

か ぞく ぼう さい て ちよう  
**家族防災手帳**  
ぼん  
こども版



洪水



高潮



地震



内水氾濫



津波

Step 1  
知る

Step 2  
考える

Step 3  
準備する

ひじょうも だし ひん  
非常持ち出し品

さいがいじ ひなん だいじ ひなんせいかつ ひつよう  
災害時にすぐに避難ができるよう、大事なものや避難生活に必要なものを話し合っ、リュックなどに入れておきましょう。

やってみよう!

みず ほぞんしょく・おかし  
水と保存食・おかし

ほぞん きかん なが  
保存期間が長く、  
た  
すぐ食べられるもの



み まも  
身を守るためのもの

ヘルメット、  
あふで てぶる ぐんて 高え  
厚手の手袋 (軍手)、ライト、笛



せいかつようひん  
生活用品

はみがきセット、ハンカチ、  
ティッシュ、生理用品など



かんせんしよよ ぼう くすり  
感染症予防、薬

マスク、体温計、ばんそうこう、  
ふだんつか くすり  
普段使っている薬など



タオル、着替え

タオル、下着、くつ下、  
うわぎ あまぐ など



おもちゃや大事なもの

電気を使わないおもちゃ、  
ほん かぞく しやしん  
本、家族の写真など



このほかにも、自分や家族に必要なものを考えてみよう!

たとえば・・・アレルギー対応の保存食、ペットのえさやケージ など

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



ねん  
年

くみ  
組

なまえ  
名前

はつぎょう 四日市市  
発行  
まがく 編集  
企画・編集  
監修  
お問い合わせ先  
四日市市危機管理課  
TEL : 059-354-8119 FAX : 059-350-3022

はつぎょうねん  
発行年月  
れいねん ねん がつ  
令和 6 年 1 月

よつか いちし たいふう おおあめ さいがい じしん つなみ さいがい  
四日市市には、台風や大雨による災害や、地震、津波などの災害  
が起こるおそれがあります。

# Step 1

## さい がい し 災害を知る



1  
知る

たいふう おおあめ 6～9 ページへ  
台風や大雨のときには、  
こんな災害が起こるおそれがあります。 やま いわ どり  
山から岩や泥がおそってくる?!



じしん お 10～11 ページへ  
地震が起きると、  
津波や土砂災害も起こるおそれがあります。 うみ おお なみ  
海から大きな波が  
やってくる?!



この本で、災害について知っておきましょう。

# どこにどんな災害が起こる？

やってみよう！

このマップは、四日市市にどのような災害の危険性があるかを示したものです。

この色の地域は…  
土砂災害  
のおそれがある地域

この色の地域は…  
ため池  
の氾濫による浸水の  
おそれがある地域

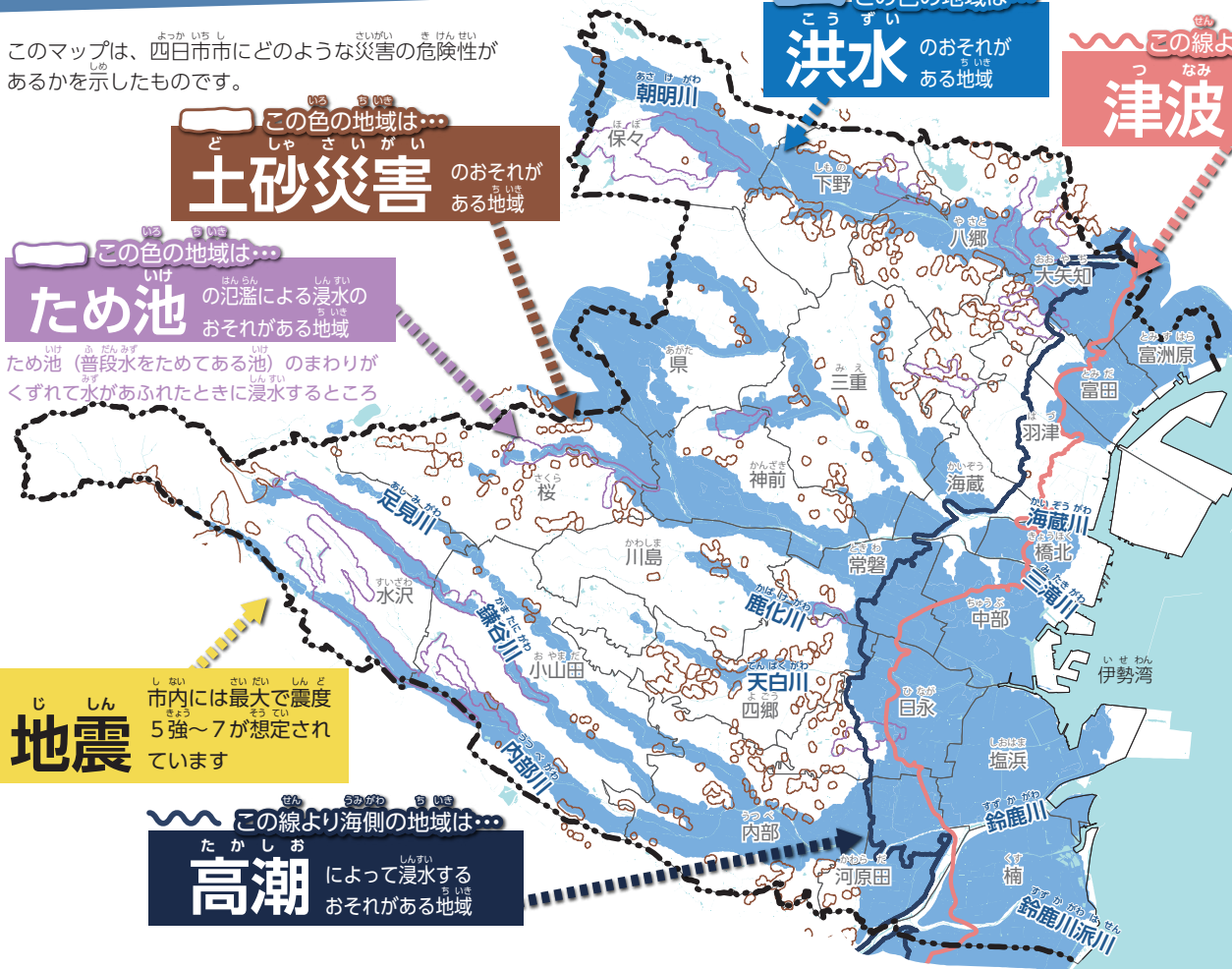
ため池（普段水をためてある池）のまわりがくずれて水があふれたときに浸水するところ

市内には最大で震度5強～7が想定されています

この線より海側の地域は…  
高潮  
によって浸水する  
おそれがある地域

この色の地域は…  
洪水  
のおそれがある地域

この線より海側の地域は…  
津波  
によって浸水する  
おそれがある地域



自分の家のまわりで起こるおそれがある災害にチェックしましょう。

- 洪水
- 土砂災害
- ため池の氾濫
- 高潮
- 地震
- 津波

1 知る

# 洪水

## 洪水ってなに？

洪水とは、台風や大雨で川に流れる水が増えて、川の水があふれ出たり、強い水の力でいぼうがこわれたり、くずれたりすることです。

## 洪水が起こるとどうなる？

洪水が起こると、川の近くでは建物がこわれたり、川から遠くても、建物に水が流れこんだりして、大きな被害になります。



### 四日市市で起きた災害 集中豪雨 昭和49年7月

1974年(昭和49年)7月25日  
の集中豪雨で、市内の中小河川  
のほとんどがあふれ、水びた  
しとなりました。



水びたしになった日永・二丁目付近

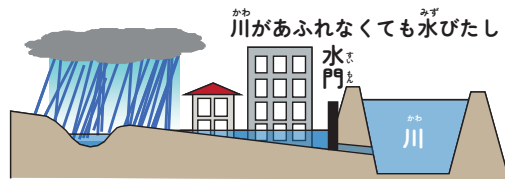
# 内水氾濫

## 内水氾濫ってなに？

川があふれなくても、同じ場所で大雨が降り続けると、下水道などが雨水を流しきれなくなり、雨水があふれて水びたしになることです。

## 内水氾濫が起こるとどうなる？

まわりにくらべて低いところに水が流れ込んだり、アンダーパスなどの低い道路に水がたまって車が動けなくなったりします。



### 四日市市で起きた災害 東海豪雨 平成12年9月

2000年(平成12年)9月11日  
から12日にかけて記録的な  
大雨となり、市内の北部や海  
沿いで水びたしとなりました。



水びたしの中をゴムボートで避難する様子(新正)



# ど しゃ さい がい 土砂災害

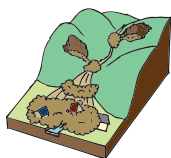
## ど しゃ さい がい 土砂災害ってなに？

ど しゃ さい がい とは、おお あめ じ しん など が 引 き 金 と な っ て、「が け 崩 れ」、「土 石 流」、「地 す べ り」が 起 こ る こ と で す。



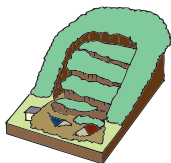
### が け 崩 れ

やま が け が 崩 れ  
お ち る



### 土 石 流

石 や 土 砂 が 一 気  
に 押 し 流 さ れ る



### 地 す べ り

地 面 が ゆ っ く り  
す べ り 落 ち る

## ど しゃ さい がい お 土砂災害が起るとどうなる？

やま が け が ぐ ず れ た り、土 砂 が 一 気 に 流 れ て き た り す る こ と で、建 物 を 押 し つ ぶ し た り、道 路 を ふ さ い だ り し て 大 き な 被 害 と な り ま す。

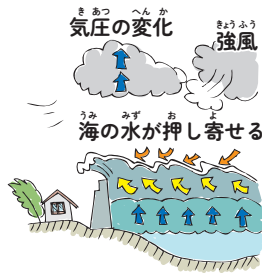
# たか しお 高潮

## たか しお 高潮ってなに？

たか しお とは、台 風 などの 気 圧 の 変 化 や 強 風 が ぎ っ か け と な り、海 の 表 面 が 高 く な り、海 の 波 が 押 し 寄 せ て く る こ と で す。

## たか しお お 高潮が起るとどうなる？

大 量 の 海 の 水 が 流 れ 込 ん で 来 て、低 い 土 地 に 一 気 に 広 が り ま す。



1  
知る

## よ っ か い ち し お さいがい 四日市市で起きた災害

### い せ わん たい りう しょう ねん がつ 伊勢湾台風 昭和 34 年 9 月

1959 年 (昭 和 34 年) 9 月 26 日 の  
伊 勢 湾 台 風 で は、強 い 雨、風 と 同  
じ に 5m 近 い 高 波 が 四 日 市 を お そ い、  
115 名 が げ ざ い に な り ま し た。



台風翌日の東洋紡東宮町通り (富洲原)

## みん な で 防 災 に 取 り 組 ん だ 三 重 県 楠 町 (現 在 の 四 日 市 市 楠 地 区)

過 去 に 高 潮 で 被 害 を 受 け た 楠 町 は、次 の 災 害 に  
備 え て、町 民 みん な で 防 災 に 取 り 組 み ま し た。  
そ の お か げ で、伊 勢 湾 台 風 が 町 を お そ い、町 内  
の ほ ぼ 全 域 が 水 び た し に な っ て も、町 民 は 一  
り も 命 を 落 と し ま せ ン で し た。



伊勢湾台風による楠町の被害 (吉崎地区)

## よ っ か い ち し お さいがい 四日市市で起きた災害

### れい わ ねん がつ おお あめ 令 和 4 年 8 月 の 大 雨 れい わ ねん がつ ち 令 和 4 年 8 月 25 日

2022 年 (令 和 4 年) 8 月 25 日 の  
大 雨 で は、市 内 の 各 所 で 通 行 止 め や  
停 電 が 発 生 し ま し た。

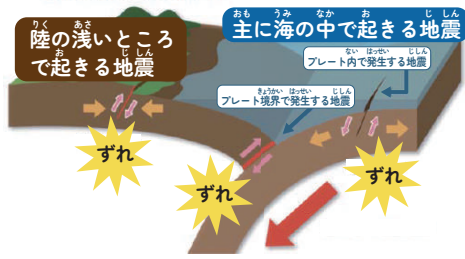


桜地区で発生した土砂災害

# 地震

## 地震ってなに？

地震とは、地下の岩ばんが周囲から押されたり、引っ張られることによって、岩ばんが急激にずれ、地面がゆれることです。



イラスト：気象庁「活断層の地震に備える」を参考に作成

## 地震が起こるとどうなる？

ゆれで家具が倒れたり、ものが飛んでくるだけでなく、建物が倒れたり、つぶれたりします。また、土砂くずれや津波が起こることもあります。

### 四日市市で起きた災害

## 昭和東南海地震 昭和19年12月

1944年(昭和19年)12月に発生した地震により、1,263戸の建物が壊れ、22人が命を落としました。

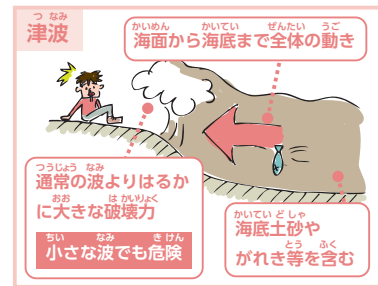
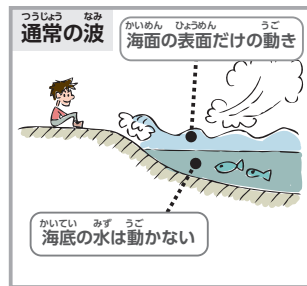


屋根がうねるように倒壊した網助製網の工場(富田)

# 津波

## 津波ってなに？

津波とは、主に海底で起こった地震によって、海水が陸地に押し寄せる非常に大きな波の事です。



## 津波が起こるとどうなる？

大量の海の水がたくさんのを巻き込みながら速いスピードで押しよせてきます。家や車なども波の力で押し流されてしまいます。

### 四日市市で起きた災害

## 宝永地震 1707年(宝永4年)

1707年(宝永4年)10月に発生した地震により、四日市地域では津波により海岸のていぼうが破壊され、家屋倒壊152軒、大破損524軒の被害が記録されています。

出典：四日市市史



この津波で、高知県須崎市の須崎八幡宮の神輿が津波に流され、伊豆の沖合まで流れ着いたという記録が残っている。

## Step 2

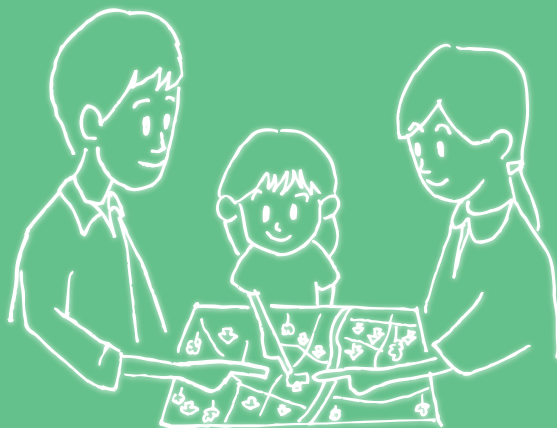
# 避難を考える



さいがい お  
災害は、いつ起こってもおかしくありません。

じぶん かぞく いのち まも  
いざというときに、自分や家族の命を守るよう、

に ばしょ ほうほう かぞく はな あ  
逃げる場所や方法について、家族で話し合っておきましょう。



2

考える

さいがい しゅう いちにちまえ  
災害のエピソード集（一日前プロジェクト）より おきなほくま ぼうさいじほうさう  
内閣府防災情報のページ

いえ には ばあちゃん と わたし ふたり だけのとき、 じしん が 来ました。  
小さいころから、親に「ここは海に近いから、昔も津波がいっぱい  
来たんだよ」と、ウルサイほど言われていたので、ばあちゃんは「逃  
げなくていいよ」と言ったけれど、私は「逃げなきゃだめだ」と思  
い、ばあちゃんと一緒に避難しました。その日の夜は、父さんも母  
さんも生きているのかさえ分からず、あまり眠れませんでした。

へんさい ねん がつ びんぱい ほんぱくしんぱい へんぱい ねん がつ かねいしち さいじつ しょうがく 4ねん じよ  
平成 23 年 3 月 東日本大震災平成 23 年 3 月 (釜石市 震災当時小学 4 年 女子)

# 台風や大雨から命を守る

洪水・内水氾濫・土砂災害・高潮のおそれがあるところに住んでいる人は、台風や大雨で災害が起きそうなときに、避難が必要です。

雨や風が強い時の避難は危険です！

- 川や用水路、海に近づくかない
- 地下道などの低い道は通らない
- 夜間の避難は足元が見えず危険



## 雨や風が強まる前に 安全な場所へ避難

外が安全なうちに、早めに避難しましょう。  
日ごろからいくつか避難先を考えておき、そのとき一番安全な避難方法を選択しましょう。

自分の家が安全なら、家で避難

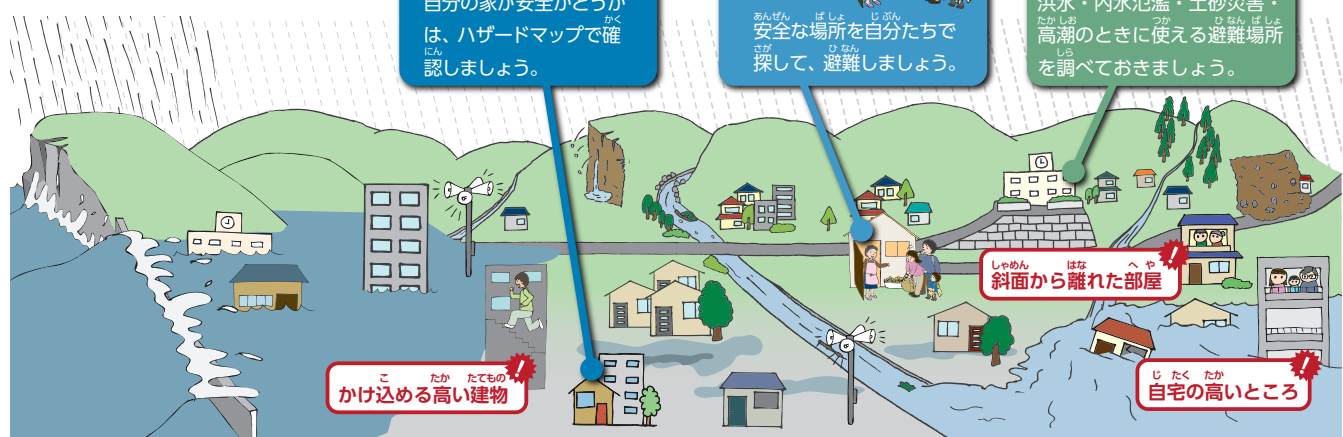
自分の家が安全かどうかは、ハザードマップで確認しましょう。

災害のおそれが低い親せきや知り合いの家などへ

安全な場所を自分たちで探して、避難しましょう。

近くの避難場所や安全な場所へ

洪水・内水氾濫・土砂災害・高潮のときに使える避難場所を調べておきましょう。



逃げ遅れてしまったら、少しでも安全なところへ！

2 考える

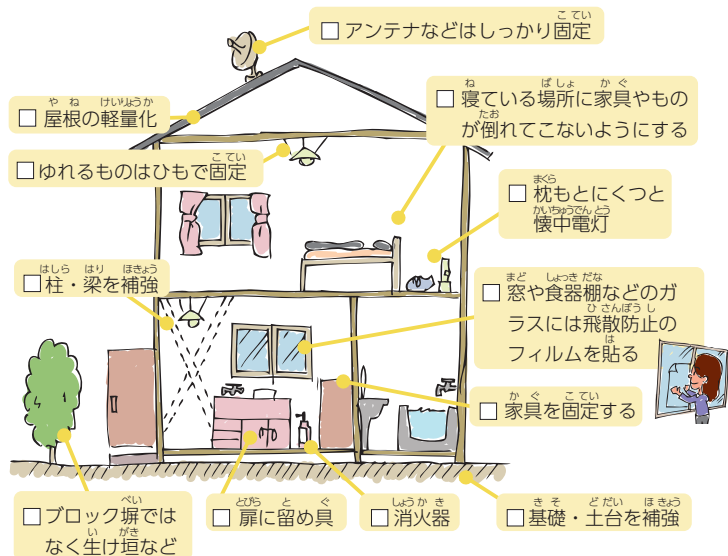
## 家族で地震への備えをチェック

地震のゆれで家がつぶれたり家具がたおれたりすると、外へ逃げられなくなったり、ケガをしたりしてしまいます。

家の中や家の周りを確認して、建物や家具がたおれないように、上から物が落ちてこないようにしておくことが大切です。

保護者の方と一緒に

できていることをチェックしましょう



## グラツときたら、すぐ身を守る

まず地震のゆれから身を守り、津波のおそれがあるところでは、できるだけ海から遠くて高い場所を目指して避難しましょう。

### 建物の中にいるとき

机やテーブルの下に入るなどして頭を守り、ゆれがおさまるのを待ちましょう。



### 外にいるとき

建物や電柱などから離れ、かばんなどで頭を守り、ゆれがおさまるのを待ちましょう。



### 津波避難ビルなど高い建物

津波注意報や警報が出ている間は避難を続ける

津波はくりかえしやってくる



家がこわれる、火事が起きるなどで危険なとき

親せきや知り合いの家、指定緊急避難場所などへ避難しましょう。

### 津波のおそれがあるとき

強いゆれや長いゆれを感じたり、津波注意報や警報を見聞きしたら、すぐに海から遠くて高い場所へ避難しましょう。

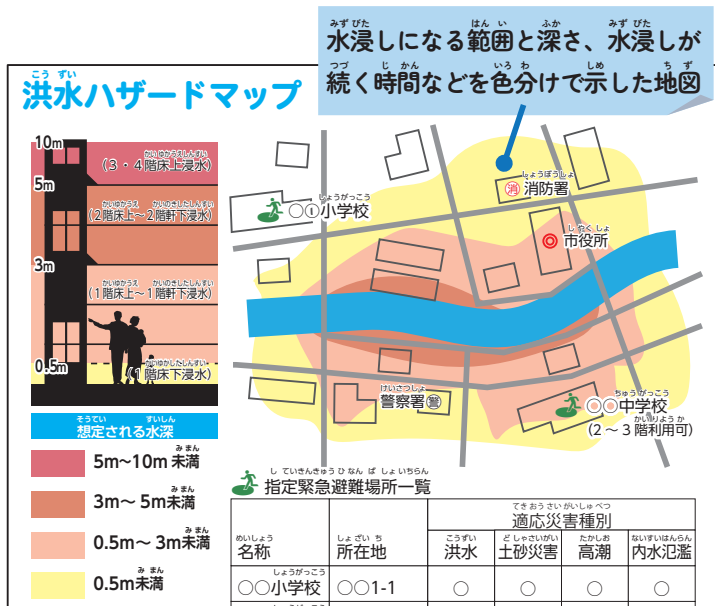
遠くへ避難できないときは、津波避難ビルなどへかけ込む!



# よっか いち し 四日市市のハザードマップ

ハザードマップとは、災害が起こったときに危険な場所や、避難場所などを地図にまとめたものです。

ハザードマップを見ると、こんなことがわかります。



**避難所・避難場所の位置や名まえ、使える階数**

**その避難所や避難場所は、どの災害のときに使えるか**

四日市市には、災害ごとにハザードマップがあります。家族と一緒に、ハザードマップで自分の家や避難先を調べましょう。



四日市市のホームページで、ハザードマップなどを確認できます。

## 各種ハザードマップ

<https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp/hazard-map/hm-02/>



インターネット上の地図で、危険な場所や避難所の位置などを確認できます。

## 四日市市公開型 GIS (防災情報)

<https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp/hazard-map/hm-03/>



## 避難経路 (避げるときに通る道) を考えよう

災害が起こると、家がたおれたりして、いつもの道が通れなくなることもあります。普段から避難経路を考えて、地図に書き込んでおきましょう。

## 災害時に危険な場所は避けましょう

- 狭い道路、行き止まり、坂道、階段、段差など
- ブロック塀、自動販売機、がけ、水路、側溝など



## いっしょにやってみよう

## 四日市市 AR 防災学習アプリ「ARLook」(あるっく)

QRコードでアプリをダウンロード



スマホやタブレットのカメラをかざすと、目の前の場所が洪水になった様子や浸水の深さを画面に表示することができます。

iPhone, iPad    Android

2 考える



# 台風や大雨のときの避難情報

# 地震や津波のときの情報

台風や大雨によって、洪水や土砂災害などのおそれがあるときには、避難を呼びかける避難情報が出ます。避難情報には警戒レベル1～5まであり、それぞれでしてほしいこと（対応方法）が違います。

地震や津波の情報を受け取ったら、すぐに身を守ったり、避難を始めることが大切です。

## 避難情報

## みなさんにしてほしいこと（対応方法）

**警戒レベル1**  
早期注意情報

・近いうちに災害が起きるかもしれないと考えておく

**警戒レベル2**  
大雨・洪水・高潮  
注意情報

・ハザードマップで避難場所や避難の方法をもう一度確認する  
・雨の量や川の水位を調べ始める

**警戒レベル3**  
高齢者等避難  
危険な場所から高齢者等は避難

・お年寄り、障害がある人、妊婦さん、赤ちゃん、幼児など、避難に時間がかかる人は、警戒レベル3で避難



**警戒レベル4**  
避難指示  
危険な場所から全員避難

・危険な場所にいる全ての人は、警戒レベル4で避難



**警戒レベル5**  
緊急安全確保

・まだ避難が終わっていない場合は、少しでも安全な自分の家の2階や近くの高く丈夫な建物へ

災害発生  
危険が迫る

警戒レベル4までに必ず避難！

## 緊急地震速報

地震が起きる少し前に、テレビ・ラジオ・携帯電話（スマートフォン）などでお知らせ



## みなさんにしてほしいこと（対応方法）

緊急地震速報を見聞きしたらすぐに、机の下や周りに落ちてくるものがないところで頭を守りましょう。ただし、震源に近い地域では、情報が強い揺れに間に合わない場合があります。自分の家が倒れたり、火事や津波のおそれなければ、避難する必要はありません。

## 津波注意報・警報

## みなさんにしてほしいこと（対応方法）

**津波注意報**

海の中にいる人はすぐに海から上がって、海岸から離れる

**津波警報**

海や川の近くにいる人は、すぐに高台や津波避難ビルなど安全な場所へ避難

**大津波警報（特別警報）**

強いゆれや長いゆれを感じたり、津波注意報や警報を見聞きしたら、すぐに避難を開始しましょう。津波は何度もくりかえしやってくるため、津波注意報や警報が解除されるまで避難を続けましょう。

2 考える

## 自分の家は災害のとき安全かを確認しましょう

ハザードマップで自分の家にどんな災害のおそれがあるか確認し、あてはまるものにチェックを入れましょう。

### 各種ハザードマップ

<https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp/hazard-map/hm-02/>



| 洪水  | 土砂災害   | 高潮   | 内水氾濫   |
|---|--|--|--|
| <p><b>想定される水深</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 5m~10m 未満 (3・4階床上浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 3m ~ 5m 未満 (2階床上~2階軒下浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.5m ~ 3m 未満 (1階床上~1階軒下浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.5m 未満 (1階床下浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 流速が速く、木造家屋が倒壊するおそれがある区域</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 洪水の際に地面が削られるおそれがある区域</li> </ul> <p>-または- 浸水が1週間程度継続するおそれがある区域</p> | <p><b>土砂災害のおそれがある区域</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 土砂災害特別警戒区域</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域</li> </ul> | <p><b>想定される水深</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 5m~10m 未満 (3・4階床上浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 3m~ 5m 未満 (2階床上~2階軒下浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.5m ~ 3m 未満 (1階床上~1階軒下浸水)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.5m未満 (1階床下浸水)</li> </ul> | <p><b>想定される水深</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="checkbox"/> 3.001~5.000m (3m1mm~5m)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 1.001~3.000m (1m1mm~3m)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.501~1.000m (50cm1mm~1m)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.301~0.500m (30cm1mm~50cm)</li> <li><input checked="" type="checkbox"/> 0.05~0.300m (5cm~30cm)</li> </ul> |

## 避難するところを考えておきましょう

### 雨や風が強まる前に避難するところ

- たとえはこんなところへ
- 親せきや知り合いの家
  - 近くの避難場所や安全な場所
  - 自分の家が安全なら、家で避難

### 洪水 土砂災害

#### 雨や風が強まる前に避難するところ

### 高潮

#### 雨や風が強まる前に避難するところ

### 内水氾濫

#### 雨や風が強まる前に避難するところ

### 逃げ遅れてしまったとき避難するところ

- たとえはこんなところへ
- かけ込める高い建物
  - 斜面から離れた部屋
  - 自分の家の高いところ

#### 逃げ遅れてしまったときに避難するところ

#### 逃げ遅れてしまったときに避難するところ

#### 逃げ遅れてしまったときに避難するところ

# 台風や大雨のときの避難計画

## 〈マイ・タイムライン〉

やってみよう!

避難するタイミングや準備をすることなどを、家族と一緒に考えてみましょう。

| 警戒レベル                             | 市からの避難情報ととるべき行動                              | 気象庁等の情報   |
|-----------------------------------|--|---|
| 平時<br>今後気象状況悪化のおそれ<br>警戒レベル 1     | 平時から大雨や台風に対する準備をしよう<br>とるべき行動<br>災害への心構えを高める | [気象庁が発表]<br>早期注意情報  |
| 気象状況悪化<br>警戒レベル 2                 | とるべき行動<br>自らの避難行動を確認                         | [気象庁が発表]<br>大雨注意情報<br>洪水注意情報<br>高潮注意情報 (警報に切り替える可能性に言及されていないもの) |
| 災害のおそれあり<br>警戒レベル 3               | [市が発令]<br>高齢者等避難<br>とるべき行動<br>危険な場所から高齢者等は避難 | 警戒レベル3相当情報<br>大雨警報、洪水警報<br>高潮注意情報 (警報に切り替える可能性が高い)<br>氾濫警戒情報 等  |
| 災害のおそれ高い<br>警戒レベル 4               | [市が発令]<br>避難指示<br>とるべき行動<br>危険な場所から全員避難      | 警戒レベル4相当情報<br>土砂災害警戒情報<br>高潮警報、高潮特別警報<br>氾濫危険情報 等               |
| 災害発生<br>危険が迫る<br>警戒レベル 4 までに必ず避難! |  |   |
| 災害発生又は切迫<br>警戒レベル 5               | [市が発令]<br>緊急安全確保<br>とるべき行動<br>命の危険 直ちに安全確保!  | 警戒レベル5相当情報<br>氾濫発生情報<br>大雨特別警報 等                                |

### みなさんの命を守る行動を確認しましょう

災害のときにあなたが必要だと思う行動にチェックしましょう。空欄にはこのほかに思いついた行動を書きましょう。

平時からの準備・状況の把握

- 「台風や大雨のときの避難計画」に家族で決めたことを書き込んでおく
- テレビなどで今後の台風の状況を調べる
- 水位や雨量を調べる
- 非常持ち出し袋を確認する
- 携帯電話等を充電しておく
- ハザードマップで避難場所や避難の方法を再確認しておく
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

避難行動開始・安全の確保

- 避難に時間がかかる人は避難を開始する  
お年寄り、障害がある人、妊婦さん、赤ちゃん、幼児など
- いつでも避難できるよう準備をする
- 一緒に避難する人に連絡する
- \_\_\_\_\_
- 危険な場所にいる全ての人は避難を開始する
- \_\_\_\_\_
- ⚠ 避難の途中で危険を感じたら、近くの安全な場所へ

警戒レベル5を待たずに、必ず危険な場所から避難!

警戒レベル5は必ず発令する情報ではありません。

警戒レベル5を待たずに、必ず危険な場所から避難!

※必ずしもこの順番で情報が出るとは限りません。状況に応じた柔軟な対応が重要です。

2が考える

## 自分の家は災害のとき安全かを確認しましょう

**地震** 自分の家を確認し、チェックを入れましょう。

**津波** ハザードマップで自分の家が津波のおそれがあるか確認し、あてはまるものにチェックを入れましょう。

**各種ハザードマップ**  
<https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp/hazard-map/hm-02/>

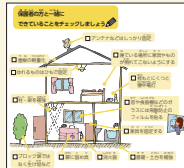


**自分の家の地震の備えをチェック**

自分の家は耐震化した 又は 昭和 56 年よりあと※に建てた  
 ※ご家族の方へ 昭和 56 年 5 月より前に建てた建物は、旧耐震基準で建てられています。

地震への備えができている

16 ページでチェックしてみましょう▶



**想定される水深**

|                          |                 |                          |                      |                          |             |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | 5m ~ 10m        | <input type="checkbox"/> | 5分 未満から 10分          | <input type="checkbox"/> | 60分 から 90分  |
| <input type="checkbox"/> | 3m ~ 5m 未満      | <input type="checkbox"/> | 10分 から 20分           | <input type="checkbox"/> | 90分 から 120分 |
| <input type="checkbox"/> | 2m ~ 3m 未満      | <input type="checkbox"/> | 20分 から 30分           | <input type="checkbox"/> | 120分 以上     |
| <input type="checkbox"/> | 1m ~ 2m 未満      | <input type="checkbox"/> | 30分 から 60分           |                          |             |
| <input type="checkbox"/> | 0.3m ~ 1m 未満    |                          |                      |                          |             |
| <input type="checkbox"/> | 0.01m ~ 0.3m 未満 | <input type="checkbox"/> | 津波が到達するが 浸水深 30cm 未満 |                          |             |

津波到達時間 (浸水深 30 c m の津波が到達する時間)

## どんなときに避難するか (避難のきっかけ) を考えておきましょう

**地震** **たとえばこんなとき** 避難のきっかけ

- 家がこわれて危険なとき
- まわりで火事が起きたとき
- 近くで土砂災害が起きそうなとき

**津波** **たとえばこんなとき** 避難のきっかけ

- 強いゆれや長いゆれを感じたとき
- 津波注意報や警報が出たとき

## 避難するところを考えておきましょう

**地震** **自分の家が危険なときに避難するところ**

たとえばこんなとこへ

- 親せきや知り合いの家
- 指定緊急避難場所

**津波** **津波のおそれがあるときに避難するところ**

たとえばこんなとこへ

- 海から遠くて 高い場所

**遠くに避難できないときに避難するところ**

たとえばこんなとこへ

- 津波避難ビルや海から離れた高い建物

2 考える

ここまで、災害さいがいについて知り、避難ひなんについて考えかんがてきました。  
自分たちにもできる防災ぼうさいにはなにがあるか、考えかんがてみましょう。

避難場所ひなんばしょを決めておく

避難しようって言う

家具が固定してあるか確認する



あなたが考えた「自分じぶんにできること」を書きましよう。

災害のエピソード集(一日前プロジェクト)より 内閣府防災情報のページ

大きな地震で岩山がガラガラと音を立てて崩れ、大きな石が校庭まで飛んできました。それを見ていた1年生、2年生が泣き出してしまい、6年生の女子が自発的に「大丈夫、大丈夫」って言いながら励ましてあげていました。

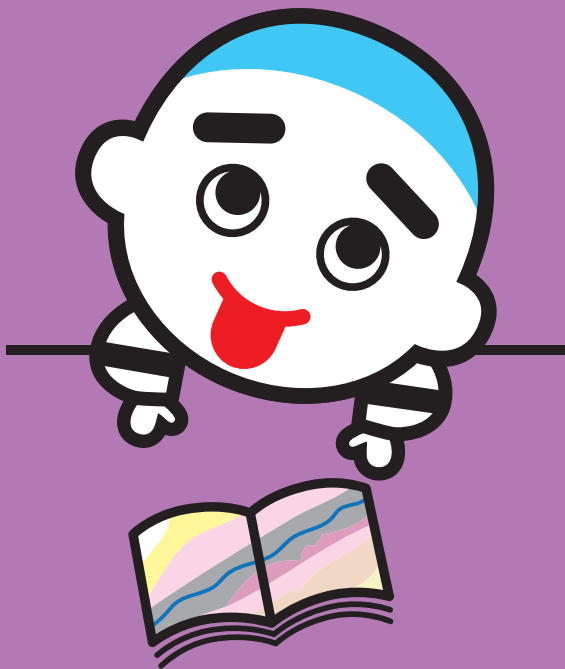
平成12年(2000年)10月鳥取県西部地震(鳥取県 日野町 60代 男性 学校関係者)

学校に避難したら、子供たちが率先してハンゴウを出したり、畳を干したりしていました。子ども会でも年に1回、校庭でキャンプをしているので、子供たちはどこに何がしまっているのか知っていて、ドラム缶で火をたいたり、お湯を沸かしたりが自然にできたのです。

平成17年3月福岡県西方沖を震源とする地震(福岡市 50代 男性)

# Step 3

## 準備する





街には災害のときに役立ついろいろな防災施設があります。  
防災施設を見つけたら、場所を書いておきましょう。



## 防災行政無線

屋外のスピーカーから、大きな音で緊急情報などを放送します。



## マンホールトイレ

マンホールの上に便座やテントを置いて、簡単なトイレを作ります。



## 防災備蓄倉庫

避難所のそばなどにあり、中には災害のときに必要なものが入っています。



## 防災井戸

災害で水道が使えなくなっても、トイレや洗いに使う水を出すことができます。



## 津波避難ビル

津波から逃げるための建物です。建物に入るための鍵が入った「鍵ボックス」は、大きな地震が起きたときに自動で開きます。







## 屋外階段

津波から逃げるために、高いところへ行くときの階段です。災害時には鍵がなくても使えます。



## はなればなれになったときの連絡方法

家族が別の場所にいる時に災害が起こることもあります。災害時は電話がつながりにくくなるので、もしつながらないときは、次の方法で連絡を取り合いましょう。

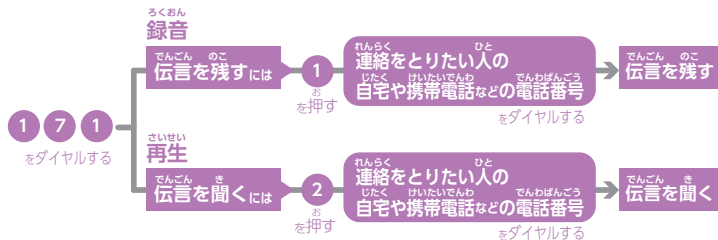
|  |   |
|--|---|
| <p>避難場所に集合する</p>  <p>家族が集合する場所</p>          | <p>家にメモを残す</p>  <p>伝言メモを残す場所</p>               |
| <p>災害用伝言サービスを使う</p>  <p>伝言サービスに登録する電話番号</p> | <p>遠くにいる親せきや知り合いに連絡する</p>  <p>親せきや知り合いの連絡先</p> |

## 家族の連絡先

|    |      |
|----|------|
| 名前 | 電話番号 |
| 名前 | 電話番号 |
| 名前 | 電話番号 |
| 名前 | 電話番号 |

## 災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言ダイヤル171は、災害の発生により安否確認や問合わせなどの電話が増加し、つながりにくい状況になった場合に、伝言を録音したり再生することができます。



## 災害用伝言板 (web171)

パソコンやスマートフォンなどから災害用伝言板に伝言を登録できます。

web 1 7 1 (NTT)  
URL <https://www.web171.jp/>



災害用伝言ダイヤルや災害用伝言板の体験ができます。

ぜひ利用してみてください。

|                                 |
|---------------------------------|
| 体験利用が可能な日                       |
| 毎月1日、15日、(24時間)、1月1日～3日、(24時間)  |
| 防災とボランティア週間 (1月15日午前9時～21日午後5時) |
| 防災週間 (8月30日午前9時～9月5日午後5時)       |



3 準備する

# 情報を受取る方法

避難や災害に関する情報は、いろいろな方法で発表されます。家族と一緒に見てみましょう。災害時には、積極的に情報を受け取り、行動しましょう。

## 四日市市

**防災行政無線**

屋外スピーカー  
大きな音で緊急  
情報などを放送  
します。

防災行政無線  
テレホンサービス

屋外スピーカーで  
放送した内容を、  
音声で確認するこ  
とができます。

電話番号  
**059-351-4004**

**アプリ**

四日市市  
**Sアラート**

避難情報などを音声  
や文字で受け取るこ  
とができます。

QRコードでアプリを  
ダウンロード

iPhone, iPad

Android

**メール**

四日市市安全安心  
**防災メール**

避難情報などをメー  
ルで受信できます。

事前登録を  
しましょう

空メールを送って登録

t-yokkaichi  
@sg-p.jp

緊急速報メール  
(エリアメール)

市内にある携帯電話  
は、緊急情報をメー  
ルで受信できます。

**インターネット**

四日市市防災情報

ハザードマップや防  
災情報をみるのが  
できます。

URL <https://bousai2.city.yokkaichi.mie.jp>

四日市市  
**防災気象情報**

市内の気象情報をみ  
ることができます。

URL <https://yokkaichi-city.bosai.info/>

**SNS**

X(旧ツイッター)

最新の防災情報をみ  
ることができます。

よっかいち広報  
@yokkaichikouhou

LINE

友達追加登録をす  
ると、最新の防災情報  
を受け取ることが  
できます。

よっかいち市  
@yokkaichicity

**テレビ・ラジオ**

ラジオ

避難情報や緊急情報  
をラジオで聞くこ  
とができます。

FM CTY-FM  
76.8MHz

テレビ

避難情報や緊急情報  
をテレビでみるこ  
とができます。

ケーブルテレビ CTY ※要加入

市民のみなさん

3 準備する