

防災チェックリスト

わが家の防災MEMO

家族で話し合い記入しておきましょう！

家族の集合場所

わが家の避難先

○家族の緊急用データ

家族の名前	血液型	会社・学校の電話番号	携帯電話番号	その他(アレルギー、常備薬、病気)

【緊急時の連絡先】

行政及び防災関係機関	
筑後市役所	☎0942-53-4111
筑後市消防本部	☎0942-52-2020
筑後警察署	☎0942-52-0110
筑後川河川事務所矢部川出張所	☎0944-63-2520
福岡県八女県土整備事務所	☎0943-22-6982
福岡県南筑後保健福祉環境事務所	☎0944-72-2111
ライフライン管理機関	
建設経済部上下水道課(上水道)	☎0942-53-4118
建設経済部上下水道課(下水道)	☎0942-65-7037
九州電力送配電(株)八女配電事業所	☎0120-426-305

災害用伝言ダイヤル

TEL 被災地への通話がつながりにくい状況になった場合、安否などの情報を音声で録音・確認できる声の伝言板です。

伝言を **録音** する場合 >>> **1 7 1 >>> 1 >>>** 0942-□□-□□□□ >>> **伝言を入れる (30秒以内)**

音声による案内が流れます。「被災地」の方の電話番号(市外局番から)ダイヤルする。

伝言を **再生** する場合 >>> **1 7 1 >>> 2 >>>** 0942-□□-□□□□ >>> **伝言を聞く**

WEB インターネットを利用して被災地の方の安否などの情報を文字で登録・確認できる伝言板です。

災害用伝言板(web171)の利用方法については、NTTのホームページをご覧ください。 <https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>

携帯電話の災害用伝言板

災害時、各社ケータイサイトに開設された災害用伝言板にて、被災者の方の安否などの情報を登録・確認を行うことができます。

伝言を **登録** する場合 >>> **「登録」を選択して伝言を入力する。**

主な災害用伝言板サイトアドレス
NTTドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
ソフトバンク <http://dengon.softbank.ne.jp/>

伝言を **確認** する場合 >>> **「確認」を選択し、安否を確認したい人の携帯電話番号を入力して伝言を見る。**

発行：福岡県筑後市総務部防災安全課 福岡県筑後市大字山ノ井898番地 ☎0942-65-7260

調製：大成ジオテック株式会社 福岡県久留米市西町1174-10

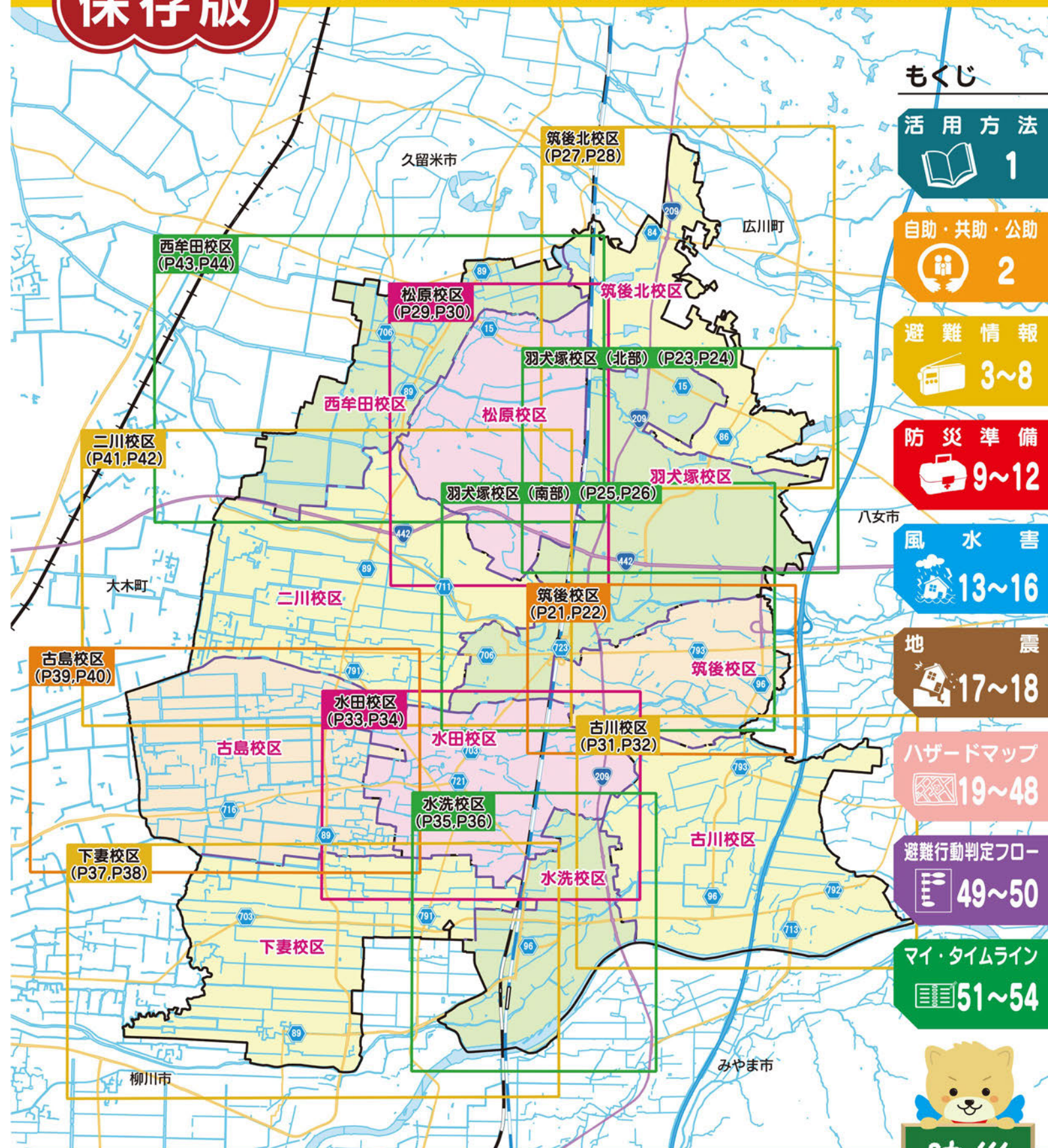
令和6年(2024年)12月

筑後市防災ガイドブック

～筑後市ハザードマップ～

CHIKUGO CITY DISASTER PREVENTION GUIDE BOOK

保存版



もくじ

活用方法

1

自助・共助・公助

2

避難情報

3～8

防災準備

9～12

風水害

13～16

地震

17～18

ハザードマップ

19～48

避難行動判定フロー

49～50

マイ・タイムライン

51～54



防災

「筑後市PRキャラクター・はね丸」

筑後市

◇防災ガイドブックの使い方

防災ガイドブックは、防災に関する情報をはじめ、避難所の位置や洪水による浸水が発生する可能性のある箇所を地図上に示しています。まず、あなたの家の場所や周辺の状況を確認し、災害に備えて必要な情報は何か、被害を回避するための行動はどのようなのか、家族との連絡方法など、事前の備えに生かしてください。

自宅の位置を確認しましょう

- 1 災害が想定される位置を確認しましょう。自宅がある場所は、どのような災害が予想されるのかを、地図をみて確認しましょう。



自宅付近の避難所を確認しましょう

自宅に一番近い、災害に応じた避難所を地図で確認しましょう。



災害想定区域を避けて、避難経路を決めましょう

- 3 避難経路を地図で確認し、洪水や高潮などの災害が想定される場所を避けて避難できるようにしましょう。

実際に避難経路を歩いてみて、安全を確認しましょう

- 4 家庭や地域で話し合いながら、実際に歩いてみましょう。
避難経路に危険な場所がある場合には、避難経路を見直しましょう。



目次

● 防災ガイドブックの使い方	1	● 水害の基礎知識	13
● 自助・共助・公助	2	● 河川水位と警戒レベル	14
● 避難情報ととるべき行動	3	● 防災気象情報の活用	15
● 屋内安全確保	4	● 台風等による災害	16
● 指定避難所一覧	5	● 地震時の行動	17
● 避難所での過ごし方	6	● 揺れやすさマップ	18
● 避難時に注意すること	7	● ハザードマップ（地図面）	19～48
● 避難行動要支援者支援制度	8	● 災害時の避難行動判定フロー	49～50
● 防災情報の入手方法	9～10	● マイ・タイムライン	51～52
● 日頃の備え	11	● マイ・タイムラインの作成	53～54
● 自宅の安全対策	12	● 防災チェックリスト	裏表紙

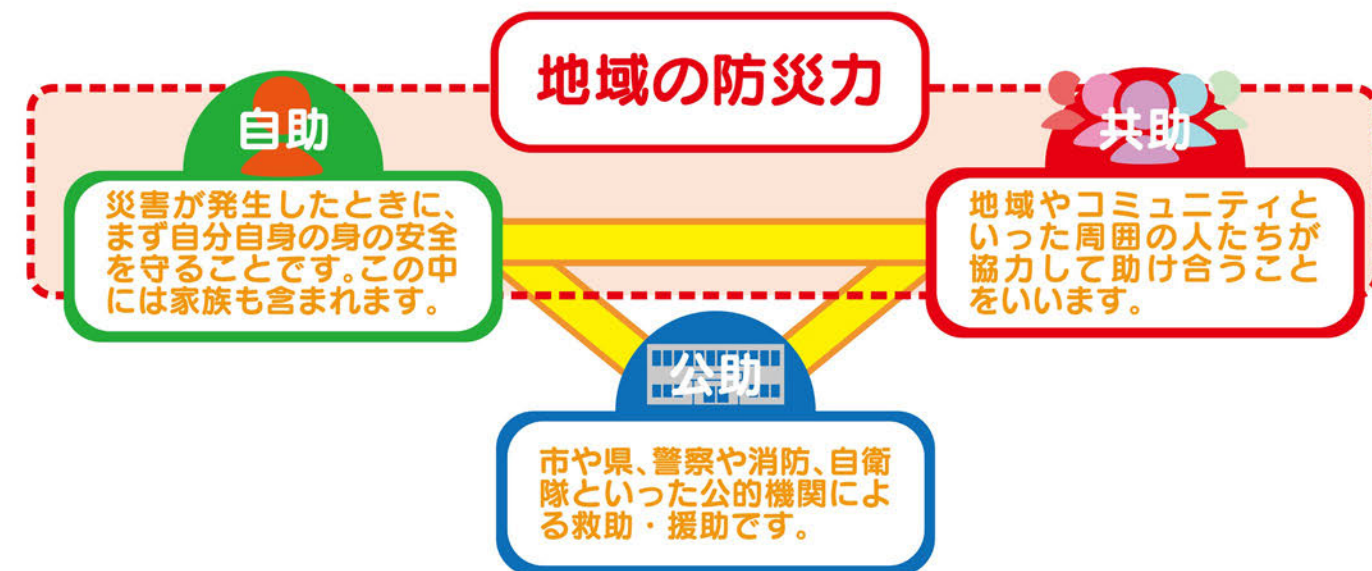
◇自助・共助・公助

災害への備えを考えると、「自助」「共助」「公助」の3つに分けることができます。

被災直後の状況下で、一人ひとりを助け、守ることに必要不可欠となるのは、自ら守る「自助」と、近隣で助け合う「共助」です。「公助」だけでは被害にあった方がたくさんいる場合には救助・援助する側の人手が到底足りません。

たとえば地震に備えて家具などの転倒防止や、水や食料の備蓄などを自宅で行う必要があります。また、水害時には近所で声をかけあってすぐに浸水想定区域外へと避難することが重要です。

災害に対応するには、発災時だけでなく、日頃の対策や、避難所運営、復旧・復興において、それぞれが役割を担って行動することがとても大切です。



◇自主防災組織とは

災害発生時はもちろん、日頃から地域のみなさんが一緒になって防災活動に取り組むための組織を「自主防災組織」と言い、筑後市では、地域（校区）ごとに組織されています。

平常時には防災訓練や広報活動、災害時には初期消火、救出救護、集団避難、避難所への給食、要支援者の避難支援などの活動が考えられます。

平常時の活動				
防災意識の活動 防災マップの作成、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会などでの防災イベントの実施など。	防災巡視・防災点検 各家庭の防災用品の点検、防災倉庫の備品や消防水利の確認、燃えやすいものの放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすいものの点検など。	防災資機材の整備 ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食、救急医薬品等の防災資機材や備蓄品の管理など。	防災訓練の実施 避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、情報収集・伝達訓練、給食（炊き出し）訓練など。	災害時要配慮者対策 災害時要配慮者の把握・見守り、担当者の確認など。
災害時の活動				
避難所の開設・運営への協力 避難所の開設 避難所の開設、避難所施設の状況確認、避難者誘導・受け入れ、避難者の居住場所と業務の割り振りなど。 情報の収集・伝達 警察・消防・市役所などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。	避難誘導 近隣住民等の安否確認、避難所への誘導、災害時要配慮者の安否確認など。 初期消火活動 出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツリレーなどによる初期消火活動など。	食料・物資関係 備蓄食料や救援物資等の避難所への運搬および配布、炊き出しなど。 救助活動 負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。	衛生管理 水の確保・トイレの清掃、ゴミの集積所、施設内の清掃など。 医療救護活動 負傷者の応急手当て、救護所への搬送など。	

◇避難情報ととるべき行動

筑後市から発令される避難情報(ちくごコミュニティ無線、筑後市公式ホームページ、筑後市公式SNS等)を必ず確認してください。

避難とは難を避けること、つまり安全を確保することです
安全な場所にいる方は、避難場所に行く必要はありません

警戒レベル	状 況	住民が取るべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保
〈警戒レベル4までに必ず避難〉			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	今後の気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報(気象庁)

各種情報は、警戒レベル1~5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

【警戒レベル3】や【警戒レベル4】では、地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。

避難に関する3つの情報

災害の危険が迫って居住者の避難が必要になった場合に、避難に関する情報が発令されます。
3種類の情報は状況の深刻度に応じて出されるので、各情報に応じた避難行動を取りましょう。

01 高齢者等避難

人的被害の発生する
危険性が高まった状況



- 避難するのに時間がかかる高齢者など災害時要配慮者やその支援者は避難を始めましょう。
- 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めましょう。

02 避難指示

人的被害の発生する
危険性が非常に高まった状況、
あるいはすでに人的被害が
発生した状況



- 住民は危険な場所から直ちに避難しましょう。
- 万一避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動を取りましょう。

03 緊急安全確保

既に災害が発生しているか
又は災害が発生直前であったり、
確認できていないものの
どこかで既に発生していても
おかしなく、
安全な避難が難しい状況



- 命が危険な状況ですので、直ちに安全な場所で命を守る行動を取りましょう。
- 自宅の上の階や、崖から離れた部屋に移動するなど、少しでも身の安全を確保するようにしましょう。

◇屋内安全確保

以下の「3つの条件」が確認できれば、
浸水の危険がある地域でも自宅にとどまり
安全を確保することも可能です

2階なら安全!
今夜はみんな
2階で寝よう!



想定最大浸水深

①家屋倒壊等氾濫想定
区域に入っていない
(入っていると・・・)

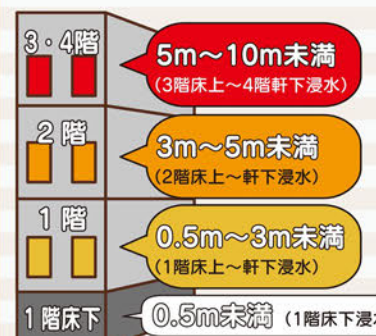


流速が速いため、
木造家屋は倒壊
するおそれがあり
ます



地面が削られ建物
ごと崩落する
おそれがありま
す

②浸水深より居室は高い



③水がひくまで我慢でき、
水・食料などの備えが十分
(十分じゃないと・・・)

水、食料、薬等の確保が困難になる
ほか、電気、ガス、水道、トイレ
等の使用ができなくなるおそれ
があります



避難はせずに自宅に滞在する際の心得

1 周囲が浸水してからの
自宅外避難は危険です

屋内の2階以上へ(建物倒壊の
危険がない場合)緊急的に一時避
難し、救助を待つことも検討して
ください。

2 身の安全を
確保しましょう

地下室や低い場所
にあるドアは開けておき
ましょう。水圧でドアが
開かなくなり危険です。

3 水道・電気・ガス・トイレなどの
ライフラインの停止に備えましょう

ライフラインが復旧するまでの
数日間のために飲料水や食料など
の備蓄があると安心です。
(最低3日分)

4 家屋や家財の被害軽減を図りましょう

●簡易水防工法は、ご家庭にあるものを使って家屋への浸水の流入を防ぐ方法です。水深が浅い段階では有効です。

ゴミ袋による簡易水防工法

○40リットル程度の容量のゴミ
袋を二重にして、中に半分程度
の水を入れて閉めます。
これをダンボール
箱に入れ、連結して
使用します。

ポリタンクとレジャーシートによる工法

○10リットル又は20リットルのポリ
タンクに水を入れ、
レジャーシートで
巻き込み、連結し
て使用します。

プランターとレジャーシートによる工法

○土を入れたプランターを、
レジャーシートで巻き込み
使用します。

止水板による工法

○出入口を長めの板などを
使用し、
浸水を
防ぎます。

●水に浸かってしまった家財は瞬時にゴミと化してしまいます。できる限り家財被害の軽減を図りましょう。

○通帳・保険証・パスポートなどの
貴重書類は、浸水を
免れる高い場所へ
移動しておきましょう。

○自家用車は早めに安全な場所へ移動しておき
ましょう。移動が困難な場合で
あっても、せめてエンジン
部分の浸水を防ぎましょう。

○畳は高い場所へ移動しておき
ましょう。食卓などの上に載
せておくだけでも浸水を防げ
る場合があります。

○数日分の衣類
だけでも浸水
から退避させ
ておきましょう。

○高価な家電製品や思い出が詰まった
アルバムなど簡単に移動できる
ものはできるだけ高い場所へ
移動しておきましょう。

○風呂の浴槽の水は溜めておきましょう。
(排水路の逆流防止、生活用水
としての利用、下流域の水位
低減などの利点があります。)

5 被災後は安全を
点検しましょう

- 断線した電線が家屋に触れていないか確認しましょう。
- 落下や倒壊の危険物は無いか確認しましょう。
- 浸水の被害にあったら念入りに消毒しましょう。
- 水害を受けたら衛生に注意しましょう。水道水は煮沸し、手の消毒を忘れないようにしましょう。
- 活動時にケガをしないよう、肌を露出しない服装で、ヘルメットも着用しましょう。
- 家の中は風通しを良くして乾燥させましょう。

◇指定避難所一覧

避難所とは災害の危険性があり避難した住民などが、災害の危険性がなくなるまで必要な間滞在できる、または、災害により家に居られなくなった住民などが一時的に滞在できる施設です。限られた空間に多くの市民が避難してきます。

各避難所は状況に応じて開設します。開設する避難所はちくごコミュニティ無線、筑後市公式ホームページ、筑後市公式 SNS 等でお知らせします。

校区名	施設名	所在地	風水害	地震
筑 後	長浜公民館 ※	長浜 1815 番地 17	○	○
	筑後小学校体育館	長浜 1285 番地	○	○
	福岡県トラック協会筑後緊急物資輸送センター	長浜 2327 番地 1	○	○
羽犬塚	八女高校体育館	和泉 251 番地	○	○
	中央公民館(サンコア) ※	山ノ井 899 番地	○	○
	羽犬塚小学校体育館 ※	羽犬塚 232 番地	○	○
	羽犬塚中学校体育館	羽犬塚 80 番地	○	○
筑後北	八女工業高校体育館	羽犬塚 301 番地 4	○	○
	北部交流センター(チクロス) ※	蔵数 515 番地 1	○	○
	筑後北小学校体育館	西牟田 6044 番地	○	○
松 原	熊野公民館 ※	熊野 730 番地	○	○
	松原小学校体育館	熊野 766 番地	○	○
	筑後北中学校体育館	蔵数 724 番地	○	○
古 川	新満しんみつ館 ※	新満 534 番地		○
	古川小学校体育館	久恵 1007 番地		○
	筑後南コミュニティセンター ※※	下北島 150 番地 1	○	○
水 田	水田小学校体育館 ※		○	○
	総合福祉センター ※	野町 680 番地 1	○	○
	筑後中学校体育館	水田 1046 番地 1		○
	JA 筑後地区センター	上北島 1217 番地 1	○	
水 洗	筑後特別支援学校体育館	下北島 318 番地	○	
	志公民館 ※	志 10 番地		○
	水洗小学校体育館	志 13 番地		○
下 妻	筑後広域公園体育館	津島 831 番地 1	○	○
	馬間田公民館 ※	馬間田 926 番地 4		○
	下妻小学校体育館	下妻 1317 番地		○
古 島	島田公民館 ※	島田 1112 番地 1		○
	古島小学校体育館	古島 233 番地		○
	若菜公民館 ※	若菜 1632 番地 1	○	○
二 川	二川小学校体育館	若菜 433 番地		○
	サザンクス筑後	若菜 1104 番地	○	○
	寛元寺公民館 ※	西牟田 3980 番地	○	○
西牟田	西牟田小学校体育館	西牟田 1802 番地	○	○

※指定緊急避難場所を兼ねます。※福祉避難所を兼ねます。

指定緊急避難場所とは
自己の判断で災害が発生する危機が迫っていると思われる場合に自主的に避難する避難場所です。

指定避難所とは
法律に基づき、避難情報を発令する際に開設される避難所です。

福祉避難所とは
指定避難所等での生活が困難で介護や福祉的な配慮を必要とする方が、安心して避難生活を送れるように指定避難所とは別に開設される避難所です。福祉避難所は、避難生活の長期化が予想される場合、受入体制を整えた後に開設します。
災害発生後すぐに開設される避難所ではないため、まずは身近な避難所に避難してください。
福祉避難所は災害時に必ず設置される避難所ではありません。

筑後市全域図及び校区別マップ(P19~48)では、それぞれ下の記号で掲載しています。

指定緊急避難場所兼指定避難所
指定避難所
福祉避難所

◇避難時備蓄品持参のお願い

避難所での生活は、多数の避難者や長期の避難活動となる可能性があります。

できれば1週間は避難生活ができるよう、普段から食料や飲料水、毛布、携帯用トイレ、トイレトーパー等を備蓄し、避難の際は、原則、避難者自身で準備した備蓄品を指定避難所へ持参してください。

11ページを参考にして、日頃から災害に備えましょう。



◇避難所での過ごし方

避難所で生活するのは大変不自由なことです。ストレスや疲労から体調を崩してしまうこともあります。また、避難所生活は共同生活となります。マナーとルールを守り、みんなで支え合いましょう。

避難所生活

01 避難所での過ごし方

- 貴重品は、必ず身につけておきましょう。
- トラブルを避けるため、所持品には名前を書いておきましょう。



02 避難所の運営について

- 避難所はホテルではありません。助け合いながら生活しましょう。
- 避難所を退所または、一時退所する際には受付で手続きをしましょう。避難者数を正確に把握することは、重要です。
- 食料品や毛布などの備蓄品は、ご持参へのご協力をお願いします。



03 感染症対策を考慮した生活環境

- マスク着用やうがい・手洗いをし、感染症予防に努めましょう。
- トイレなど共同で使用する設備は、清潔に保ちましょう。
- 体調に異変を感じた際は、すぐに体温測定を行い管理者などに知らせましょう。
- 感染症のみならず、熱中症や食中毒なども考慮するようにしましょう。

04 災害時要配慮者への対応

- 障害のある人や高齢者、妊婦の方には目配り、気配りを心がけましょう。
- 通路は、できるだけ広く取り、車いすなどがスムーズに通行できるようにしましょう。
- ペットは飼い主による「同行避難」が原則です。普段からのしつけや健康管理を行い、ケージやドッグフード等の準備が重要です。

車中泊での健康管理

01 エコノミークラス症候群とは

食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座っていると、足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなります。
その結果、血の固まり(血栓)が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などを誘発することを言います。

予防対策

- ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う。
- 十分にこまめに水分を取る。
- ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない。
- 眠るときは、足をあげる。

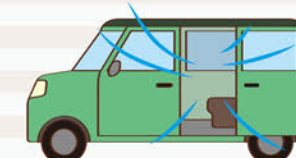


02 一酸化炭素中毒とは

車の中に避難している場合には、長時間冷暖房をつけっぱなしにしていると、一酸化炭素中毒の危険性が高まります。
軽度の頭痛、吐き気などから始まり、その後、昏倒、最悪の場合は、死に至ります。

予防対策

- 車中避難を行なっている際は、長時間エンジンをかけ続けずにしてください。
- エンジンをかける際は、30分から1時間間隔で換気するようにしましょう。
- 大雪の時は、車の外気口(マフラー)が雪で埋められないよう注意しましょう。



◇避難時に注意すること

01 非常持出品を準備しておきましょう

避難所の備蓄品には限りがあり、高齢者や身体の不自由な人や乳幼児などへ優先的に配付されますので、自らが十分な準備をすると安心です。非常持ち出し袋には、両手の空くリュックサックが便利です。重すぎないかどうか、背負って確かめましょう。

チェックリストで確認を！

02 避難先・避難ルートを確認しておきましょう

浸水に対して安全な避難先と避難ルートを、平時から家族や地域で確認しておきましょう。避難先は必ずしも避難所である必要はありません。親戚宅、知人宅、職場なども避難先の選択肢になり得ます。

03 避難の方法を確認しておきましょう

自家用車での避難は、緊急車両の通行を妨げるとともに、交通渋滞を巻き起こします。どうしても自家用車での避難が必要な場合は、より早めの避難開始が重要です。

05 ご近所に声をかけましょう

単独での避難は、思わぬ事態にあったときに危険です。隣近所に声をかけ集団での避難を心がけましょう。

04 早めの避難を心がけましょう

浸水してからの自宅外避難は危険です。身の危険を感じたら避難情報が届くのを待たずに自主的に避難を開始してください。

06 やむなく浸水の中を歩かなければならないときの注意

- 長靴や裸足は危険です。運動靴をはきましょう。
- 長い棒や杖代わりにして、水の中の障害物に注意しましょう。
- マンホール等のふたが開いている場合があります。
- 歩ける深さの目安は膝下までです。流れが速い場合は非常に危険です。
- はぐれないようお互いの身体をロープで結んで避難しましょう。
- 切れた電線などは、危険な場所には近寄らないようにしましょう。

07 避難所に避難したときの注意

避難所は不特定多数の人々が一定期間滞在します。他の人に不快を感じさせないよう、お互いの気遣いが大切です。ペットを避難させた場合は、アレルギーや衛生面を考えた気遣いが必要です。

08 地域で協力を

高齢者や身体の不自由な人など、避難に時間を要する人については、地域で協力し早めに避難させるようにしましょう。

避難する際の心得

01 戸締り・ガス・火元・電気のチェック

避難の際は、火の始末と戸締りを行いましょ。また、通電火災を防止するため、ブレーカーを落としましょう。避難時の持ち出し品は必要最小限になるようまとめましょう。

02 速やかに避難を！

動きやすい格好で、2人以上で避難しましょう。災害に巻き込まれる可能性があるため、忘れ物などを取りに、家に帰らないようにしましょう。

03 車での避難は控える！

緊急車両の通行の妨けになります。浸水すると動けなくなりますので危険です。

01 歩ける深さに気をつける！

歩ける深さは平均約50cm。水がひざまで来たら助けを呼び、高いところで救助を待ちましょう！

02 ロープでつながる！

はぐれないようお互いの身体をロープで結んで避難しましょう！また、水面下には危険が潜んでいます。長い棒や杖がわりに安全確認をしてください。

03 履き物に注意！

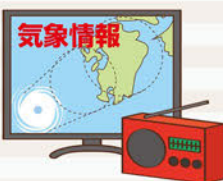
裸足、長靴は禁物です。ひもでしめられる運動靴が良いでしょう。

直前対策！台風の進路にあったら

雨や風が強くなる前に余裕をもって対策を！

- 屋外では
- 物干し竿や物干し台は寝かせ、自転車なども風で飛ばされないように柱などに結びつけておく。
 - 庭木に支柱を立てたり、風で飛ばされそうな植木鉢やゴミ箱などは屋内に入れておく。
 - 側溝にたまった落ち葉などを取り除き、排水を良くする。雨どい・雨水ますの掃除もしておく。
 - 窓や雨戸をしっかり閉め、外側から板などで補強しておく。
 - 瓦やトタンが飛ばされないように補強しておく。
 - 浸水の危険がある場合は、日頃から土のうなどを準備しておく。

- 屋内では
- テレビやラジオなどの気象情報に十分注意する。
 - 浸水に備えて、家財道具や食料・衣類・寝具などの生活用品は高い場所へ移動させ、貴重品などの非常持出品を準備する。
 - 懐中電灯や予備の電池を準備する。
 - 断水に備えて、飲料水を確保する。浴槽に水をはるなどしてトイレなどの生活用水も確保する。
 - 外からの飛来物の飛び込みを備えて、カーテンやブラインドは下ろしておく。

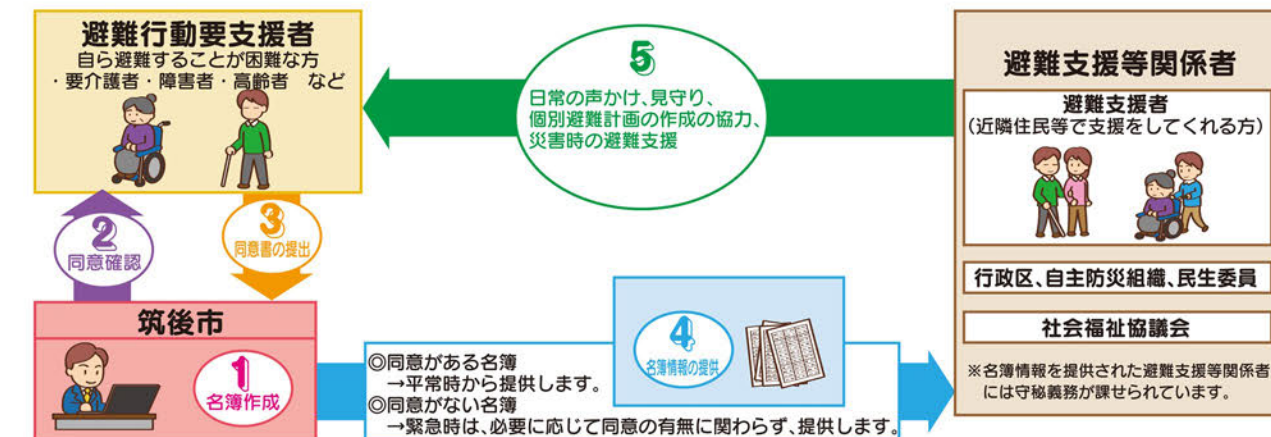


◇避難行動要支援者支援制度

「避難行動要支援者支援制度」は、災害時に自らの力で避難することが困難と思われる方を対象に、地域の皆さんの手助けで避難を行うための制度です。

「避難行動要支援者」とは、障害者や高齢者など災害時に一人で避難することが困難で、避難支援が必要と思われる方のうち、次のいずれかに当てはまる方です。

- 1 介護保険の要介護者(要介護認定3～5の方)
- 2 身体障害者(身体障害者手帳1・2級をお持ちの方)
- 3 知的障害者(療育手帳A1、A2、A3をお持ちの方)
- 4 精神障害者(精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方)
- 5 高齢者世帯者(75歳以上の高齢者のみの世帯の方)
- 6 その他市長が必要と認める方



筑後市 HP「避難行動要支援者支援制度について」

https://www.city.chikugo.lg.jp/shimin/_6112/_3879/_19300.html



◇個別避難計画

「個別避難計画」は、災害が発生した時に、誰が避難の手助けをするのか、どこに避難するのか、などをまとめた「避難行動要支援者」お一人ごとの避難行動に関する計画です。

個別避難計画は、ご本人の同意により作成し、平常時から自主防災組織、行政区長、民生委員など避難に関わる関係者に情報提供し、災害時の避難支援に役立てます。

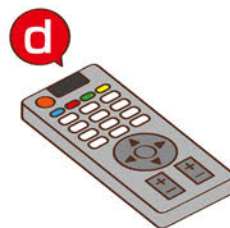
災害時に避難支援が必要で、個別避難計画書の作成を希望される方は、防災安全課まで相談してください。



◇防災情報の入手方法

テレビ（データ放送）からの情報

地上デジタル放送対応のテレビでは、リモコンの「d」ボタンを押すと天気予報や災害に関する情報を確認することができる「データ放送」を配信しています。NHKや民放各局で配信されており、河川水位や雨量の状況も知ることができます。



緊急速報メール(エリアメール)

災害が発生する恐れがある場合や災害発生時に、緊急速報メール(エリアメール)で必要な情報を迅速に提供しています。
※機種により「緊急速報メール」を受信できない場合や受信設定が必要となる場合がありますので、詳しくは各携帯会社へご確認ください。

ちくごコミュニティ無線

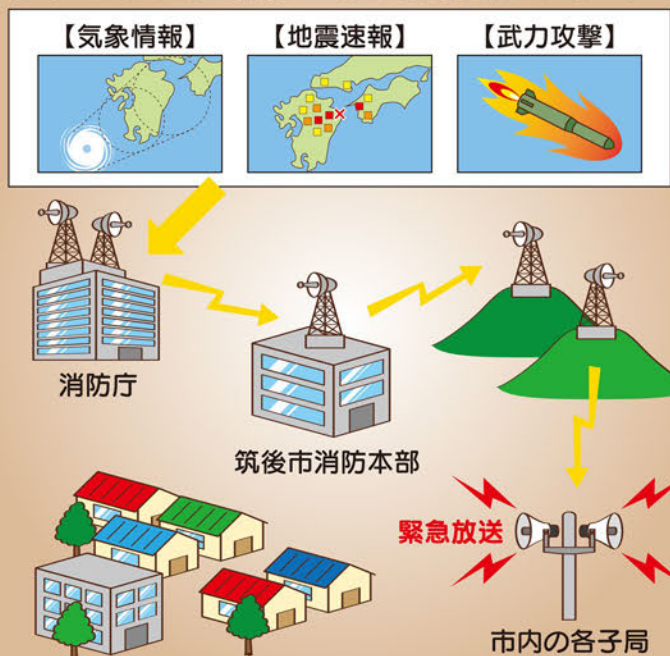
ちくごコミュニティ無線は、市内 89 箇所に装備したスピーカーを通じて、市民の皆様に一斉に情報を伝えるものです。スピーカーは、お住いの地域の地理状況や地域条件、建物の状況により聞こえにくい場合があります。聞き取れなかった場合は、市HPから放送内容を確認することができます。



全国瞬時警報システム(Jアラート)

全国瞬時警報システム(Jアラート)とは、弾道ミサイル情報、緊急地震速報、大津波警報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を携帯電話等に配信される緊急速報メール、コミュニティ無線により、国から住民まで瞬時に伝達するシステムです。

ちくごコミュニティ無線システムを利用したJアラート



情報	放送内容例
緊急地震速報(予測震度5弱以上)	警報音(キュン・キュン)の後「大地震(おとしん)です。大地震です。」
弾道ミサイル情報	有事サイレンの後「ミサイル発射情報、ミサイル発射情報。当地域に着弾する可能性があります。屋内に避難して、テレビ・ラジオをつけてください。」
航空攻撃情報	有事サイレンの後「航空攻撃情報、航空攻撃情報。当地域に航空攻撃の可能性があります。屋内に避難して、テレビ・ラジオをつけてください。」
ゲリラ・特殊部隊攻撃情報	有事サイレンの後「ゲリラ攻撃情報、ゲリラ攻撃情報。当地域にゲリラ攻撃の可能性があります。屋内に避難して、テレビ・ラジオをつけてください。」
大規模テロ情報	有事サイレンの後「大規模テロ情報、大規模テロ情報。当地域にテロの危険が及ぶ可能性があります。屋内に避難して、テレビ・ラジオをつけてください。」

☆放送されたらどうする

- 緊急地震速報の時：地震が来る数秒前の放送のため、直ちに身の安全を確保して、危険な場所から遠ざかってください。
- 弾道ミサイル・航空攻撃・ゲリラ攻撃・大規模テロ情報の時：建物の中に避難して、テレビ・ラジオから詳しい情報を得るとともに市役所からの情報などに注意してください。

災害時には、国などから発表される正確な災害情報を、テレビ、ラジオ、並びにインターネットより収集し、避難の判断に役立てましょう。

筑後市

★筑後市公式ホームページ

<https://www.city.chikugo.lg.jp/>



筑後市公式ホームページ

★筑後市 Web 版ハザードマップ(WEB version of hazard map)

https://www.city.chikugo.lg.jp/shimin/_6112/_3879/_29987.html



△日本語



△English (英語)



△中国語 (簡体字)



△中国語 (繁体字)



△한국어 (韓国語)

★筑後市公式 LINE アカウント

友達登録後、「受信設定」を行うことで、必要な情報を受け取ることができます。



筑後市公式 LINE

★筑後市公式 X アカウント(旧 Twitter)

<https://twitter.com/chikugocity>

ユーザー名 @chikugocity



筑後市公式 X アカウント

★筑後市公式 Facebook アカウント

<https://www.facebook.com/city.chikugo/>



筑後市公式 Facebook

福岡県

福岡県防災ホームページ

<https://www.bousai.pref.fukuoka.jp/>



福岡県防災ホームページ

福岡県総合防災情報

http://doboku-bousai.pref.fukuoka.lg.jp/gis_top/



福岡県総合防災情報

ふくおか防災ナビ・まもるくん

福岡県が提供するスマートフォンアプリ「ふくおか防災ナビ・まもるくん」は、防災情報配信ツール「防災メール・まもるくん」の強化版です。気象や避難情報等が容易に入手できます。



【対応 OS】
Android8.0 以降 / iOS11.0 以降
【利用料金】
無料 ※通信料等は別途かかります。

国土交通省

川の防災情報

<https://www.river.go.jp/>



川の防災情報

九州地方整備局 筑後川河川事務所

<http://www.qsr.mlit.go.jp/chikugo/>



九州地方整備局 筑後川河川事務所

気象庁

福岡管区気象台

<https://www.jma-net.go.jp/fukuoka/>



福岡管区気象台

ライフライン

九州電力送配電(停電情報)

https://www.kyuden.co.jp/td_info_teiden/fukuoka.html

九州電力送配電(停電情報)



◇日頃の備え

1 非常持出品 避難するときに持ち出す最小限の必需品です。それぞれ自分にとって必要なものを考え、男性で **15kg**、女性で **10kg** 程度を目安に持出袋を玄関の近くや寝室、車の中、物置などに用意しておきましょう。

食料品	貴重品	生活用品
☐ 飲料水 ☐ 携帯食 ☐ 非常食	☐ 財布(紙幣、硬貨) ☐ 健康保険証コピー ☐ 家や車の予備鍵 ☐ 携帯電話・スマホ(充電器) ☐ 運転免許証・パスポート等 ☐ 印鑑・実印 ☐ 通帳類コピー	☐ マスク ☐ タオル・ハンカチ ☐ トイレ用ペーパー・ティッシュペーパー ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉 ☐ 携帯ラジオ(予備電池)等 ☐ 懐中電灯(予備電池)等 ☐ 携帯用トイレ ☐ 使い捨てカイロ ☐ 缶切り・万能ナイフ ☐ ライター ☐ 筆記用具 ☐ 毛布
救急用品	衣類	
☐ ばんそうこう ☐ 常備薬・持病薬等 ☐ 処方箋の控え ☐ 消毒薬 ☐ 包帯等 ☐ 胃腸薬・かぜ薬等 ☐ うがい薬 ☐ 体温計	☐ 下着類・上着 ☐ 防寒着・軍手 ☐ 雨具(レインコート) ☐ 上履き、スリッパ	

ローリングストックを 実践しましょう

日常生活で使用する水や食料を多めに常備しておき、消費したら補充する「ローリング(回転させながら)ストック(蓄える)」が有効です。
非常時にも普段食べ慣れているものを食べることができるため、安心できます。



2 備蓄品 大きな災害が起こり、インフラが寸断された場合、支援が届くまでの最低3日間、できれば1週間は、誰にも頼らず暮らせるように備えることが「備蓄」です。

飲料水(1人1日3リットル)	食料品	燃料・その他
家族全員の分をポリタンクなどに溜めておき、沸かしてから飲みましょう。飲料水以外に家事・洗濯・トイレなどに使う生活用水の確保も忘れずに。	缶詰、レトルト食品、カップラーメン、切りモチ、アルファ米など。食料類や調味料も準備しておきましょう。	短期間なら卓上コンロで充分ですが、冬期は暖房用の燃料が必要です。その他、ポリ袋、新聞紙、ラップなどがあると便利です。

3 こんな用意も必要です

女性用品	赤ちゃん用品	高齢者・障害者用品
☐ 生理用品 ☐ 化粧品 ☐ 鏡・ブラシ等 ☐ 女性用下着	☐ 母子手帳 ☐ 粉ミルク・哺乳瓶・離乳食 ☐ 洗淨綿・バスタオル ☐ 紙おむつ	☐ 介護用品 ☐ めがね・入れ歯 ☐ 持病薬・補装具 ☐ おむつ

◇自宅の安全対策

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

家の中の安全対策

□家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



□寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもや、お年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。

□安全に避難するため、出入口や通路にもものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざという時に、出入口をふさいでしまうことも。

□家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全にする。

□タンス・本棚	□食器棚	□照明
L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。	L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。	チェーンと金具を使って数カ所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。
□冷蔵庫	□テレビ	□ピアノ
扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。	できるだけ低い位置に固定しておく。	本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取り付け金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。

家の周囲の安全対策

□屋根

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

□窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

□ブロック塀・門柱

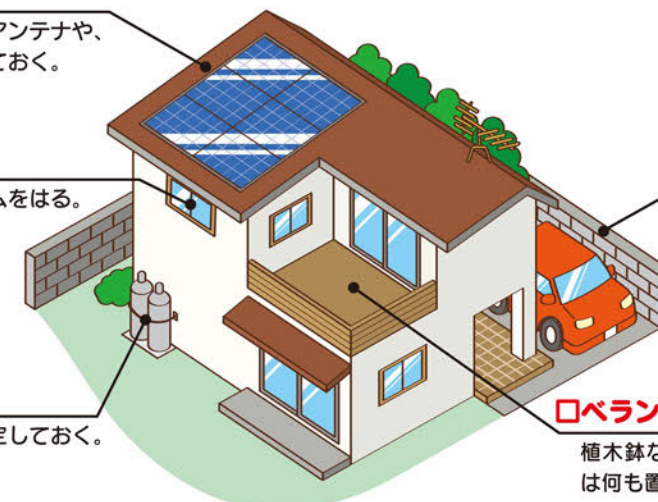
土中にしっかりと基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

□プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。

□ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。



◇水害の基礎知識

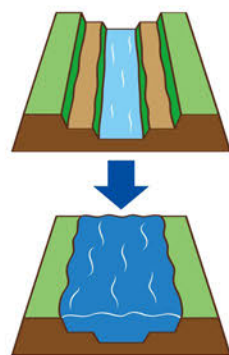
洪水

洪水とは大雨によって、川の水の量がふだんより、いちじるしく増えた状態をいいます。

河原へ行くと広い敷地のわりに細い川しか流れていませんがそれがふだんの姿です。

ところが川幅いっぱいに水がおしよせると、広い河原も水の下にかくれて見えません。

このように異常に水が増えたときを「洪水」といいます。



氾濫

洪水には、河川の堤防が決壊したり堤防から水があふれて起きる「外水氾濫」と、街中に降った雨が川に排出できなくなり下水路や水路などから水があふれ出す「内水氾濫」があります。



右記のような前触れに注意して、危険を感じたら速やかに避難しましょう。

- 水かさが増し、堤防に亀裂が生じたとき
- 堤防の側面から水が漏れ出したとき
- 増水が早く、水が堤防を越えそうなとき
- 水が激流となって堤防の土が削り取られたり、護岸が壊れ始めたとき
- 堤防近くの地盤から水が噴き出すとき

集中豪雨

集中豪雨は、限られた地域に、突発的に短時間に集中して降る豪雨で、梅雨の終わりごろによく発生します。

発生の予測は比較的困難で、中小河川の氾濫などによる大きな被害をもたらすことがありますので、気象情報に十分注意し、万全の対策をとることが必要です。

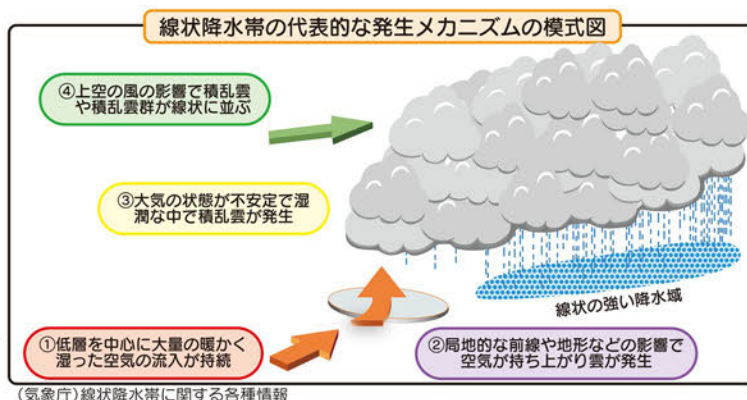


- ラジオやテレビなどの気象情報に注意する。
- 市や防災関係機関の広報をよく聞いておく。
- 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオを用意する。
- 非常時持出品を準備しておく。
- 早く帰宅し、家族と連絡を取り、非常時に備える。
- 飲料水や食料を数日分確保しておく。
- 浸水に備えて家財道具は高い場所へ移動する。
- 危険な地域では、いつでも避難できるよう準備をする。

線状降水帯

「線状降水帯」は、下層の「①暖かく湿った風」が「②前線や地形の影響などで上昇」し「③積乱雲が発生」、「④上空の風に流される」ことで列をなすように積乱雲が次々に発生し、線状にのびた雨域のことです。

線状降水帯が発生すると、大雨災害発生の危険度が急激に高まることがあるため、線状降水帯による大雨の半日程度前からの気象庁の呼びかけとともに、市が発令する避難情報や大雨警報、キキクル（危険度分布）等を活用し、自ら避難の判断をすることが重要です。



(気象庁)線状降水帯に関する各種情報

◇河川水位と警戒レベル

以下の情報を参考に、洪水時における対応についてあらかじめ確認しておきましょう。

レベル (情報)	水位	住民に求める行動
5 (氾濫発生情報)	氾濫の発生	災害がすでに発生している状況となっています。命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保してください。
4 (氾濫危険情報)	氾濫危険水位 「8.40m(船小屋)」 「6.90m(中川原橋)」	市からの避難指示の発令に留意するとともに、避難指示が発令されていなくても自ら避難の判断をしてください。
3 (氾濫警戒情報)	避難判断水位 「7.80m(船小屋)」 「6.00m(中川原橋)」	市からの高齢者等避難の発令に留意するとともに、高齢者等以外の方も避難の準備をしたり自ら避難の判断をしたりしてください。
2 (氾濫注意情報)	氾濫注意水位 「6.00m(船小屋)」 「4.40m(中川原橋)」	ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先、避難経路を確認してください。
1	水防団待機水位 「4.50m(船小屋)」 「3.90m(中川原橋)」	水防団(消防団)待機

現在の水位は右下のQRコードから確認できます。

【参照】福岡県総合防災情報 水位情報

http://doboku-bousai.pref.fukuoka.lg.jp/gis_top/index.html

川の防災情報-水位表



△船小屋

△中川原橋

◇流域治水としての取り組み

流域治水の推進

～これからは流域のみんなで～

近年、全国各地で豪雨等による水害や土砂災害が発生するなど、人命や社会経済への甚大な被害が生じています。本市においても、記録的な大雨や局地的、短時間の豪雨が頻発する傾向にあり、市内各地で氾濫等による浸水被害が発生しています。

浸水被害を軽減・防止するためには、河川・水路の改修をはじめとした、これまでのハード対策をさらに推進するとともに、国・県・流域自治体・企業・住民など流域全体のあらゆる関係者が協働して流域治水対策に取り組むことが必要です。

この流域治水を推進するために、治水計画を「気候変動による降雨量の増加などを考慮したもの」に見直し、集水域と河川区域のみならず、氾濫域も含めて一つの流域として捉え、地域の特性に応じ、①氾濫をできるだけ防ぐ、減らす対策、②被害対象を減少させるための対策、③被害の軽減、早期復旧・復興のための対策をハード・ソフト一体で多層的に進めます。

筑後市流域治水プロジェクト推進計画

https://www.city.chikugo.lg.jp/shimin/_6112/_3879/_30163.html



対策の3つ柱

- ① 氾濫をできるだけ防ぐ・減らすための対策
- ② 被害対象を減少させるための対策
- ③ 被害の軽減・早期復旧・復興のための対策



(出典)国土交通省カワナビ「水害に備えるvol.11流域治水の推進」

◇防災気象情報の活用

5段階の警戒レベルと防災気象情報

気象状況	気象庁等の情報	市の対応	住民が取るべき行動	警戒レベル
数十年に一度の大雨	大雨特別警戒	緊急安全確保 ※必ず発令される情報ではない	命の危険 直ちに安全確保！ すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。いまいる場所よりも安全な場所へ直ちに移動する。	5
大雨の数時間～2時間程度前	土砂災害警戒情報 高潮特別警戒	避難指示	危険な場所から全員避難 ・台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しておく。	4
大雨の半日～数時間前	大雨警戒情報 高潮警戒情報 高潮特別警戒	避難指示	危険な場所から高齢者等は避難 ・高齢者等以外の人も必要に応じて、直ちに行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難する。	3
大雨の数日～約1日前	大雨注意情報 高潮注意情報 高潮特別警戒	避難指示	自らの避難行動を確認 ・ハザードマップ等により、自宅等の災害リスクを再確認するとともに、避難情報の把握手段を再確認するなど。	2
	大雨注意情報 高潮注意情報 高潮特別警戒	避難指示	災害への心構えを高める	1

◇雨の強さと降り方（1時間雨量）

※ゲリラ豪雨等により20mm～30mmの雨でも市街地では冠水する場合があります。

10～20mm やや強い雨	20～30mm 強い雨	30～50mm 激しい雨	50～80mm 非常に激しい雨	80mm以上 猛烈な雨
地面一面に水たまりができ、話声が聞き取りにくくなります。長雨になりそうなら警戒が必要です。	土砂降りの雨。傘をさしても濡れてしまうほどの雨です。小河川の氾濫や、がけ崩れの心配もあります。	バケツをひっくり返したような激しい雨。山崩れ、崖崩れが起こりやすくなります。道路規制も行われます。避難の準備を。	滝のように降り、あたりが水しぶきで白っぽくなります。中小の河川は氾濫し、水害発生の可能性が高まります。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。雨による大規模な災害が発生する恐れが強く、厳重な警戒が必要です。

大雨時の事前避難（事前の対策次第で被害を最小限に抑えることができます）

危険が迫る前に早めの避難が必要です。避難場所への移動（立ち退き避難）だけでなく、近隣ビルの高層階や自宅の2階といった高い場所への移動（垂直避難）も考えましょう。既に浸水しているなど、避難場所への移動が危険な場合は、垂直避難を行い救助を待ちましょう。

立ち退き避難

浸水前に避難する際は
早めの避難を！



垂直避難

浸水後も安全に自宅滞在が可能な
家屋や家財の被害軽減を！



危険な避難

浸水の中の避難は
非常に危険です！



◇台風等による災害

風の強さと吹き方

（平均風速：m/秒）

10m/秒以上～15m/秒未満	15m/秒以上～20m/秒未満	20m/秒以上～25m/秒未満	25m/秒以上～
風に向かって歩みにくくなる。傘がさせない。	風に向かって歩けない。転倒する人もいる。	しっかりと身体を確保しないと転倒する。風で飛ばされた物で窓ガラスが割れる。	立ってられない。屋外での行動は危険。樹木が根こそぎ倒れはじめる。

台風

日本には毎年多数の台風が接近あるいは上陸し、たびたび大きな被害をもたらします。台風の接近が予想される際は、台風情報に十分注意し、被害のないように備える必要があります。

大きさ	風速 15m/秒以上の半径	強さ	最大風速
大型(大きい)	500km以上～800km未満	強い	33m/秒以上～44m/秒未満
超大型(非常に大きい)	800km以上	非常に強い	44m/秒以上～54m/秒未満
		猛烈な	54m/秒以上

落雷から身を守る

落雷による感電死亡事故が毎年繰り返されています。落雷から身を守るには、正しい知識を身につけ速やかに安全な場所へ避難することが有効です。また、雷鳴が聞こえている間はもちろん、聞こえなくなっても30分間は避難場所に留まりましょう。

1 雷鳴が聞こえたらすぐ避難

- 雷鳴が遠くても、雷雲はすぐに近づいてきます。屋外にいる人は安全な場所に避難しましょう。
- ※光って音が鳴るまで1秒なら落雷地点から340m離れています。

2 建物の中や自動車へ避難

- 建物や屋根付きの乗り物(自動車など)へ避難しましょう。

危険 雨宿りで木の下に入るのは大変危険です

3 木や電柱から4m以上離れる

- 側撃雷の恐れがあるので、木や電柱から4m以上離れてください。右の図の三角の範囲内は比較的危険は小さいですが、なるべく早く屋内の安全な場所に避難しましょう。
- 近くに避難する場所が無い場合は、姿勢を低くしましょう。



竜巻から身を守る

竜巻は、発達した積乱雲に伴う強い上昇気流によって発生する渦巻き状の激しい突風です。短時間で、狭い範囲に集中して甚大な被害をもたらすことがあります。竜巻の特徴を知り、いざという時に迅速に行動できるようにしましょう。

1 頑丈な建物の中へ避難

- 避難する時は屋根瓦などの飛来物に注意する。
- 避難できない場合は、物陰やくぼみに身をふせる。



2 屋内でも窓や壁から離れる

- 窓、雨戸を閉め、カーテンも引く。
- 家の中心部に近い、一階の窓のない部屋に移動する。
- 浴槽や丈夫な机の下に入り、両腕で頭と首を守る。



危険 車庫・物置・プレハブへの避難は危険です

◇地震時の行動

地震が発生したら

地震はいつ起こるか分かりません。地震が発生したとき、被害を最小限におさえるには、一人ひとりがあわてずに適切な行動をすることが極めて重要です。

地震発生！

揺れが収まってから行動する

家屋倒壊などのおそれがある場合、**すぐ避難**

沿岸部は津波のおそれがあるので**高台に避難**

身の安全を守る



揺れを感じたら、テーブルや机の下に身を隠し、布団や座布団で頭を保護する。

非常脱出口の確保



周囲の状況をよく確かめて、慌てて外へ飛び出すことなく落ち着いて行動する。

すばやく火の始末をする



揺れが激しい場合は、揺れが収まってから火の始末をする。

地震後の行動

余震には十分**気をつけて行動しましょう**

火元を確認



出火がある場合は、落ち着いて初期消火する。脱出口へ背を向けて消火活動を行う。

揺れが収まっても油断しない



改めて家族や同居人の安全を確認する。ラジオ・テレビ等で正しい情報入手する。

避難する時は慌てずに

家から離れるときは、外出中の家族に行き先を書いたメモを目立つ場所に残す。必ず徒歩で避難する。服装は活動しやすいものにし、携帯品は必要品のみにして背負うようにする。

家を出る前に確認を



ガスの元栓や、電気ブレーカーを切る。(停電復旧に伴う通電火災防止のため) 家を離れる際は戸締りをする。

外出中に地震にあったら

さまざまな状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しましょう。

街頭や住宅地

- カバンなどで頭を保護し、近くの空き地、丈夫な建物の中や街路樹の下に避難する。(窓ガラスや看板等が落ちてくる危険があります。)
- ブロック塀・門扉・自動販売機・建設現場に近づかない。



デパートやスーパー

- カバンや買い物カゴなどで頭を保護し、陳列ケースや陳列棚から離れ、柱や壁際に避難する。係員の指示に従って行動する。



電車やバスの中

- 将棋倒しや網棚からの落下物に注意し、つり革や手すりにしっかりとつかまる。
- 乗務員の指示に従って落ち着いて行動する。



車の運転中

- ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車させてエンジンを切る。
- 急ブレーキは絶対に踏まない。
- 避難するときはロックせずに、キーをつけたままにする。(車検証や貴重品は持ち出すこと。)(緊急時に車を移動させる事があるため)



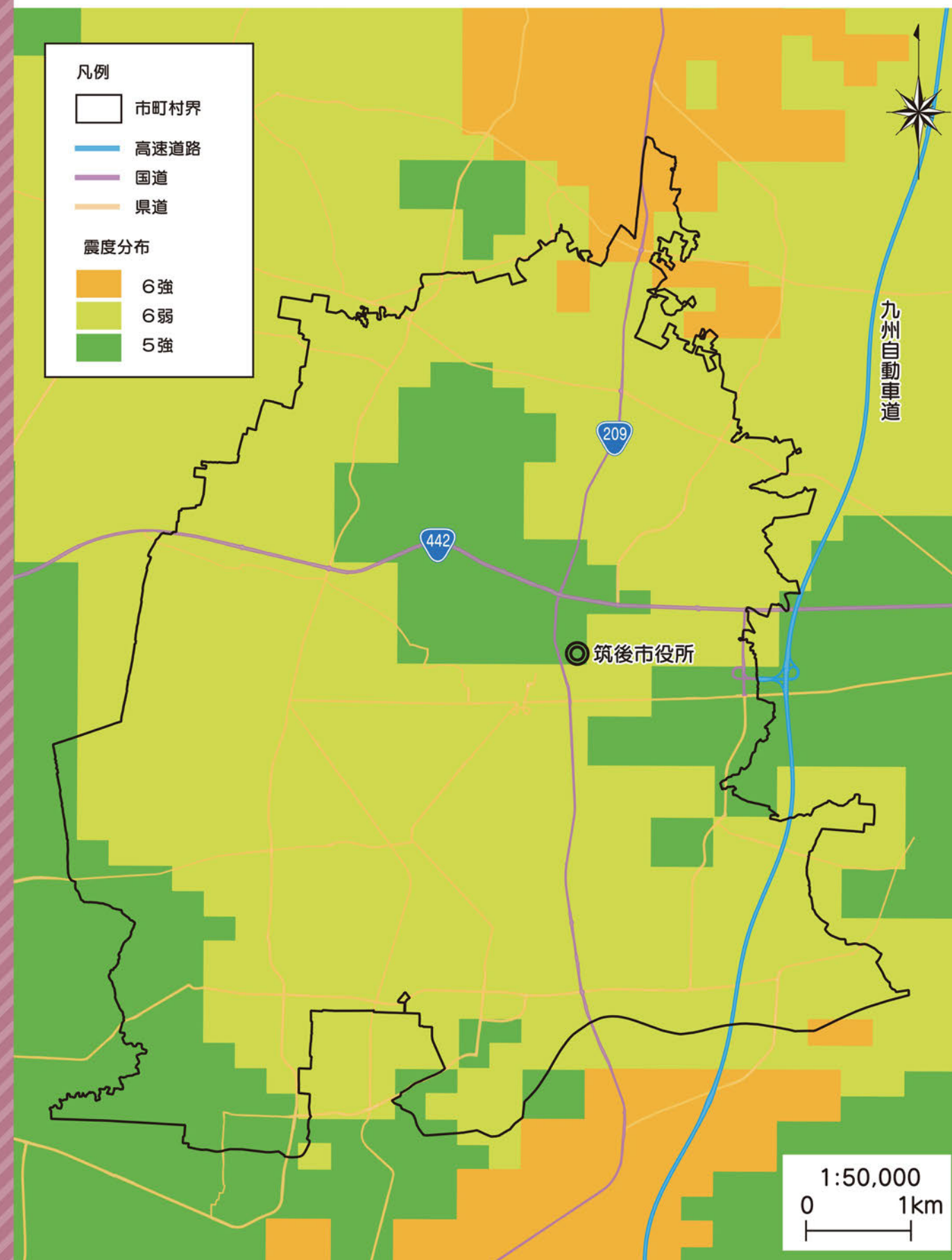
オフィス街や繁華街

- ガラスや看板、ネオンサインなどの落下物に注意する。
- その場に立ち止まらず、手荷物で頭を守りながら広い場所に逃げる。
- 建物や電柱からも離れる。自動販売機も倒れてくる可能性があるため注意する。



◇揺れやすさマップ

揺れやすさマップは、福岡県が発行した「福岡県地震に関する防災アセスメント調査報告書」(平成 24 年 3 月発行)を用いて、筑後市内に大きな被害を及ぼすことが想定される水縄断層(※)の北東下部を震源地とした場合の地震による震度分布を地図上に示しています。
※水縄断層は、福岡県久留米市からうきは市にかけて分布



活用方法

自助・共助・公助

避難情報

防災準備

風水害

地震

ハザードマップ

避難行動判定フロー

マイ・タイムライン

◇災害時の避難行動判定フロー

ハザードマップで自宅の場所や近くの避難所等を確認するとともに、「避難行動判定フロー」も必ず確認し、災害時の避難行動を想定しておきましょう。

風水害時の避難行動判定フロー

ハザードマップ(P19～P48)を確認してください。
自宅がある場所に色が塗られていますか？



色いろが塗らぬれていなくても、周まわりと比ひべて低ひい土地にお住いの方は、状況に応じおて避難が必要ひ要ひです



自宅み宅やで安全が確保たもたれていますか？
(以下の3つの条件を満みたしていますか？)
①家屋倒壊等氾濫想定区域に入いっていない
②浸水深より居室は高たい
③水・食料などの備えが十分
(詳細は P4「3つの条件」をチェッちック！)

避難所ひなんしよに行いかずに
自宅み宅やで避難(屋内安全確保)
するこも可も能です

いいえ

ご自身又は一緒に避難する方は、避難に時間がかかりますか？
高齢者・障害者等の要配慮者の方ですか？

はい

避難が可能な安全な
親戚や知人宅がありますか？

はい

警戒レベル 3 高齢者等避難が
出たら、安全な親戚や知人宅に
避難してください

いいえ

警戒レベル 3 高齢者等避難が
出たら、近くの指定避難所へ
避難してください



いいえ

避難が可能な安全な
親戚や知人宅がありますか？

はい

警戒レベル 4 避難指示が
出たら、安全な親戚や知人宅に
避難してください

いいえ

警戒レベル 4 避難指示が
出たら、近くの指定避難所へ
避難してください



◇マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは？

「マイ・タイムライン」は、台風の接近等によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、取りまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動のチェックリスト、また判断のサポートツールとして役立ちます。

自分の家族構成や生活環境に合った避難に必要な情報・判断・行動を把握してマイ・タイムラインを作成し、「自分の逃げ方」を手に入れましょう。



マイ・タイムラインを作成したあとは…

今回検討したマイ・タイムラインは基礎的なもので、例えば、洪水が発生する時間帯によってはさらに早めの避難が必要になるなど、実際の洪水時を想定した応用動作が想定されます。今後、家族や地域で話し合うなどし、防災行動を追加していくとよいでしょう。

またマイ・タイムラインは、一度作ったらおしまいというものではありません。家族が増えたとき、職場や学校が変わったときなど、自分自身の環境の変化に応じて、あらためて見直し、必要な防災行動を整理していきましょう。



マイ・タイムライン使用時の心得

洪水は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全ということではなく、マイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。マイ・タイムラインを作成すると、自分と家族がとるべき防災行動の「何時」が明確になりますが、注意点もあります。

マイ・タイムライン上の時間は、時計のように進むわけではありません。例えば、タイムライン上で氾濫発生が3時間前となっても、水防団(消防団)の水防活動によって進行を遅らせることができ、結果として3時間経っても氾濫に至らない場合も想定されます。そのため、実際の洪水においてマイ・タイムラインを使用する際には、次の心得をふまえて行動してください。

心得 1

あくまで行動の目安として認識する。

心得 2

気象警報や避難情報等をこまめに収集・確認する。

心得 3

収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。



洪水はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません！

洪水によって異なります

台風の進み方
雨の降り方
川の水位の上がり方
氾濫した際の浸水深
氾濫した際の浸水継続時間

洪水に応じて臨機応変に発表・発令されます



気象警報の発表
洪水予報の発表
避難情報の発令

洪水に応じて臨機応変に対応しましょう

みなさんの
備え

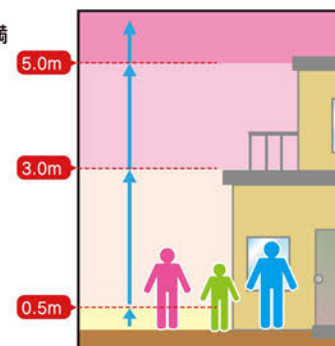


マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

洪水ハザードマップや浸水想定区域図でチェック

●あなたの住んでいる場所の浸水深は？

5.0m～10.0m 未満
3.0m～5.0m 未満
0.5m～3.0m 未満
0.5m 未満



●あなたの住んでいる場所は

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)ですか？

☐はい ☐いいえ

WEB 版ハザードマップ



洪水ハザードマップや
洪水浸水想定区域図は
ここからチェック！

家庭の状況チェック

●車 ☐無 ☐有()台

●ペット ☐無 ☐有()

●持病薬 ☐無 ☐有()

●避難に支援が必要な人(高齢者、障害者、乳幼児、妊婦など)

☐無 ☐有()

避難先のチェック

避難先は複数
考えておこう！



●あなたが避難する場所

☐防災ガイドブックに記載されている避難所

(移動手段: 移動時間: 約 分)

☐親戚・知人の家

(移動手段: 移動時間: 約 分)

☐その他(近くの浸水しない場所)

(移動手段: 移動時間: 約 分)

●あなたが避難する場所までのルート考えたことはありますか？

☐はい ☐いいえ

◇マイ・タイムラインの作成

「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを確認しましょう。

確認 してみよう！ 「台風や前線が発生」してから 「川の水が氾濫」するまで

地震はいきなりやってくるけど、
洪水はだんだんやってくるよ！



5～3 日前	1 台風や前線が発生	天気予報で台風ができたって 言っているよ。 まだ雨や風は強くないね。	
1 日前	2 台風や前線が近づいて、 雨や風がだんだん強くなる	雨や風が強くなると、 お出かけは大変だね。	
半日前	3 雨が集まって、川の水が だんだん増える	自分がいるところで降って いなくても、上流で雨が 降れば川の水は増えてくるよ。	
7 時間前	4 激しい雨で、川の水がどんどん 増えて、河川敷にも水が流れる	このまま増えると、 川の水があふれるかも。	
5 時間前 、 3 時間前	5 川の水がいっぱい あふれそう	もうギリギリ。川の水が あふれる前に、安全な ところへ逃げなきゃ！	
0 時間	6 川の水が氾濫	川の水が一気に広がって、 街じゅうが水びたし。 こうなると動けないぞ。	

「マイ・タイムライン」を作ってみよう！！

「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの
備えをいつから行動するか書いてみよう！

みんなが考えた「台風や前線が
発生」してから「川の水が氾濫」
するまでの備えが
「マイ・タイムライン」だよ！

家 マイ・タイムライン		作成年月	年	月
備えまでの おおよその 時間	行政から発信される情報 黒：気象・水象情報 青：河川管理者 緑：筑後市	「台風や前線が発生」 してから「川の水が 氾濫」するまで	主な備え	備えの（例）
5～3 日前	●台風予報 ●台風に関する福岡県 福岡県気象情報 (随時) (警戒レベル1)	台風や前線が発生 警戒レベル1 自分がいるところで 降ってなくても、 上流で雨が降れば 川の水は増えてくるよ。	オリジナルの行動も 書き足そう！	買い物は、雨風が強くなる 前にすませておこう。
2日前	◇大雨注意報、 洪水注意報 (警戒レベル2)	台風や前線が 近づいて、雨や風が だんだん強くなる	警戒レベル2 雨や風が強くなると お出かけは大変！	●今後の台風や前線の 動きを調べ始める ●1週間分の薬を病院に受け取りに行く ●避難する時に持っていく物を準備する
1日前	●台風に関する 今後の見通し			●家の周りに風で飛ばされる ようなものはないか確認 ●テレビ、インターネット、メール等で 雨や川の様子に注意 ●家族と連絡を取りあう
半日前	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 →洪水予報 (氾濫注意情報) 発表	雨が集まって、川の だんだん増える 激しい雨で、川の水が どんどん増えて、 河川敷にも水が流れる	必要な情報は自分で 調べる必要があるね。	●住んでいる所と上流の 雨量を調べ始める ●ハザードマップで避難場所、 避難手段を確認 ●川の水位を調べ始める ●携帯電話の充電 ●避難しやすい服装に 着替える ●安全な場所への 避難の開始を判断
5時間前	避難判断水位到達 →洪水予報 (氾濫警戒情報) 発表 →高齢者等避難 (警戒レベル3) を発令	川の水がいっぱい あふれそう 警戒レベル3 相当		●携帯・メール等で 高齢者等避難を受信 ●川の水位をインターネットで確認 ●安全な場所へ移動を始める
3時間前	氾濫危険水位到達 →洪水予報 (氾濫危険情報) 発表 →避難指示 (警戒レベル4) を発令 →緊急速報メール (河川氾濫のおそれ がある情報) →緊急安全確保 (警戒レベル5) を発令	川の水があふれる前に、 安全なところへ逃げなきゃ！ 警戒レベル4 相当		●携帯・メール等で 避難指示を受信 ●川の水位をインターネット で確認 ●安全な場所への避難を完了 ●携帯メールで緊急速報メール を受信 ●携帯・メール等で緊急安全確保 を受信
0時間	氾濫が発生 →洪水予報 (氾濫発生情報) 発表 →緊急速報メール (氾濫が発生した情報)	川の水が一気に 広がって、街じゅうが 水びたし。 こうなると動けないぞ！ 警戒レベル5 相当		●テレビで洪水予報の確認 ●携帯メールで緊急速報メールを受信 命を守ろう！

気象庁が発表する大雨注意報等の発表時間は、イメージで記載しています。
避難指示等のタイミングは状況によって異なります。市の発信情報に注意してください。