

表紙。  
北九州市、防災ガイドブック。

一ページ。

北九州市長、北橋 健治。あいさつ。  
近年、日本各地で大規模な自然災害が激甚化、頻発化する傾向にあります。  
西日本を中心とした平成30年7月豪雨では、本市でも2名の尊い命が失われ、各地でがけ崩れや河川の氾濫などの災害が発生しました。  
大雨や地震などの災害はいつ、どこで発生するかわかりません。  
災害から命を守り抜くためには、行政による「公助」だけでなく、自ら命を守る「自助」、地域で助け合う「共助」の精神のもと、一人ひとりが、日頃から防災に対する正しい知識と心構えを持ち、災害への備えや、発災時には適切に行動することが重要です。  
この防災ガイドブックは、災害に関する基本的な知識や、避難に関する新たな取組などを盛り込んでおり、日頃の備えや、いざ災害が起きた時にどのように行動すればよいのかを分かりやすくまとめています。  
普段から身近なところに置いていただき、「災害への備え」の手引きとして、ご家庭や地域で活用していただければ幸いです。  
「備えあればうれいなし」、大切な命を守るため「わが家の避難ルール」を決めるなど、事前にしっかりと準備をして、災害に備えましょう。  
防災ガイドブックの発行、問い合わせ先は、北九州市危機管理室へ。  
郵便番号803-8501。  
住所、北九州市小倉北区内1-1。  
電話番号、093-582-2110。

二ページ。北九州市防災ガイドブック、目次。

三ページから四ページ。北九州市、気づきマップ。

五ページ。ガイドブックのポイント。

六ページ。避難情報の確認。

七ページから八ページ。土砂災害について。

九ページ。土砂災害の避難のタイミング。

十ページ。土砂災害の避難のポイント。

十一ページから十二ページ。洪水について。

十三ページ。洪水の避難のタイミング。

十四ページ。洪水の避難のポイント。

十五ページ。高潮について。

十六ページ。台風について。

十七ページ。高潮と台風の避難のタイミング。

十八ページ。高潮と台風の避難のポイント。

十九ページから二十ページ。地震について。

二十一ページから二十二ページ。地震の避難のタイミングとポイント。

二十三ページから二十四ページ。津波。

二十五ページ。津波の避難のタイミング。

二十六ページ。津波の避難のポイント。

二十七ページから二十八ページ。ハザードマップの見方。

二十九ページから三十ページ。避難行動判定フロー。

三十一ページ。分散避難、マイ避難所。

三十二ページ。わが家の防災対策。

三十三ページから三十四ページ。マイ・タイムラインの作成。

三十五ページから三十六ページ。わが家のマイ・タイムライン記入シート。

三十七ページから三十八ページ。避難所でのルールとペット防災。

三十九ページから四十ページ。非常時持ち出し品・備蓄品の準備アンドチェック。

四十一ページから四十二ページ。情報の入手方法。

三ページ。北九州市気づきマップ。

この「気づきマップ」は、北九州市がどのような災害の影響を受けやすいか、色分けしたものです。

次のような、エリアがマップ内にあります。

土砂災害の影響を受けやすい地域、 「土砂災害 (特別) 警戒区域と土砂災害警戒区

域。」  
洪水の影響を受けやすい地域、「市内15河川の浸水想定区域。」  
高潮の影響を受けやすい地域、「高潮浸水想定区域。」  
津波の影響を受けやすい地域、「津波災害警戒区域。」  
地震の影響を受ける地域、「市内全域、どこにいても可能性があります。」  
気づきマップについては、ご家族など身近なかたに確認してもらってください。

四ページ。北九州市気づきマップ、続き。  
三ページと同じ内容です。

五ページ。ガイドブックのポイント。  
ポイント1、避難情報を知ろう。6ページへ。  
ポイント2、ハザードマップを確認しよう。27ページから28ページへ。  
ポイント3、マイ避難所を決めておこう。31ページへ。  
ポイント4、マイ・タイムラインを作ってみよう。33ページから36ページへ。  
ポイント5、非常時持ち出し品を準備しよう。39ページから40ページへ。

六ページ。避難情報の確認。  
警戒レベルは5段階です。

〈警戒レベル1〉 気象庁による、早期注意情報。  
今後の気象状況悪化のおそれがあるため、とるべき行動は災害への心構えを高める。

〈警戒レベル2〉 気象庁による、大雨・洪水・高潮注意報。  
気象状況悪化のため、とるべき行動は自らの避難行動を確認する。

〈警戒レベル3〉 高齢者等避難。  
災害のおそれがある状況のため、とるべき行動は危険な場所から高齢者や障害のある人などは避難する。

〈警戒レベル4〉 避難指示。  
災害のおそれが高い状況のため、とるべき行動は危険な場所から全員避難する。

〈警戒レベル5〉 緊急安全確保。  
災害発生又は切迫している状況であり、とるべき行動は命の危険があるため、直ちに安全を確保する。

災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではないため、警戒レベル4までに、必ず避難しましょう。

3つの避難情報について説明します。

災害の危険が迫って避難が必要になった場合に、避難に関する3種類の情報が状況の深刻度に応じて発令されます。各情報に応じた避難行動をとりましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3「高齢者等避難」で危険な場所から避難しましょう。

警戒レベル4「避難指示」は、人的被害の発生する危険性が明らかに高まった状況です。危険な場所から全員避難しましょう。

警戒レベル5「緊急安全確保」は、すでに安全な避難ができず、命が危険な状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。

避難所に行くことだけが避難ではありません。「避難」とは「難」を「さ」

けることです。避難行動には次の4つがあります。

- 1、自宅にとどまる、在宅避難。
  - 2、安全な場所にある、親戚・知人宅への避難。
  - 3、市の避難所へ避難。
  - 4、安全な場所にある、ホテル・旅館への避難。
- 詳しくは31ページを参照してください。

七ページ。土砂災害について。  
土砂災害には次の3つがあります。

1、がけ崩れ。

地面にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると被災するおそれが高くなります。

がけ崩れの前兆現象は、山の斜面にひび割れが入る、小石がパラパラ落ちる。木が傾いた

り、倒れる、などがあります。

## 2、土石流。

山のちゅうふく・谷底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって、一気に下流へと押し流されることをいいます。その流れの速さは時速20～40キロメートルという速度で、一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。

土石流の前兆現象は、異常な山なりや地鳴りがする、山の裂ける音がある、腐った土のおいがする、などがあります。

## 3、地すべり

斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面の下の方に移動するため、甚大な被害を及ぼします。また一旦動き出すと、これを完全に停止させることは非常に困難です。

地滑りの前兆現象は、斜面にひびわれや段差ができる、道路などにひび割れができる、家が傾く、などがあります。

## 八ページ。土砂災害の続き。

土砂災害警戒区域とは、土砂災害防止法に基づき、土砂災害が発生した場合に、生命又はしんたいに危害が生じるおそれのある区域です。

土砂災害警戒区域は、危険度に応じて次の2つに分けられています。

### 1、土砂災害警戒区域。

土砂災害が発生した場合に、住民などの生命又はしんたいに危害が生じるおそれがあると認められる区域です。

### 2、土砂災害特別警戒区域。

土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民などの生命又はしんたいに著しい危害が生じるおそれがあると認められる区域です。特定の開発行為に対する許可が必要であったり、建築物の構造規制などが行われます。

## 九ページ。土砂災害の避難のタイミング。

がけ崩れ、土石流、地すべりに大別される土砂災害は、被災すると生命に危険を及ぼすおそれがあり大変危険です。避難情報にしたがって早めに避難しましょう。

土砂災害が発生するおそれがあるときに市が発令する避難情報について説明します。

### 〈警戒レベル3〉

市が発令する避難情報は、高齢者等避難。

土砂災害が発生するおそれがあります。高齢者や障害のある方など避難に時間がかかる方は避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。

### 〈警戒レベル4〉

市が発令する避難情報は、避難指示。

土砂災害が発生するおそれが高まっています。危険な場所から全員避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。

### 〈警戒レベル5〉

市が発令する避難情報は、緊急安全確保。

すでに安全な避難ができず、命が危険な状況です。直ちに身の安全を確保する行動をとりましょう。

## 十ページ。土砂災害の避難のポイント。

避難するときには次のポイントに気をつけましょう。

1、避難する際は、土砂災害警戒区域は通らないようにしましょう。

2、土砂災害の発生前には、前兆現象がみられることがあります。

前兆現象を確認した場合は、すみやかに避難しましょう。

3、降り始めからの降水量が100ミリ以上になったときには、土砂災害が発生するおそれがあるため、家の周りの状況や避難情報などに注意しましょう。

4、土石流のスピードは、時速20～40キロと非常に速く、流れに背を向けて逃げても、追いつかれてしまうため、土砂の流れる方向に対して、直角に逃げましょう。

もし、逃げ遅れたときには、比較的高い鉄筋コンクリートづくりなどの堅固な建物や、自宅の斜面とは反対側の2階以上に位置する場所に移動しましょう。

## 十一ページ。洪水について。

集中豪雨とは、短時間のうちに狭い地域に集中して降る豪雨のことです。

集中豪雨の危険を知っておきましょう。

1、河川、溪流、用水路、側溝などは、激しい雨が降ることや、まわりから雨が流れ込むことで、数分からすうじゅっぷんで危険な状態になります。  
2、大雨や洪水の注意報・警報の発表基準に達していない雨でも、災害が発生するおそれがあります。  
3、下水道の排水能力を大きく超える雨が降ると、排水が間に合わず、浸水し、危険な状態になる場合があります。  
4、自分のいる場所で強い雨が降っていなくても、上流側で降った雨が流れてきて、危険な状態になる場合があります。  
次に、氾濫の種類を説明します。  
氾濫には、川から水があふれたり、堤防が、決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、浸水する「内水氾濫」の2つのタイプがあります

十二ページ。洪水の続き。  
雨の強さと降り方について、段階別に説明します。  
やや強い雨とは、1時間雨量が、10～20ミリの雨のことです。  
ザーザーとふり、雨の音で話し声が良く聞き取れなくなります。  
強い雨とは、1時間雨量が、20～30ミリの雨のことです。  
どしゃ降り、傘をさしてもぬれてしまいます。  
激しい雨とは1時間雨量が、30～50ミリの雨のことです。  
バケツをひっくり返したように降り、道路が川のようになります。  
非常に激しい雨とは1時間雨量が、50～80ミリの雨のことです。  
滝のように降り、傘は全く役に立たなくなります。  
猛烈な雨とは1時間雨量が、80ミリ以上の雨のことです。  
息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。

十三ページ。洪水の避難のタイミング。  
浸水が始まってから避難するのはとても危険です。避難情報にしたがって、浸水前の早い段階で安全な場所に避難しましょう。  
洪水が発生するおそれがあるときに市が発令する避難情報について説明します。  
〈警戒レベル3〉  
市が発令する避難情報は高齢者等避難。  
河川の氾濫で浸水が発生するおそれがあります。高齢者や障害のある方など避難に時間がかかる方は避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。  
〈警戒レベル4〉  
市が発令する避難情報は避難指示。  
河川の氾濫で浸水が発生するおそれが高まっています。  
危険な場所から全員避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。  
〈警戒レベル5〉  
市が発令する避難情報は緊急安全確保。  
すでに安全な避難ができず、命が危険な状況です。直ちに身の安全を確保する行動をとります。

十四ページ。洪水の避難のポイント。  
避難する時には、次のポイントに気をつけましょう。  
1、ヘルメットで頭を保護し、靴は運動ぐつにする。裸足・長靴は厳禁です。  
2、道路が冠水すると足元が見えにくくなり、側溝やマンホールに気づきにくくなります。  
長い棒などを杖代わりにするなど、十分に注意して歩きましょう。  
3、降雨が続き不安に思っても、川や用水路、田畑の用水は見に行かないようにしましょう。  
4、歩行が可能な水深の目安は約50センチです。水の流れが速い場合は20センチ程度でも危険になります。危ないと判断した場合は、無理をせず、高い所で助けを待ちましょう。  
もし、避難が遅れて家の周りが浸水した場合、水の中を避難するのは危険な場合があります。  
自宅近くの建物など、少しでも浸水しにくい高い場所に移動し、ただちに身の安全を確保しましょう。

十五ページ。高潮について。

満潮時刻はもちろん、満潮時刻の前後数時間は、潮位が短時間のうちに異常に上昇することがあります。特に台風が接近している時は十分に注意しましょう。  
高潮とは、台風や発達した低気圧の接近により、海面が異常に高くなる現象です。高潮が発生するとその高い潮位と波浪・強風により、海水が堤防を越える可能性が高くなります。  
また、高潮が発生している海域に流れ込む河川があれば、高い潮位や波浪により河川の流れが阻害され、海岸から離れた内陸部にまで被害を及ぼすこともあります。

十六ページ。台風について。

日本には、マイトシ多く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、被害を防ぐように備えることが必要です。

風の強さと吹き方は、4段階あります。

第一段階 「毎秒10メートル以上から15メートル未満」 の場合、かぜに向かって歩きにくくなります。傘がさせなくなります。

第二段階 「毎秒15メートル以上から20メートル未満」 の場合、かぜに向かって歩けなくなります。転倒する人もいます。

第三段階 「毎秒20メートル以上から25メートル未満」 の場合、何かにつかまっていないと立ってられなくなります。

飛来物によって負傷するおそれがあります。

第四段階 「毎秒25メートル以上」 の場合、屋外での行動は極めて危険です

十七ページ。高潮と台風の避難のタイミング。

風が強い中で屋外に出ることや水の中を避難するのはとても危険です。

避難情報にしたがって台風が近づいて風が強くなる前、浸水の前に安全な場所へ避難しましょう。

高潮が発生するおそれがあるときに市が発令する避難情報について説明します。

〈警戒レベル3〉

市が発令する避難情報は高齢者等避難。

高潮による浸水が発生するおそれがあります。高齢者や障害のあるかたなど避難に時間がかかる方は避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。

〈警戒レベル4〉

市が発令する避難情報は避難指示。

高潮による浸水が発生するおそれが高まっています。危険な場所から全員避難を開始し、早めに避難を完了させましょう。

〈警戒レベル5〉

市が発令する避難情報は緊急安全確保。

既に安全な避難ができず、命が危険な状況です。直ちに身の安全を確保する行動をとります。

十八ページ。高潮と台風の避難のポイント。

高潮の時の危険な場所は、海岸付近の低地や湾の奥部、遠浅の海底地形の沿岸、かこうぶ、などです。

また、台風の接近による強風で、屋外に出て避難することが危険な場合があります。

風が強くなる前に避難するようにしましょう。

もし、避難が遅れて家の周りが浸水した場合、水の中を避難するのは危険な場合があります。

自宅近くの建物など少しでも浸水しにくい高い場所に移動し、直ちに身の安全を確保しましょう。

十九ページ。地震について。

北九州市で想定されている地震として、2つのタイプがあります。

1、活断層による地震。

活断層とは、ここ数千年の間に動いた形跡があり、今後も動く可能性のある断層のことをいいます。

平成24年の福岡県の地震に関する防災アセスメント調査によると、市内を通る活断層による地震が起こった場合、市内で最大震度6弱（一部6強）の揺れが想定されており、市内の

死傷者は最大で四千人以上にのぼると予測されています。

2、プレート境界で起こる地震。

日本周辺では、海のプレートが沈み込むときに、陸のプレートを地下へ引きずり込んでいきます。陸のプレートが引きずりに耐えられなくなり、跳ね上げられるように起こるの

が、プレート境界の地震です。

プレート境界の地震として、南海トラフでの巨大地震の発生が懸念されており、内閣府設置の「南海トラフの巨大地震モデル検討会」によると、市内では最大で震度5弱から5強の地震が想定されています。

二十ページ。地震の続き。

地震の揺れと想定される被害について説明します。

震度4の場合には、ほとんどの人が驚きます。

電灯などのつり下げたものは、大きく揺れます。

震度5弱の場合には、大半の人が恐怖をおぼえ、物につかまりたいと感じます。

棚にある食器類、書棚の本が落ちることがあります。

震度5強の場合には、物につかまらなると歩くことが難しくなります。

固定していない家具が倒れることがあります。

震度6弱の場合には、立っていることが困難になります。

耐震性の低い木造建物は、かわらが落下したり、建物が傾いたり、倒れたりすることがあります。

震度6強の場合には、はわないと動くことができなくなります。飛ばされることもあります。

固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなります。

震度7の場合には耐震性の低い木造建物は、傾くものや倒れるものがさらに多くなります。

耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなります。

また、電気火災対策には、「感震ブレーカー」が効果的です。

「感震ブレーカー」は、地震発生時に設定値以上の揺れを感知したときに、ブレーカーやコンセントなどの電気を、自動的に止める器具です。

二十一ページ。地震の避難のタイミングとポイント。

急な地震におそわれても、あわてずに行動することが自分の身を守ることになります。

地震発生時の行動を日頃から考えておくことが大切です。

地震発生時から時間の経過と共に、取るべき行動を説明します。

地震発生時には、あわてて外に飛び出さないようにしましょう。

ドアや窓を開けて、逃げ道を確保しましょう。

すばやく火の始末を行いましょう。

地震発生後、1～2分経過後には、火元の確認や出火の場合は、消火しましょう。

家族の安全を確認しましょう。

外に逃げる時には、安全のため必ず靴をはきましょう。

地震発生後、3分経過後には、テレビやラジオで情報を確認しましょう。

余震に注意しましょう。

地震発生後、5分経過後には、となり近所の安否確認や周囲の様子を確認しましょう。

火災が発生している場合は周囲の人や消防に知らせるとともに、できれば消火活動を行いましょう。

倒壊の危険がある場所には近寄らないようにしましょう。

また、「緊急地震速報」を活用して身を守りましょう。

緊急地震速報は気象庁が地震発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。

緊急地震速報が発表され、強い揺れが到達するまでの時間は、数秒から長くても数十秒くらいです。この短い間にあわてず、身の安全を確保しましょう。震源に近い場所では、

緊急地震速報が強い揺れの到達に間に合わない場合があります。

二十二ページ。地震の避難のタイミングとポイント、続き。

家具の転倒や落下を防ぐ、チェックポイントを説明します。

1、タンス・本棚は、L字金具や支え棒などで固定しましょう。

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きましょう。

2、冷蔵庫は、転倒防止ベルトの取付口や取っ手に、ベルトを通して、金具などで固定しましょう。

3、テレビは、テレビ台や壁などにフックとロープ、粘着マットなどで固定しましょう。

4、食器棚は、エル字の金具などで固定し、たな板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷きましょう。重い食器は下の方に置き、扉が開かないように止め金具をつけましょう。

次に、「家具が転倒するとどうなるのか」について、説明します。

建物が無事でも家具が転倒すると、その下敷きになってけがをしたり、室内が散乱することによって逃げ遅れてしまう場合があります。家庭での被害を防ぎ、安全な逃げ道を確保するためにも、家具の転倒・落下防止対策をとっておきましょう。

二十三ページ。津波について。

海底の下で大きな地震が発生すると、断層運動により海底が盛り上がりたり、もしくは沈んだりします。これに伴って海面が変動し、大きな波となって四方八方に伝わるものが、津波です。

津波の力はとても強く、家や車をあっという間に押し流してしまいます。

津波は、海が深いほど速く伝わる性質があり、沖合いではジェット機に匹敵する速さで伝わります。津波が陸地に近づくにつれ、波が高くなります。

水深が浅いところで遅くなるといっても、人が走って逃げ切れるものではありません。海岸付近で地震の揺れを感じたら、または、津波警報などが発表されたら、実際に津波が見えなくても、速やかに避難しましょう。

二十四ページ。津波の続き。

北九州市に影響を与える海底活断層は、西山断層、対馬海峡東の断層、周防灘断層群主部があります。

福岡県が設定した「福岡県津波浸水想定（平成28年）」では、それぞれの断層を震源とする地震発生による、市内において想定される最大クラスの津波について公表されています。

また、プレート境界周辺で起こる津波は、太平洋沖の南海トラフによる巨大地震が想定されています。福岡県が設定した「福岡県津波浸水想定（平成28年）」では、マグニチュード9.1の地震発生に伴い、最大3.5mの津波が到達すると想定されています。

想定される津波高は次のとおりです。

西山断層帯の場合。

小倉北区2.7m、若松区3m、八幡東区1.9m、八幡西区1.8m、戸畑区2.4m。

対馬海峡東の断層の場合。

小倉北区2.4m、若松区4.6m、八幡東区1.9m、八幡西区1.6m、戸畑区2m。

周防灘断層群主部の場合。

門司区3.2m、小倉北区2.4m、小倉南区2.5m。

南海トラフ巨大地震の場合。

門司区3.5m、小倉北区2.8m、小倉南区3.2m、八幡東区1.8m、八幡西区1.6m、戸畑区2m。

津波情報を迅速かつ効果的にお知らせするため、沿岸部に防災スピーカーを設置しています。津波警報のほか大雨などの特別警報や、避難に関する情報を放送します。

海水浴場などで、おおつなみ警報、津波警報、津波注意報が発表された際は、防災スピーカー、携帯電話など様々な手段で危険をお知らせするとともに、「津波フラッグ」による視覚的伝達も行っています。「津波フラッグ」を用いることで、聴覚に障害をお持ちの方や、波音や風で音が聞き取りにくい遊泳中の方などにも津波警報などの発表をお知らせできます。

二十五ページ。津波の避難のタイミング。

津波警報・注意報の分類と、とるべき行動について説明します。

〈津波注意報〉

海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。

高さ0.2~0.3m程度の津波でも人は流れに巻き込まれるおそれがあります。

〈津波警報〉

標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれるおそれがあります。

### 〈おおつなみ警報〉

木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれるおそれがあります。津波警報やおおつなみ警報が発表されたら、沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。

また、津波避難の3原則を実行して、津波から命を守りましょう。

#### 1、想定にとらわれない。

想定はあくまで自然現象を予測するシナリオのひとつであり、ほかにもあらゆる可能性があることを理解しましょう。

#### 2、最善を尽くす。

どのような状況になるか予測できない災害時にできることは、その状況のなかで最善の対応行動をとることです。

#### 3、率先避難者たれ。

いざというときには、まず自分が率先して避難することで、その姿を見て、ほかの人も避難するようになり、結果的に多くの人を救うことができます。

### 二十六ページ。津波の避難のポイント。

#### 1、津波注意報であっても水辺は危険です。

ただちに、海岸や川べりから離れましょう。

#### 2、津波の速度は非常に早く、目に見えてから逃げるのでは間に合いません。

3、到達予想時刻が過ぎたり、第一波が引いたとしても、津波警報・注意報が解除されて、安全が確認されるまでは避難を継続しましょう。

4、津波は一度だけでなく複数回襲来し、あとから来る津波の方が高くなることもあります。

5、津波は沿岸に近づき、水深が浅くなるほど、急激に高くなります。また、V字型の湾や岬の先端など、地形の影響で局所的に高くなります。

6、津波は遠方の地震などによって発生することもあります。

日本近海の地震によるものではない、津波警報・注意報にも注意しましょう。

### 二十七ページ。ハザードマップの見方。

「いざ」という時に備え、日頃から大雨による浸水や土砂災害が発生するおそれのある場所などを把握しておき、あなたの家から避難場所までの経路を確認しておきましょう。

#### ポイント1。

ハザードマップを見て、自宅や学校・職場の位置を確認しましょう。

#### ポイント2。

近くの避難所や親戚・知人宅を確認しましょう。

#### ポイント3。

避難経路と安全な避難先を決めましょう。

ハザードマップはご家族など身近な方に確認してもらってください。

### 二十八ページ。ハザードマップの見方、続き。

二十七ページと同じ内容です。

### 二十九ページ。避難行動判定フロー。

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自宅の災害リスクととるべき行動を確認しましょう。

ハザードマップで家がある場所に色が塗られている場合は原則として立ち退き避難（自宅の外に避難）が必要です。

避難のタイミングについては、ご自身または一緒に避難するかが避難に時間のかかる場合は、警戒レベル3高齢者等避難が市から発令されたら、避難しましょう。

また、避難に時間のかからない場合は、警戒レベル4避難指示が市から発令されたら、避難しましょう。

避難先については、安全な場所に住んでいる親戚や知人がいる方は親戚や知人宅へ、いない方は市が指定している避難所または安全なホテルや旅館に避難しましょう。

ただし、家がある場所に浸水の危険があっても次の3つの条件を満たす場合は自宅にとどまり安全確保することも可能です。

1つめの条件、ハザードマップの「家屋倒壊等氾濫想定区域」に入っていない。



入っていると、流速が速い場合、木造家屋は倒壊するおそれがあります。また、地面が削られ家屋は建物ごと崩落するおそれがあります。  
2つめの条件、浸水する深さよりも居室（部屋）が高いところにある。  
3つめの条件、水がひくまでの間の水・しよくりょうなどの備えが十分にある。  
十分でない、水、しよくりょう、薬等の確保が困難になるほか、電気、ガス、水道、トイレなどの使用ができなくなるおそれがあります。  
また、ハザードマップで色が塗られていなくても、周りと比べて低い土地や崖のそばなどにお住まいの方は、状況に応じて避難が必要となる場合があります。

三十ページ。避難行動判定フロー、続き。  
二十九ページと同じ内容です。

三十一ページ。分散避難・マイ避難所。

避難する場合は、市が指定した「小中学校や市民センター」などの避難所に行くことだけが避難ではありません。

日ごろから、どう行動するか決めておきましょう。

1、自宅にとどまる、在宅避難。

2、安全な場所にある、親戚・知人宅へ避難。

災害時に避難することを相談しておきましょう。

3、市の避難所へ避難。

小中学校や市民センターなどへ避難しましょう。

自分で用意するものは、マスク、しよくりょう・飲料水、消毒液、スリッパ、体温計などです。

4、安全な場所にある、ホテル・旅館へ避難。

避難する場合は、事前に予約・確認しましょう。

宿泊料が必要です。

三十二ページ。わが家の防災対策。

家の中の安全対策を説明します。

1、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きましょう。

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を行いましょう。

2、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ようにしましょう。

また、玄関にいろいろ物を置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうこともあります。

3、家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすいため、家具のした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しましょう。また、金具や固定器具を使って、転倒防止策をばんぜんにしましょう。

4、ブレーカーの位置を確認し、スマートフォンのライトや懐中電灯を活用できるように準備しておきましょう。

5、就寝中に地震に襲われると、家具などの下敷きになるおそれがある危険です。転倒の可能性のある家具を置かないようにしましょう。

家の周囲の安全対策について説明します。

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておきましょう。

ブロック塀や門柱は、土の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し、ひび割れや鉄筋のさびは補修しておきましょう。

プロパンガスは、ボンベを鎖で固定しておきましょう。

ベランダは、植木鉢などを整理整頓しましょう。落下する危険がある場所には、何も置かないようにしましょう。

窓ガラスは、飛散防止フィルムをはりましょう。

三十三ページ。マイ・タイムラインの作成。

マイ・タイムラインとは、自分自身がとる標準的な防災行動などを時系列的に整理し、取りまとめる行動計画表です。

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」を確認しましょう。

マイ・タイムラインを作成したあとは、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おきましょう。  
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「いつ」ということが明確になりますが、注意点もあります。  
マイ・タイムラインを使用する際には、次の3つの心得を参考に行動してください。  
心得 1。あくまで行動の目安として認識する。  
心得 2。防災気象情報や避難情報などを、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を判断する。

三十四ページ。マイ・タイムラインの作成の続き。  
マイ・タイムライン作成のために次のことをチェックしましょう。

1、ハザードマップでチェック。

あなたが住んでいる場所は、土砂災害警戒区域や浸水想定区域にはいつていますか。  
あなたの住んでいる場所の浸水深は、何メートルですか。  
あなたの住んでいる場所は、家屋倒壊等氾濫想定区域ですか。

2、家庭の状況をチェック。

車はありますか。  
ペットはいますか。  
常備薬はありますか。  
高齢者、障害者、乳幼児、妊婦など、避難に支援が必要な人はいますか。

3、避難先のチェック。

在宅避難を行いますか。  
あなたが避難する場所はどこですか。  
あなたが避難する場所までの、移動手段や移動時間、そして避難場所へのルートを考えましょう。避難先は複数考えておきましょう。

三十五ページ。わが家の「マイ・タイムライン」記入シート。

わが家の「マイ・タイムライン」記入シートを作成することにより、事前の準備と行動を整理しておきましょう。

「わが家の動き」の欄は、自分自身または、家族で話し合い、実際に行える行動を記入します。

記入例は次のとおりです。

警戒レベル1のときの事前の確認事項は、自宅周辺の災害リスクを確認する、住んでいる場所の浸水深を確認する、避難先を確認する、などです。

また、わが家の動きの例としては、テレビ・ラジオなどにより気象情報などの確認をする、家のまわりの安全対策を行う、などです。

警戒レベル2のときの事前の確認事項は、非常もちだしひんを確認する、避難する際、家族に支援が必要な人はいるかを確認する、支援してくれる人の名前と連絡先を確認する、などです。

また、わが家の動きの例としては、車の燃料補充、親戚などに避難先などを連絡する、などです。

警戒レベル3のときの事前の確認事項は、高齢者などは避難を開始するので、避難先を確認する、避難所の開設状況を確認する、避難するときに声をかける人が近所にいるかを確認する、などです。

また、わが家の動きの例としては、子どもがいるので、隣町の祖父母の家に避難する、戸締まりをして避難する、などです。

警戒レベル4のときの事前の確認事項は、全員避難開始となるので、避難先を確認する、避難するときに声をかける人が近所にいるかを確認する、避難所へ避難できない場合の近隣の安全な場所を確認する、などです。

また、わが家の動きの例としては、すぐに避難する、A小学校への避難を完了する、などです。

警戒レベル5、緊急安全確保のときのわが家の動きの例としては、自宅内の浸水が想定されない2階などで、身の安全を確保し救助を待つ、ラジオなどで、情報を収集する、などです。

三十六ページ。わが家の「マイ・タイムライン」記入シートの続き。

具体的に記入する、「記入シート」があります。ご家族など身近な方に確認してもらってください。

三十七ページ。避難所でのルール。  
避難所についたら、まず受付を行ってください。  
一時的に避難所を離れる場合も、必ず担当者に声をかけてください。  
退所時の受付も忘れないようにしましょう。  
食事は各自で用意してください。  
水分はこまめにとってください。  
毛布や座布団などは、数に限りがあります。  
介助の必要な方には必ず付き添いをお願いします。  
部屋の移動をお願いすることがあります。  
貴重品は各自で管理してください。  
個人のごみは各自で持ち帰るなど、責任をもって、後片付けをお願いします。  
建物内はすべて禁煙・禁酒です。  
携帯電話はマナーモードにしてください。

三十八ページ。ペット防災。  
ペットの安全は、飼い主自ら守ることが基本となります。  
飼い主が自分の安全を確保した上で、ペットの安全を守りましょう。  
ペットのための備えは、飼い主の責任です。災害発生時には、人命救助が優先となるため、ペットのための救援物資の到着には時間がかかることがあります。最低でも次の物は準備しましょう。  
ペットフードと水。少なくとも5日分。キャリーバッグやケージ。予備の首輪やリード。  
服用中の薬。トイレ用品。  
ペットの写真。狂犬病注射やワクチンなどの接種状況、既往症、薬の情報など。  
また、ペットが理由で避難しないことは、自分の安全を脅かすことにつながります。災害発生時には、ペットとともに「同行避難」をしましょう。  
ペットの居住空間など、避難所ごとに状況が異なりますので、あらかじめ確認しておくことをお勧めします。  
同行避難とは、「災害時に飼い主が飼育しているペットと同行し、避難所まで避難すること」であり、避難所で人とペットが同じスペースで居住できることを意味するものではありません。  
ただし、盲導犬や介護犬などの身体障害者補助犬はペットではないため、同じ居住空間で過ごします。  
また、避難所への避難以外にも、ペットの一時預かり先として、安全な親戚や知人宅、宿泊施設など、事前に探しておくことが望ましいです。  
ペットの災害対策に関する問い合わせ先は、お住まいの区役所または、北九州市動物愛護センター、093-581-1800です。

三十九ページ。非常時持ち出し品・備蓄品の準備とチェック。  
「いざ」というとき、すぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。  
非常時持ち出し品の例としては、次のものがあります。  
水。食品。防災用ヘルメット・防災ずきん。衣類・下着。レインウエア。紐なしの靴。  
懐中電灯。携帯ラジオ。モバイルバッテリー。キャップライト。  
救急用品。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。ペンやノート。包装用ラップ。貴重品。毛布。携帯トイレ。防災ガイドブック(本書)。  
乳幼児等がいる、家庭の備えの例としては、次のものがあります。  
ミルク。哺乳瓶。離乳食。子供用紙オムツ。お尻ふき。  
携帯用お尻洗浄機。抱っこひも。子供の靴。  
女性の備えの例としては、次のものがあります。  
生理用品。中身の見えないごみ袋。防犯ブザー・ホイッスル。  
高齢者がある家庭の備えの例としては、次のものがあります。  
大人用かみパンツ。杖。補聴器。お薬手帳のコピー。入れ歯。入れ歯用洗浄剤。持病の薬。  
感染症対策としての持ち出し品の例としては、次のものがあります。

マスク。アルコール消毒液。スリッパ。手洗い石けん。体温計。ウェットティッシュ。タオル。

四十ページ。非常時持ち出し品・備蓄品の準備とチェックの続き。

非常時用備蓄品の例としては、次のものがあります。

災害復旧までのすうじつかん、最低3日を過ごすための備蓄品を準備しましょう。

水について。

飲料水として、ペットボトルや缶入りのミネラルウォーター。1人いちにち3リットルを目安に準備。

生活用水は、風呂・洗濯機などに貯水。

非常用食品について。

お米。アルファ米も便利。

缶詰・レトルト食品。ちようみりようなど。チョコレートやアメ、菓子類など。

そのほかにも、

毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど。なべ・やかんなどの調理器具。

バケツ・各種アウトドア用品など。卓上コンロ。紙皿。紙コップ。包装用ラップ。ランタン。ガスボンベ。

避難生活が長引くときに役に立つものは、

携帯トイレ。使い捨てカイロ。ポリタンク。ホイッスル。裁縫セット。ガムテープ。

ビニールシート。新聞紙。スコップ。車のジャッキ。予備の眼鏡・補聴器。

筆記用具。バール、ハンマー、のこぎり。補助用具としてロープなど。

また、使いながら備蓄する、「ローリングストック法」を活用しましょう。

ローリングストックとは、「備える」→「消費する」→「買い足す」を繰り返すことで

す。缶詰やインスタント食品、レトルト食品など、普段利用している食品を多めに購入しておいて、使用した分だけこまめに買い足すことで、一定量を備蓄する方法です。

「いざ」というときに支障がないように、食品類の賞味期限や持ち出し用品に不備がないか、定期的に点検しましょう。

四十一ページ。情報の入手方法。

インターネットで調べる情報としては次のものがあります。

1、北九州市ホームページ防災情報。

発令中の避難情報や開設している避難所、河川の水位やライブカメラ、ハザードマップなどの、防災に関する様々な情報を掲載しています。

2、LINE（北九州市公式LINE）。

災害発生のおそれがある場合にメッセージが届くほか、トーク画面で小学校区や区名を送信すると、「発令中の避難情報」、「開設中の避難所」が分かる市ホームページに簡単にアクセスできます。

3、福岡県総合防災情報。

防災気象情報や土砂災害危険度情報、河川情報などを掲載しています。

4、防災・危機管理情報ツイッター。

避難情報や気象情報などの防災・危機管理情報のほか、防災啓発に関する各種情報を発信しています。

5、九州電力、送配電 停電情報。

6、気象庁の情報。

気象の注意報・警報、土砂災害警戒情報、大雨警報（土砂災害）の危険度分布、台風情報、地震・津波情報などを入手できます。

7、地域情報ポータルサイト、ジモッティ。

ハザードマップ、避難所マップなどの地図情報や国の機関などの、防災に関するリンク集などを掲載しています。

8、国土交通省、川の防災情報。

大雨に川の氾濫のおそれがある場合などに、雨や川の水位の状況などをリアルタイムで配信しています。

四十二ページ。情報の入手方法 続き。

テレビ・ラジオで調べる情報としては次のものがあります。

1、ラジオ。

AM、NHK北九州、540キロヘルツ

FM、NHK-FM、85.7メガヘルツ

2、ケーブルテレビ。

ジェイコムチャンネル北九州。

3、テレビのdボタン。

データ放送に対応しているテレビでは、dボタンを押すことで、NHK総合では、雨の情報や河川の情報を確認することができます。また、KBC（九州朝日放送、1チャンネル）の「dボタン広報誌」では、地域の開設中の避難所情報を確認することができます。

災害情報メール配信サービスとしては、次のものがあります。

1、北九州市、もらって安心災害情報サービス。

気象情報、避難情報、地震情報や消防車の出動などを電子メールで携帯電話やパソコンに配信しています。

2、福岡県 防災メール・まもるくん。

福岡県内の防災気象情報、河川の水位情報、避難情報、災害時の安否情報通知、避難支援マップなどを配信しています。

3、緊急速報メール（エリアメール）。

避難情報を、スマートフォン、携帯電話に配信しています。

また、防災アプリ「ハザードン」では、気象情報のお知らせ、各種ハザード情報、避難所情報などを調べることができます。

裏表紙。わが家の「緊急」防災メモ。

非常時・緊急時のために、次の情報を確認しておきましょう。

1、家族の集合場所や避難所・避難場所、連絡方法。

2、家族や親族、知人の氏名や連絡先。

避難に関するご相談は、各区役所の「総務企画課」へご連絡ください。

門司区役所、093-331-1881。

小倉北区役所、093-582-3301。

小倉南区役所、093-951-4111。

若松区役所、093-761-5321。

八幡東区役所、093-671-0801。

八幡西区役所、093-642-1441。

戸畑区役所、093-871-1501。

夜間・休日は消防署へご連絡ください。

門司消防署、093-372-0119。

小倉北消防署、093-582-0119。

小倉南消防署、093-951-0119。

若松消防署、093-752-0119。

八幡東消防署、093-663-0119。

八幡西消防署、093-622-0119。

戸畑消防署、093-861-0119。