場合があります。

桑名市のラジオ番組が始まります!



「緊急防災ラジオ※」の貸与スタートに合わせて、CTY・FM(周波数76.8MHz)のラジオ電波で、市の情報や防災情報をお知らせする番組を始めます。11月ごろ開始の予定で、詳しくは広報くわな11月号でお知らせします。この番組は、緊急防災ラジオがなくても聞くことができます。※緊急防災ラジオは、コンセントをつなぎ、停電時用の電池を入れておけば、市からの緊急情報やJアラートなどを受信した際に自動で電源が入り、大音量で放送が流れるラジオです。スマホや携帯電話で情報を取得することが難しい人向けに貸与の申請を受け付けています。