

特集

叡広報たかやま

Takayama



令和6年[2024]

6月15日発行

自然災害はいつ起きるか分かりません。
日頃から備えることで、いざという時に
適切な行動をとることができます。
自分や大切な人を守るため、今日から災
害対策を見直してみませんか。

問合せ 危機管理課 ☎35-3345

いま、
備える



令和2年7月豪雨の被害(滝町 岩井橋)

災害を知る

災害時に大切なのは、自分の身は自分で守る「自助」、行政の支援である「公助」、そして地域で互いに助け合う「共助」の心です

近年、大雨災害が多発しています。

また日本は「地震大国」と呼ばれ、世界で起きるマグニチュード6以上の地震の約2割が日本で起きており、今年1月の能登地震では大きな被害が発生しました。こうした自然災害はいつ起きるか分かりません。いざという時に落ち着いて行動できるように、普段から備えることが何より大切です。自分や家族の大切な命や生活を守るため、今すぐ災害に備えましょう。

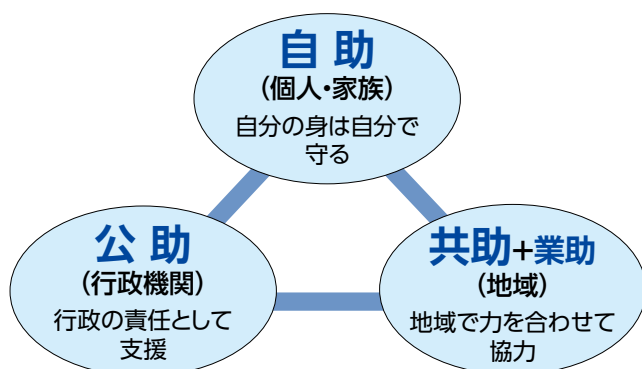
防災の基本的な考え方は、「自助」「共助」「公助」の3つが互いに補完し合うことです。災害が起きた場合は、

家族や地域住民の助け合いが不可欠です。近年では、「共助」に加えて地域企業が防災の役割を担う「業助」も大きな力となります。

自主防災活動のススメ

大規模災害が起きた場合、消防や警察がすぐに駆けつけられるとは限りません。「自分たちの地域は自分たちで守る」という共助の考えで、家族や住民同士の助け合いが不可欠です。

- 平常時の活動**
 - 1 地域住民への防災意識の普及活動
 - 2 地域住民の災害への備えの促進活動
 - 3 防災用資機材の整備
 - 4 防災訓練の実施と訓練結果の備の改善
 - 5 地域コミュニケーションの確保
- 災害時の活動**
 - 1 安否確認
 - 2 情報収集・伝達活動（連絡および通報）
 - 3 救出・救助活動
 - 4 初期消火活動
 - 5 水防活動
 - 6 医療救護活動
 - 7 避難誘導
 - 8 給食・給水活動



▲平成26年8月豪雨災害(清見町 河渡橋)



▲令和2年7月豪雨災害(久々野町)

これまでに市内で発生した主な大雨災害

●平成16年10月豪雨災害(台風23号)

最大時間雨量57.0ミリ、最大日雨量256.5ミリで観測開始以来第2位の雨量となりました。死者2人、行方不明1人、負傷者8人の人的被害などがありました。

●平成26年8月豪雨災害

最大時間雨量57.0ミリ、最大日雨量232.3ミリで観測開始以来第3位の雨量となりました。家屋被害全壊1棟、床上浸水27棟、床下浸水152棟、住宅以外の建物108棟の被害がありました。

●平成30年7月豪雨災害

最大時間雨量62.0ミリで観測開始以来最高の雨量となりました。負傷者1人のほか、床上浸水2棟、床下浸水12棟、住宅以外の建物6棟の被害がありました。

●令和2年7月豪雨災害

宮之前観測所で24時間降水量が309.0ミリ、船山観測所で275.0ミリ、丹生川観測所で198.5ミリを記録しました。全壊2棟を含む家屋被害が73棟、住宅以外の建物33棟の被害がありました。

過去の災害からも分かるとおり、大雨災害の多くは夏から秋に発生しやすいです。これからの季節は台風による大雨や、集中豪雨に特に警戒が必要です。

6月は土砂災害防止月間

土砂災害は、大雨や地震により突然発生し、生命や財産を一瞬にして奪う非常に恐ろしい災害の1つです。

近年は地球温暖化に伴う気候変動などにより、熱帯低気圧の勢力が増したり、線状降水帯の発生やゲリラ豪雨と呼ばれる局地的な大雨が多くなり、より一層土砂災害への備えが必要になっています。

梅雨入りや台風など、これからの季節は特に注意が必要です。降雨が続く時は気象や災害に関する情報を入手し、早めの避難に繋がしましょう。



▲令和2年7月豪雨災害(朝日町)

土砂災害に注意

土砂災害には、土石流・がけ崩れ・地すべりがあります。日本の国土は険しい山地、流れの急な川、雨の多い気候など、土砂災害が発生しやすい自然条件にあります。

こんな時は特に注意を

普段と違う現象があったときは、土砂災害発生の前兆です。

- 急に川が濁る
- 山鳴りがする
- がけに割れ目ができたり、小石などがパラパラと落ちてくる
- 地面がひび割れる
- 斜面から水が噴き出す
- 雨が降り続けているのに川の水が減っている



河川の氾濫に注意

河川の氾濫は、大雨などで河川の水位が上昇し、堤防から水があふれたり、堤防が決壊することで発生します。

県や気象庁が合同で発表する「氾濫警戒情報」や「氾濫危険情報」などの洪水情報が出された時には、市が発令する避難に関する情報などを把握し、早めに避難を行いましょう。



▲平成16年10月台風23号による豪雨災害(下切町)

警戒レベルと避難に関する情報

警戒レベル	市からの情報	気象庁などの情報	みなさんが取るべき行動
5	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報	既に災害が発生・切迫している状況で発令されます。直ちに命を守るための行動(屋内安全確保)をとりましょう。
警戒レベル4までに全員避難			
4	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 危険度分布：極めて危険 非常に危険	被害が発生する危険性が明らかに高まった状況で発令されます。速やかに危険な区域の外や少しでも安全な場所に全員避難しましょう。
3	高齢者等避難	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報 危険度分布：警戒	避難に時間を要する人(高齢者、障がいのある方、妊産婦や乳幼児など)とその支援者や、危険な区域の近くにお住まいの方は避難しましょう。
2		大雨・洪水注意報 氾濫注意情報 危険度分布：注意	避難に備え、ハザードマップなどにより、避難施設や避難経路を確認しましょう。
1		早期注意情報	災害への心構えを高めましょう。

避難所に行くことだけが避難ではありません。状況に応じて安全な場所に避難してください。

対策を知る

ハザードマップを活用しましょう

ハザードマップとは

予測される災害洪水、土砂災害などについて、危険区域や避難に関する情報を地図にまとめたものです。

●はん濫または決壊（破堤）した場合の水害を想定した「浸水想定地域」などに基づいて、皆さんが住む地域がどのような状況にあるのかをお知らせしています。

●土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）、土砂災害警戒区域（イエローゾーン）は、県が調査に基づき指定した土砂災害のおそれのある区域を示しています。

ハザードマップの見るべきポイント

▲土地の危険度を確認する

自分のいる場所は浸水しやすいのか、土砂災害が起きやすいのかなどを確認しましょう。

▲避難場所や避難経路を確認する

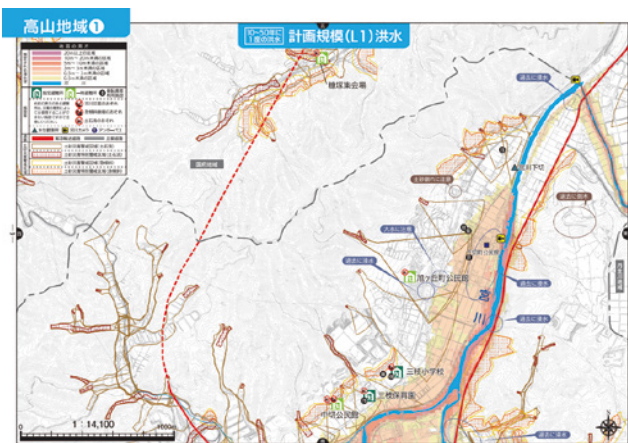
自宅から避難場所までのルートに危険なところがないか確認しましょう。

▲よく使う場所も確認する

よく買い物に行くお店、職場、子どもの習い事場所なども確認しましょう。



新しいハザードマップが完成しました。6月末に各家庭に配布する予定です。



▲エリアごとにマップがあります

市HPからもダウンロードできますが、紙(冊子)でも持っておくことをお勧めします。



オリジナル防災マップを作ってみましょう

わがまち防災マップWEB版とは

パソコンやタブレット、スマートフォンを使って自分の住む地域などの防災情報を地図上に描くことができるものです。自宅の位置や避難経路、危険箇所などを自由に入力でき、皆さんの手で地域の防災マップを作ることができます。



▲詳細はこちら

わがまち防災マップの作り方

①マップ上での位置設定

自宅の位置を確認しましょう。自宅以外にも、職場や学校、よく買い物に行くお店などを設定することができます。

②目印の設定

目印となるものを入れます。駐車場、お店などのアイコンを選択して目印を入れます。

③避難場所や要援護者宅などの目印設定

避難場所や、避難の際に援助が必要な人が住んでいる場所などの目印を入れます。

④コメントの追加

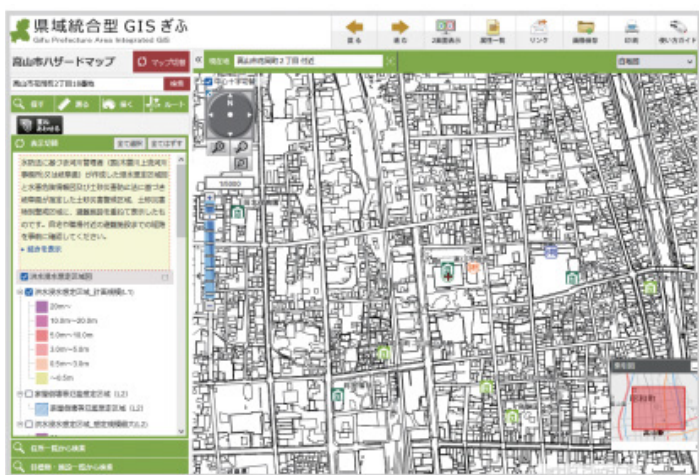
アイコンだけでは分からないことの説明や、補足事項を入力します。

⑤ルートの設定

自宅やよく行く場所からの緊急時の移動ルートを確認、設定します。

⑥マップの保存、出力

作成したマップはパソコンなどに保存したり、印刷しておきましょう。



対策を学ぶ

防災士に聞いてみよう

防災士とは？

防災士とは「自助」「共助」「協働」を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、防災に関する十分な意識と一定の知識・技術を修得したことを日本防災士機構に認定された人のことです。全国で約28万9千人が防災士として認証登録されており、高山市にも452人の防災士がいます。



▲学校での防災ワークショップ

防災士になるには？

【ステップ1】指定された講座を受講し、「研修履修証明」を取得する（防災士教本4,000円）。

【ステップ2】「防災士資格取得試験」に合格する（受験料3,000円）。

【ステップ3】自治体や日本赤十字社などの公的機関やそれに準ずる団体が主催する「救急救命講習（心肺蘇生法やAEDの使い方を含む）」を受け、修了証を取得する。

【ステップ4】ステップ1～3を完了した後に防災士認証登録申請を行う（申請料5,000円）。

※消防・警察の現職およびOBなどは「特例制度」により取得することができま



TMBJの皆さん

私たち「TMBJ」は女性防災士の有志で結成された団体で、市内の防災イベントに参加したり、学校での防災ワークショップを行い、防災の大切さを伝えています。「TMBJ」とは「高山まち協防災士女子会」の略で、現在5人のメンバーがいます。メンバーはいつでも募集中ですので、防災士の資格を取得された方はお気軽にお問い合わせください！また、ワークショップの開催を希望する方もぜひご連絡ください。

家にあるもので災害対策

新聞紙

新聞紙は、紙の食器やスリッパとして活用できるためおすすめです。

ラップフィルム

体にまいて寒さ対策として利用できます。また、食器に巻いて使うことで、食器を洗う必要もありません。

ペットボトル、缶詰

ペットボトルに水を入れ、そこに懐中電灯の光を通すとランタン（ランプ）になります。また、ツナ缶など油が入っている缶詰に穴をあけて、芯代わりにティッシュを差し込むと、ろうそくとして使うことができます。部屋に置くと明るくなります。



防災士からの防災ワンポイントアドバイス



トイレ対策

トイレ自体が壊れていないように見えても下水管などが壊れて、水洗トイレが使えない場合があります。そんな時のために、非常用トイレを用意しておきましょう（1人あたり1日に5回～7回トイレを利用すると言われています）。

また、トイレに行く回数を減らすと水分を摂らずにいると脱水症状になったり、エコノミークラス症候群（血がドロドロになって血栓ができ、最悪の場合、死に至る症状）になることがあるので気をつけましょう。



避難所での防犯対策

避難所には様々な人が集まります。貴重品は常に身につけ、車、オートバイ、自転車には必ず鍵をかけましょう。防犯ブザーやホイッスルは身の危険を周囲に知らせることができるため、防災バッグの中に入れておくといでしょう。また、特に子どもは一人にならないようにすることが大切です。

防災情報が入手できる各サイト一覧

気象庁 ホームページ	天気予報や各種防災情報を入手できます。「キキフル」では大雨・洪水警報などの危険度分布を確認することができます。これは、大雨による災害の危険度を地図上でリアルタイムに表示するもので、身に迫る災害を一目で確認することができます。	
岐阜県 川の防災情報	県内の河川の水位の情報などをリアルタイムに入手できます。カメラが設置してある河川では、カメラ映像を確認することができます。	
ぎふ土砂災害 警戒情報ポータル	現在の雨量や、雨量による土砂災害の危険度を確認することができます。	
ぎふ山と川の 危険箇所マップ	県では、県内全域の「山」と「川」の危険箇所の最新情報を公開しています。郵便番号のみで洪水による浸水想定区域と、土砂災害の警戒区域を誰でも簡単にすばやく確認することができます。	
岐阜県総合防災 ポータル	市が発令した避難情報（高齢者等避難、避難指示）や指定避難所の開設情報および混雑状況を確認することができます。	
高山市 ホームページ	大雨などによる災害の危険性がある時は、トップページに特設サイトを開設します。	



問合せ 危機管理課
35-33345

ぜひご利用ください。

また、高齢者のみの世帯で介護保険の要支援認定や要介護認定を受けている世帯、避難行動要支援者台帳へ登録されている方がいる世帯には、市から無料で防災ラジオをお貸ししています。

避難情報などは、 Hits FM 76.5MHz で放送しています。防災ラジオは高山電機商業組合加盟の取扱店で借りることができます（ラジオ利用料：月額300円のうち、100円を市が助成）。

**防災ラジオを
活用しましょう**

市公式SNS

X (旧Twitter)、Instagram、Facebook、LINE、Youtubeを開設しています。災害情報を含めて様々な市政情報を発信していますのでフォローをお願いします。



安全安心メール

避難情報をはじめとした、災害情報を発信しています。事前に登録をお願いします。メール配信は、気象情報、地震情報、安全安心など希望する項目を選んで受信することができます。

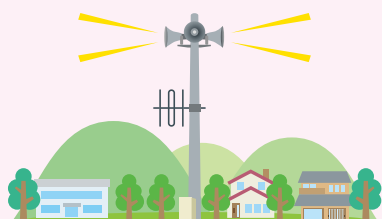


防災行政無線

市内273箇所に屋外拡声器(スピーカー)を設置し、避難情報などの緊急情報を放送します。

平常時は機器の動作確認を兼ねて定時にチャイムを鳴らしているほか、総合防災訓練時などに訓練放送を流しています。放送した内容は電話でも案内していますのでご活用ください。

☎050-5536-7071 ※通話料金がかかります



災害伝言ダイヤル

災害時にメッセージを声として残すことができます。録音された伝言は、被災地の方の電話番号を知っている方が聞くことができます。携帯電話、公衆電話からも利用できます。また、毎月1日と15日は体験利用ができます。

【使い方】

●伝言の録音方法

171 ▶ 1 ▶ 被災地の方の電話番号 ▶ 伝言を録音 (30秒以内)

●伝言の再生方法

171 ▶ 2 ▶ 被災地の方の電話番号 ▶ 伝言を聞く

※電話番号は市外局番から

※スマートフォンからも利用できます

救急車の適正利用にご協力ください

救急車を呼ぶか迷った時は、「#7119」にかけると、専門家のアドバイスを受けることができます。

また、救急車を呼ぶか迷った時に判断を支援するアプリ「救急受診アプリ(Q助)」では、医療機関や受診手段も検索できますのでご利用ください。

緊急性のある方への対応のため、救急車の適正な利用にご協力をお願いします。



▲Q助のダウンロードはこちら

Net119緊急通報システム

このシステムは、聴覚・言語機能に障がいがあり、音声による119番通報が困難な方が、円滑に消防に通報できるシステムです。利用できるのは市民、市内在勤・在学者で、利用者登録が必要です。利用申請はWEBから行うこともできます。

問合せ 指令課 ☎32-0119



非常持出品チェックリスト

避難した場所には、避難生活に必要なものは全てそろっていません。また、持病の薬など持出品は個人により様々です。いざという時に備えて、避難先での生活に最低限必要な非常持出品を準備し、いつでも持ち出せる場所に置いておきましょう。

※身の危険を感じたら、非常持出品にこだわらず、ただちに安全な場所に避難してください

- ☐ 水
- ☐ 食品 (ご飯(アルファ化米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど:最低3日分の用意)
- ☐ 防災用ヘルメット・防災ずきん
- ☐ 衣類・下着
- ☐ レインウェア
- ☐ 紐なしのズック靴
- ☐ 懐中電灯 (※手動充電が便利)
- ☐ 携帯ラジオ (※手動充電が便利)
- ☐ 予備電池・携帯充電器
- ☐ マッチ・ろうそく
- ☐ 救急用品 (ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ ブランケット
- ☐ 軍手
- ☐ 洗面用具
- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ タオル
- ☐ ペン・ノート

- ☐ マスク
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ 石けん・ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 体温計
- ☐ 持病の薬
- ☐ お薬手帳のコピー

一緒に持ち出そう!!

- ☐ 貴重品 (通帳、現金、パスポート、運転免許証、病院の診察券、マイナンバーカードなど)

高齢者がいる家族の備え

- ☐ 大人用紙パンツ
- ☐ 杖
- ☐ 補聴器
- ☐ 介護食
- ☐ 入れ歯・洗浄剤
- ☐ 吸水パッド
- ☐ デリケートゾーンの洗浄剤

子どもがいる家族の備え

- ☐ ミルク (キューブタイプ)
- ☐ 使い捨て哺乳瓶
- ☐ 離乳食
- ☐ 携帯カトラリー (スプーンやフォークのセット)
- ☐ 子供用紙オムツ
- ☐ お尻ふき
- ☐ 携帯用お尻洗浄機
- ☐ ネックライト
- ☐ 抱っこひも

女性の備え

- ☐ 生理用品
- ☐ おりものシート
- ☐ サニタリーショーツ
- ☐ 中身の見えないごみ袋
- ☐ 防犯ブザー/ホイッスル

防災備蓄品を準備しておきましょう

災害が発生してもすぐ支援物資は届きません。家庭では3日分を目安に家族が過ごせる物資を備蓄しましょう。

備蓄には、長期保存可能なものを必要量備蓄するほか、「ローリングストック(※)」という方法があります。

※日頃から使っている食料品や日用品を多めに購入しておき、使った分だけ買い足して、一定量を家に備蓄しておく方法



備蓄品の例

飲料水: 3日分(1人1日3リットルが目安)

非常食: ごはん(アルファ化米)、缶詰、インスタント麺、レトルト食品、フリーズドライ食品、調味料など

日用品: 携帯トイレ、トイレトペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロ、電池など

アルファ化米は、水やお湯を入れることで簡単に食べられるよ!



最後に...

自然災害には大雨、土砂、地震など様々なものがあります。日頃から備え、災害発生時にどう行動したら良いかを考えておくことが大切です。この特集号を参考に、家族や地域で災害対策について話し合しましょう。

問合せ 危機管理課 ☎35-3345

防災訓練に参加しましょう

日時/ 9月1日(日) 午前8時~正午

場所/ 東山中学校

防災に関するブースもありますのでぜひご参加ください。