「まさか」に備え 今、行動する

― 水害・土砂災害編 ―

問い合わせ　危機対策課（市庁舎５階、☎65・4103）

雨が多いこの時期は、集中豪雨や台風による水害、土砂災害の危険性が高くなります。災害はいつ・どこで発生してもおかしくありません。「まさか」に備えて、浸水の危険性が高い地域や災害時に取るべき行動、感染症に注意した避難のポイントなどを再確認しましょう。

正しく理解して、事前に準備

７月に九州各地で発生した豪雨災害など、全国で水害や土砂災害による被害が頻発しており、地球温暖化による気候変動の影響により危険性はさらに高まっています。

災害の危険性を正しく理解し、家庭や地域で準備しておくことで被害を軽減できるほか、危機に際して冷静、適切に対処できます。

警戒レベルを確認

水害、土砂災害では、危険度と取るべき行動などを５段階の「警戒レベル」によりお知らせします。（図）

警戒レベル３または４が発令されたら、危険な場所から速やかに避難してください。自宅や知人宅の安全が確保されている場合は、在宅避難も選択肢の一つです。

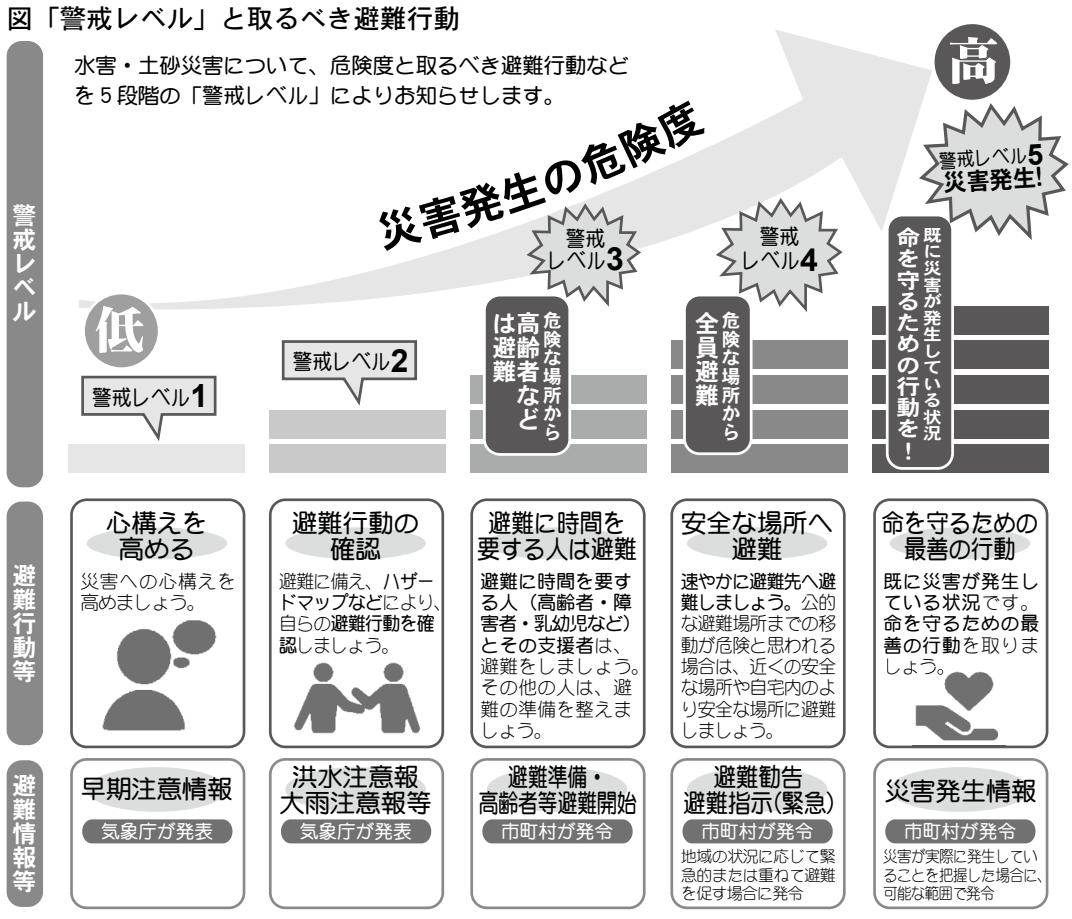
ハザードマップを確認

大雨を原因とする河川の氾濫などにより浸水が予想される区域（浸水想定区域）を、ハザードマップで確認しましょう。ハザードマップは、３月に全戸配布した「おびひろ暮らしと防災ガイド」や市ホームページに掲載しているので確認してください。（次頁参照）

天気予報や注意報、警報で使用される雨の強さを表す言葉と降雨量の目安（一例）

強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
１時間に20～30ミリ	１時間に30～50ミリ	１時間に50～80ミリ	１時間に80ミリ以上
傘をさしていてもぬれる雨	バケツをひっくり返したような雨	滝のようにゴーゴーと降り続く雨	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じる雨

図「警戒レベル」と取るべき避難行動



土砂災害と前兆現象

土砂災害の主な現象は、「がけ崩れ」「土石流」「地すべり」です。平地の多い帯広では無関係に思われがちですが、農村地域の一部の場所では「土石流」「地すべり」が起きる可能性があり、「おびひろ暮らしと防災ガイド」44、45頁にも掲載しています。主な土砂災害の前兆現象は下記の通りです。

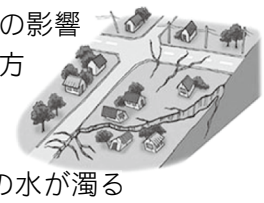
土石流

山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨などによって、一気に下流へと押し流される現象。

［主な前兆現象］
山鳴りがする・川の水が濁る

地すべり

斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象。



［主な前兆現象］
地面から水が噴き出す・井戸の水が濁る

災害時要援護者支援制度

災害時に支援を必要とする高齢者や障害がある人など（災害時要援護者）を対象に、地域の人の協力の下、安否確認や避難誘導などの支援をするための制度です。

対象者

在宅で、次の❶から❻のいずれかに該当する人（該当しない場合でも、自力で避難することが困難な場合は登録できます。）

❶「ひとり暮らし高齢者」の登録者
❷ 身体障害者で、障害の程度が１級・２級の人
❸ 介護保険法の要介護認定が、３・４・５の人
❹ 療育手帳の交付を受けている人
❺ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人
❻ 指定難病等の特定医療費受給者証の交付を受けている人

登録方法

申請書に必要事項を記載し、危機対策課に提出してください。

申請書は、危機対策課で配布しているほか、市ホームページにも掲載しています。

注意事項

登録することで災害時の支援が必ず保証されるものではありません。登録後、地域において支援者を決めていただきます。

災害情報を素早くお届けします！

緊急情報一斉伝達システム

５月から、災害情報を一斉に配信するシステムを導入しています。

❶ 固定電話・ファクス（申し込み制）

対象者　市内在住の携帯電話・スマートフォンを持たない人や、視覚・聴覚などに障害がある人

◆申込方法：危機対策課窓口で受け付け。来庁が難しい場合は連絡してください。
◆注意事項：災害情報は☎0570・095・999から発信されます。

❷ 登録制メール（申し込み制）

対象者　市内在住の携帯電話・スマートフォンを持つ人

◆申込方法：✉ bousai.obihiro-city@raiden3.ktaiwork.jpに空（から）メールを送ると、システムから仮登録通知のメールが届きます。
案内に従って登録作業を進めてください。
◆注意事項：通信料金は利用者の負担になります。

QRコードから申し込み可能▶

❸ テレホンサービス

対象者　全市民

☎050・5212・5254 に発信することで、市が配信した災害情報を自動音声で確認できます。

◆注意事項：電話料金は利用者の負担になります。

今年度の帯広市地域防災訓練は中止します　新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止とします。なお、冬季防災訓練の開催については、広報おびひろ１月号でお知らせする予定です。　問 危機対策課（市庁舎５階、☎ 65・4103）

感染症に注意が必要な時期の避難のポイント

災害発生時に、危険な場所にいる場合は、原則避難の必要があります。まずは身の安全確保を最優先に、落ち着いて行動してください。

新型コロナウイルス感染症への注意が必要な今、不特定多数の人が集まる避難所に抵抗がある人も多いかもしれません。

帯広市では、感染症に注意が必要な時期には人との間隔を置くため、１人当たりの面積を広く確保するなど、避難所での不安を少しでも解消できるよう感染症対策に取り組んでいきます。

感染症に注意した避難の７つのポイント

避難所への避難の前に…

- **1** 避難時はマスク・消毒液・体温計などを準備
- **2** 「在宅避難」という選択肢
- **3** 安全であれば親戚・知人宅も

※危険な場所にいる人は避難が原則です

避難所に避難したら…

- **4** 体調に不安のある人は申告を
- **5** 手洗い、せきエチケットを励行
- **6** 避難所でも距離を保って
- **7** 車中泊はさまざまな注意が必要

避難所への避難の前に…

1 避難時はマスク・消毒液・体温計などを用意

避難所に避難する場合は、可能な限りマスクや消毒液、消毒効果のあるウエットティッシュ、体温計などを持参できるように、日ごろから準備をお願いします。

2 「在宅避難」という選択肢

この機会に、避難所以外での避難の方法についても、一度考えてみることをお勧めします。

「建物に被害がない」「浸水しない」など、安全が確保できるのであれば、水道や電気、ガスなど、ライフラインが止まったとしても、自宅にとどまる「在宅避難」という方法もあります。

在宅避難では、家庭での備蓄食料品は最低でも３日分の確保が望ましいですが、必ずしも特別なものを準備する必要はありません。日ごろから自宅で利用しているものを少し多めに用意して、日常の中で消費と補充をしながら必要な量を常に保っておく「ローリングストック」という方法で備えておくことがポイントです。

飲料水は１人１日３リットルが目安。水が使えないことを想定しウエットティッシュやドライシャンプーなどの衛生用品、カセットコンロや電気を使用しない暖房器具なども備えておきましょう。

電気を使わない暖房・調理器具

水は１人１日３リットルが目安

水がいらない衛生用品

3 安全であれば親戚・知人宅も

親戚や知人宅に避難するのも一つの方法です。万が一の場合に備えて、普段から親戚や知人と避難の可能性について話し合ってみましょう。

気心の知れた仲であっても、感染症に注意が必要な時期は、マスクの着用、手洗いの励行など基本的な感染症対策を実施し、３密（密集、密接、密閉）とならないように過ごすことが大事です。

避難所に避難したら…

他の避難者との共同生活になる避難所では、一人ひとりが感染症に「かからない」「うつさない」という心掛けが大切です。

4 体調に不安のある人は申告を

感染症に注意が必要な時期は、避難所に来る前からマスク（なければタオルなどでも可）を着用してください。熱があるなど体調に不安のある人は、避難スペースに入る前の段階（受け付け時など）で申し出てください。

5 手洗い、せきエチケットを励行

こまめな手洗いや、せきエチケットなど、基本的な感染症対策を徹底してください。

また、不特定多数の人が触れるものを、不必要に触らないよう意識することも大切です。

6 避難所でも距離を保って

避難所内では、可能な限り他者との距離（できるだけ２メートル、最低でも１メートル）を確保してください。一人ひとりの距離の確保が難しい場合でも、最低限、家族間で１～２メートルの距離を保つようにしてください。

7 車中泊はさまざまな注意が必要

車中泊をしなくてはならない場合は、さまざまなことに気を付ける必要があります。

エコノミークラス症候群

体を長時間動かさないことで、エコノミークラス症候群の危険性が高まります。足を長時間動かさずにいると、足の静脈に血栓が生じ、その一部が静脈を伝って肺の血管を詰まらせさまざまな症状を引き起こし、最悪の場合は死に至ることもあります。

予防には十分な水分補給のほか、ときどき足の運動やマッサージを行うことが効果的です。

車を置く場所に注意

車中泊が可能な場所であることを確認し、緊急車両や他の避難者の妨げにならない場所に止めてください。また、浸水の恐れがある場所は避けてください。

降雪時、暖をとるためにエンジンをかける場合は、マフラーが雪で埋もれて一酸化炭素中毒になることがあります。マフラー周辺をこまめに除雪するなどの注意が必要です。

いつ起こるか分からない災害に備えて

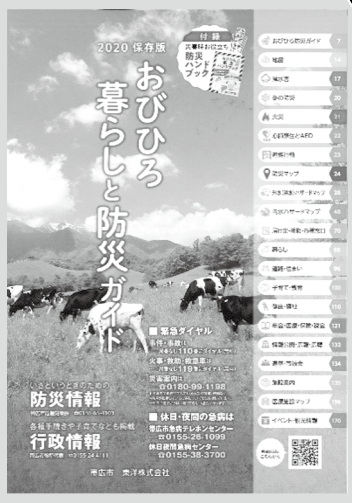
避難所、非常持ち出し品を日ごろから確認してください

■暮らしと防災ガイドで確認を

災害はいつ発生するか分かりません。いつでも避難できるように日ごろからの心構えや防災用品などの準備が大切です。

３月に全戸配布した「おびひろ暮らしと防災ガイド」では、ハザードマップのほか避難所の場所や家庭でいざという時に備える「非常持ち出し品」のリスト、地震や風水害の際の避難のポイントなどを紹介しています。

改めて内容を確認の上、今回紹介したポイントと併せて、感染症に注意が必要な時期の避難について考えてみてください。

「おびひろ暮らしと防災ガイド」は、市ホームページでも確認できます。

おびひろ暮らしと防災ガイド　検索