

南伊豆町

わたしの避難計画

災害の知識ブック

災害に関して知識を深めたい方は内容を確認しよう

災害に関する共通の知識

災害リスクによって、避難先や避難行動は異なります
災害時には、積極的かつ早期の避難を心がけましょう！

避難先のイメージ

【指定緊急避難場所のイメージ】



土砂災害に対する
指定緊急避難場所の例



地震、大規模な火事等に対する
指定緊急避難場所の例

対象とする災害に
対し、安全な構造で
ある堅牢な建築物

対象とする災害の
危険が及ばない学
校のグラウンド・駐
車場等

出典：国土地理院HP

避難行動のイメージ



河川氾濫



地震

河川氾濫の恐れ



避難指示



避難所へ避難

地震の発生

揺れが
おさまったら



一時避難場所
へ避難

事前避難で被害を免れた事例



家の手前まで土砂が迫った経験があり、それ以来事前に避難していた。5年間で避難は20回を超え、今まで空振りだったが早めの避難をすることで今回命を守ることができた。

高齢者宅への避難の声掛けにより避難を開始していた。その30分後に土砂災害が発生し、建物は全壊したが事前避難により難を逃れた。



出典：平成30年度災害対応の総合的な検証、京都府災害対応の総合的な検証会議、令和元年5月

災害に関する共通の知識

○避難先での生活

- ・ 冷房・暖房の無い避難所もある
- ・ 電気の供給が止まることがある
- ・ 慣れない生活で、肉体的・精神的な疲労が予想される
- ・ 開けてから時間が経過した食べ物は食中毒になる可能性がある
- ・ 食料品・日用品が支給されるまでに時間がかかる場合がある
- ・ 仕切りが無く、プライバシーが確保される空間になっていないことがある



○非常時持ち出し品リスト

- ・ 急いで避難しなければならない場合に備えて、非常持ち出し品を常備しておきましょう
- ・ 取り出しやすい場所に置き、使用期限・消費期限も確認しましょう

□ 免許証、健康保険証、印鑑、預貯金通帳



□ 救急医療品



□ 缶切り、栓抜き、紙製食器



□ 3日分の水



□ 上着、下着などの衣類



□ 予備のメガネ、コンタクトレンズ



□ 3日分の食料



□ 非常持ち出し袋



□ 卓上コンロ、マッチ、ろうそく、ライター



□ 懐中電灯、電池



□ タオル、手袋、ポリ袋、ロープ



□ メモ帳、筆記用具



□ 現金、テレホンカード



□ ティッシュ、生理用品



□ 洗面用具、シャンプー



□ 携帯電話、携帯ラジオ、戸別受信機



□ 合羽、ヘルメット



□ 紙おむつ、乳幼児の必要な物



□ 簡易トイレ



出典：南伊豆町総合防災マップ

避難情報・避難時の心得

○避難情報

市や町から発令される避難情報は、「高齢者等避難」、「避難指示」、「緊急安全確保」の3種類です。

災害リスクがある場所にいる人のうち、避難に時間がかかる人は「高齢者等避難」、それ以外の人は「避難指示」が避難のタイミングになります。

避難情報	警戒レベル	住民がとるべき行動
緊急安全確保	レベル5	・ <u>ただちに命を守る最善の行動をとる</u> ※高層階や強固な建物・高い建物に避難する
避難指示	レベル4	・ <u>全ての住民が避難を完了させる</u>
高齢者等避難	レベル3	・高齢者等の避難に時間がかかる人は避難を開始する

○避難時の心得

正確な情報収集と自主的避難を

テレビ・ラジオで最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。雨の降り方や浸水の状態に注意し、危険を感じたら自主的に避難しましょう。



非常持ち出し品の事前準備を

避難するときの荷物は必要最低限とし、事前に準備しておきましょう。



避難の前に

避難する前に、電気・ガスなどの火元を消しましょう。また、親戚や知人に避難する旨を連絡しておきましょう。



動きやすい格好、2人以上での避難を

避難するときは、動きやすい格好で、2人以上での避難を心がけましょう。



お年寄りなどの避難に協力を

お年寄りや子供、病気の人は、1人での避難が必要で、近所のお年寄りなどの避難に協力しましょう。



車での避難は避けて

車での避難は緊急車両の通行の妨げになります。また、交通渋滞をまねき、浸水すると動けなくなりますので、特別な場合を除き徒歩で避難しましょう。



水深が50cm以上なら歩くことは危険

水深がひざまで来ると歩くことが困難になります。水深が浅くても流れに勢いがある場合にはむやみに歩き回るのは危険です。



浸水箇所には注意して避難を

浸水箇所があった場合には長い棒を杖代わりにして、水路や側溝などがなければ確認しながら、十分に注意して避難しましょう。



万が一、逃げ遅れたときには

万が一避難が遅れ、危険が迫ったときは、近くの丈夫な建物の2階以上に逃げましょう。



出典：南伊豆町総合防災マップ

大雨に関する情報

○大雨に関する情報

- ・ 静岡地方気象台は、南伊豆町について以下の発表基準で
大雨警報・大雨注意報を発表します。



南伊豆町の大雨注意報・警報の発表基準

大雨注意報

大雨によって災害が起こる
おそれがあると予測される場合。

- ・ 表面雨量指数 (注1) 10
- ・ 土壌雨量指数 (注2) 16

大雨警報

大雨によって重大な災害が起こる
おそれがあると予測される場合。

(浸水害) 表面雨量指数80 (土砂災害) 土壌雨量指数126

記録的短時間大雨情報 1時間に雨量100mm

上記に併せて、洪水注意報・洪水警報が発表されます。

雨の強さと降り方 (1時間雨量:mm)

10以上～20未満

雨の音で話し声がよく聞
き取れない。

20以上～30未満

ワイパーを速くしても見
づらい。側溝、小さな川
があふれる。

30以上～50未満

山崩れ、がけ崩れが起き
やすくなり危険地帯では
避難の準備が必要。

50以上～80未満

土石流が起きやすい。多くの
災害が発生する。車の運転は危
険。車は全く役に立たなくなる。

80以上～

雨による大規模な災害
の発生する恐れが強く、
厳重な警戒が必要。

風の強さと吹き方 (平均風速:m/秒)

10以上～15未満

風に向かって歩きにくくなる。
傘がさせない。

15以上～20未満

風に向かって歩けない。
転倒する人もいる。

20以上～25未満

しっかりと身体を確保しないと
転倒する。風で飛ばされた物で
窓ガラスが割れる。

25以上～

立っていられない。
屋外での行動は危険。
樹木が根こそぎ倒れはじめる。

台風

日本には毎年多数の台風が接近あるいは上陸し、たびたび大きな被害をもたらします。
台風の接近が予想される際は、台風情報に十分注意し、被害のないように備えることが必要です。

大きさ	風速15m/秒以上の半径
大型(大きい)	500km以上800km未満
超大型(非常に大きい)	800km以上

強さ	最大風速
強い	33m/秒以上44m/秒未満
非常に強い	44m/秒以上54m/秒未満
猛烈な	54m/秒以上

集中豪雨

集中豪雨は、限られた地域に、突発的に短時間に集中して多量の雨が降ること、で、「ゲリラ豪雨」とも言われています。
発生の予測は困難で、中小河川の氾濫、土砂崩れ、がけ崩れなどによる大きな被害をもたらすことがありますので、
気象情報に十分注意し、万全の対策をとることが必要です。

- ラジオやテレビなどの気象情報に注意する。
- 早く帰宅し、家族と連絡を取り、非常時に備える。
- 町や防災関係機関の広報をよく聞いておく。
- 飲料水や食料を数日分確保しておく。
- 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオを用意する。
- 浸水に備えて家財道具は高い場所へ移動する。
- 非常時持出品を準備しておく。
- 危険な地域では、いつでも避難できるように準備をする。

つねに
気象情報には、
注意して
おきましょう！



高潮・波浪・津波に関する情報

○高潮・波浪に関する情報

- ・高潮・波浪による災害の発生が予想される場合には、**高潮・波浪警報**または**高潮・波浪注意報**を発表します。



高潮・波浪警報・注意報の種類

種 類	発表の基準
高潮警報	予想される潮位が1.5m以上である場合。
高潮注意報	予想される潮位が1.1m以上1.5m未満である場合。
波浪警報	有義波高6m以上である場合。
波浪注意報	有義波高3m以上6m未満である場合。

○津波に関する情報

- ・津波による災害の発生が予想される場合に、地震が発生してから約3分後を目途に**津波警報（大津波、津波）**または**津波注意報**を発表します。



津波警報・注意報の種類

※大津波警報は特別警報に位置づけられています。

種 類	発表基準	発表される津波の高さ	巨大地震の 場合の発表	想定される被害と取るべき行動
		数値での発表 (津波の高さ予想の区分)		
大津波警報	予想される津波の高さが 高いところで3mを超える 場合。	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
		10m (5m<予想高さ≤10m)		
		5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	予想される津波の高さが 高いところで1mを超え、 3m以下の場合。	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
津波注意報	予想される津波の高さが 高いところで0.2m以上、 1m以下の場合であって、 津波による災害のおそれ がある場合。	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、養殖いかだが流失し小型船舶が転覆します。海の中にいる人はただちに海から上って、海岸から離れてください。

出典：南伊豆町総合防災マップ

河川氾濫の知識



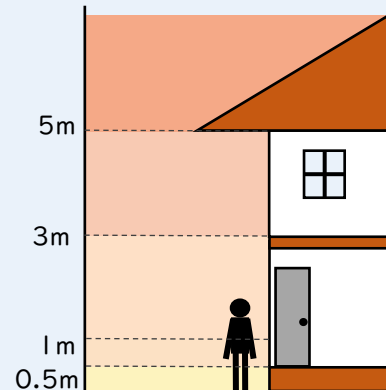
河川氾濫



河川氾濫のハザードマップは、大雨で河川が氾濫した場合に、どの位の深さで浸水するかを色別で示すとともに、氾濫した水の勢いで家が倒壊するおそれがある範囲を示しています。

○浸水深と避難の目安

浸水深	実際の状況
5～10m	2階の軒下以上が浸水する
3～5m	2階の軒下程度まで浸水する
1～3m	床上から1階程度まで浸水する
0.5～1m	1階床上が浸かる程度まで浸水する
0.5m未満	大人の膝下程度まで浸水する



浸水のおそれがある場合は、浸水しない安全な場所へ避難が必要です。

ただし、以下の「3つの条件」が確認できれば、浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です。

「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

- ① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない
(入っていると…)



流速が速いため、
木造家屋は倒壊する
おそれがあります



地面が削られ家屋は
建物ごと崩落する
おそれがあります

- ② 浸水深より居室は高い

3・4階	5m～10m未満 (3階床上浸水～4階軒下浸水)
2階	3m～5m未満 (2階床上～軒下浸水)
1階	0.5m～3m未満 (1階床上～軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

- ③ 水がひくまで我慢でき、
水・食糧などの備えが十分
(十分じゃないと…)

水、食糧、薬等の確保が困難になる
ほか、電気、ガス、水道、トイレ等の
使用ができなくなるおそれがあります



※①家屋倒壊等氾濫想定区域や②水がひくまでの時間(浸水継続時間)はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。

○注意点

河川が氾濫していなくても、大雨で雨水が川に排水できず、低い土地が浸水する場合があります。

自宅周辺で大雨が降っていないくても、上流に降った大雨で河川が氾濫する場合があります。

出典：内閣府ホームページ

土砂災害の知識



土砂災害



土砂災害のハザードマップは、大雨で土砂災害が発生した場合に被害のおそれのある範囲として、土砂災害防止法に基づく「土砂災害警戒区域」、「土砂災害特別警戒区域」に指定されている範囲を示しています。

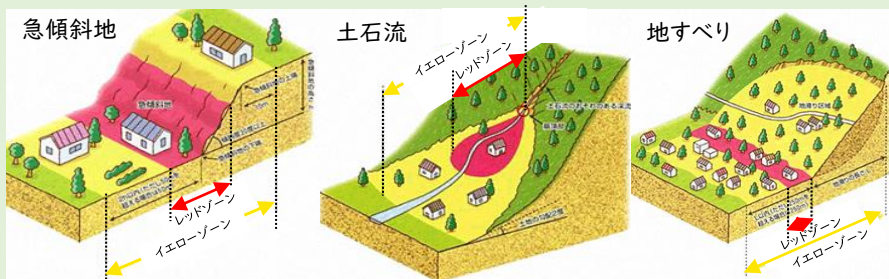
○指定区域の種類

土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)

- ・土砂災害が発生したときに**建物の破壊**が生じ、**身体に著しい危害**が生じるおそれのある地域

土砂災害警戒区域(イエローゾーン)

- ・土砂災害が発生したときに**生命や身体に危害**が生じるおそれのある地域



出典：静岡県ホームページ 区域指定の流れ

○特徴と前兆現象

土砂災害には以下の特徴があり、いずれも発生してから避難することが難しいので、事前に土砂災害のおそれがある場所から立ち退き、安全な場所へ避難することが必要です。

- ・急傾斜地 突然斜面が崩れ落ちるため、逃げ遅れる人が多く被害が大きい

前兆現象 崖にひび割れができる、小石が落ちてくる、地鳴りがする など

- ・土石流 時速20～40kmの速さで土砂が押し寄せ、一瞬で建物を破壊する

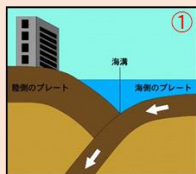
前兆現象 山鳴りがする、腐った土のにおいがする、川の水が濁る など

- ・地すべり 広範囲で土砂が動くため、被害の範囲が大きい

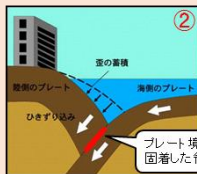
前兆現象 崖や斜面から水が噴き出す、井戸水・沢の水が濁る など



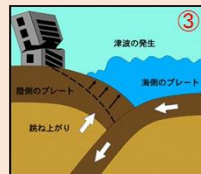
○地震発生のメカニズム



海側のプレートが陸側のプレートの下に沈み込む



陸側のプレートが引きずり込まれ、ひずみが蓄積する



陸側のプレートが耐えられなくなり、限界に達して跳ね上がる

出典：気象庁 南海トラフ地震の発生メカニズムの概念図

○地震発生時の行動

●屋外では・・・

- ・手荷物などで頭を守る
- ・建物、電線、ブロック塀等から離れる
- ・津波に備え、沿岸部から離れる
- ・がけ崩れに備え、斜面から離れる

●屋内では・・・

- ・机の下にもぐる
- ・扉を開けて避難経路を確保する
- ・ガラスや棚、家具から離れる
- ・火の始末をする

○震度と体感

震度5弱

大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる

震度5強

物につかまらないうと歩くことが難しい

震度6弱

立っていることが困難になる

震度6強

這わないと動くことができない

震度7

耐震性の高い木造建物でも傾くことがある

○液状化

地震によって地盤がやわらかくなり、安定性を失う現象。埋立地や旧河道等で発生しやすい。



●液状化が発生した場合の留意点

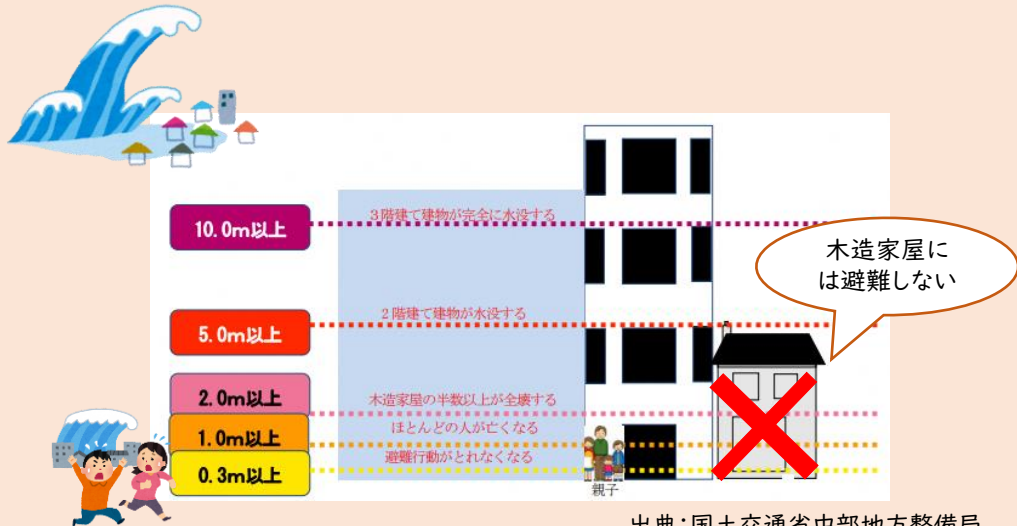
- ・液状化被害は、地震発生直後から現れる可能性がある
- ・マンホールなどの埋設物は、浮き上がる可能性がある
- ・橋梁などの構造物と避難路の間に段差が発生し、通行の妨げとなる可能性がある

津波の知識



○津波

海底で地震が発生すると引き起こされる。波が反射を繰り返すことで複数回来襲する。1回目の津波が一番高いとは限らないため、いち早く避難することが重要!!



出典：国土交通省中部地方整備局

○身を守るには？

①とにかく逃げる

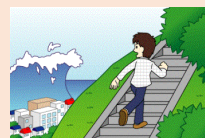
強い地震（震度4程度以上）を感じたとき、または弱い地震であっても長時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに海浜から離れ、急いで高台などの安全な場所へ避難しましょう。避難誘導標識板等を確認して防潮堤の避難口・避難階段等を用い、避難ビル・高台又は避難地等へすみやかに移動して下さい。

②避難に関する情報の提供

津波発生時は、防災無線や情報板から情報が提供されます。また、津波の危険がある場所には、「津波注意」のほか、津波避難場所を示す津波標識が設置されています。万一来、海の近くにいるときには必ず確認しておきましょう。

③日頃の備え

ハザードマップ等を用いて、自宅・勤務地・学校における危険度を把握しましょう。また、避難場所・避難経路や緊急連絡先を家族で確認しておきましょう。



出典：国土交通省

南伊豆町津波避難計画



○避難の考え方

- ・津波から命を守るためには、迅速かつ的確な避難が必要です。
避難の際には、以下に沿った避難を実施してください。

①津波浸水想定区域外へ避難する

(周辺に高台・地域集合場所・一次避難地がある場合には、そこに避難)

②上記の避難が不可能なエリアは、町が既に指定している津波避難ビル (休暇村南伊豆・壺中の天宿○文) や津波避難タワーに避難する

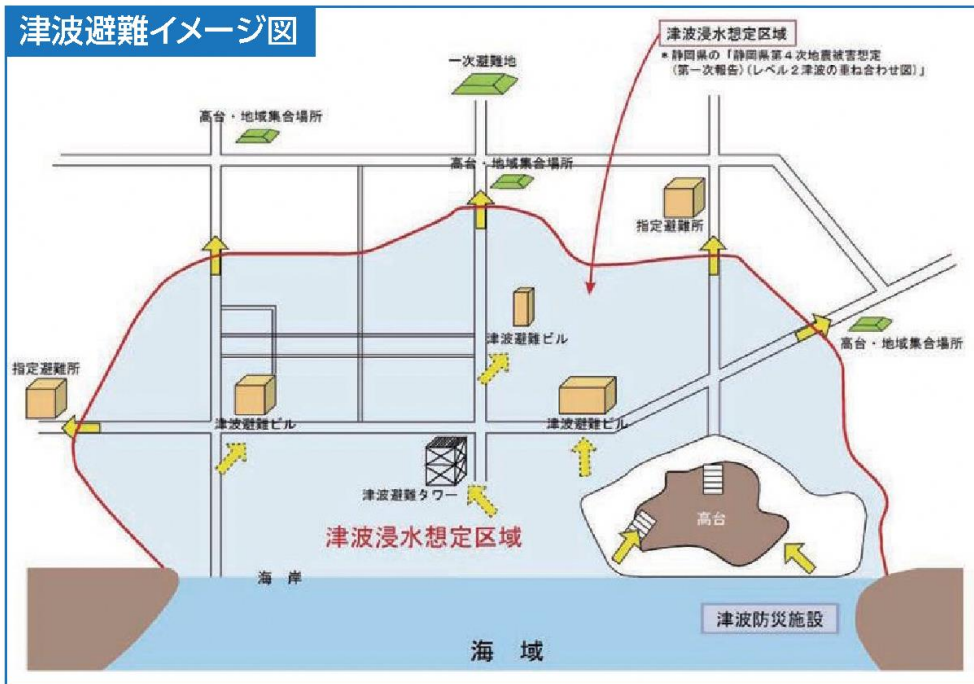
- ・南伊豆町では、以下の基準で避難を実施する必要があります。

地震発生後3分で避難開始

平地や斜面を1秒で1m進む (水平および斜面移動速度1.0m/s) 等

- ・上記の基準で津波の到達までに避難先にたどりつくことができないエリアは、さらに急いだ避難を実施しなければなりません。

津波避難イメージ図



出典:南伊豆町総合防災マップ



○津波避難心得

・いざという時のために、日ごろから以下を心得ておくことが大切です。

① まず、我が身の安全を真っ先に考えること

・自分がけがをしては、避難もままなりません。

② 素早く避難を開始すること(地震発生から **3分** で避難開始)

・南伊豆町は最短約6分で津波が到達します。

揺れが残っていても、できる限り急いで避難しましょう。



③ あらかじめ避難先を把握しておくこと

・災害はいつ起こるかわかりません。避難する場所を普段から確認しておきましょう。

④ 素早い避難をすること(**1秒で1m進む避難** をしましょう)

・津波はとても早いので、のんびり歩いては間に合いません。

⑤ 避難を妨げる問題がどこにあるか把握しておくこと

・円滑な避難のために、予め地域のどこに避難を妨げる問題があるか把握しておくことが重要です。

⑥ 避難を妨げる問題に対して対策を講じ、解消すること

・地震で家具が転倒すると、ケガをするばかりか、迅速な避難ができなくなります。安全に避難するためには、家庭や地域で出来る地震対策(家具の固定・通路の整理・耐震化)が重要となります。

出典: 南伊豆町総合防災マップ