



# 我が家の防災はじめよう

No2 防災テーマ「やるなら今！水害対策！」



令和4年9月発行 四ツ屋区自主防災会

## 水害の原因となる雨に注目



日本では7月から10月にかけて、ゲリラ豪雨や線状降水帯・台風などが発生しやすくなり、今年はずでに長野県内で土砂災害が発生しています。

水害は地震と違って事前にある程度予想できる災害でもあります。日頃から天気予報の確認や避難準備を行い、いつでも避難できるようにしておきましょう！

### 防災クイズ

天気予報で「1時間の降水量が30mmの雨」と予想された場合、どんな雨が降るでしょう？

1. パラパラ
2. ザーザー
3. 土砂降り
4. バケツをひっくり返したような激しさ

答えは「4.バケツをひっくり返したような激しさ」になります。そんなに！？と思われるかもしれませんが、30mmは家の中で寝ていても雨の音で起きてしまう位の激しい雨が降ります。

天気予報を見るときにチェックしてほしい  
「降雨量」と「降雨時間」の目安！

- 降る時間が短時間なら30mm！  
「1時間に30mm」以上の雨は道路を冠水するかもしれません。30mm以上の雨は要注意！
- 降る時間が長時間なら弱い雨でも要注意！  
連続して降る雨の合計が80mm以上なら要注意！

### 雨の強さと降り方

(気象庁「雨の強さと降り方」参照)

やや強い雨	1時間に10~20ミリ		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ザーザーと降る。</li> <li>・屋内でも雨の音で話し声が良く聞き取れない。</li> <li>・地面一面に水たまりができる。</li> </ul>
強い雨	1時間に20~30ミリ		<ul style="list-style-type: none"> <li>・どしゃ降り。</li> <li>・傘をさして濡れる。</li> <li>・寝ている人の半分くらいが雨に気づく。</li> <li>・車のワイパーを速くしても前が見にくい。</li> </ul>
激しい雨	1時間に30~50ミリ		<ul style="list-style-type: none"> <li>・バケツをひっくり返したように降る。</li> <li>・道路が川のようになる。</li> <li>・車で高速走行時、ブレーキが効かなくなる「ハイドロプレーニング現象」が起きやすくなる。</li> </ul>
非常に激しい雨	1時間に50~80ミリ		<ul style="list-style-type: none"> <li>・滝のように降り、ゴーゴーと降り続く。</li> <li>・傘が全く役に立たなくなる。</li> <li>・水しぶきで辺りが白っぽく、視界が悪くなる。</li> <li>・車の運転は危険。</li> </ul>
猛烈な雨	1時間に80ミリ以上		<ul style="list-style-type: none"> <li>・息苦しくなる圧迫感のある降り方で恐怖を感じる。</li> <li>・傘が全く役に立たなくなる。</li> <li>・水しぶきで辺りが白っぽく、視界が悪くなる。</li> <li>・車の運転は危険。</li> </ul>

天気予報で危険な大雨になると予報された場合、自宅や周辺の警戒情報（危険レベル）を随時確認したいですね？

周辺の警戒情報を知るために使ってもらいたいのが **気象庁の「キキクル」** →

地域の特性や今後の降雨量などから危険度を算出して大雨・洪水の危険度を地図上に表示してくれます。利用方法は検索サイトで「キキクル」と検索するだけ。もちろん無料！！またYahoo! JAPANはキキクルと連動しているので、スマホにYahoo! JAPANアプリを入れ、通知をONにしておけば警戒レベルを通知してくれます。



気象庁 キキクル

## 令和元年東日本台風災害の時はどうだったか？

長沼・穂保地区で堤防が決壊した令和元年10月13日は、前日の12日に1日合計132mmという過去に例をみない量の雨が降りました。長野市の10月の平均降水量が100mm位ですので、1日で1ヶ月以上の雨が降ってしまったということになります。また12日の1時間あたり最大降水量は15mm、「やや強い雨」であっても24時間降り続ければ危険であることがよくわかります。またこの日は犀川や千曲川の上流地域でも同様な大雨で、犀川と千曲川は各流域の雨を吸収し、水量と勢いを増しながら下流へ流れていき、丹波島橋の先で合流、堤防を決壊するほどの大きな力を持ってしまったと考えられます。

# 家族を守るために水害・台風対策をしておきましょう！

## 1、天気予報をチェックしよう（雨量・降雨時間・地域に注目）

## 2、自宅の外周りを整理しておこう

災害級の雨や風の中では屋外にあるゴミ箱や植木鉢は飛んでいくかもしれません。自宅にしまい二次災害を防ぎましょう。



## 3、ハザードマップで自宅・職場や学校をチェックしよう

長野市のハザードマップには洪水・土砂災害に関する情報や避難所や災害に役立つ情報などが載っています。手元になくても大丈夫！ハザードマップは支所でもらえるし、長野市のHP（ネット）からも確認できます。

**チェックポイント** 自宅の浸水・土砂崩れの危険性をチェック！想定浸水深はどのくらい？

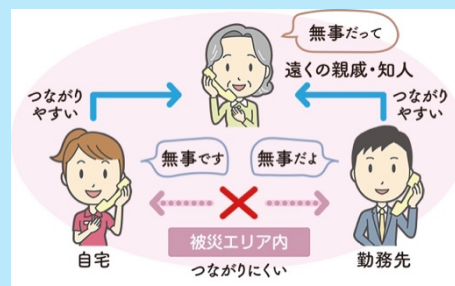
**注意** ハザードマップは2日で396mmの雨が降った場合を想定していますが、降水量が396mmに達しなくても水害が起こる可能性は十分にあります。避難は自分で判断し行動することが大切です。

## 4、家族にあった避難先を決めておこう

避難は避難所や身内・友人の家だけでなく、ホテルや車中泊などいろいろ。家族にあった避難先を決めておきましょう。また避難先までの道順も確認しておくとお安心です。

## 5、緊急時の連絡方法を決めておこう

災害時、家族がバラバラになっても連絡を取り合えるように家族の携帯番号を財布や子供のランドセルに入れておきましょう。また災害発生直後の被災地では携帯がつながりにくくなるため、遠くに住む親戚や友人を中継点にして家族の安否確認を行えるようにしておくのも一つの方法です。



## 6、避難ルールを決めておこう

避難時、夫婦で判断が異なったり、避難しないという家人が出たり、避難すること自体が難しかったりします。スムーズに避難できるように具体的な避難ルールを家族で決めておくのがおすすめです！

例) 犀川の川の高さが〇mで、まだ雨が降り続く予報の時は避難する  
他にも「長野市の警戒レベルが〇になったら」「気象庁が緊急で記者会見を開いたら」など

## 7、避難袋を作ろう もしくは 持ち出すものを決めておこう

素早い避難ができるように、持ち出すものをまとめておきましょう。メモしておくだけでもOK！1泊2日できるくらいを目安に1人に1つ、必要なものをまとめましょう。ペットの分も忘れずに！

**用意したいもの** 食料（火を使わなくても食べられるもの）・飲料水  
照明・着替え・防寒着・モバイルバッテリーなど  
**人によって必要なもの** 赤ちゃんミルク・オムツ・入れ歯・メガネ  
薬・生理用品・アレルギー対応食・おもちゃなど



## 8、早めの避難を心がけて

車も大切な資産！車で避難したいですよね。しかし浸水後に車で避難するのは大変危険です。絶対やめましょう。車で避難する場合は早めに避難することを心がけましょう。



災害時「大人も子供も自分の命を守れるように」

このお便りと一緒に少しずつ備えましょう！！