



### ■ 雨の強さと降り方 (気象庁HPより)

1時間の雨量	予報用語	人の受けるイメージ	災害発生状況
10～20ミリ	やや強い雨	ザーザーと降る	この程度の雨でも長く続けば注意が必要
20～30ミリ	強い雨	どしゃ降り	側溝や下水、小さな川があふれ、小規模の崖崩れが始まる
30～50ミリ	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る	山崩れ・崖崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備が必要 都市では下水管から雨水があふれる
50～80ミリ	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)	都市部では地下室や地下街に雨水が流れ込む場合がある マンホールから水が噴出する 土石流が起こりやすい 多くの災害が発生する
80ミリ以上	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる	雨による大規模な災害の発生するおそれが高く、厳重な警戒が必要

### ■ 土砂災害の種類と前触れ

	特徴	
	前兆現象	
土石流		急な渓谷を、水を含んだ大量の土砂・礫が津波のように流れ下るもので「山津波」とも呼ばれています。流れは速く、忽ち人家や畑などを壊滅させます。
		・流水の変化(異常・急激な濁り、水位の変化) ・渓流内で転石の音 ・流木の発生・土臭いにおい・地鳴り
がけ崩れ		雨で地面にしみこんだ水分が土の抵抗力を弱め、斜面が急に崩れ落ちることで。人家付近では、死者の出る悲惨な災害となります。
		・湧水の変化(量の発生、増・減、濁り) ・表面流発生・小石がばらばら落下・地鳴り ・斜面の変化(はらみだし、亀裂の発生)
地すべり		粘土質など滑りやすい土質を境目にその上部の地面が動き出してゆっくりすべり落ちることで。傾斜のゆるい斜面でも発生することがあります。
		・井戸水の濁り、池や沼の水かさの急変 ・湧水の変化(枯渇、量の増加) ・地鳴り、山鳴り、震動、根の切れる音

### ■ 台風や集中豪雨の時の心得

「防災は 日頃の備えが ものを言う」  
(第2回大阪府防災標語 優秀作品)

#### 気象情報に注意

・ラジオやテレビで正確な情報をキャッチ

#### 家のまわりの安全点検

・雨どいや屋根がわら等の点検を行い、風で飛ばされやすいものは、屋内に移す

#### 家の中での準備

・停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオを準備  
・断水に備えて、浴槽などに水を確保  
・避難できるよう非常持ち出し品を準備

#### がけ地付近では

・異常を感じたら、まよわず早めに避難を  
・生活必需品等は高いところへ

#### ■ 避難するときの心得

**足元に注意を払おう 浸水深さに注意**  
**集団で助け合おう 子どもやお年寄りを安全に**  
**安全なルートで 車での避難は避けましょう**

### ■ 避難に関する情報の流れ

【気象庁】

大雨警報(大雨による災害(浸水・土砂災害)の恐れ)

洪水警報(河川増水による災害(洪水)の恐れ)

さらに危険が高まれば・・・  
**特別警報** を発令!!

【大阪府・大阪管区気象台】

市町村ごとの土砂災害警戒情報(土砂災害)

河川ごとの洪水予報・水防警報(洪水被害)

【市町村】

避難準備情報(避難の準備を始めましょう!)

避難勧告(速やかに避難を始めましょう!)

避難指示(直ちに避難!!)

### ■ 周辺のリスクや避難場所情報(あらかじめ調べて記入しておきましょう!)

自宅の周辺

被害の想定

津波

洪水

土砂

避難所は?

広域避難場所は?

お勤め先や学校の周辺

被害の想定

津波

洪水

土砂

避難所は?

広域避難場所は?

### ■ 帰宅支援ステーション

帰宅支援ステーションとは

震災が起きた際、下のステッカーが貼ってある建物は災害時サポートステーション、災害時帰宅支援ステーションとして徒歩帰宅者に水やトイレ、情報提供や燃料の提供を行い、帰宅困難者をサポートする。

#### 災害時帰宅支援ステーション



- ・コンビニ・郵便局・役所
- ・吉野屋・デニーズ
- ・山田うどん
- ・ロイヤルホスト 等

#### 災害時サポートステーション



- ・ガソリンスタンド (ENEOS、コスモ、昭和シェル JOMO、出光興産、モービル エッソ、ゼネラル、キグナス 九州石油、三井石油 太陽石油)

### ■ 帰宅する場合

#### ① 安全な避難路を確認し目的地を決める

- 郵便局や、ガソリンスタンド、コンビニ、駅、役所など道路状況など正確な情報を入手する。
- 単独行動は避ける。
- 友人もしくは、同じ目的を持った仲間を見つけ行動を共にしましょう。

#### ② 安全に帰ることを第一に考える

- 交通機関の状況を随時情報収集しましょう。
- 帰宅の際にはなるべく大通りを利用する。(大通りにはガソリンスタンドが多くある。また、犯罪から身を守ることもできる)
- 暗闇のため夜間の歩行は行わない。安全なところで夜を明かし、明るくなってから歩行を再開しましょう。

#### ③ 先を急がず定期的に休憩を!

- 長距離を歩くのでペース配分を決める。(1時間で4km、1日で20kmが限度)
- 歩き始めは体調を確かめながらゆっくりとスタート
- 1時間歩いて10分休憩が目安。
- 足に少しでも痛みや違和感を感じたらマッサージなどを行い、早めにケアをしよう。
- 雨天時は体力を消耗するので無理に歩かない。