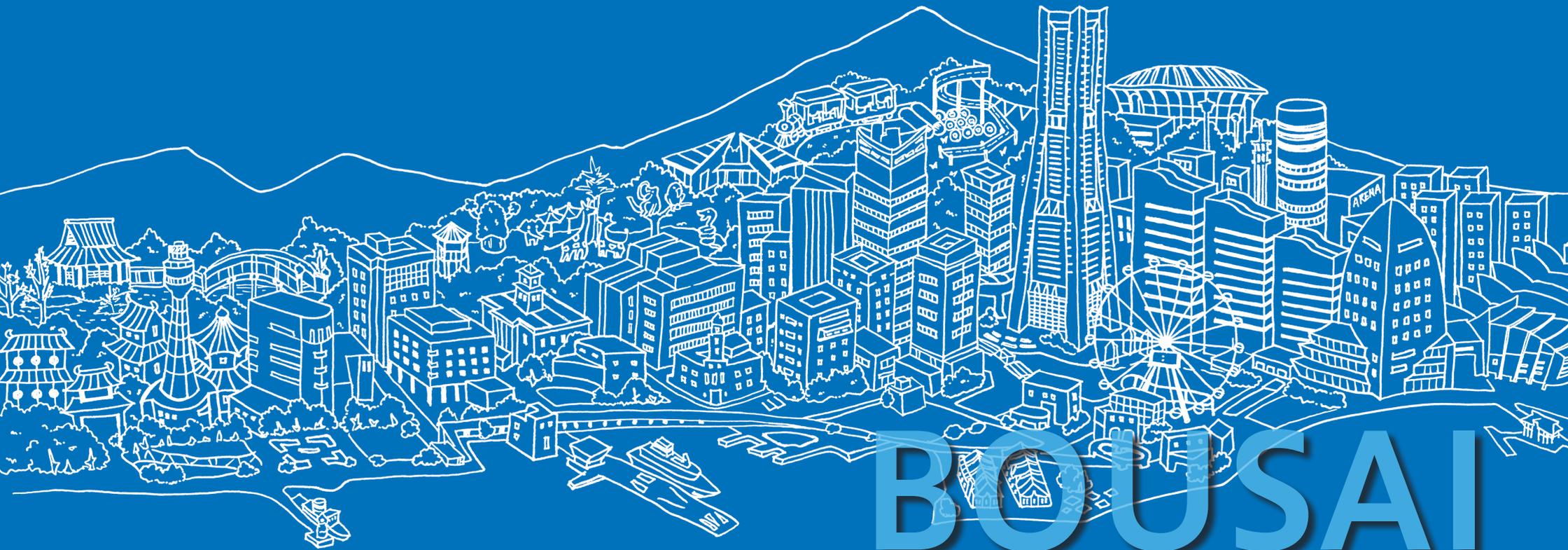


ぼう さい
防災よこはま
ハンドブック



BOUSAI
YOKOHAMA
HANDBOOK



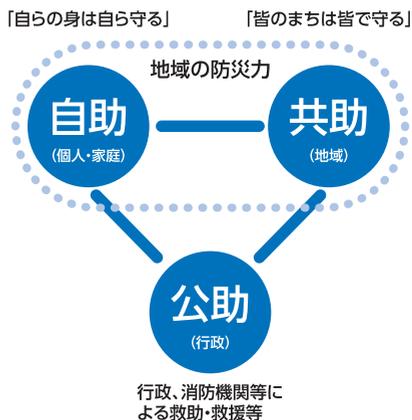
横浜市 危機管理室



はじめに…

横浜市は、大地震や台風、土砂災害などの様々な危険にさらされています。本冊子では、こうした様々な災害に対する市民の皆様による自助、共助の取組の参考にしていただくために作成したものです。災害による被害を少しでも軽減するためには、公助に加えて、自助と共助の力が大変重要です。事前の備えや、ご家庭・地域での話し合いなどに、ぜひご活用ください。

令和4年3月 横浜市



よこはま地震防災市民憲章 ～私たちの命は私たちが守る～

ここ横浜は、かつて関東大震災に見舞われ、多くの方が犠牲になりました。大地震は必ずやってきます。その時、行政からの支援はすぐには届きません。私たち横浜市民はそれぞれが持つ市民力を発揮し、一人ひとりの備えと地域の絆で大地震を乗り越えるため、ここに憲章を定めます。穏やかな日常。それを一瞬にして破壊する大地震。大地震はいつも突然やって来る。今日かもしれないし、明日かもしれない。だから、私は自分に問いかける。地震への備えは十分だろうか。大地震で生死を分けるのは、運・不運だけではない。また、自分で自分を守れない人がいることも忘れてはならない。私は、私自身と周りの大切な人たちの命を守りたい。だから、私は考える。今、地震が起きたら、どう行動しようかと。不安の中の避難生活。けれどみんなが少しずつ我慢し、みんなが力を合わせれば必ず乗り越えられる。だから、私は自分に言い聞かせる。周りのためにできることが私にも必ずあると。東日本大震災から、私たちは多くのことを学んだ。頼みの行政も被災する。大地震から命を守り、困難を乗り越えるのは私たち自身。多くの犠牲者のためにも、このことを風化させてはならない。だから、私は次世代に伝える。自助・共助の大切さを。

平成 25 年 3 月 11 日制定

ぼうさい 防災よこはま ハンドブック 〈目次〉

CHAPTER 1 地震

- 横浜市の地震被害想定 ——— 6
- 見直したい家の中の安全 ——— 8
- 備蓄品や非常持出品の準備 ——— 10
- 地震が起きたときの身の安全 ——— 12
- 避難場所のあれこれ ——— 14
- 考えられる被害への備え(帰宅困難者・津波) ——— 16
- 地震後の避難生活 ——— 18



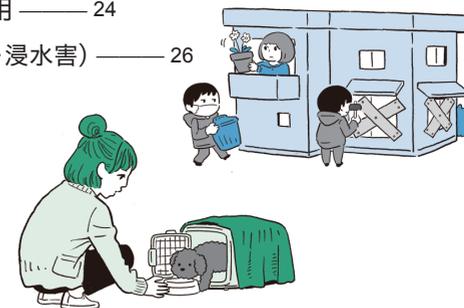
CHAPTER 2 風水害等

- 気象情報と避難情報の確認 ——— 22
- ハザードマップとマイ・タイムラインの活用 ——— 24
- 考えられる被害への備え(台風・土砂災害・浸水害) ——— 26
- 風水害時の避難行動の確認 ——— 28
- 雷・竜巻・火山災害への備え ——— 30



CHAPTER 3 共助

- みんなで地域全体を守る ——— 34
- ペット・感染症対策・その他について知っておくこと ——— 36



災害時の防災情報ガイド ——— 38

横浜市災害時における 自助及び共助の推進に関する条例が 一部改正されました ——— 40

災害対策度チェック ——— 40



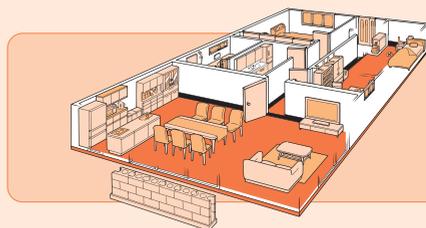
地震

地震が発生したとき、被害を最小限に留めるには、一人ひとりがあわてずに行動することが重要です。そのためには、日頃からの備えが必要。ここでは、横浜市の被害想定から備蓄品や避難まで、知っておくべき地震に関する情報をお届けします。

横浜市の
地震被害想定

実際に地震が起きたら、どんな影響が出るのか……。科学的知見や蓄積する地震関連データから、予測される横浜市の地震被害を把握しましょう。

P.6

見直したい
家の中の安全

地震の被害を最小限に食い止めるために、部屋のレイアウトや家具選びなどを再確認しましょう。家具転倒防止器具や感震ブレーカーの重要性もチェック！

P.8

備蓄品や
非常持出品の準備

避難生活に備え、用意しておきたい備蓄品や非常持出品などをご紹介します。乳幼児がいる、ペットを飼っているなど、家庭ごとに必要なアイテムも知っておきましょう。

P.10

地震が起きたときの
身の安全

自宅にいるとき、地下街にいるとき、エレベーターに乗っているときなど、シチュエーション別に地震が起きたときの取るべき行動を学びましょう。

P.12

避難場所の
あれこれ

いざ、避難をしようと思ったときにどう行動するのがよいのか、実は知らないことがたくさん。避難場所といっても一概ではないので、詳しく知っておきましょう。

P.14

考えられる
被害への備え
(帰宅困難者・津波)

東日本大震災時にも問題になった「帰宅困難者の発生」と「津波」。過去の教訓を生かし、どう行動したらよいかを学びましょう。

P.16



地震後の避難生活

在宅避難や避難生活で大切なことなどを知りましょう。知っておくだけで、冷静な行動の手がかりに！

P.18

横浜市の地震被害想定

大地震でどのような影響が出るのかをあらかじめ想定しておくことは、減災行動を考える上で重要です。そこで、東日本大震災の教訓から、新しい科学的知見や蓄積してきた地震関連のデータをもとに、学識者やライフライン事業者とともに議論を重ね、新たな地震被害想定を策定しました。(平成24年10月に公表しています)

■ 想定対象とした地震

地震被害想定では4つの地震を想定対象としました。

げんろくがた 元禄型関東地震

関東大震災をもたらした大正型関東地震の約2倍のエネルギーを発するマグニチュード8.1の想定地震です。市内の最大震度は7と想定されます。

東京湾北部地震

本市を含む首都圏での影響が極めて大きいとされるマグニチュード7.3の想定地震です。

南海トラフ巨大地震

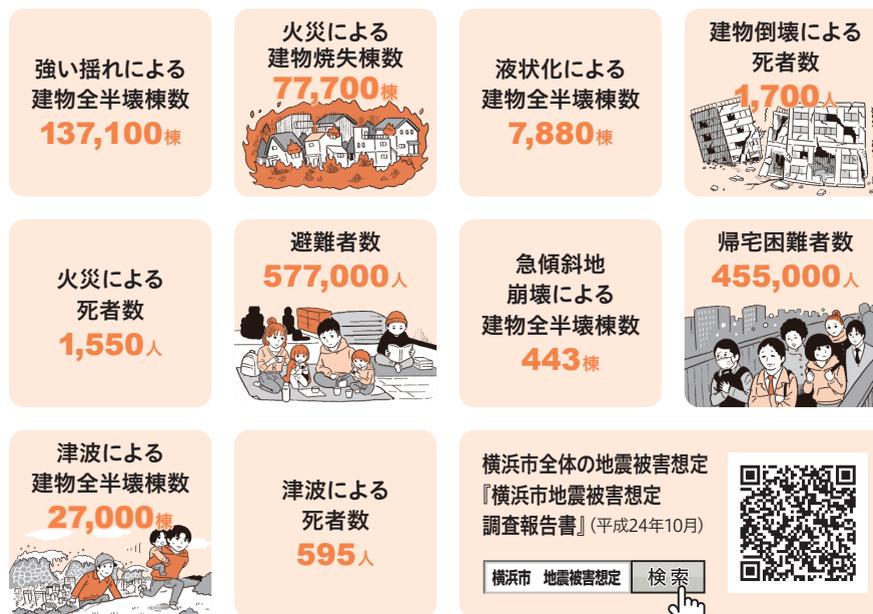
大津波をもたらすものとして内閣府でも取り上げているマグニチュード9クラスの想定地震です。

けいちょうがた 慶長型地震

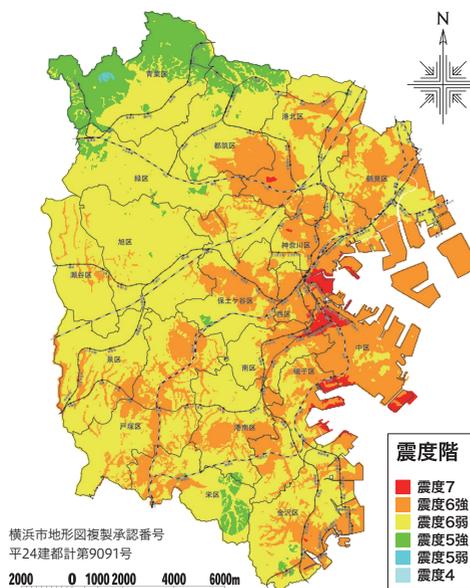
東京湾への大きな津波をもたらすものとして平成23年度に神奈川県が設定した想定地震です。満潮時には横浜市内でも海抜約4.9メートルまで浸水するものと想定されます。



■ 市内で考えられる被害 (元禄型関東地震で想定、津波は慶長型地震で想定)



■ 元禄型関東地震被害想定 地震マップ:市全域



この地震マップは、横浜市の地震被害で想定した4つの地震のうちの一つ、元禄型関東地震がもたらす震度を表したもので、市内の最大震度は7と想定されます。しかし、地震はいつ、どこでどのような規模で発生するのか予想は困難です。このマップで震度が市内で比較的低いと表示されている地域の皆さまも、やはり最大震度7を想定して、自助、共助の取り組みを進めていく必要があります。

横浜市消防局 平成24年10月作成:横浜市地震被害想定調査に基づいて、市内における50mメッシュごとの震度階評価を行いました。

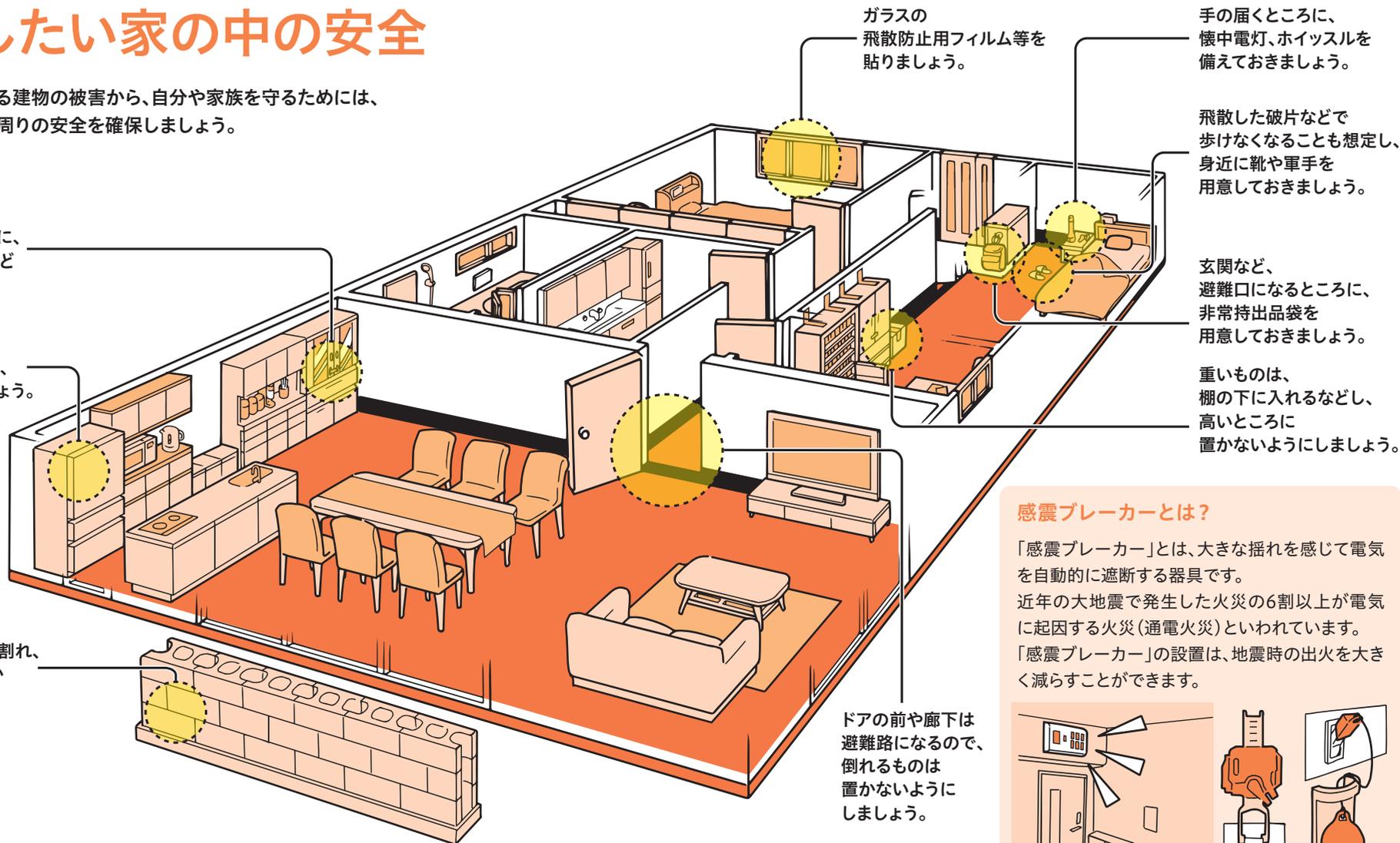
見直したい家の中の安全

地震の揺れによる建物の被害から、自分や家族を守るためには、部屋の中や家の周りの安全を確保しましょう。

戸棚の扉は、開いてこないように、留め金をつけるなどしましょう。

背の高い家具は、配置を工夫したり、固定したりしましょう。

ブロック塀にひび割れ、破損箇所がないか確認しましょう。



ガラスの飛散防止用フィルム等を貼りましょう。

手の届くところに、懐中電灯、ホイッスルを備えておきましょう。

飛散した破片などで歩けなくなることも想定し、身近に靴や軍手を用意しておきましょう。

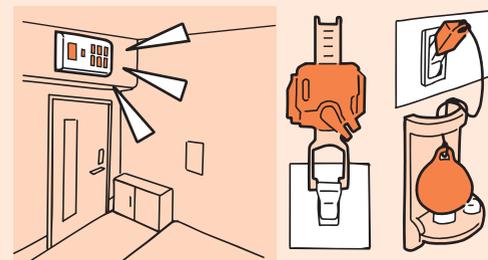
玄関など、避難口になるところに、非常持出品袋を用意しておきましょう。

重いものは、棚の下に入れるなどし、高いところに置かないようにしましょう。

ドアの前や廊下は避難路になるので、倒れるものは置かないようにしましょう。

感震ブレーカーとは？

「感震ブレーカー」とは、大きな揺れを感じて電気を自動的に遮断する器具です。近年の大地震で発生した火災の6割以上が電気に起因する火災（通電火災）といわれています。「感震ブレーカー」の設置は、地震時の出火を大きく減らすことができます。



パネ式

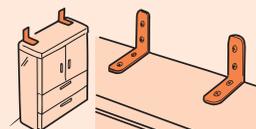
おもり玉式



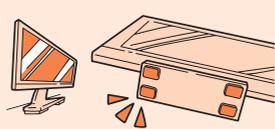
横浜市 家具転倒防止対策 検索

家具転倒防止器具を取り付けよう！

L字金具・ベルト
(壁に強度が必要)



粘着マット
(有効期限に注意)



つっぱり棒
(天井に強度が必要)



※本市では、同居している家族全員が65歳以上・障害者手帳所持者・要介護・支援者などのいずれかである世帯を対象に、家具転倒防止器具の取り付けを無料代行しています。詳しいお知らせは、広報などを通じて随時行う予定です。

※夜間に地震が発生した場合に照明が消えることで、屋外への迅速かつ安全な避難の妨げになることも考えられるため、非常灯を準備しましょう。

※本市では木造住宅の密集する地域を中心に、感震ブレーカーの設置の補助等を実施しています。詳細については、市ホームページ等にてご確認ください。



横浜市 感震ブレーカー 検索

備蓄品や非常持出品の準備

災害発生直後はインフラが止まり、食料や日用品の購入が困難に。
そのため、普段から必要なものを備えておくことが重要です。
支援物資などが届くまで最低3日、可能なら1週間分の量を準備しておきましょう。

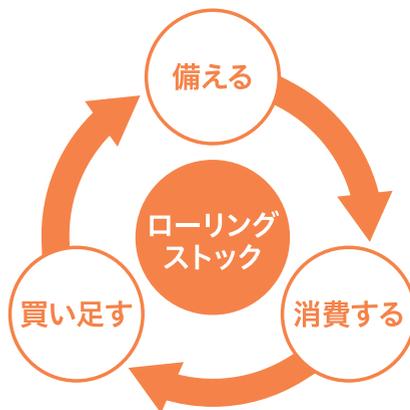
■ ローリングストックのすすめ

災害発生直後は、食料や日用品の購入が難しくなります。家族構成を考えて、必要な備蓄をしておきましょう。

また、すぐ取り出せるところに非常持出品を準備し避難の際に持って行きましょう。

備蓄する量の目安は 最低3日分(できれば1週間分)です。

家族構成や生活スタイルにあわせて、食料や日用品を少し多く買い備えて、備えたものを順番に使いながら新たに買い足していく循環型備蓄(ローリングストック)という考え方もあります。



〈災害時に必要なもの〉

飲料水・食料品

□ 飲料水

1人3日分で9ℓが目安です。
(例)3人家族の場合:
3人×9ℓ=27ℓ



□ 食料品

クラッカー、缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品など調理せずに食べられるものなど
※食物アレルギーのある方は、自分に適したものを備蓄するようにしましょう。

貴重品類

- 現金
- 預貯金通帳
- 印鑑
- 健康保険証・運転免許証
- マイナンバーカード



日用品・生活用品

□ トイレパック

1日あたりの平均排泄回数は5回といわれています。1人3日分で15個程度が目安です。
※ 家庭のトイレなどに設置して使用する「凝固剤」と、「処理袋」のセットです。ホームセンターなどで購入できます。

- 懐中電灯・ランタン
- 携帯ラジオ
- 救急医薬品
- 常備薬
- お薬手帳
- 手指消毒液
- ウェットティッシュ
- 生理用品
- 歯磨き用品
- タオル
- 軍手
- 厚底の運動靴
- ヘルメット
- マスク



- ホイッスル
- ビニール袋
- 紙皿・紙コップ
- 食品用ラップ
- モバイルバッテリー
- 非常電源の確保

自分や家族の性別、年齢、ペットなど、家庭構成に応じて必要な備蓄を行いましょう

乳幼児のいる家庭で用意するもの

- ミルク(液体ミルク等)
- ほ乳びん
- 離乳食
- スプーン
- おむつ
- おしりふき
- 着替え
- ベビー毛布
- おんぶひも
- 乳幼児のおもちゃ



要介護者のいる家庭で用意するもの

- 着替え
- 障害者手帳
- 介護食
- おむつ
- 補助具等の予備
- 非常電源の確保



食事に特別な配慮が必要な方のいる家庭で用意するもの

(糖尿病・腎臓病・アレルギー・難病など)

- 栄養強化ゼリー
- 栄養強化流動食
- 低たんぱく質ご飯

※ 病状を悪化させないように、個人に適した食事の備蓄をしましょう。



妊婦のいる家庭で用意するもの

- さらし
- 母子手帳
- 新生児用品



ペットのいる家庭で用意するもの

- ケージ
- リード
- ペットシーツ
- 常備薬等
- 首輪
- フード
- 糞尿の処理用具



地震が起きたときの身の安全

災害時は、一瞬の判断が生死を分けることも。

実際に大きな地震が起きたら、パニックになる気持ちはわかりますが、取るべき行動を事前に知っておくことは冷静な判断や行動の一助になるはず。

■ 自宅にいるとき

- クッションや布団、枕など近くにあるもので頭を守る。
- 丈夫な机の下に身を隠す。
- ガラスの破片などでケガをしないように注意する。
- あわてて外に飛び出さず、ドアや窓を開けて出口を確保する。



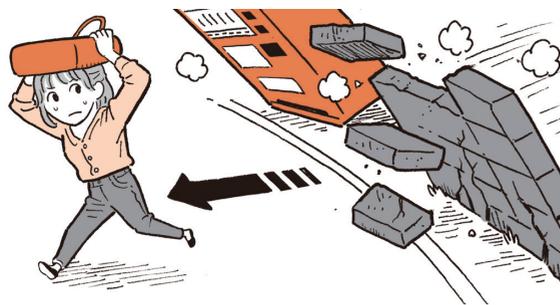
■ デパートやスーパーにいるとき

- 陳列棚の転倒や商品の落下に注意し、柱や壁際に身を寄せる。
- 衣類や手荷物、買い物カゴを使って頭を守る。



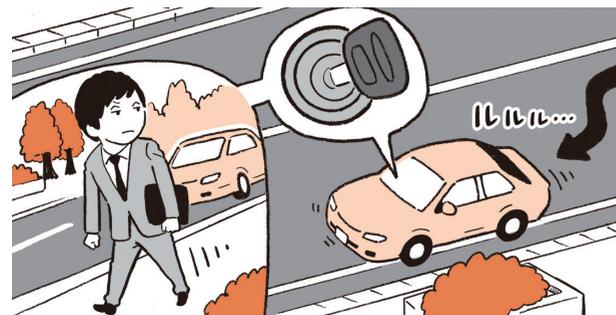
■ 地下街にいるとき

- 地下は地震時に比較的安全といわれているため、柱や壁際に身を寄せ、揺れのおさまりを待つ。
- しばらくすると非常灯がつくため、停電してもあわてない。
- 火災が起きたら、ハンカチなどで口、鼻を押さえ、身体を低くし、係員の指示に従い冷静に行動する。
- 津波のおそれがあるときは、揺れがおさまったら、係員の誘導に従って速やかに地上へ移動する。



■ エレベーターに乗っているとき

- 全ての階のボタンを押して、停止した階で降りる。
- 閉じ込められたとき、非常ボタンやインターホンで連絡を取り救助を待つ。
- 余震の可能性もあるため、避難にエレベーターは使用しない。



■ 車を運転中のとき

- 急ブレーキをかけず、ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落として道路わきに停車する。
- 揺れがおさまるまで、車内のラジオなどで情報収集する。
- 車を離れるときは、緊急で移動させることもあるため、キーは車内に置いておく。

■ 電車に乗っているとき

- 大きな地震があると電車は止まるため、手すりやつり革などにしっかりつかまる。
- 座っていたら、前かがみになって足をふんばる。
- 勝手に降車せず、乗務員の指示に従い行動する。



■ 外にいるとき

- 自動販売機やブロック塀、電柱など倒れやすいものから離れる。
- カバンなどで頭を守り、看板や外壁など落下物の危険性のある建物から離れる。
- 垂れ下がっている電線やガス漏れている場所には絶対に近づかない。
- 道路が液状化や地割れを起こしている場所には近づかない。

■ 山や崖の近くにいるとき

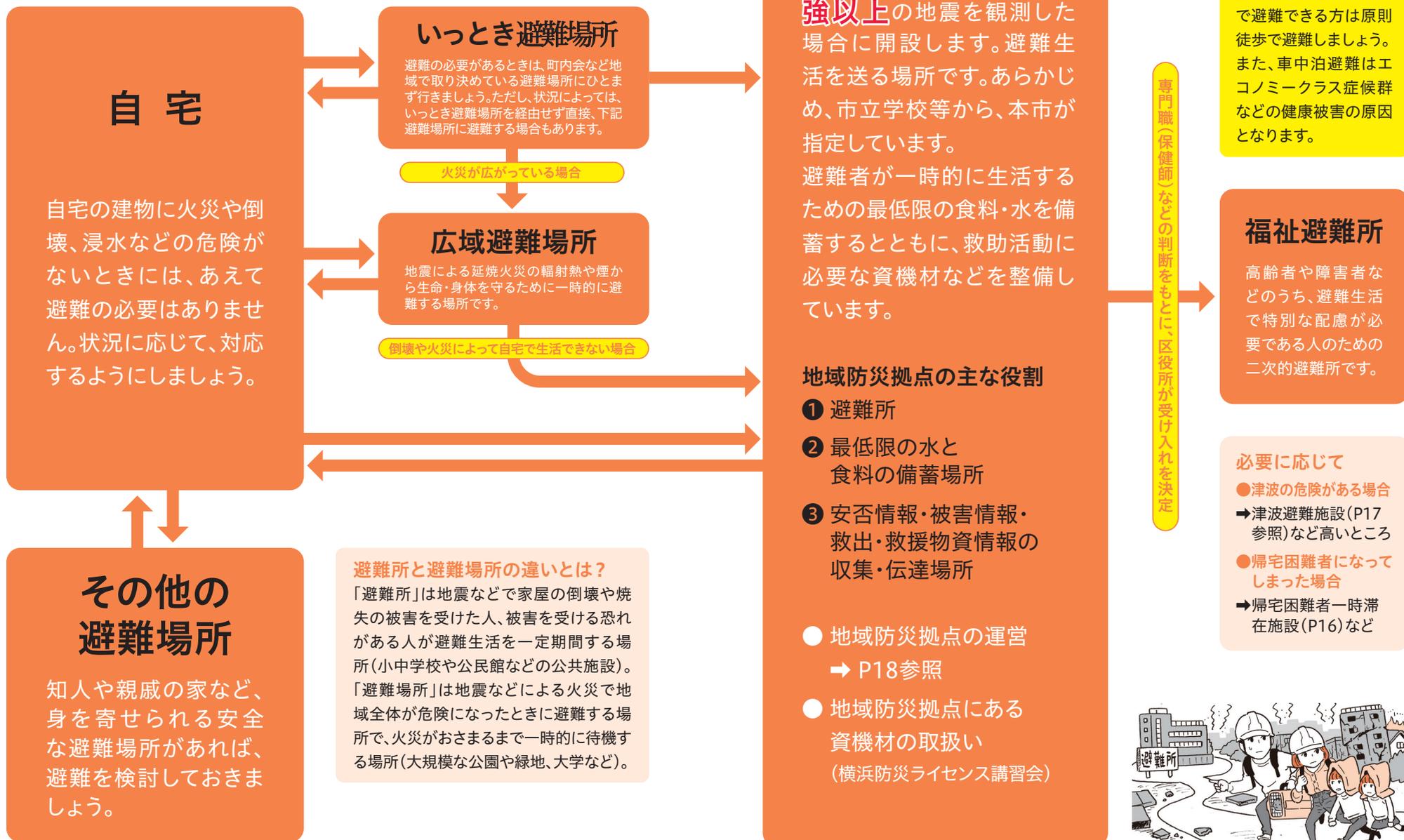
- 地震を感じたらすぐ危険な場所からすばやく避難する。
- 余震で土砂崩れを起こすこともあるため、山や崖には近づかない。



避難場所のあれこれ

状況などにより、避難するかどうか、するならどこに避難するかを判断します。

地震＝避難ではなく、自宅が安全が確保されるなら、無理に避難する必要がないことも念頭に入れておきましょう。



考えられる被害への備え(帰宅困難者・津波)

大きな地震が起こると、交通機関がしばらく運休して帰宅が困難に。また、海や川などのそばでは津波が発生します。どちらも、安全かつ冷静な行動が取れるよう、日頃から準備をしておきましょう。

■ 帰宅困難者対策

● 事前の準備

無理に帰宅しなくて済むよう、職場に泊まれる準備をしておきましょう。帰宅せざるを得ない場合にも備え、職場には帰宅グッズ(飲料水、モバイルバッテリー、着替え、スニーカー、地図など)も用意しておきましょう。普段から帰宅ルートを確認し、実際に歩く練習をしておくのもおすすめです。また、家族などと連絡手段や集合場所も話し合っておきましょう(P34参照)。



● 大地震が発生してしまったら

駅前や繁華街は人が滞留し、大混乱になる可能性があります。むやみに移動を開始せず、被害の状況や電車の運行状況、家族の安否などの情報収集を心がけ、安全な場所に留まりましょう。幹線道路や道幅の広い道路を選んで移動する、時間をずらして明るくなってから移動するなどの工夫も忘れずに。



帰宅困難者一時滞在施設の利用

横浜市では、帰宅困難者一時滞在施設を指定しています。一時滞在施設では、トイレや水道水の提供を受けることができ、「一時滞在施設NAVI」を使って近くの施設を検索することができます。ブックマークに登録しておきましょう。



一時滞在施設
NAVI
スマートフォン版



本市の帰宅困難者対策について、詳しくは、

横浜市 一時滞在施設

検索



■ 津波からの避難のポイント

(横浜市内で予想される津波の高さは最大約4.9m)

● より早く、より高い場所への避難

横浜市内で津波から避難するときは、

- 海拔5m以上の高台
- 鉄筋コンクリート造等、かつ地震の揺れによる被害のない建物で3階以上を避難の高さの目安にしましょう。

● 避難に車を使わない

車を使わずに避難しましょう(自立歩行が困難な要援護者等が避難する場合、その他やむを得ない事情がある場合を除く)。

一斉に車で避難すると渋滞が発生し、逃げ遅れてしまう可能性があります。

● 自宅や職場などで自らできる津波避難対策

津波から避難するためには、今自分がいる場所がどのくらいの高さであるかを知っておくことが必要です。

そのため、沿岸地域を中心に設置している「海拔標示」や、「津波からの避難に関するガイドライン」に掲載している「避難対象区域図」、市のホームページに掲載している「わいわい防災マップ」の都市計画基本図などにより、自らの生活圈や普段よく訪れる場所などの高さを確認しておいてください。

海水浴等で、市外へお出かけの際は、海へ入る前に予想される津波の高さ、避難場所を確認しましょう。



海拔標示

スピーカーを使ったお知らせ

横浜市では、津波浸水予測区域に津波警報などを知らせる津波警報伝達システムの屋外スピーカーを設置しています。



津波避難対策
について



横浜市 津波避難対策

検索



地震後の避難生活

自宅で避難するにしても、地域防災拠点などに避難するにしても、初めての避難生活はわからないことだらけ。
在宅避難や避難生活で大切なことを知っておきましょう。

■ 在宅被災生活者とは？

自宅が無事だった方までが地域防災拠点に行ってしまうと、避難スペースがいっぱいになってしまうので、このような方(在宅被災生活者)は家に戻って寝泊まりをします。
在宅被災生活者であっても、地域防災拠点で、必要な物資や情報が得られます。



こんなことを心がけよう！

- 在宅被災生活者同士で声かけを行う。
- 地域防災拠点から集めた情報は、みんなで共有できるように掲示する。
- 救援物資を町内会館などで協力して分配する。
- 高齢者など支援を要する方々への訪問と、情報や物資の提供を行う。

■ 地域防災拠点での避難生活で大切なことは？

地域防災拠点での避難生活は、地域住民の皆さんによる相互扶助によって運営します。
円滑な避難所運営のためには、**避難した全員が「お互いを尊重し」運営に協力していくこと**がとても大切です。

避難生活で行うこと(例)

※地域防災拠点の運営については、地域防災拠点運営委員会によってマニュアルが作られています。

開設して間もない頃

- 避難者の受け入れ、把握
- 区割り、授乳や着替えなど専用スペースの確保
- 夜間の避難所内の防犯対策
- 救出、救護活動
- 炊き出しの準備
- 備蓄物資の配給
- トイレ対策
- ペット同行避難者の受け付け、一時飼育場所への誘導



トイレの組立

避難生活の中で必要となってくること

- 物資の管理、調達
- 在宅被災生活者との連携
- 情報の収集・整理・伝達
- 防犯のための見回り
- ボランティアの受け入れ
- 避難者の健康管理など

■ 避難生活での水・食料

地域防災拠点に備蓄している水、食料は、自宅等が倒壊、火災等により発災時に家庭内備蓄食料を持ち出せない方のための最低限の備蓄品です。そのため、各家庭で必要な備蓄をしておかなければなりません。**地域防災拠点に避難するときは、備蓄したものを必ず持参しましょう。**

地域防災拠点にある飲料や食料の備蓄

● 水缶詰：	2,000缶
● クラッカー：	1,000食
● 保存パン：	1,000食
● おかゆ：	460食
● スープ：	220食
● 粉ミルク・ほ乳瓶：	20セット

■ 災害時給水所とは？

地震による災害などで断水したときに、誰でも飲料水を得られる場所が「災害時給水所」です。災害時給水所には、災害用地下給水タンク、配水池、緊急給水栓、耐震給水栓などがあります。災害用地下給水タンクがある場所には、右の「標識」が、耐震給水栓がある場所には「看板」が設置され、給水準備の整った配水池や緊急給水栓などには「のぼり」が掲出されます。また、災害用地下給水タンクや緊急給水栓などでは地域の要望に基づいて応急給水訓練が行われています。

災害時給水所の災害時における開設状況については、水道局のウェブページで確認することができます。



横浜市水道局災害時情報

横浜市水道局災害時情報(応急給水情報等)

検索



風水害等

近年台風などによる大雨・暴風の被害が各地で発生しています。気象情報の入手など、早めの対策を講じることで、被害を軽減することは可能です。そのためには、備えといざというときに取るべき行動をイメージしておくことが大切です。



気象情報と 避難情報の確認

避難情報等や警戒レベルに応じた避難行動等を今一度確認しておきましょう。

P.22



ハザードマップと マイ・タイムラインの 活用

自宅や職場がある地域の危険性を把握するため、あらかじめハザードマップなどを確認し、避難行動計画のマイ・タイムラインも積極的に活用するようにしましょう。

P.24



考えられる 被害への備え (台風・土砂災害・浸水害)

台風・土砂災害・浸水害などに対して、事前にできる備えを具体的に知っておきましょう。

P.26



風水害時の 避難行動の確認

風水害時の避難行動を改めて学んでおきましょう。「情報を早めに得る」「早めに避難する」が鉄則です。基本的な避難方法や注意事項を知っておきましょう。

P.28



雷・竜巻・ 火山災害への 備え

実際に直面したら、どう行動したらよいか分からない……、そんな雷・竜巻・火山災害への備え。身を守るための基本的な行動を知っておきましょう。

P.30

気象情報と避難情報の確認

避難とは「難」を「避」けることであり、避難所に行くことだけが避難行動ではありません。また、避難指示等が出されていなくても「自らの命は自らで守る」という考えのもと、危険がせまる前に早めに避難を開始しましょう。

各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。避難情報が発令されていなくても身の危険を感じる場合は速やかに避難を開始しましょう。

※警戒レベルについて詳しくは、内閣府ホームページをご覧ください。

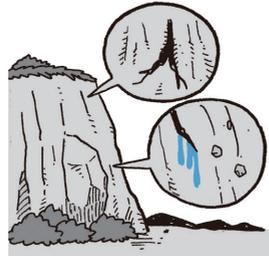
内閣府防災情報のページ

避難情報に関するガイドライン

検索



低 ← 危険度 → 高

	警戒レベル	警戒レベル 1	警戒レベル 2	警戒レベル 3	警戒レベル 4	警戒レベル 5
避難情報など	避難行動など	災害への心構えを高めましょう。 	避難に備え、ハザードマップなどにより、 自らの避難行動を確認 しましょう。 	危険な場所から高齢者等は避難 避難に時間を要する人(高齢者、障害者、乳幼児など)とその支援者は危険な場所から避難を しましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。 	危険な場所から全員避難 土砂災害などの兆候が表れているため、 速やかに危険な場所から避難 を。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅のより安全な場所に避難をしましょう。 	既に 災害が発生 している状況です。 命を守るための最善の行動 をとりましょう。 
	避難情報など			高齢者等避難 (横浜市が発令)	避難指示 (横浜市が発令)	緊急安全確保 ※必ず発令されるものではない (横浜市が発令)
防災気象情報	警戒レベル相当情報	早期注意情報	大雨注意報・洪水注意報 氾濫注意情報など	大雨警報 (土砂災害・浸水害) 氾濫警戒情報など	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報など	大雨特別警報 氾濫発生情報など

考えられる被害への備え (台風・土砂災害・浸水害)

台風や大雨は発生や規模が事前に把握することがある程度可能であり、被害を少しでも抑えるためにも、事前の備えを十分に行っておくことが大切です。

■ 台風

台風は事前に備えができる災害です。接近してからではなく、普段から対策に取り組みましょう。

テレビのニュースなどで台風の進路を確認しましょう。

家の外の備え

- 側溝や雨水ますの掃除をし水はけをよくする。
- 屋根や塀、壁の点検、補強する。
- 飛ばされそうな物の固定や撤去をする。
- 土のうや止水板を持っている場合は、すぐに設置できるよう準備する。



■ 土砂災害

横浜市では、崖崩れが発生した場合に人家に著しい被害を及ぼす可能性がある崖地をあらかじめ抽出し、その周辺地域(即時避難指示対象区域)に対して、「土砂災害警戒情報」の発表とともに「避難指示」を発令します。

避難のサイン

- 小石がパラパラ落下
- 斜面に湧水が発生
- 斜面に亀裂が発生 など



- 安全な場所への避難(指定緊急避難場所等の避難場所、近くの高台、土砂災害警戒区域外の知人の家など)

安全な場所へ避難が困難な場合には、下の二つの避難方法がある

- 頑丈な建物の2階以上または、近隣の高い建物へ避難
- 建物内の安全な場所で避難(夜間や危険が差し迫っている場合など、屋外へ避難するとかえって危険な場合)

土砂災害ハザードマップ



即時避難指示
対象区域について



横浜市 土砂災害ハザードマップ

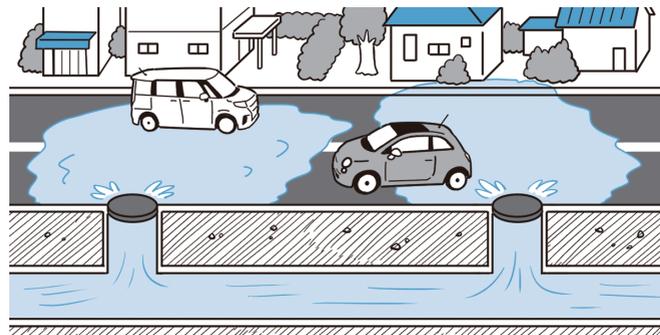
検索

横浜市 台風・大雨への備えについて

検索

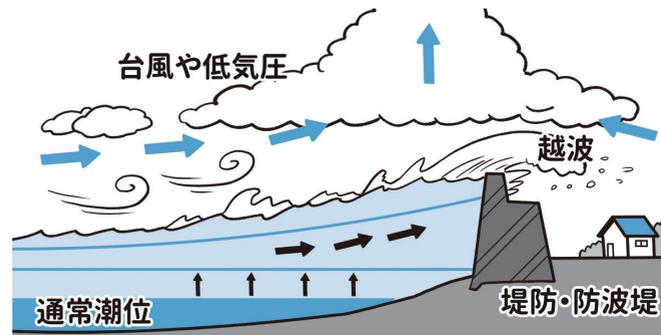
■ 内水

内水ではマンホールからの水の流出、住宅・道路の浸水や冠水などが起きます。既に大雨や浸水の場合は無理に避難をせず、自宅や近隣の頑丈な建物の上部に垂直避難をしましょう。



■ 高潮

高潮とは、台風や発達した低気圧に伴って、海岸で海面が異常に高くなる現象です。既に高潮が発生し、浸水が生じていたら、より高い場所へ避難しましょう。



■ アンダーパスなど

アンダーパスや低地では冠水し車が水没する等の危険があります。大雨の際の通行は避けるようにしましょう。



風水害時の避難行動の確認

【避難のサイン】を参考に、「自らの判断」で「自らの命は自ら守る」という考え方のもと、危険がせまる前に避難を開始しましょう。

避難のサイン(情報は早めに!)

下水道などからの浸水

河川氾濫の危険

- テレビ・ラジオ・横浜市HPなどで気象情報に注意しましょう。
- 横浜市HPなどで河川の状況を確認しましょう。
- 外の様子に注意しましょう。

※側溝やマンホールから大量の水があふれる。

土砂災害の危険

- 小石がパラパラ落下
 - 斜面に湧水が発生
 - 斜面に亀裂が発生など
- 崖崩れの
前兆現象

警戒レベル3(高齢者等避難)、
警戒レベル4(避難指示)など

が、出たら…

避難行動(早めに行動!)

安全な場所へ避難

(指定緊急避難場所等の避難場所、近くの高台、土砂災害警戒区域及び浸水想定区域外の親戚の家など)



頑丈な建物の2階以上 または、近隣の高い建物へ避難

屋外への避難が可能な場合など、
垂直避難をする場合



やむを得ない場合は建物内の 少しでも安全な場所へ退避

(夜間や危険が差し迫っている場合など、
屋外へ避難するとかえって危険な場合)



危険性に応じた避難行動を取りましょう

- ① ハザードマップを活用し、ご自宅や周辺の災害の危険性(土砂災害、洪水、高潮の危険)を確認します。
- ② 災害の危険性や浸水深等を考慮し、危険な区域外の親戚の家などの避難場所へ避難するか、自宅での垂直避難で大丈夫かを確認します。
- ③ 近くの避難場所(高台や垂直避難施設)を事前に確認しておきます。
- ④ 危険を感じた場合や、警戒レベル3(高齢者等避難)、警戒レベル4(避難指示)が発令された場合には速やかに避難を開始します。
- ⑤ 停電に備え、懐中電灯やラジオを用意しましょう。

風水害時の避難場所について

- 風水害時の避難場所の開設は、災害時、行政が避難指示等を発令する場合に、災害規模や状況に応じて決定し、各区ホームページ等でお知らせするほか、テレビのテロップにおいても流れます。

横浜市 風水害 避難場所

検索



指定避難所と指定緊急避難場所

- 指定緊急避難場所は、切迫した災害の危険から一時的に逃れるための場所で、「洪水」、「土砂災害」、「高潮」、「地震」等の災害の種別ごとに、地域防災拠点である市立学校等を指定しています。ただし、災害の規模や被害状況等により、地区センター等の公共施設や自治会館などを避難場所として開設する場合があります。
- 指定避難所は、災害によって自宅に住めなくなった場合などに避難生活を送る場所です。横浜市では地域防災拠点である市立学校等を指定避難所として指定しています(P14参照)。

「指定緊急避難場所」や「指定避難所(地域防災拠点)」の位置や避難経路を把握しておきましょう。

横浜市 指定緊急避難場所 指定避難所

検索

横浜市
指定緊急避難場所
指定避難所



雷・竜巻・火山災害への備え

実際に直面したら、どう行動したらよいかわからない…、
そんな雷・竜巻・火山災害への備え。
身を守るための基本的な行動を知っておきましょう。

■ 雷

雷は、雷雲の位置次第で、海面、平野、山岳などところを選ばずに落ちます。近くに高いものがあると、これを通して落ちる傾向があります。グラウンドやゴルフ場、屋外プール、堤防や砂浜、海上などの開けた場所や、山頂や尾根などの高いところなどでは、人に落雷しやすくなるので、できるだけ早く安全な空間に避難してください。



鉄筋コンクリートの建築物、自動車(オープンカーは不可)、バス、列車の内部は比較的安全な空間です。

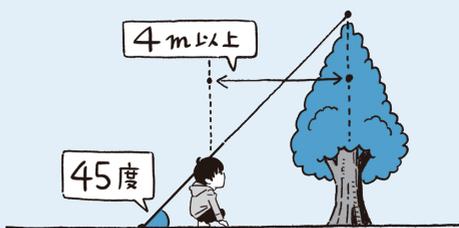
また、木造建築の内部も基本的に安全ですが、全ての電気器具、天井・壁から1m以上離ればさらに安全です。(出典:気象庁ホームページ「雷から身を守るには」)

安全な空間に避難できない場合

近くに安全な空間がない場合は、電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを45度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から4m以上離れたところ(保護範囲)に退避します。高い木の近くは危険ですから、最低でも木の全ての幹、枝、葉から2m以上は離れてください。

姿勢を低くして、持ち物は体より高く突き出さないようにします。雷の活動がやみ、20分以上経過してから安全な空間へ移動します。

(雷から身を守るには 一安全対策Q&A—:日本大気電気学会 から引用)
(出典:気象庁ホームページ「雷から身を守るには」)



■ 竜巻

竜巻は、積雪や積乱雲に伴って発生し、大気中の渦巻きが地上に達しているものです。真っ黒い雲が近づくなど天気の変異を感じたとき、竜巻注意情報などの情報を得たときは、次のことを参考にして、自分自身の身を守る行動をとってください。



避難行動

〈屋外〉

- 近くの頑丈な建物に避難する。
- 頑丈な建物がなければ、飛散物から身を守るような物陰に入って身を小さくして頭を守る。
- 倒壊する可能性があるため、電柱、太い樹木に近づかない。
- 物置、車庫、プレハブ(仮設建物)に避難しない。

〈屋内〉

- シャッター、窓、カーテンを閉め、窓から離れる。
- 2階建て以上の住宅では、1階の窓のない部屋に移動する。
- できるだけ家の中心部に近い窓のない部屋に移動する。
- 丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭を守る。

■ 火山災害

本市においては、主に富士山が噴火した場合に、「火山灰」の降下(降灰)による影響が予測されています。普段から情報を収集し、噴火警報・予報や降灰予報などの情報を得たときは、自分自身の身を守る行動をとみましょう。



降灰時に取るべき行動

- 防じんマスク、ゴーグル(または眼鏡)を着用する。
※目への刺激を防ぐため、コンタクトレンズは使わない。
- 灰が目に入ったら、手でこすらずに水で流す。
- 長袖、長ズボン等を着て、皮膚を守る。
- 交通事故に気をつける(降灰量によっては、外出や運転を控える)。
- ドアや窓を閉め、建物の中に灰を入れないようにする。

共助

地震に限らず、台風等、大規模な災害が発生したとき、救出救助をはじめ、行政からの支援は皆さんのもとにすぐには届きません。そのため、災害による被害を軽減するためには、自分や家族を守るための備えや行動をとる「自助」とともに、普段から顔を合わせている地域や近隣の人々が集まって、互いに協力し合いながら防災活動に取り組む「共助」が重要です。



みんなで 地域全体を 守る

災害時はインフラ崩壊や人手不足で公的機関の支援が迅速に行われない可能性も。だからこそ、家族や隣近所の助け合い「共助」が非常に重要に！

P.34



ペット・ 感染症対策・ その他について 知っておくこと

災害時のペット対策で事前に準備しておくことをチェックしましょう。その他、高齢者や障害者など、災害時要援護者支援についても知っておきましょう。

P.36

みんなで地域全体を守る

自らの身を守る「自助」が大切なのはもちろんですが、地域での助け合い「共助」も忘れてはいけません。共助をスムーズに行うためにも、日頃からあいさつをしたり、交流を持つておくこともポイントになります。

■ 隣近所の助け合い

地震発生から72時間(3日間)が生死を分ける境といわれています。大地震発生時には、消防車・救急車がすぐに現場に駆けつけられるとは限りません。そんなとき、隣近所の助け合いが大きな力となります。

● 家族の安否・近隣の安否

家族の安否を確認したら、近隣の人の安否も確認しましょう。

逃げ遅れた災害時要援護者(P37参照)がないか注意しましょう。



● 協力し合って救出・救護・消火

倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を、近隣で協力し救出・救護しましょう。自分の力だけで足りないときは、周りの助けを借りたり、地域防災拠点に備蓄されているジャッキやバルなどの救助資機材を活用しましょう。地震でこわいのは火災です。消火も地域で協力して行いましょう。



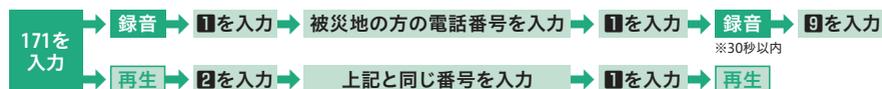
管理組合や住人同士での協力

共同住宅では同じフロアの住人など、隣近所で協力を。設備の点検や災害訓練のお知らせ、災害時のマニュアルなど、管理組合からの連絡に目を通しましょう。

■ 家族の安否確認方法

● 災害用伝言ダイヤル

災害時に被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。



※平成24年8月から、スマートフォンへの対応や伝言登録機能を追加した「災害用伝言板(web171)」の提供も行っています。

災害時以外にも、災害用伝言ダイヤル(171)(電話サービス)を体験できる「体験利用日」があります。家族・親戚・友人間で体験してみましょう。

災害用伝言ダイヤル 検索



● 携帯電話回線やインターネット回線を使った回線

Twitter(ツイッター)やLINE(ライン)といった、災害時に比較的つながりやすい連絡手段で、メッセージのやりとりや通話することも有効です。

■ 防災・減災推進研修

地域防災力の向上を図るため、地域の防災活動の担い手向けに研修を実施しています。

〈基礎編〉	〈応用編〉	〈支援編〉
防災・減災に関する基本的な知識を習得していただきます。	地域での実践的な啓発方法を学んでいただきます。	各地域で実施される自助・共助の取組をアドバイザーの派遣等により支援します。



防災・減災
推進研修



防災・減災推進研修

検索

■ 地域の訓練

自治会・町内会など町の防災組織の訓練や地域防災拠点の避難所開設・運営訓練など、地域では自主的な防災活動を実施しています。市民一人ひとりが訓練に参加して、災害への備えに取り組みましょう。

〈自治会・町内会の訓練〉

- 消火器の使い方がわかる
- 止血の方法がわかる
- AEDの使い方、心肺蘇生法がわかる
- 煙の中からの避難方法がわかる
- 初期消火器具の使い方がわかる



消火訓練



救急訓練

地域での助け合い

〈地域防災拠点の訓練〉

- 避難者の受け付け、集計訓練を体験する
- 生活場所の区割り訓練やトイレ対策訓練を体験する
- 飲料水の確保訓練や救出・救護訓練を体験する



避難所開設・運営訓練(区割り)

避難所での助け合い

■ 地域のみんでまち歩きをしよう

まちの中で、災害時に危険なもの、災害時に役立つ地域資源(公園、緑地など)や避難場所を、まちのみんで一緒に歩き回って点検し、地域のことを知り課題を検討しましょう。

※本市では防災減災推進研修・支援編にて、まち歩きや地域の危険箇所の把握など、地域の防災活動に対する取組にアドバイザー等を派遣して支援を行っています。

〈まち歩きの便利アイテム〉

- 住宅地図(「わいわい防災マップ」を活用するのも便利です)
- ハザードマップ カメラ
- 筆記用具(赤・青などの色サインペン等も)
- 付箋紙、メモ セロハンテープ など

〈まち歩きの進め方〉

みんなで地震が起きたときの地域の様子をイメージし、積極的に話し合います。地図を用意し、まち歩きのルートを決めます。(1回1時間くらいが目安です)

ペット・感染症対策・その他について 知っておくこと

地域防災拠点とは、多くの被災者が共同で避難生活を送る場であり、動物を苦手とする人や、動物アレルギーなどの理由で動物と一緒にいられない人もいます。このような避難者がいることを考慮し、地域防災拠点の実状に応じたペット対策を日頃から考えておくことが大切です。また、避難生活をする上での感染症対策や、普段なかなか知ることのない高齢者や障害者、妊婦など、周囲の助けが必要な人への支援も知っておきましょう。

■ 日頃からのペット対策

地域防災拠点で考えておくこと

- 人との動線を分けた雨風をしのげる場所にペットの一時飼育場所を設定しておきましょう。
- 一時飼育場所でのペットの管理方法や清掃について飼育ルールを決めておきましょう。
- 拠点訓練などの機会を捉えて受入れ訓練を行い、地域の飼い主同士の協力体制を築いておきましょう。この際飼い主の窓口となる代表者を決めておく、その後の取組がスムーズに行えます。
- 身体障害者補助犬はペットではありません。補助犬の同伴については円滑に受け入れを行きましょう。



飼い主が考えておくこと

- ペットをキャリーバッグやケージに慣らしておきましょう。外出するときだけに使用するのではなく、日頃から扉を開けた状態で部屋に置き、ペットがくつろいだり眠ったりする「安心できる場所」として慣らすことで、速やかな避難行動ができ、避難生活での使用においてもストレス軽減につながります。
- 災害が起きたら、地域の飼い主が協力してペットの一時飼育場所での飼育・衛生管理を行います。日頃から地域防災拠点の活動に積極的に参加しましょう。
- ペットに関する臭いや鳴き声などのトラブルについては、地域の飼い主同士協力して責任を持って解決しましょう。

■ 避難生活をする上での感染症対策

- 災害時に自宅で安全を確保できる場合には、感染症を防止するためにも、在宅避難に努めてください。
- 在宅避難に備え食料やトイレパック等の備蓄品を準備してください。
- 行政が開設する避難場所・避難所だけではなく、親戚や友人の家などへの避難も検討してください。
- 避難場所・避難所に避難する際に持参する非常用持出品に、マスク、体温計等も含めてください。



横浜市発行の「災害時のペット対策」ガイドラインをチェック！

災害時の
ペット対策
について



横浜市 ペット 災害 検索



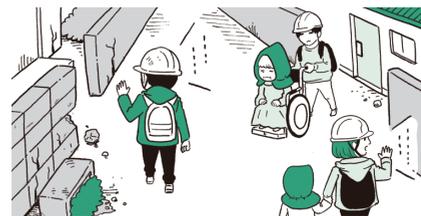
■ 災害時要援護者支援

私たちの中には、高齢者や障害者、乳幼児や妊産婦など災害が起きたとき、何らかの支援が必要な人たち（「災害時要援護者」といいます）がいます。また、災害時には、けがを負い、誰もが災害時要援護者になる恐れがあります。

災害時要援護者が災害から身を守るためには、本人、家族などによる十分な事前準備が必要です。また、周りの人たちが災害時要援護者のことを理解し安否確認、避難支援などの手助けをすることや、避難先で必要な配慮をすることが大切です。

日頃からできること

- 日頃から、住民同士のコミュニケーションを図ることを心がけましょう。地域には、高齢者や障害者などの災害時要援護者をはじめ、様々な事情のある人がいます。隣近所の人や地域の人と、声をかけ合える関係をつくりましょう。
- 地域で支援が必要な人を日頃から把握し、情報の管理方法などについて、事前に決めておきましょう。地域で支援が必要な人の名簿について、区役所から提供を受けることもできます。
- 定期的に防災訓練などに、地域の災害時要援護者も参加してもらいましょう。誰が声をかけるか、避難の手助けをするかなど、あらかじめその人の支援者を決めておくのもよい方法です。また、避難経路に、道の幅がせまいところがないか、地震などの際の危険箇所を確認しておいて。



災害が起きたら…

- 自分の身の安全を確保できたら、近所の人と声をかけ合って避難しましょう。
- 家族だけでは困難なときには、手助けを頼みましょう。単独での行動はせずに、身近な人たちと集団で行動します。
- 目や耳の不自由な人には周りの状況を教え、必要に応じて一緒に避難しましょう。
- 寝たきりの人など、自分で移動することが難しい人は、シーツや毛布を利用して移動させることも考えられます。



普段から横浜市民防災センターを利用してみましょう！

横浜市民防災センターは、体験型の防災学習施設です。体験ツアーなどを通じて、様々な災害をリアルに体験することで、自分の命を守る「自助」や周りの人たちと助け合う「共助」について学ぶことができます。災害に対する備えと対応を学び、いざというときに備えましょう。



横浜市民防災センター
横浜市神奈川区沢渡4-7
TEL: (045) 411-0119



横浜市民防災センター

検索



災害時の防災情報ガイド

災害時に必要となる情報は、その災害の種類に応じて様々なものがあります。テレビやラジオで放送される災害に関する全般的な情報を確認するほか、次のようなツールを使って、いち早く情報を入手しましょう。

〈ホームページ〉 横浜市の防災に関するあらゆる情報が確認できます。

■ 横浜市webサイト

災害時の緊急情報や、日頃の備えである自助・共助・公助の取組について掲載しています。



〈メール〉 避難情報などをいち早くお届けします。

■ 横浜市防災情報Eメール

避難指示や津波警報の発表などの防災緊急情報を携帯電話・パソコン向けにEメールで配信するサービスを行っています。右記QRコードでEメールアドレスが表示されます。空メールを送信してください。登録案内メールが届きます。

横浜市防災情報Eメール:

bousai-yokohama@cousmail-entry.cous.jp



■ 緊急速報メール

横浜市内のエリアにある携帯電話(NTTドコモ、KDDI(au)、ソフトバンクモバイル、ワイモバイル、楽天モバイル)に対し、横浜市の災害情報や避難情報などを配信します。こちらは、登録が不要です。

※対応機種などの詳細については、各社webページまたは窓口等でご確認ください。

〈アプリ〉 自分に必要な防災情報を必要な時に確認することができます!

■ 横浜市避難ナビ

マイ・タイムラインの作成から避難所検索、災害時の避難情報の受信などができます。



■ Yahoo!防災速報

スマートフォンから利用できるアプリをダウンロードすることで、横浜市の防災緊急情報を受信できます。



■ NHKニュース・防災アプリ

スマートフォンから利用できるアプリをダウンロードすることで、災害・避難情報やマップ上で雨雲や台風、河川情報を確認することができます。



〈ツイッター〉 避難情報などをいち早く発信しています。

■ 横浜市総務局危機管理室の公式アカウント

市内で広域的な災害が予測される場合の避難等に関する情報や、災害対策本部体制下における災害等に関する情報、特別警報、警報、一部の注意報の発令解除情報を発信します。

横浜市総務局危機管理室ツイッターアカウント:

@yokohama_saigai



〈防災スピーカー〉 屋外放送で緊急情報をお伝えします。

区役所や地域防災拠点である小中学校などに「アラートの緊急情報などを放送する「防災スピーカー」を計190か所に設置しています。また、沿岸部に設置している津波警報伝達システムの屋外スピーカーからは、防災スピーカーと同様に、「アラートの緊急情報などを放送します。



■ 横浜市災害時における自助及び共助の推進に関する条例が一部改正されました

市民・事業者の自助・共助の理念と役割を明らかにすることにより、市民・事業者の自発的な防災活動の促進を図り、減災社会の実現に寄与することを目的に、東日本大震災後の平成25年に「横浜市災害時における自助及び共助の推進に関する条例」が制定されました。

近年、気候変動の影響から自然災害が激甚化し、各地で被害が多発しています。東日本大震災の教訓を風化させることなく、また時代の変化に即した条例とし、市民及び事業者の皆様が自助・共助の取組をより一層推進するため、条例が改正されました。

【条例の主な改正点】

● 「町の防災組織」の定義

マンションによる防災活動が進んでいるため、マンション管理組合を明記します。

● 「風水害」も想定した対策の充実

「地震への備え」だけでなく、「風水害への備え」として、「マイタイムライン」の作成など、安全を確保するために必要な事項を行うことを明記します。

● 自主避難の強化

避難指示等が出される前であっても、自身で避難すべきと判断したときは、速やかに、自主的に避難することを明確化します。

● 事業者による対策の充実

- ・消火、救出救助に関する資材・機材の整備、またその他の災害対策全般の推進を図ります。
- ・従業者等の安全を確保するために必要な事項に従業者等へ周知することを徹底します。
- ・事業活動を継続するための計画を作成することを例示します。

● 地域防災拠点における配慮事項等

避難者の人権の尊重及び感染症等の対策を行うことを明記します。

横浜市 防災啓発

■ 災害対策度チェック

災害に備えて、次の項目をひとつずつ点検してみましょう。

近所で情報交換をしながら、定期的にチェックするようにしましょう。

● 印のつけ方

対策ができていない項目のチェックボックスに、印をつけましょう。

チェックボックスの左の **地** は地震対策、**風** は風水害対策、**地** **風** は地震と風水害等の共通事項となります。見出しごとに印をつけた数をかぞえて、レーダーチャートを作成しましょう！

記入例

未対策 対策済み

1 家の安全性

<input type="checkbox"/> 防災について家族で話し合いをしている	<input type="checkbox"/> ガラスの飛散防止対策をしている
<input type="checkbox"/> 家族の中で災害時の連絡方法をイメージし、決めている	<input type="checkbox"/> 雨漏りや雨水まきは排除している
<input type="checkbox"/> 自宅の耐震性には問題ない	<input type="checkbox"/> 飛ばされそうな物の固定や撤去をした
<input type="checkbox"/> 家具の転倒防止対策をしている	

2 備蓄

<input type="checkbox"/> 備蓄について、家族で話し合いをしている	<input type="checkbox"/> トイレバックを備蓄している
<input type="checkbox"/> 3日以上以上の水や食料を備蓄している	<input type="checkbox"/> 非常持出品を用意している
	<input type="checkbox"/> 備蓄してある場所を家族みんなが知っている

3 地域の取組

<input type="checkbox"/> 隣近所とコミュニケーションをとっている	<input type="checkbox"/> 自治会・町内会のリーダーを担っている
<input type="checkbox"/> 自治会・町内会の活動に参加している	<input type="checkbox"/> 防災訓練に参加している
	<input type="checkbox"/> まち歩きを行った

4 火災・風水害の対策

<input type="checkbox"/> 消火器を備え、訓練で消火器を使用したことがある	<input type="checkbox"/> 感震ブレーカーを設置している
<input type="checkbox"/> 履物器具は倒れると自動的に消えるものを使っている	<input type="checkbox"/> 風水害時の避難の考え方を確認した
<input type="checkbox"/> カーテンなどは、防災処理したのものを使っている	<input type="checkbox"/> 気象情報と避難情報を確認した
<input type="checkbox"/> 自宅に火災警報器を設置している	<input type="checkbox"/> 風水害時の避難行動を確認した
	<input type="checkbox"/> 崖崩れの前兆現象を確認した
	<input type="checkbox"/> 浸水時の地下施設等の危険性を理解した

5 いざというときに備えた様々な取組

<input type="checkbox"/> 災害時の情報ととり方を確認した	<input type="checkbox"/> 応急手当を確認した
<input type="checkbox"/> 帰宅避難時の対応を確認した	<input type="checkbox"/> ハザードマップ等で自宅周辺や避難経路の危険性を確認した
<input type="checkbox"/> 津波からの避難のポイントを確認した	<input type="checkbox"/> マイタイムラインを作成した
<input type="checkbox"/> 自分が避難する避難所や避難場所を確認した	

震災は忘れたころにやってくる
災害時、まず最初に必要なものは「^{あか}灯り」



灯-mawali

灯-mawali ライト

https://hi-mawali.jp/himawali_light/



防災よこはま ハンドブック

令和4年3月 初版発行

横浜市総務局 危機管理室地域防災課

〒231-0005 横浜市中区本町6丁目50番地の10
TEL: (045)671-3456 FAX: (045)641-1677

制作協力：株式会社ペガサス

制作管理：七理義明(PEGASUS)

制作進行・表紙イラスト：川邊育子(PEGASUS)

編集協力：主婦の友インフォス、濱田恵理

イラスト：タテノカズヒロ、古賀勇太(PEGASUS) [P8-11]

デザイン：福田真一

校正：安倍健一