

# 災害時、自分の命を守るためにできること

8月の大雨では、小国町でも冠水や土砂崩れ、道路の崩落などが発生し、日常生活に多大な影響を及ぼしました。

災害は、いつ発生するか予測できません。  
一人一人が、常日頃から災害の発生に備えましょう。



## 「防災マップ」を見ましょう

各世帯に配付されている「防災マップ」をよく読み、自宅や職場が危険でないかどうか、最寄りの避難所はどこかを確認しておきましょう。

## 「警戒レベル」の意味を知りましょう

警戒レベル	新たな避難情報等	住民がとるべき行動
5	<b>緊急安全確保</b>	<b>命の危険 直ちに安全確保！</b>
～<警戒レベル4までに必ず避難！>～		
4	<b>避難指示</b>	<b>危険な場所から全員避難</b>
3	<b>高齢者等避難</b>	<b>危険な場所から 高齢者等は避難</b>
2	大雨・洪水・高潮注意報（気象庁）	自らの避難行動を確認
1	早期注意情報（気象庁）	災害への心構えを高める

警戒レベルは1～5までの5段階あり、気象庁が発表する大雨警報などの情報をもとに、自治体が各レベルに応じた避難情報を発令します。

地域やご家族の事情により避難が必要と考えられる場合や、身の危険を感じる場合は、「避難指示」等を待たずに「自主避難」をお願いします。

## 避難の方法の例

### ① 指定避難所への避難

自治体が指定する指定避難所に避難する方法です。  
防災無線や役場ホームページ等で、避難所が開設されているかどうかを確認しましょう。

### ② 安全な親戚・知人宅への避難

普段から、災害時に避難することを相談しておきましょう。  
避難する前に、防災マップで安全な場所かどうかを確認しましょう。

### ③ 安全なホテル・旅館への宿泊

予め災害の発生が予想される場合、安全な場所にあるホテルや旅館を予約して宿泊する方法も有効です。

### ④ 自宅内での垂直避難（洪水・土砂災害）

屋外への避難が危険でやむを得ず自宅に留まる場合は、自宅の上の階や崖から離れた部屋に移動する等、少しでも身の安全を確保するための行動をとります。

事前に防災マップを確認して、自宅が家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないか、浸水深よりも居室が高いところにあるか、飲料水や食料の備蓄が十分にあるかも確認しておきましょう。



# 小国警察署広報



山形県警察

令和4年9月号  
発行:小国警察署  
TEL62-0110



## 避難時の服装、持ち物などの例

### 服装

- 帽子、ヘルメット  
(頭を保護するもの)
- 長袖、長ズボン  
(動きやすいもの)
- 履き慣れた靴  
(底の厚いもの。  
長靴は水が入ると  
歩きにくい為注意)
- 傘、杖など  
(冠水した場所で  
足下の危険を確認  
するため)
- リュックサック  
(両手が自由になるように)



### 持ち物

- 食料、水
- 防災ラジオ、電池
- 懐中電灯
- 常備薬、絆創膏
- お薬手帳
- 保険証、身分証
- 現金、通帳、印鑑などの貴重品
- 衛生用品 (マスク、消毒液、体温計、  
使い捨て手袋、せっけん、ティッシュ、  
タオル、歯ブラシ、ビニール袋など)
- 衣類 (上着、下着、生理用品、おむつ、  
雨合羽など)
- 替えの眼鏡、コンタクトレンズ
- 携帯電話、予備バッテリー など...



## 車で避難する際の注意

### ■ 道路が冠水すると走行できなくなる場合があります

アンダーパスを想定した実験では、SUV車であっても水深60cm (大人のひざ上位) の場所では途中でエンジンが停止してしまいます。

実験結果

車種	水深	10km/h	30km/h	走行不能(×)の状況
セダンタイプ (トヨタ・マークII) 排気量2,000cc	30cm	○	○	しばらく走行したが、スロープに差し掛かりエンジン停止
	60cm	×	—	
SUVタイプ (日産・エクストレイル) 排気量2,000cc	30cm	○	○	10m 走行時点でエンジン停止、一瞬車両が浮き上がりハンドルを取られた
	60cm	○	×	

○走破    ×走行不能    —実験を実施せず

### ■ 水没時、車内外に水位差があるとドアが開かなくなります

完全に水没し、車内外の水の高さが同じになってからでないと、人力でドアを開けることはほぼ不可能です。

実験結果

車種	車両の状況	水深				備考
		30cm	60cm	90cm	120cm	
セダンタイプ (運転席ドア)	後輪が浮く	—	×	×	×	水深60cmで後輪が浮上
	完全に水没	○	△(24)	○	○	
ミニバンタイプ (後部スライドドア)	後輪が浮く	—	—	×	×	水深90cmで後輪が浮上
	完全に水没	○	△(55)	△(58)	△(40)	

○開いた    △(秒)で開いた    ×開けられなかった

### 脱出のポイント

- いち早く、水圧がまだかかっていないドアから脱出する
- 脱出用ハンマーでガラスを割って脱出する
- ガラスが割れなくても慌てず、車内内部がドアの上部まで浸水し、内外の水圧が同等になってからドアを開ける



【出典】日本自動車連盟(JAF)ユーザーテスト

## 「やまがた110ネットワーク」登録のお願い

- ★ 「やまがた110ネットワーク」とは、警察が提供する安全・安心に関する無料メール配信サービスです。
- ★ “防災情報”“通行止め情報”“渋滞等の交通障害情報”“特殊詐欺の発生情報”“交通違反取締り情報”などが配信されます。
- ★ 右記QRコードから登録できます。  
携帯電話の操作が不得意な方は、警察署や最寄りの駐在所で登録方法を説明いたしますので、気軽にお声がけください。



登録用QRコード