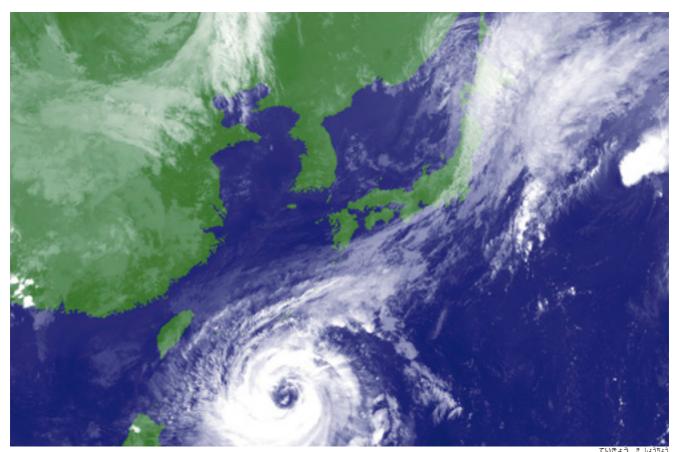
DISASTER PREPAREDNESS TOKYO

東京防災





南ニモマケズ
風ニモマケズ



提供: 気象庁



3日後に台風が東京を直撃! あなたはどうしますか?

- 1 準備していた東京マイ・タイムラインを取り出す (持ってくる)
- 2 東京マイ・タイムラインをあわててつくり始める
- 3 ずっと空を見て過ごす





東京マイ・タイムラインは、東京の特徴を考えて、風水害に対する準備をするものです。いざというときにあわてることがないよう、事前にマイ・タイムラインをつくっておき、風水害に備えましょう。

東京の特徴

を様な地形

- 東京は、山地、丘陵地、台地、低地、大きな川、 小さな川、さらには東京湾沿岸や伊豆・小笠原 諸島など、様々な地形を有しています。
- ⇒**地域によって発生する風水害は様々です**。 〔詳しくは、6、7、12、13ページへ〕

多様な都市構造

- 東京は、地下街など地下空間の利用が進むとともにマンション等の集合住宅が数多く建てられるなど様々な都市構造となっています。
- ⇒風水害に対して安全な場所、安全ではない場所を事前に知っておく必要があります。 〔詳しくは、22、23ページへ〕

多様な人

- 東京には、幅広い年代の人や様々な国籍の人が暮らしています。また、一人暮らしの高齢者などの単身世帯も多く、世帯構成も多様です。
- ⇒地域などでお互いに助け合うことも大事です。 〔詳しくは、30ページへ〕



もつと気は、

大型の台風がやってくる。大楠がずっと続いている。いきなり天気が変わって豪雨に。大丈夫かな? そのときになってから、いろいろ考えていては安全、安心な行動はできません。いざというときのため、白頃から危機感を持って備えることが大切です。

東京マイ・タイムラインは、台風、長引く大雨、 急な豪雨から、みなさんの命を守るツールです。 もっと安全、もっと安心に。東京マイ・タイムラインで風水害に備えましょう。

目 次

— 1 2	、東京で起こりやすい風水害ってなに?
風が	ふうすいがい し
書	河川の沱漁とは?
を	土砂災害とは?
水害を知る	高潮による氾濫とは?
'	過去に東京で起こった風水害から学ぶ
	風水害に対する取組・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	都内の地形について 015
7	東京マイ・タイムラインってなに?
7	どんなときに使うの? 017
マイ・タイムラインをつく	* c c c c c c c c c c c c c c c c c c c
7	マイ・タイムラインをつくろう020
스	ハザードマップを確認する022
フィ	防災気象情報を確認する024
ン	つくり方を確認する026
を	1 避難する場所を記入する
7	2 避難情報や気象情報から避難のタイミングを考える
る	3 避難準備の開始・避難開始・避難完了のシールを貼る
	4 避難開始までの行動を考えてシールを貼る
	5 地域に対しての行動を考える
	避難をすることを考える
	【漫画】東京マイ・タイムラインでいざというときに備えよう・・032



東京で起こりやすい風水害ってなに?

- ●まずは、東京で起こりやすい風水害について知りましょう。
- ●風水害とは、雨や風により発生する災害です。
- 東京で起こりやすい風水害は、大きく3種類です。



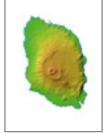
東京には、山際まで住宅が広がっている地域もあり、このような所でも土砂 災害が発生するおそれがあります。

土砂災害

山や谷、がけから 上がが押し寄せること

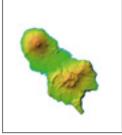


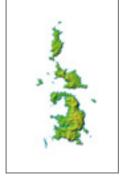
島しょ地域













島しょ地域では、沢から水があふれることや土砂災害が起こることもあります。

- 東京は山地、丘陵地*、低地、大きな川、小さな川など、多様な地形を有しているため、様々な風水害が発生するおそれがあります。
- ●『河川の氾濫』と『土砂災害』は、大雨や豪雨などが原因となり、ほとんどの地域で発生するおそれがあります。

をないには、計107の河川が流れています。(延長距離は約857km) 上砂災害のおそれがあると想定される箇所は約15,000箇所あります。(P.15参照)

- ●『高潮』は台風などが原因となり、主に沿岸部低地帯で発生するおそれがあります。



がせんの氾濫

川から水があふれること





- 荒川、江戸川の下流域に広がる海水面より低い地帯で 記濫が起きると、広範囲に渡って浸水するおそれがあります。
- ●都市部では、下水道の排水能力を超える急激な豪雨等が 起きると、浸水するおそれがあります。

高潮による氾濫

満から陸地に水が流れ込むこと

台風が接近すると、風によって波が高くなるとともに、大気圧の低下により海面が上 昇して、海水が流れ込むおそれがあります。





風水害を知る

河川の氾濫とは?

- 大雨で川の水位が上がって、堤防の高さを越えたり、堤防が壊れて、水があふれる現象です (これを外水氾濫といいます)。
- 街中でよく見られる小さな川と、河川敷にグラウンドがあるような大きな川では、流域面積が異なることで、被害の大きさや、氾濫までの時間が違います。



ツッラいき ふ あめ かわ あつ くいき ※流域とは降った雨が川に集まる区域

●上流で降った雨でも水位が上がるので、注意が必要です。

情中でよく見られる小さな川(神田川、目黒川、石神井川、空堀川など)

●晴れている



川底が見えるくらいの水位で、さらさらと流れている。

2前が降り始める



降り始めるとすぐににごって川底が見えなくなり、流れが速くなる。

❸さらに、南が強くなる



変がい流域から水が一気に集まるため、家が建っている地面の高さまで水位が急上昇

4川から水があふれる



かんだがわ はんらん じょうきょう

- 川沿いで浸水
- 雨が止むと急速に水位が低下

内水氾濫とは?

- 急激な豪雨が発生し、雨量が下水道等の排水能力を超えたとき、道路が冠水することがあります。
- ●道路から地下室へ水が流れたり、マンホールの蓋が吹き上げられたりするので地上階以上へ上がる、冠水した道路を歩かないなどの注意が必要です。



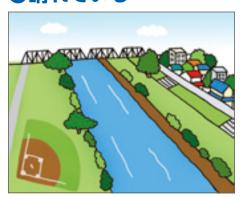
がいすいはんら



ないすいはんらん

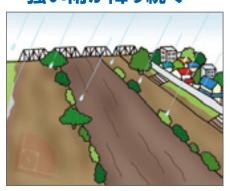
河川敷にグラウンドがあるような大きな川(荒川、江戸川、多摩川など)

●晴れている



*** 大きな水路をゆったりと流れている。

❸さらに長い時間、 強い雨が降り続く



広い流域から水が集まるため水位 がゆっくり上昇(堤防の上の付近まで上昇)

2繭が降り始める



降り始めてから時間の経過とともに、少しずつ 水位が上昇

4川から水があふれる



へいせい ねん がつごう う いばら き けん 平成27年9月豪雨(茨城県

【鬼怒川の氾濫の状況】

- こうはん い わた しんすい ● 広範囲に渡り、浸水
- ●雨が止んでも浸水が長く続く



風水害を知る

土砂災害とは?

- ●大雨によって山や谷、がけが崩れて、土砂が押し寄せてくる現象です。
- しみ込んだ南水が多くなるほど、地面は柔らかくなって崩れやすくなります。

山やがけの近く

₫晴れている



斜面やがけの地面が乾いている。

②さらに、南が降り続く



斜面やがけの地面が柔らかくなり、小石がぱらぱらと落ちる、斜面から水が噴き出す、地鳴りがするなどの前兆現象が発生する場合がある。

2 南が降り始める



降り始めると、雨水が地面にしみ込んでいく。

4対前やがけが崩れる



【がけ崩れの状況】

tipo no with the company to the co

高潮による氾濫とは?

- ●高潮とは、台風などにより海面の高さが平常時よりも高くなる現象です。
- 台風が接近すると、強い風や大気圧の低下によって海面が上昇して、海水 が流れ込むおそれがあります。
- 高潮は台風による強風を必ず伴うため、転倒することがないよう風が弱いうちに避難を始めることが重要です。

堤防の近く

₫晴れている



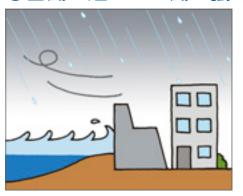
おだやかな波

3台風がより近づき、 風がさらに強くなる



大気圧の低下に伴う「吸い上げ効果」と、陸に向かって吹く強風による「吹き寄せ効果」によってさらに海水面が上がる。

2台風が近づいて風が強くなる



風が強くなるにつれ、波が高くなり、陸側に勢いよく迫ってくる。

4高潮で浸水する



ていきょう まおさかりんこうわんとう たかしお 提供: 大阪湾港湾等における高潮 たいさくけんとう い いらかい だい かいあまがきにしのが 対策検討委員会 (第1回尼崎西宮 あしゃ こう ぶ かい 声屋港部会)





過去に東京で起こった風水害から学ぶ

●地球温暖化に伴い、豪雨がより頻繁になる可能性が高いといわれており、 東京でもいつ大規模な水害が起きても不思議ではありません。

東京で起こった土砂災害



平成20年8月末豪雨 (八王子市初沢)



平成28年8月台風9号 京良橋川(東大和市)

浸水被害:403棟





平成19年9月台風9 ひのはらむらふじわら ち く (檜原村藤原地区)



平成25年10月台風26号(大島町)
おおしままちもとまち ちく おき せきりゅう じょうきょう 大島町元町地区を襲った土石流の状況
死者・行方不明者:39名

おおしままち大島町が大島	EUUE# \$0 6 新島村 EUUE# 新島 Land Land Land Land Land Land Land Land	み やけむら 三宅村 音やけじま	八丈町 八丈町 八丈島	# # tabe end 小笠原村 交島
利島村 利島	神 津島村 神津島村 	a くらじまちら 御蔵島村 御蔵島 御蔵島	あおが しまむら 青ヶ島村 が島がら時 青ヶ島	ははじま日島

● 区部東部の低地帯で河川や高潮による氾濫が発生すると大きな被害と なるおそれがあります。

東京で起こった河川の氾濫など



平成5年8月台風11号(港区) 東京メトロ赤坂見附駅構内の浸水

浸水被害:7,533棟

※急激な豪雨が発生した場合、下水道等で排 水できなかった雨水が地下へ流れ込むこと があるので注意が必要



昭和56年7月豪雨

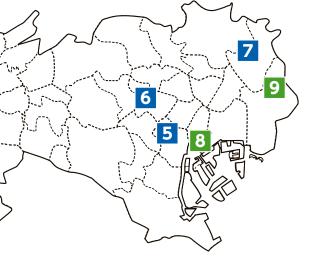
かんだがわ しんじゅくく しんすい ひがい 神田川(新宿区) 浸水被害:13,662棟



昭和22年9月カスリーン台風(葛飾区)

東京のありえきしゅうへん **亀有駅周辺での浸水状況**

死傷者:11名、浸水被害:約12万棟



東京で起こった高潮



たいしょう ねん がったいふう ちゅうおう く 大正6年10月台風(中央区) ぎん ざ ふ きん たかしおしんすいじょうきょう 銀座付近の高潮浸水状況

死傷者:1,524名、浸水被害:約18万棟



昭和24年8月キティ台風 (江戸川区)

では、えきじゅうへん たかしおしんすいじょうきょう 平井駅周辺の高潮浸水状況

死傷者: 122名、浸水被害: 約14万棟



ほん きさい ひがいほうきょう とうきょう と ない ひがい た けんとう ひがい ふく ※本ページで記載の被害状況は東京都内の被害であり、他県等の被害は含まない。

風水害に対する取組

河川の氾濫に対する取組

川幅を広げたり、河床を掘り下げる「河道整備」や、洪水の一部を貯留する「調節池」などの整備を進めてきました。



かどうせいび



ちかちょうせつ ち 地下調節池

土砂災害に対する取組

上流から流れてくる土砂を捕捉する施設や、 急斜面が崩れないように抑える施設などの 整備を進めてきました。



土石流対策(砂防堰堤)



きゅうけいしゃ ち たいさく 急傾斜地対策

高潮に対する取組

伊勢湾台風級の高潮に対応できる防潮堤・ 水門や沿川のまちづくりと一体となったスーパー堤防等の整備などを進めてきました。



すいもん



スーパー堤防

その結果・・・

風水害に対する取組により被害は減少しています。

(例)平成29年台風21号では、昭和24年に甚大な浸水被害をもたらしたキティ台風と同程度の高潮が発生したが、施設の効果を発揮し浸水被害を防止



しかし・・・

まいきん 最近では、地球温暖化現象の影響ともいわれる記録できます。 できます。こうでは、地球温暖化現象の影響ともいわれる記録できます。 いかな豪雨が頻発しており、時間50mmを超える降雨 に関加傾向にあります。

近年、全国で大規模な水害が発生しており、いつ東京 で起きてもおかしくありません。



そういうときのため・・・



首分でいのちを守る備えとなる東京マイ・タイムラインが必要です。

都内の地形について

都内の河川

1多摩川水系

をまがわ	大田川	ごれいゃがわ 御霊谷川	ひさわがわ 氷沢川
えびとりがわ	程久保川	サまいりがわ	鯉川
やざわがわ谷沢川のがわ	あさかわ 浅川 ゆ どのがわ	ぉ ず がわ 小津川 だい ご がわ	たま うちがわ 玉の内川 きたおお ぐ の がわ
野川	湯殿川	配酬川 ざんぼりがわ	北大久野川
仙川 まるこ がわ	兵衛川	残堀川	大荷田川
丸子川	山田川かわぐちがわ	谷地川	鳶巣川
入間川	川口川 みなみあさかわ	秋川	日原川
三沢川	南浅川	きたあきかわ	小官川 おおさわがわ 士つ川
人衆川 こった がり 乞田川	条内川 USやまがわ 城山川	北欧川 みらいがわ 平井川	入沢川 み さわがわぶんすい ろ 三沢川分水路

2利根川水系

3荒川水系

59 pp 荒川 bp	BBAKAM U th. I 大いたがり支いた。 大いたがりがいかが、 はいいないでは、 かいたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないたのでは、 ないにのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでは、 ないでのでのでは、 ないでのでのでは、 ないでのでは、 ないでのでのでは、 ないでのででは、 ないでのででのででは、 ないでのででででででででででででででででででででででででででででででででででで	え江仏善ぶ石は新ら白の黒部落な柳か空な奈さ古ぶ福と神が河こ子の目が合と瀬郎堀の良と古い福と神が河こ子の目が合と瀬郎堀の良いのである。 日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日	#### ### #### #######################
----------------	---	---	---------------------------------------

4鶴見川水系

 つる みがわ
 しんこう じがわ

 鶴見川
 真光寺川

 おんだがわ
 あさまがわ

 恩田川
 麻生川

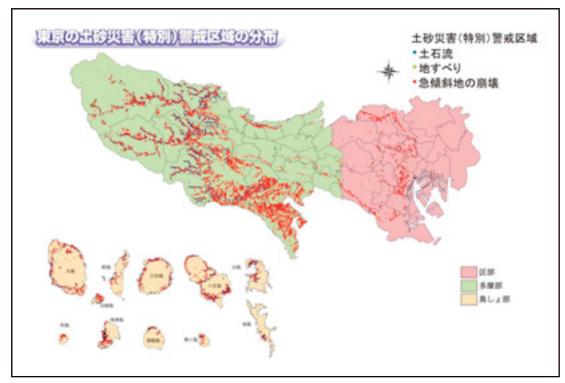


5二級河川

都内の土砂災害(特別)警戒区域

土砂災害(特別)警戒区域とは

土砂災害が発生した場合に、建築物の損壊や、住民の生命または身体に危害が生ずるおそれがあると認められる区域で、土砂災害を防止するために警戒避難体制を特に整備すべき土地の区域



(利) お ねん がつじてん (令和5年9月時点) さいしん じょうほう とうまさる とけん 最新の情報は東京都建 せつきょく 設局のホームページを ご覧ください。



マイ・タイムラインをつくろう。

東京マイ・タイムラインってなに?

- 「雨や風は事前に予測できるので、風水害が発生する前に 準備することができます。
- 嵐水浩に備えた行動を一人ひとりがあらかじめ決めたものが、マイ・タイムラインです。
- 一人ひとりで、家族で、地域で、それぞれのマイ・タイム ラインをつくってみましょう。
- このマイ・タイムラインの作成を通じて、しっかり準備を すすめて、風水害から身を守りましょう。

どんなときに使うの?

東京マイ・タイムラインは、風水害が発生するかもしれない「3つの気象状況」 が、まさに身の回りに起こりそうな場合に使います。



台風が近づいているとき

ニュースで3~5日後に台風が直撃するおそれがあると報道されたときは、河川の氾濫・土砂災害・高潮の発生のおそれが考えられます。



大雨が長引くとき

天気予報で、大雨がまだ2~3日続くと予想されているときは、河川の氾濫・土砂災害の発生のおそれが考えられます。



短時間の急激な豪雨が 発生するとき

天気予報で、夕方、突発的に大雨や雷を 伴った豪雨が降る可能性があると注意を 呼びかけたときは、河川の氾濫・土砂災害 の発生のおそれが考えられます。





気象状況を確認する

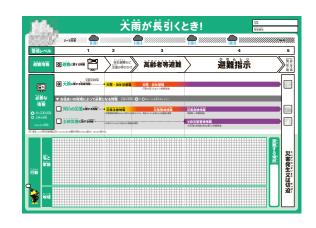
台風が近づいているとき

- 台風が接近・上陸すると強風や大衛を伴い、高潮を引き起こすこともあります。
- 台風の経路は、予報と変わる可能性があるため、天気予報をこまめに確認しましょう。



大南が長引くとき

- 梅雨前線、萩雨前線が同じ場所から動かないとき、または線状降水帯が発生したときは大きな災害に結びつくことがあります。
- 天気予報で「梅雨前線、秋雨前線、線状降 水帯」という言葉を聞いたら、注意が必要 です。



短時間の急激な豪雨が発生するとき

- 短時間の急激な豪雨 (ゲリラ豪雨とも呼ばれています)は7月~9月頃に発生しやすく、1時間に50mm以上の非常に激しい雨が降ることがあります。
- ●街中で見られる川で、急激に水位が上昇し 短時間であふれたり、道路が冠水し、地下室 へ流れ込んだりすることもあります。
- ●晴れていても、天気予報で、「大気の状態が不安定」や「雷注意報発表」などという言葉を聞いたら、注意が必要です。



避難のポイントになること

● 台風による大雨や高潮で避難が必要な場合は、風が強くなる前に避難しましょう(強風のときは移動が困難となります)。



避難のポイントになること

● 荒川や江戸川などの大きな河川の上流で大雨が降り続いた場合、たとえ下流部で晴れていても水位の上昇により浸水するおそれがあります。このため、上流の水位情報にも注意が必要です(台風の時も同じです)。



避難のポイントになること

- 急に強い雨が降りだすため、避難の準備のための時間はほとんどありません。
- 南水が地下に流れ込むと、水の力で扉が開かなくなるなど、閉じ込められてしまうおそれがありますので、地上階へ避難しましょう。





マイ・タイムラインをつくろう

●東京マイ・タイムラインセットには、下記のものが入っています。

ケース

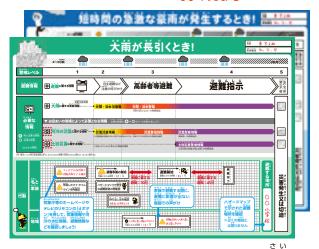
ガイドブック(本冊子)





マイ・タイムラインをつくるためのガイドブックです。

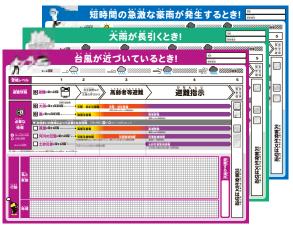
マイ・タイムライン作成例



マイ・タイムラインをつくる際の 参考とするための作成例です。 ※ケースの内側にも作成例を載せています。

シールは貼り剥がし可能なの で一度作成したマイ・タイム ラインは何度でも見直すこと ができます。

マイ・タイムラインシート



台風、大南、急激な豪雨の3種類が入っています。

必要な情報



風水害に備えて、必要となる情報を紹介しています。

シール



マイ・タイムライ ンを簡単につく るためのシール です。

マイ・タイムラインをつくるための3つのポイント

ポイント ①

避難のための情報を 取得する

首分の身に起こりやすい災害のリスクが わかると、どの情報を入手すれば良いか **分かります。(P.22~23参照)**

ポイント2

避難の準備をする

気象情報や避難情報が、避難の準備や開 始のタイミングを決める首安となります。

ポイント3

避難を開始する

情報の意味や入手方法を 確認しましょう。 (P.24~25参照)

嵐水害の基礎知識やマイ・タイムラインの作成方法がわかる動画 「東京マイ・タイムライン作成ナビ」も参照ください。

▶東京都防災ホームページで視聴できます。 東京マイ・タイムライン作成ナビ 検索



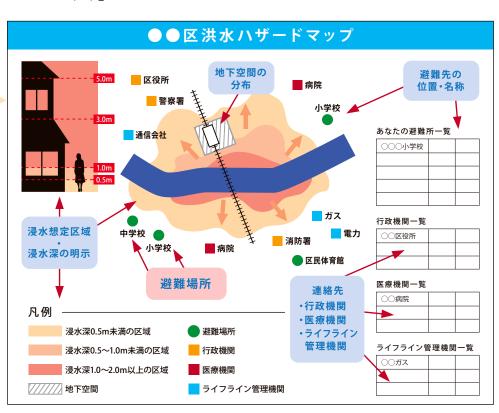


ハザードマップを確認する

ハザードマップ[※]とは ポイント① ※防災マップなどと呼ばれることもあります。

- ●被害が想定されるエリアや避難する場所などを表示した地図のことで、区市 町村ごとに作成されています。
- ●洪水、内水氾濫、土砂災害、高潮によって被害が異なるので、ハザードマップは災害種別ごとに必ず確認しましょう。
- 首宅にハザードマップがあるか確認してみましょう。 首宅にない場合は、役所またはホームページなどで入手できます。

エリアごとに浸水する深さが示されている。例えば、浸水する深さが3.0mのないであれば、1階相当が水次、5.0mであれば2階相当が水次は2階相が水次であれば2階はが水次することが示されています。



ハザードマップの入手方法

● お住まいの地域の ハザードマップ検索

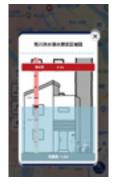
○○区 ハザードマップ

検索

●国土交通省ハザード マップポータルサイト



●東京都防災アプリ



ます。 東京都防災アプリにを搭 リスクマップをが削しる を対しています。河川は浸を が関しています。河川は浸を が関による。 大が高いでませいったが、 主砂災にといったが、 を対していたが、 で想定される水が内 で想定される水が、 クを視覚的にわかりや すく確認できます。

自分の住んでいる地域に起こりうる災害を確

ポイント①

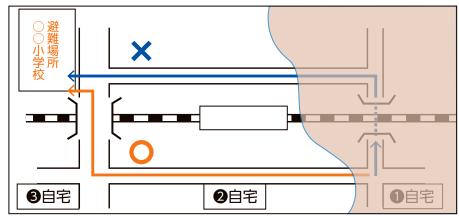
▶ハザードマップを見て、「❶首宅が浸水や土 砂災害のおそれがある」、「❷首宅が浸水や 土砂災害のおそれがあるエリアに近い」*





場合は、マイ・タイムラインシートと「必要な情報」のシートのチェック欄に◎ のシールを貼りましょう。

- ※ハザードマップはあくまでも想定なので**2**の場合もチェック欄に◎のシールを貼りましょう。
- 「**❸**首宅が被災の可能性のあるエリアから離れている場合」でもお住まいの 文市町村で被災が想定されるエリアがある場合は、首宅への影響がなくて も、チェック欄に○のシールを貼って、お住まいの区市町村の情報に注意し ましょう。
- ●◎の場合はあてはま る災害に関する情報 は必ず確認し、〇の場 合は状況に応じて確 認しましょう。(P.25 参照)



※避難する際はできるだけ被災の可能性のあるエリアを避けましょう。

災害の種類	浸水深など	
大河川	m	
中小河川、内水	m	
。 高潮	m	7
土 砂災害	あり ・ なし	

- を比べてみましょう。
- 制限された生活下でも耐え得るのであれば、在宅避難も可能です。
- ※大河川、中小河川の違いはガイドブックのP.8~9を参照してください。



災気象情報を確認する

風水害から身を守るためには気象情報に注意

ポイント28

たいふう、あまあめとに関する警報や注意報等は、気象庁から発表されます。

けいかい ほうさいじょうほう だんかい ひょう じ じょうほう い み ちょっかんてき りかい ※警戒レベル:防災情報を5段階のレベルで表示し、情報の意味を直感的に理解しやすくしたもの

【気象特別警報・警報・注意報】

よっせい 発生のおそれがある気象災害の重大さや可能性に応じて特別警報・警報・注意報が発表されます。

	Topan 種類	き しょうじょうきょう 気象状況	^{ないよう} 内容
5	とくべつけいほう 特別警報	大雨(土砂災害、浸水害)、暴風など	重大な災害の起こるおそれが著しく大 きい場合に発表
3~	#### 警報	大雨 (土砂災害、浸水害)、洪水、暴風、 たかしお 高潮など	しゅうだい さいがい まま 重大な災害の起こるおそれがある場合 はっぴょう に発表
2~	注意報	大雨、洪水、強風、高潮など	び害の起こるおそれがある場合に発表

そうき ちゅう い じょうほう けいかい ※早期注意情報は警戒レベル1

していかせんこうずいょほう 【指定河川洪水予報】

あらかじめ指定された河川の区間について水または流量を示して発表される警報や注意報です。

	こうずい よほう ひょうだい しゅるい 洪水予報の標題(種類)	まと 求める行動の段階
5	のの川氾濫発生情報(洪水警報)	はんらんずい けいかい もと だんかい 氾濫水への警戒を求める段階
4	〇〇川氾濫危険情報(洪水警報)	いつ氾濫してもおかしくない状態 ひまんとう はんらんはっせい たい たいおう もと だんかい 避難等の氾濫発生に対する対応を求める段階
3	のの川氾濫警戒情報(洪水警報)	ひ なんじゅん ぴ ぱんらんはっせい たい けいかい もと だんかい 避難準備などの氾濫発生に対する警戒を求める段階
2	かわはんらんちゅう い じょうほう こうずいちゅう い ほう 〇〇川氾濫注意情報(洪水注意報)	はんらんはっせい たい ちゅう い もと だんかい 氾濫発生に対する注意を求める段階

[※]洪水予報を行う河川(洪水予報河川)

でもおかはまりゅう は、そのでは、またなアイリン でもおかはまりゅう は、そので、なががし、あんで、あらかも いる まがも た まがも あさかも かんだがも あくるがも しば やがも ふるかも のがも せんかも しばかも しんしばかも 利根川上流部、江戸川、中川、綾瀬川、荒川、入間川、多摩川、浅川、神田川、目黒川、渋谷川、古川、野川、仙川、芝川、新芝川、 妙正寺川、石神井川

まょうそん とくてい けいかい よ して しょうほう してけいかい そうとう 町村を特定して警戒を呼びかける情報です(警戒レベルは4相当)。

* 生砂キキクル(危険度分布)で確認しましょう。

※これらの情報の詳細は気象庁のホームページを確認してみましょう。

区市町村からの避難情報にも注意 ポイント23

●避難に関する情報は、文市町村から発表されます。

*************************************	^{じょうきょう} 状 況	じゅうみん 住民がとるべき行動	こうどう うなが じょうほう 行動を促す情報 ひなんじょうほう (避難情報)
5	またがいはっせい 災害発生 また せっぱく 又は切迫	್ಯಾಕ್ಟ್ರಿಕ್ಟರ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ್ಟ	^{きんきゅうあんぜんかくは} 緊急安全確保 ※1、※2
~	~~	✓ <警戒レベル4までに必ず避難!> ✓	~~~
4	ジェの 災害の おそれ高い	きけん ばしょ ぜんいん ひ なん 危険な場所から全員避難	でなんし <u>じ</u> 避 難指示
3	ジェの 災害の おそれあり	きけん ばしょ こうれいしゃとう ひなん 危険な場所から高齢者等は避難 ※3、※4	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難

- ※1 避難が遅れた、文は急激に災害が切迫し避難ができなかった時などに、自宅・施設等の少しでも浸水しにくい高い場所や崖から少しでも離れた部屋、近隣の高く堅牢な建物等に緊急的に移動することを促す情報です。(ただし、この行動をとったとしても身の安全を確保できるとは限りません。このような状況にあわないためにも、より早期の避難が必要です。)
- ※2 区市町村が災害の発生・切迫の状況を把握できた場合に発令されるものであり、必ず発令されるものではありません。
- ※3 高齢者や障がいのある方など移動に時間を要する方やその支援者は避難しましょう。
- ※4 高齢者等以外の方も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、危険を感じたら自主的に避難しましょう。また、急激な かんしょうがい かた しょうか かた で なんけい る つうこう と かなんけい る つうこうとう かなんけい る つうこうとう かなんけい る つうこうとう かなんけい る つうこうとう と かなん のぞ 水位上昇のおそれがある中小河川沿いや、避難経路が通行止めになり孤立するおそれがある場所など、早めの避難が望ましい場所にお住まいの方も自主的な避難を検討しましょう。

情報の入手方法ポイント123

●情報の入手方法をおさえておくことも重要であり、ハザードマップで確認した、地域で起こりうる災害に該当する情報について、「必要な情報」シートにチェックをして、入手方法を確認してみましょう。



※ シートに書いてある方法以外でも入手できます。首分や家族に合った方法を決めておきましょう。

テレビ・ラジオ

自治体のメール配信サービス















くし bast ん ぽうさい ちょん 区市町村は、防災無線、テレビ等でも情報を出しますので、注意しましょう!

つくり方を確認する

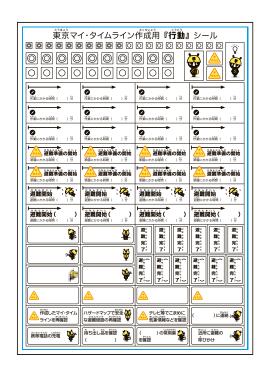
次の1~5の手順でシールを貼って、マイ・タイムラインを完成させましょう。

- 1 避難する場所を記入する。
- 2 避難情報や気象情報から避難の タイミングを考える。
- 3 避難準備の開始・避難開始・避難 完了のシールを貼る。
- 4 避難開始までの行動を考えてシールを貼る。
- 5 地域に対しての行動を考えてシールを貼る。

「行動」シールの使用方法

- ●マイ・タイムラインシートの行動欄に貼るシールには、「避難準備の開始」、「避難開始」、「避難完労」が書かれたシールと空白のシールがあります。
- 空白のシールは、首分で必要と思うことを 首曲に書き込んで使用します。





「必要な情報チェック」シールの使用方法

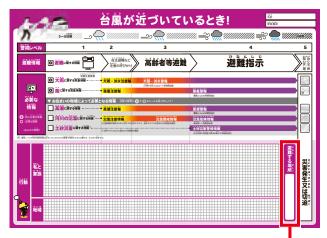
● ◎のシールは首宅が災害の想定区域内にあるときに、○のシールはお住まいの区市町村で災害が想定される場合に必要な情報の該当する災害のチェック欄に貼りつけるものです。

(P.23参照)

1 避難する場所を記入する

シートに書いてみよう!

- ●ハザードマップなどを確認しながら避難する場所を決めて、マイ・タイムラインシートに記入しましょう。
- ※災害の種類によって、避難する場所が変わることがあるため注意が必要



ここに避難する場所を記入します。

浸水の深さ、浸水が続く時間から避難する場所を考える

- ●ハザードマップを確認した結果、浸水の深さが浅く、浸水が続く時間も短いという場合でも床上浸水が想定される場合は2・3階以上の居室へ避難しましょう。
- ※平屋建てにお住まいの方は近くの2・3階以上の建物へ避 ※流。マンションの高層にお住まいの方は、自宅で待機など。
- ●大河川の洪水、高潮による氾濫は、浸水の深さが深く、浸水する時間も長期化する傾向にあります。特に、海水面より低い土地が広がる荒川下流域では、浸水エリアが広範囲になるため、居住する区の外への避難(広域避難)も検討する必要があります。



※高層住宅で居室が浸水するおそれがない場合でも、長期間、電気や水道などのライフラインが 使用できない厳しい生活が強いられることから、広域避難を検討する必要があります。

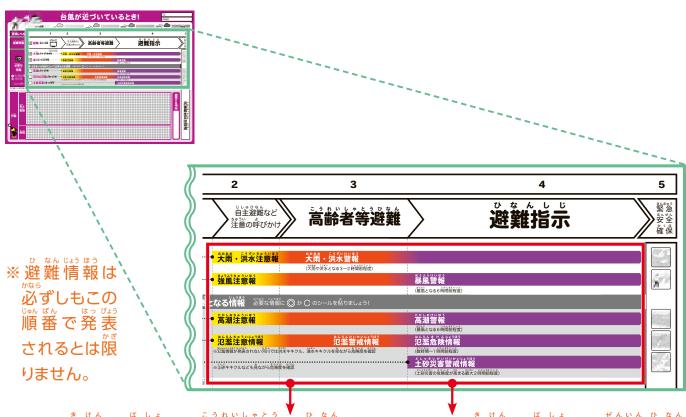


はいてん ちゅうおうぼうさいかい ぎ だい 出典:中央防災会議「大 出典:中央防災会議「大 規模水害対策にさく かん する せんもんちょう さ かい 第3元く 専門調査会 3 報告 参考資料1-2



2 避難情報や気象情報から避難の タイミングを考える

- 最も重要な情報は、区市町村が発表する避難情報です。
- 赤い線で囲まれた気象情報が発表された場合、区市町村から、状況に合わ せて避難情報が発表されます。
 - ※たとえ避難情報が発表されていなくても、同じ警戒レベルの気象情報が出たら、避難を検討 してください。
- 避難情報や気象情報をもとに、避難の準備や開始のタイミングなどを考え てみましょう。



危険な場所から高齢者等は避難

- 移動に時間のかかる方は避難を始めましょう。
- 高齢者等以外の方も必要に応じ、普段の行動を **見合わせ始めたり、危険を感じたら白羊的に避** 難しましょう。
- **ラライヂ ザト い 「レネラ レネラ 急激な水位上昇のおそれがある中小河川沿い や、避難経路が通行止めになり孤立するおそれ がある場所など、早めの避難が望ましい場所に お住まいの方も自主的な避難を検討しましょう。

た険な場所から全員避難

• 遅くともこの時には避難を始 めましょう。

えんぽう でなん ばまい いどう 遠方に避難する場合は移動に 必要な時間だけ早期に避難し ましょう。

3 避難準備の開始・避難開始・避難完了の シールを貼る

| シートに書いてみよう!

- 避難情報や気象情報を踏まえて、「避難準備の開始」「避難開始」のシールを 貼りましょう。
- 高齢者など早めの避難が必要な家族がいる場合、「私」の避難も合わせて、 草いタイミングで、「避難開始」のシールを貼りましょう。

が 例えば「おじいちゃんと避難する」場合は、 「高齢者等避難」の下に「避難開始」の

シールを貼りましょう。



避難開始から避難する場所に到着するま でに要する時間を踏まえて、「避難完了」の シールを貼りましょう。



避難開始までの行動を考えてシールを貼

| シートに書いてみよう!

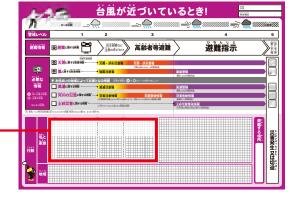
避難開始までに何をすべきか考えましょう。 たり 例えば、「避難する親せき宅へ連絡」や「母の常用薬を確認」など準備の内容 をシールに記入して貼りましょう。

) 準備開始の前でも、必要な行動があれば、「避難準備の開始」のシールより

も前に貼りましょう。

例えば 「母の常用薬を確認」の シールを貼りましょう







5 地域に対しての行動を考える

- ●まずは首らの身を守ることが最優先です。
- その上で、地域の人での助け合いについても、このマイ・タイムラインを通じて、地域でコミュニケーションを取りながら、事前に考えてみましょう。
- ●前け合いにより、情報の聞き巡しや、逃げ遅れなどを防げるかもしれません。

がえば、

- ・手助けが必要な方について、誰が手伝うのか、 また、誰に手伝ってもらうのか、事前に決めて おく。
- ・近前に、避難の呼びかけをする。
- ・情報を取ることが難しい方に対して、自分が入りません。
- ・高齢者や障がい者など一人での行動が難しい 方の手助けを行う。





ポイント

- ●まだ、お子さんには地域に首を向けて行動することは難しいかもしれません。この部分については、保護者のみなさんができる行動を記入してください。
- その際に、お子さんには、まずは大人の指示にしたがい安全に行動することの大切さを伝え、大きくなったら周りの人々と助け合って行動をとっていくことを話しながらつくってみてください。

避難をすることを考える

- ●水害から命を守るという観点から避難が一番大事です。
- 避難の際に持っていくものは現金や常角薬など必要最低限のものとしましょう(一時的な避難になりそうなときは、飲食料の提供がないこともあるので、必要最低限の角意を検討する必要もあります)。
- ●ただし、大河川の浜水や高潮による氾濫発生のおそれがある場合などは、 避難が長期間に及ぶ可能性があります。長期間の避難を想定した持ち出し 品を考えましょう(動きにくくなるほどの量さにならないように注意しましょう)。

長期間の避難が想定される際の持ち出し品の例

- ●現 金 ●常用薬 ●食 料 ●飲 料
- ●着替え ●ウェットティッシュ ●生理用品 ●紙おむつ など
- ※避難準備に時間をかけられない場合は現金や常用薬など必要最低限のものだけ持ち出しましょう。

首分の生活にとって無いと不安になる ようなものは持ち出し品に入れておくと 良いでしょう。





できたよう東京マイ・タイムラインで いざというときに備えよう



風水害に備えて、東京マイ・タイムラインをつくって、 いざというときに、あわてないで行動できるようにしておきましょう。 嵐水害に巻き込まれないように、もっと愛全、もっと愛心を手に入れましょう。





東京マイ・タイムライン

令和6年5月発行

編集・発行 東京都総務局総合防災部防災計画課

〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

電話 03(5388)2486

印刷 三松堂印刷株式会社

印刷物規格	第1類
印刷番号	(5)65

制作協力(敬称略)

大木 聖子 慶應義塾大学環境情報学部 准教授

大原 美保 東京大学大学院情報学環総合防災情報研究センター 教授

関谷 直也 東京大学大学院情報学環総合防災情報研究センター 准教授

気象庁東京管区気象台

国土交通省関東地方整備局

国土交通省国土地理院関東地方測量部

※掲載の情報は令和5年3月時点のものです。

※実際の災害時には、必ずしも本冊子掲載のとおりになるとは限りません。

※本冊子掲載の漫画・イラスト・図の無断複製・転載・複写・借用などは、著作権法上の例外を除き禁じます。

「東京マイ・タイムライン」の で意見・ご感想は下記から お寄せください。





この東京防災「東京マイ・タイム ライン」は色覚の個人差を問わず、より多くの人に見やすいよう、 カラーユニバーサルデザインに 配慮して作られています。



