

## 避難時の心得

### ■ 家から出る前に

#### 自主的に行動する

- テレビやラジオで最新の気象情報や避難情報を確認しましょう。
- 雨の降り方や浸水状況に危険を感じたら、避難勧告などの発令を待たずに自主的に行動しましょう。



#### 安全な避難経路、避難先を確認する

- 避難先までの安全な避難経路を家族会議などで確認しましょう。危険な場所は河川や橋だけでなく、アンダーパス、地下道なども該当します。
- 避難先に、浸水想定区域外の知人や親戚宅、ホテル等の安全に避難できる場所がないか検討しておきましょう。



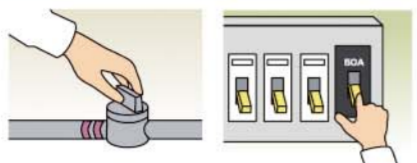
#### 服装・行動

- 単独行動は厳禁。2人以上での行動を心がけましょう。
- 動きやすい服で避難をしましょう。
- 非常持ち出し品を忘れないようにしましょう。
- 長靴は水の中で足を取られて危険なので運動靴を履きましょう。サンダル等も危険です。



#### 家を出る前に忘れずに

- ガスの元栓を閉めましょう。
- 電気のブレーカーを切りましょう。
- 避難する旨を知人や親戚に連絡しましょう。



### ■ 家を出てから

#### 要配慮者への配慮を

- 高齢者や子ども、要配慮者等は、早めに避難を開始しましょう。
- 近所に高齢者など避難行動に時間のかかる要配慮者がいる場合は、声をかけて一緒に避難をしましょう。



#### 歩く際の注意点

- 人が歩ける水深は50cm程度。流れが速い場合は浅くても危険です。
- 長い棒や傘を杖代わりに、側溝やマンホールの蓋が外れていないか確認しましょう。
- 切れた電線などには近づかないようにしましょう。



#### 車で避難しない

- 冠水した道路では車が動かなくなります。水深が増すと、車ごと流される危険もあります。
- 車での避難は、緊急車両の通行の妨げとなったり、交通渋滞に巻き込まれて逃げ遅れる危険があります。
- 早期の、病人や要配慮者の避難等の特別な場合を除き、車での避難は避けましょう。

#### 地下空間への避難は危険

- 浸水の水圧でドアが開けられなくなります。
- 水の勢いで階段が上れなくなります。
- 浸水による停電の可能性があります。



**避難が遅れたら、丈夫な建物の3階以上に避難して救助を待ちましょう。**

## 荒川が氾濫してから台東区に浸水が発生するまでのシミュレーション (首都高速6号向島線～笹目橋の間で決壊が発生した場合)

- 最短3～6時間で台東区北部が浸水し、6～12時間でほぼ区内の2/3が浸水する見込みです。
- 異なる地点で決壊した場合、浸水が発生するまでの時間は前後するおそれがあります。



## 非常持ち出し品と備蓄品

### 非常持ち出し品

#### ポイント

- 避難する時に持ち出すものを、すぐに持ち出せるようにリュックサックなどにまとめておきましょう。
- メガネや常備薬、粉ミルクなど、個人や家庭によって必要なものは違いますので、自分にとって必要なものを準備しておきましょう。

#### 貴重品

- 現金
- 身分証明書
- カード類
- 予備のキー (自宅や車など)

#### 飲料水・食料

- 飲料水 (ペットボトル)
- 非常食 (カンパン、缶詰等)

#### 情報を得るためのもの

- 携帯ラジオ
- 携帯電話等の充電器
- 乾電池 (予備)
- 筆記用具、メモ帳

#### 衛生用品

- 感染症対策用品 (マスクなど)
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- 簡易トイレ

#### 生活用品

- 懐中電灯 (電池入り)
- 軍手・皮手袋
- タオル・風呂敷
- ポリ袋
- 万能ナイフ
- レインコート・雨具・簡易防寒具
- 着替え・スリッパ
- 使い捨てカイロ

### 備蓄品

#### ポイント

- 災害発生時、ライフラインの途絶や、物流のストップにより、普段の生活ができなくなります。また、最初の72時間は消火や人命救助が最優先となるため、行政等からの支援には時間がかかります。
- 普段から自分や家族の状況に応じた備蓄をこころがけましょう。
- ローリングストック (右記) で普段食べているものを備蓄しておく、非常時でもいつもと同じ食事ができます。

#### 飲料水・食料

- 飲料水
- お米やアルファ米
- レトルト食品、缶詰、乾物、調味料

#### 食事に必要なもの

- 紙皿・紙コップ・割り箸
- 食品用ラップ
- 缶切り・万能ナイフ
- ポリタンク
- カセットコンロ、予備のボンベ

#### 生活用品

- 歯ブラシ・口腔ケア用品
- 衣類 (季節に応じたもの)、毛布
- ブルーシート (雨漏れ防止)
- 工具類 (バール、ハンマー等)
- ガムテープ+油性ペン
- ポリ袋 (小・中・大)・手提げ袋
- 新聞紙 (多用途に使えます)
- タオル
- 乾電池
- ろうそく
- ダンボール
- 養生テープ
- 携帯トイレ

**最低3日分 (できれば1週間分) の備蓄品を用意しましょう。**

### ローリングストックで日常的に備蓄しましょう

- ローリングストックは、普段の食材を多めに買い置きしておき、使った分を買い足して災害に備える方法です。この方法であれば、備蓄品の鮮度を保ちながら、災害時も日常に近い生活を送ることができます。



### 防災用品のあっせん

台東区では東京都葛飾福祉工場と連携して、防災用品のあっせんを行なっています。

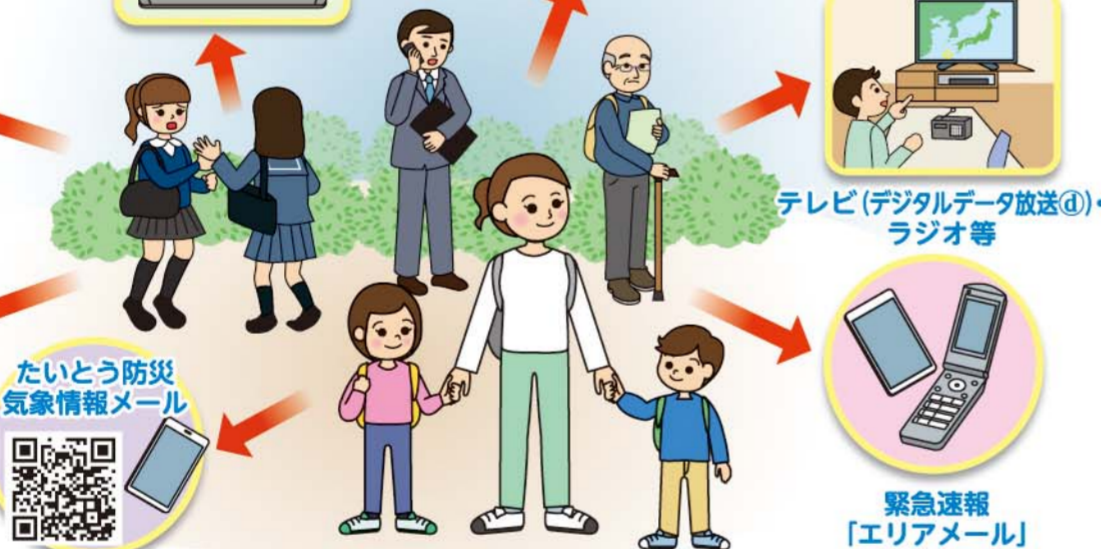
あっせん価格は定価の2割引きになっています。詳しくは台東区役所10階 (危機・災害対策課)、各区民事務所、地区センター等で配布中の右記あっせんチラシをご覧ください (配布時期により、色・デザインなどが異なる場合があります)。



## 情報の収集

災害時にはいろいろな災害情報が配信されます。常に最新の避難情報などを入手できるようにしましょう。

台東区ホームページ  
<https://www.city.taito.lg.jp/>



防災行政無線  
屋外スピーカー電話  
応答サービス  
03-5246-4057

テレビ (デジタルデータ放送④)・ラジオ等

緊急速報  
[エリアメール]

## 避難をするときは

### ① 避難情報 (避難を促す情報)

＜台東区 が地域を指定して発令＞

風水害時に災害が発生するおそれのある場合、区は、警戒レベルを付した避難情報を発令します。避難情報は、気象庁等から発表される防災気象情報に基づき、区が発令するものです。

警戒レベル	避難情報等	とるべき行動
レベル3	避難準備・高齢者等避難開始	危険な場所から高齢者等は避難!
レベル4	避難勧告 (緊急)	危険な場所から全員避難!
レベル5	災害発生情報	すでに災害が発生している状況を守るための最善の行動を!

荒川氾濫が想定される場合は、警戒レベル3の発令前でも自主的広域避難情報を発表します。  
**浸水想定区域の外へ避難してください。**

\*令和3年1月現在、避難情報等の制度・名称については変更する方向で検討が進められています。

### ② 防災気象情報 (天候や河川の情報)

＜気象庁等 が発表＞

気象庁は、防災気象情報に警戒レベル相当情報を付して発表します。防災気象情報は、居住者や施設管理者等が、自分の判断で避難行動をとる目安ではありますが、台東区に直接関係のない情報もあります。避難する場合は、区が発令する避難情報を参考に、適切な避難行動をとってください。

警戒レベル	気象特別警報、警報、注意情報等	指定河川洪水予報	とるべき行動
レベル1	早期注意情報 (警報級の可能性)	—	最新の防災・気象情報等を確認するなど、災害への心構えを高めてください。
レベル2	大雨注意情報、洪水注意情報、高潮注意情報	氾濫注意情報	ハザードマップ等で、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。
レベル3 (相当)	大雨警報 (土砂災害)、洪水警報、高潮警報	氾濫警戒情報	区からの避難準備・高齢者等避難開始の発令に留意するとともに、避難に時間がかかる方は、自ら避難の判断をしてください。
レベル4 (相当)	土砂災害警戒情報、高潮特別警報、高潮警報	氾濫危険情報	区からの避難勧告、避難指示 (緊急) の発令に留意するとともに、避難勧告などが発令されていなくても自ら危険と判断した場合は、避難を開始してください。
レベル5 (相当)	大雨特別警報 (土砂災害)	氾濫発生情報	災害がすでに発生している可能性が高まっている状況となっており、命を守るための最善の行動をとってください。

## 雨量や河川水位の情報を得られるホームページ

<b>気象庁</b> 内容: 気象予報をお知らせします。 アドレス: <a href="https://www.jma.go.jp/">https://www.jma.go.jp/</a>	<b>荒川下流河川事務所</b> 内容: 荒川の水位・雨量の他、ライブ映像も提供しています。 アドレス: <a href="https://www.ktr.mlit.go.jp/arage/">https://www.ktr.mlit.go.jp/arage/</a>
<b>川の防災情報 (国土交通省)</b> 内容: 全国の雨量、河川水位をリアルタイムで提供しています。 アドレス: <a href="https://www.river.go.jp/">https://www.river.go.jp/</a>	<b>東京アメッシュ</b> 内容: 東京都の雨量をリアルタイムで提供しています。 アドレス: <a href="https://tokyo-ame.jwa.or.jp/">https://tokyo-ame.jwa.or.jp/</a>
<b>東京都水防災総合情報システム</b> 内容: 東京都から出される水防情報をお知らせします。 アドレス: <a href="http://www.kasen-suibo.metro.tokyo.jp/">http://www.kasen-suibo.metro.tokyo.jp/</a>	<b>台東区役所</b> 内容: 台東区の水防情報や気象情報をお知らせします。 アドレス: <a href="https://www.city.taito.lg.jp/">https://www.city.taito.lg.jp/</a>

## もし自宅に留まるなら・・・

荒川が氾濫すると、長いところでは2週間以上浸水が続くことが予測されています。そのため、ライフライン (電気・ガス・水道など) がつかえなくなり、生活するのは困難になります。浸水しない安全な区域へ避難する必要がありますが、自宅に留まらざるを得ない場合には、水や食料を2週間分備蓄しておくことが望ましく、ライフラインの途絶に向けた備蓄も必要となります。

### 自宅に留まった場合の生活環境イメージ

荒川が氾濫すると、浸水が2週間継続するだけでなく、ライフライン (電気・ガス・上下水道) が停止するため、右のイラストのように生活環境が悪化します。



イラスト出典 中央防災会議「大規模水害対策に関する専門調査会報告参考資料集」

#### ＜事前に出来ること＞

- 浸水想定区域外の避難先を決める (知人や親戚宅、ホテル等)。
- どうしても浸水想定区域外への避難が難しい場合は、2週間分の備蓄 (特に水、食料、簡易トイレ) を準備しておく。

## 避難行動チェックリスト

あなたのお住まいや職場等で予想される浸水の深さや避難先等を、以下のチェックリストを用いてあらかじめ確認しておきましょう。

- あなたのお住まいや職場等で予想される浸水の深さはどれくらいですか?  
□0.5m未満 □0.5m～3.0m未満 □3.0m～5.0m未満
- 避難する場所を決めておきましょう。(浸水想定区域外の知人や親戚宅、ホテル等)  
(例)○○さん宅 (例)○○のホテル
- 自宅または職場等からの避難経路を地図に記入しましょう。
- 家族や近隣の方など、一緒に避難する方や、支援が必要な方の連絡先を記入しておきましょう。

名前	電話番号など	お住まい・職場・学校など

台東区では、荒川水害ハザードマップの他にも、神田川による外水氾濫、高潮、大雨による内水氾濫や土砂災害に関するハザードマップを作成し、公開しております。これらは、台東区のホームページでもご覧いただけます。

台東区荒川水害ハザードマップに関するお問合せ  
**台東区 危機・災害対策課 ☎03-5246-1092**  
 令和3年1月発行 / 令和2年度登録第19号