



日本の水害と土砂災害

Flood and sediment disaster in Japan



水害からの避難

日本の豊かな自然環境を支える雨は、時として日常生活を脅かす深刻な被害をもたらします。特に夏から秋にかけては梅雨前線や台風の影響で集中豪雨や長雨が続き、それによって地盤がゆるむと土砂災害(土石流、地すべり、がけ崩れ等)を引き起こす可能性が高まります。ここ数年でも平成29年7月九州北部豪雨、平成30年7月豪雨、令和元年東日本台風など極めて甚大な被害が広域で発生しています。

こうした水害や土砂災害から「命」を守るためには、災害を他人事ではなく自分のこととして捉え、日頃から備えを進めることが重要です。

「避難経路」を知ろう

避難行動は、数分から数時間後に起こるかもしれない自然災害から命を守るための行動です。いざという時の避難に備え、平時から自治体が指定している避難場所を確認し、そこまでの経路や移動手段について計画しておきましょう。また避難すべき場所をあらかじめ認識しておくために「災害・避難カード」(*)を作成しておく役に立ちます。作成したカードは自宅の冷蔵庫など普段、目にとまる場所や財布の中に持ち歩くことをおすすめします。

夜間や道路が浸水しているような悪条件の中を無理に避難することは、かえって被災の危険を大きくすることもあります。そのため、平時からハザードマップを確認し、家のある場所が災害の発生するおそれが高いのかを把握しておきましょう。市区町村からの避難情報も参考に、安全な場所にいる人であれば避難場所に行く必要はありません。一方、災害の可能性がある場合には避難が必要となりますが、指定の避難場所の他に、安全な親戚や知人宅を避難場所とすることも考えてみましょう。また、避難場所までの移動時間を考慮して、避難行動開始のタイミングについても考えておきましょう。

※「災害・避難カード」とは、各自が避難すべき場所、避難を支援してくれる人、避難のタイミングなどをあらかじめ認識しておくため、それらの情報をコンパクトにまとめたカードです。

注意報や警報が発表されたときは、気象庁がホームページで公開している危険度分布も一緒に確認しましょう。危険度分布は、地図上で土砂災害・浸水害・洪水のそれぞれについて5段階の色分けて危険度が示されており、どこが危ない状況となるのかすぐに分かるようになっていました。いつ、どこで危険度が高まる予想となっているかを確認し、自らの地域に迫る危険性について把握し、適切に避難することが大切な命を守ることに繋がるのです。

● 災害・避難カード(●地区××)

災害	避難先・場所	避難の合図
土砂災害	A小学校 (そこまで逃げられない場合はBマンション)	土砂災害警戒情報
X川のはん濫	C市民会館	はん濫危険情報

※災害に巻き込まれないために、日頃からどのような情報に注意すればいいのか確認しておきましょう!

水害・土砂災害から家族と地域を守るには 4.「避難の方法」を知ろう
http://www.bousai.go.jp/kyoiku/pdf/h30_tebikisho.pdf

気象庁が公開している危険度分布はこちら
(<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/bosai/riskmap.html>)

「防災気象情報」「避難情報」「警戒レベル」を知ろう

昨年3月、大雨による災害発生の危険度と住民に求められる行動を「5段階の警戒レベル」で示す、新しい避難情報の運用が始まりました。これは平成30年7月豪雨の教訓を活かしたもので「逃げ遅れゼロ」を目指しています。

避難のタイミングで重要なのはレベル3とレベル4です。レベル3は、市町村が「避難準備・高齢者等避難開始」を発表する状況を指しており、高齢者や障害のある方など避難に時間を要する人は、この段階で避難をする必要があります。レベル4になると

市町村から「避難勧告」や「避難指示」が発令され、住民の全員が避難をする必要があります。そして、レベル5は既に災害が発生しているという状況です。

気象庁の警報は、重大な災害が発生するような警報級の現象が概ね3～6時間先に予想されるときに発表されることとなっています。警報の発表基準をはるかに超える大雨等が予想され、重大な災害が発生するおそれが高まっている場合、特別警報が発表されます。避難勧告がない場合でも防災気象情報に注意して早めの対応を心がけましょう。

防災情報の種類

種類	情報の種別	それぞれの役割
特別警報	大雨(土砂災害、浸水害)、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮	・重大な災害が発生するおそれが著しく大きい場合に発表
警報	大雨(土砂災害、浸水害)、洪水、暴風、暴風雪、大雪、波浪、高潮	・重大な災害が発生するおそれがある場合に発表
注意報	大雨、洪水、強風、風雪、大雪、波浪、高潮、雷、融雪、濃霧、乾燥、なだれ、低温、霜、着氷、着雪	・災害が発生するおそれがある場合に発表
気象情報	・警報の危険度分布 ・大雨に関する気象情報 ・台風情報 ・竜巻注意情報 ・記録的短時間大雨情報 ・警報級の可能性 ・長時間の高温に関する気象情報 - など	・警報等を補足する情報として、危険度が高まっている場所を示した分布図を常時10分毎に発表 ・警報等を発表する数日前から注意を呼びかけ、また、警報等の発表中に現象の経過、予測、防災上の留意点等を解説するため必要に応じて随時発表 ・警報等の対象ではない、社会的に影響の大きな天候の状況なども必要に応じて随時発表

(出典)「水害・土砂災害から家族と地域の人々を守るには」3.「情報」を知ろう(内閣府(防災担当))

防災気象情報をもとにとるべき行動と、相当する警戒レベル

名 称：警戒レベル 発信者：市区町村等 内 容：避難情報			名 称：警戒レベル相当情報 発信者：気象庁や都道府県等 内 容：河川水位や雨の情報		
警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報等	防災気象情報(警戒レベル相当情報)		
			浸水の情報(河川)	土砂災害の情報(雨)	
5	命を守る最善の行動	災害発生情報	5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報(土砂災害)
4	危険な場所から全員避難	避難勧告(避難指示(緊急))	4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3	危険な場所から高齢者などは避難	避難準備・高齢者等避難開始	3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報
2	ハザードマップ等で避難方法を確認	大雨注意報 洪水注意報	2相当	氾濫注意情報	——
1	最新情報に注意	早期注意情報	1相当	——	——

「避難行動判定フロー・避難情報のポイント」 <http://www.bousai.go.jp/fusuigai/typhoonworking/pdf/houkoku/campaign.pdf>



水害対策（日ごろの備え）

災害はいつ起きるかわかりません。豪雨や土砂災害は毎年、全国各地で発生しており、大規模な被害をもたらしています。起きてから後悔しないように、日ごろから非常用の備蓄や持ち出し品の準備、保険などによる災害の備えが必要です。

持ち出し品と備蓄品を準備しておく

避難するときに備えて、非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックなどに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。避難情報が発令されてからでは持ち出し品を詰めている時間は殆どありません。自分にとって「ないと困る物」をリストアップして、普段から少し多めに購入しておくことで安心です。このとき、貴重品とあわせて持ち出し品を準備しておくことが重要です。避難の際に持ち出すべきものは、食料に限らず多岐にわたります。また、子供や高齢者がいる家庭では必要なものが増えます。さらに、新型コロナウイルスなどの感染症対策として、

マスクや手指消毒液など感染症対策の携行品を準備しておくことも重要です。

持ち出し品に加えて、家庭での備蓄品も準備をしましょう。飲料水や非常食は最低 3 日分が目安ですが、大規模災害発生時には 1 週間分の備蓄が望ましいとされています。トイレを流したりするための生活用水の確保も必要です。日ごろから水道水を入れたポリタンクを用意する、災害の危険が予測される場合にはお風呂の水を張っておくなどの備えをしましょう。次ページのチェックリストを活用しながら、自らや家族が必要なものを確認し、日ごろから準備しておきましょう。

家族同士の安否確認

家族や親族が別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、非常時の連絡方法、連絡先、避難場所・経路などを、日ごろから共有・確認しておきましょう。災害時には、携帯

電話の回線がつながりにくなり、連絡がとれない場合もありますので、「171 災害用伝言ダイヤル」や「災害用伝言版」などのサービスも活用しましょう。

災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。

災害用伝言版

携帯電話や PHS からインターネットサービスを使用して文字情報を登録し、自分の電話番号を知っている家族などが、情報を閲覧できます。

災害の「備え」チェックリスト



監修／内閣府政策統括官（防災担当）、内閣府男女共同参画局

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの！

- ☐ 水
- ☐ 食品
(ご飯（アルファ米など）、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（※手動充電式が便利）
- ☐ 携帯ラジオ（※手動充電式が便利）
- ☐ 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

感染症対策にも有効です!!

- ☐ 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

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)

子供がいる家庭の備え

- ☐ ミルク（キューブタイプ）
- ☐ 子供用紙オムツ
- ☐ 抱っこひも
- ☐ 使い捨て哺乳瓶
- ☐ お尻ふき
- ☐ 子供の靴
- ☐ 離乳食
- ☐ 携帯用お尻洗浄機
- ☐ 携帯カトラリー
- ☐ ネックライト

女性の備え

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

高齢者がいる家庭の備え

- ☐ 大人用紙パンツ
- ☐ 入れ歯
- ☐ デリケートゾーンの洗浄剤
- ☐ 杖
- ☐ 入れ歯用洗浄剤
- ☐ 持病の薬
- ☐ 補聴器
- ☐ 男性用吸水パッド
- ☐ お薬手帳のコピー

備蓄品

お家に備えておくもの！

- ☐ 食料や水（最低3日分!できれば1週間分）× 家族分
保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣にしていれば、常に食料の備蓄が可能!
- ☐ 生活用品
例えば、ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレ…など

ほかにも、家庭で必要なものは日ごろから備えておきましょう



地域のつながり

災害発生時の救助や避難では、日ごろからの近所づきあいが力を発揮します。まずは自分自身で自分の命や身の安全を守ることが重要ですが、その上で地域コミュニティでの相互の助け合いが重要となります。地域に風水害や土砂災害などのどのようなリスクがあるのかを地域の中で共有し、家族や地域の人たちの命や財産をどのように守るのかを地域の中でしっかり考え、対策を検討しておくことが大切です。

そのため、地域住民や自主防災組織、企業、社会福祉協議会、学校、病院、社会福祉法人等の多様な主体が一緒になって地域コミュニティの防災に関する課題と対策について考えておき、いざという時に効果

的な対応ができることが重要です。このような地域での課題や対策を考えるひとつの方法が「地区防災計画」です。「地区防災計画」については、P12にも記事がありますので、あわせてご参照ください。

また、町内会や自治会が中心となって開催される避難訓練などの防災関連の行事では、地域の防災に関する取組を知ることができるため参加してみましょう。参加型の防災訓練では、安否確認や救出・救護、炊き出しや避難所生活などを体験することもできます。

いざという時に頼りになるのは近所の方たちです。災害による被害を減らすためにも、地域のつながりを大切にしましょう。



避難所開設訓練
(北海道稚内市：2019年11月)



炊き出しの様子
(熊本地震)



小学生による津波避難訓練
(高知県四万十市：2019年11月)

首相官邸ホームページ「防災の手引き～いろんな災害を知って備えよう～」

首相官邸のホームページでは、「大規模自然災害ではどのようなことが起きるのか」「その時どう対応したら良いのか」「災害に対する備えはきちんと出来ているか」について分かりやすくまとめています。



《出典》首相官邸 防災の手引き～いろんな災害を知って備えよう～ <https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/index.html>

被災したときに備える保険・共済への加入

風水害や土砂災害などの災害に対しては、保険や共済に加入するという事前の備えが重要です。既に加入している方も補償対象・内容が十分か見直してみましょう。

保険・共済に加入することで、洪水、高潮、土砂崩れなどによる住宅や家財への被害に備えることができます。火災保険には、火災だけでなく、風災・水災・雪災・落雷などの風水害等による損害を補償する商品があり、風水害による損害が一定額以上に達するものであれば補償の対象としています。ただし、補償対象となる災害の種類や補償の内容は、保険会社・共済団体や商品により様々であることに注意が必要です。保険・共済への加入を検討する際や加入内容を確認する際には、ハザードマップなどで自宅の災

害リスクをしっかりと把握した上で、各保険会社・共済団体に詳細を確認し、必要な補償を確保するようにしましょう。

また、建物被害の程度に関わらず、家財が被害を受けて再購入が必要になる場合も考えておくことが大切です。持ち家の場合は建物の補償と家財の補償の双方で備えることが望ましく、借家の場合は家財の補償のみを契約します。マンションにお住まいの方は、管理組合などが共用部分の保険に加入しているか確認しましょう。また分譲マンションにおいては、専有部は持ち家という扱いとなりますので、お住まいの階数なども考慮して、家財に加えて建物も補償に含めるべきかを検討しましょう。なお、車を所有されている場合には、車両保険でカバーしましょう。

※地震保険は、単独での加入はできず火災保険とセットでの加入となることに注意しましょう。

持家世帯の保険・共済の加入件数・割合 (建物のみ) (内閣府試算)

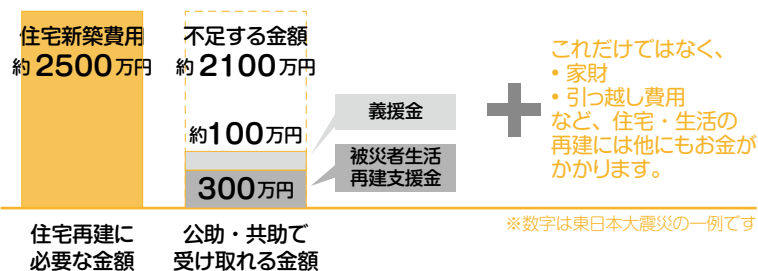
火災補償あり
2,880 万件
(82%)

水災補償あり
2,307 万件
(66%)

火災補償に比べ、水災補償の加入割合は、まだまだ低い状況にあります。

※損害保険料率算出機構資料(2015年度末における全保険会社の建物(住宅)を対象とした火災保険保有契約を集計)及び日本共済協会資料(2015年度末におけるJA共済連、JF共済連、全労済、全国生協連の建物(住宅)を対象とした共済保有契約を集計。住宅のみのデータ抽出が困難なものを除く)をもとに、内閣府試算

東日本大震災で全壊被害に遭った住宅の新築費用は、平均して約2,500万円で、それに対して公的支援として受給できたのは、善意による義援金をあわせても約400万円にとどまりました。



「半壊」世帯には、災害救助法に基づき、58.4万円(平成30年4月1日時点)を限度として市町村が応急修理を行います。災害復興住宅融資制度による低利融資は、「一部損壊」でも受けられます。

《出典》「水害・土砂災害から家族と地域の人々を守るには」5、備えよう「保険の活用」(内閣府(防災担当))

事前の準備のための情報

水害や土砂災害から身を守るためには、まず地域の災害リスクや事前準備のための情報を知ることが大事です。内閣府や国土交通省、気象庁、自治体などでは様々な情報をホームページなどで公開しています。

特に水害や土砂災害は地形による影響を大きく受ける災害です。ハザードマップや地区防災計画を見て、河川が氾濫した場合には何メートル浸水してしまうのか、土砂災害が起こりやすい場所ではないか、自宅や学校・職場など良く立ち入る場所には、どのような危険があるのか確認しましょう。なお、水害に関するハザードマップは市町村が、土砂災害に関するハザードマップは都道府県が作成していますので、それぞれホームページや役所などで確認しましょう。国土交通省の「ハザードマップポータルサイト」にも情報が集約されています。

お役立ちサイトの例

身の回りの災害リスクを調べる	避難勧告等が発令された場合に取るべき行動を理解する	地域コミュニティで災害に備える
ハザードマップポータルサイト (国土交通省) 洪水・土砂災害・津波のリスク情報などの確認や地域ごとの様々な種類のハザードマップを閲覧できます。 https://disaportal.gsi.go.jp/	避難勧告等の判断・伝達 (内閣府) 避難勧告に関するガイドラインや関連する手続きなどを閲覧できます。 http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/index.html	みんなでつくる地区防災計画 (内閣府) 地区防災計画ガイドラインや防災活動に取り組んでいるモデル地区事業の取組紹介などを閲覧できます。 http://www.bousai.go.jp/kyoiku/chikubousai/index.html