

# がいこくじんじゅうみん 外国人住民のための

みやざきけん  
宮崎県

# ぼうさい 防災パンフレット

にほんご  
(日本語)

この防災パンフレットは、この他に「英語・中国語  
(簡体字)・韓国語」でも作られています。

この防災パンフレットは公益財団法人

宮崎県国際交流協会のホームページ ([https://](https://www.mif.or.jp)

[www.mif.or.jp](https://www.mif.or.jp)) でも見ることができます。

印刷もできます。

※このパンフレットは、2012年に作成したものを修正したものです。



## さいがいおとききほんじぶんじぶんまも 災害が起こった時の基本は「自分のことは自分で守る」です。

日本そして私たちの住んでいる宮崎県は自然の豊かなところです。その一方でいろいろな自然災害が繰り返し起きています。

ここ何年かのあいだに、数多くの自然災害が起こり、いろいろな災害を防ぐための方法(防災対策)が考えられています。一番大切なのは、一人ひとりが取り組む防災、自分のことは自分で守る「自助」です。これから、防災対策と災害の種類について紹介します。

※この防災パンフレットに書いてあることは、災害に向けて『これだけは知っておきたい』基本的な情報や対策です。この防災対策だけでなく、一人ひとりが、自分の周りにどのような災害の危険が起こるかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を考えることが大切です。



はっこう  
(発行)

こうえきざいだんほうじん みやざきけんこくさいこうりゅうきょうかい

公益財団法人 宮崎県国際交流協会 MIYAZAKI INTERNATIONAL FOUNDATION

みやざきし 橋通東4-8-1 カリーノ宮崎 地下1階 TEL : 0985-32-8457 FAX : 0985-32-8512

# そな 備えておく〈その①〉

大きな災害が起きてからの72時間は、生き延びるための大事な時間であるといわれています。  
 大きな災害が起きる前に必要なものはいつも備えておきましょう。  
 大きな災害のときは、電気・水・ガスは使えなくなります。

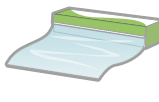
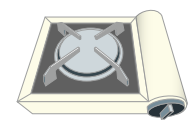




## 避難時(逃げる時)に持っていくもの



- |   |  |  |  |   |   |  |
|---|--|--|--|---|---|--|
| <br>みず<br><input type="checkbox"/> 水<br>ペットボトル(500ml)を3本以上 | <br>たの もの<br><input type="checkbox"/> 食べ物<br>缶詰、チョコレート等 | <br>くすり<br><input type="checkbox"/> 薬<br>持病薬・処方箋を忘れずに!          | <br>つうちょう いんかん げんきん けんこう ほけんしょう<br><input type="checkbox"/> 通帳・印鑑・現金・健康保険証 | <br><input type="checkbox"/> パスポート・在留カード |   |  |
| <br>かいちゆうでんとう<br><input type="checkbox"/> 懐中電灯<br>一人にひとつ   | <br>けいたい ラジオ<br><input type="checkbox"/> 携帯ラジオ          | <br>でんち けいたいでんわ じゆうでん き<br><input type="checkbox"/> 電池・携帯電話の充電器 | <br>ふえ<br><input type="checkbox"/> 笛                                       | <br>ヘルメット・防災頭巾                           |   |  |
| <br><input type="checkbox"/> マスク                          | <br>てぶくろ<br><input type="checkbox"/> 手袋                | <br>つかいすてカイロ<br><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ               | <br>ライター<br><input type="checkbox"/> ライター                                  | <br>ナイフ<br><input type="checkbox"/> ナイフ   | <br>あまぐ<br><input type="checkbox"/> 雨具<br>傘、レインコート等 | <br>ようふく したぎ くつ<br><input type="checkbox"/> 洋服・下着・くつ |
| <br><input type="checkbox"/> ティッシュペーパー<br>(ウエット含む)       | <br><input type="checkbox"/> タオル                      | <br>ぶくろ<br><input type="checkbox"/> ポリ袋                       | <br>はみがきセット<br><input type="checkbox"/> 歯磨きセット                            | <br><input type="checkbox"/> スリッパ      | <br>ひっきようぐ<br><input type="checkbox"/> 筆記用具        |  |

## いつも備えておくもの



- |  |   |   |  |   |  |
|--|---|---|--|---|--|
| <br>みず みつ か ぶん<br><input type="checkbox"/> 水(3日分) | <br>しょくりょう みつ か ぶん<br><input type="checkbox"/> 食料(3日分) | <br><input type="checkbox"/> ラップ     | <br>かみざら かみ わ<br><input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割りばし | <br><input type="checkbox"/> カセットコンロ     |  |
| <br>けいたい トイレ<br><input type="checkbox"/> 携帯トイレ    | <br>かいちゆうでんとう<br><input type="checkbox"/> 懐中電灯         | <br>くつ<br><input type="checkbox"/> 靴 | <br>もうふ<br><input type="checkbox"/> 毛布                  | <br>しんぶんし<br><input type="checkbox"/> 新聞紙 | <br>こうぐ (スコップ、ロープ等)<br><input type="checkbox"/> 工具(スコップ、ロープ等) |

これらの品物は、ホームセンターやスーパーの他、インターネットで買うことができます。

※備えておくものは変わります。たとえば、家族の中に、赤ちゃんや小さな子ども、お年寄りなど世話が必要な人がいる、ペットがいるなど家族の構成メンバーによっても違ってきます。あなたの家の備えておくものは何ですか？  
 あなたの家族のための防災チェックシートを完成させましょう！  
 ※いつか起こるかもしれない南海トラフ巨大地震では、1週間分以上の備えが必要！との意見もあります。

そな

# 備えておく〈その②〉

「家の中の安全対策」と「早期避難」

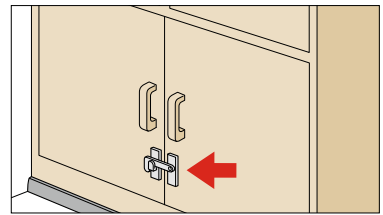
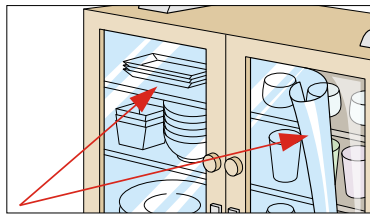
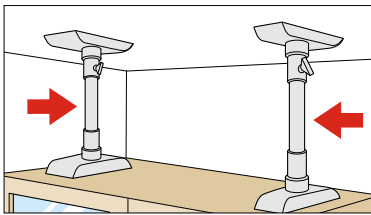
大きな地震が起きても自分を守ることができるように、今のうちからしっかりと準備をしておきましょう。

## こんなに危険！～家具類の転倒・落下・移動～

大きな地震が起きたときは、家具が倒れます！窓ガラスや食器棚のガラスが割れます！本棚の本が飛び出します！テレビや電子レンジが投げ出されます！



今すぐ、家具類の転倒・落下・移動防止対策をしましょう！



これらの品物は、ホームセンターやオンライン・ショッピングで買うことができます。

## 早期避難(早めに逃げる)！



そのために…

### 1. 避難場所(逃げる場所)・避難ルート(逃げる道)を確認しましょう

いざというとき、早く、間違いなく避難できるように、日ごろからハザードマップや地図を見て、家族みんなで避難場所と避難ルートを確認しておきましょう。そして、実際に歩いてみましょう。

※災害が起きたときは、家族と離ればなれになるかもしれません。自宅の他、学校または職場からの避難も一緒に考えておきましょう。

### 2. テレビ・ラジオ・インターネットなどで最新の情報を手に入れましょう！

#### ●テレビ・ラジオ・インターネットからの情報



#### ・「Safety Tips」

日本政府公式の外国人向け防災アプリ (無料)

<http://www.rcsc.co.jp/safety>



#### ・「NHK ワールド」

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/>



#### ・CLAIR <http://www.clair.or.jp/j/clair/index.html>

多言語生活情報アプリ



#### ・気象庁

<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>



#### ●宮崎県防災・防犯情報メールサービス(日本語のみ) (無料)

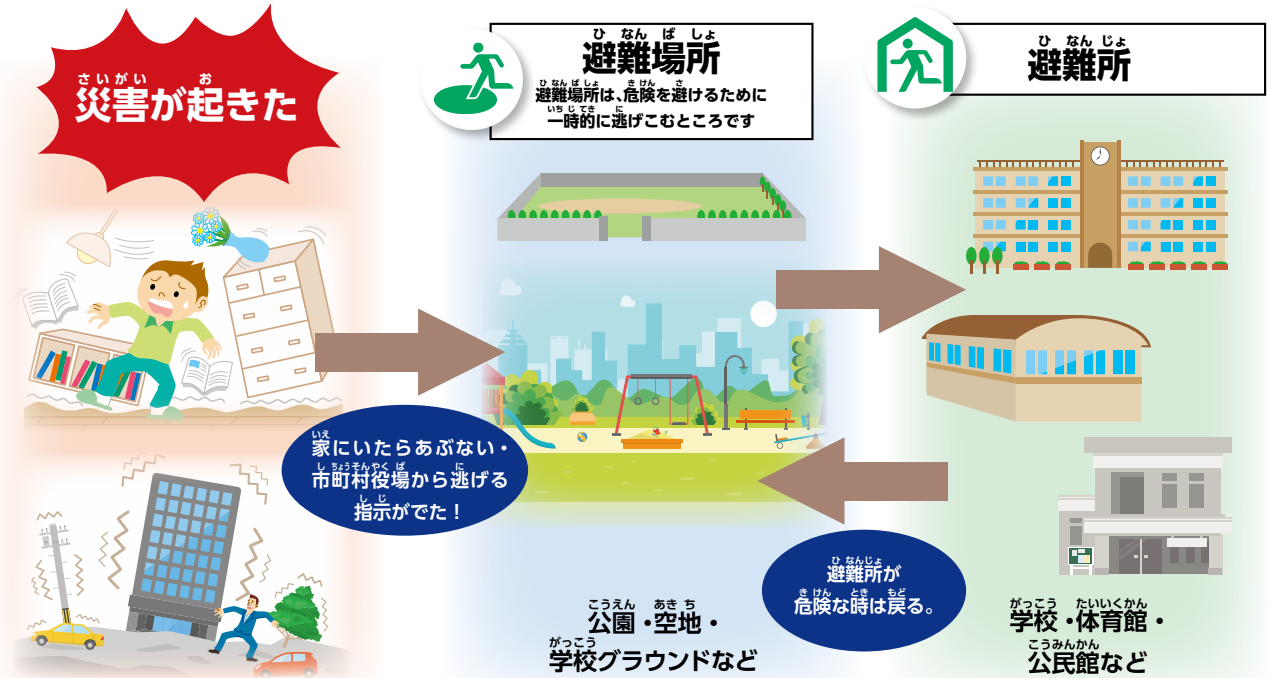
<https://www.pref.miyazaki.lg.jp/kiki-kikikanri/kurashi/bosai/manual.html>



# ひなんじょ 避難所

(にげるところ)

避難所は、災害が起きた時、家にいると危ない人や家が壊れて生活できなくなった人が一時的に生活できる場所です。



- 避難所に行く前には、ガスの元栓を閉めましょう(ガスが出ないようにしましょう)。
- 電気のブレーカーを切りましょう(電気がつかないようにしましょう)。
- “避難時(逃げるとき)持っていくもの”(\*2ページ)を持っていきましょう。

## ひなんじょ 避難所について



- 無料で利用できます。
- 靴を脱ぎます。
- トイレを使うことができます。
- 寝ることもできます。
- 水・食べ物・毛布などがもらえます。ただし、もらえる物、数、時間には限りがあるので、指示に従いましょう。
- 情報がもらえます。役所・役場からの正しいお知らせを聞いてください。
- ゴミを捨てるルールが決まっています。確認をしましょう。
- たくさんの人が使います。避難所の施設などの使い方を確認しましょう。周りの人の迷惑にならないようにしましょう。
- わからないことは周りの人に聞いて、できないことは相談してみてください。
- あなたのできることに進んで参加しましょう。みんなで協力しましょう。
- 健康に気をつけましょう。睡眠・換気は十分に。ケガ、熱中症、エコノミー症候群、感染症(ウイルスなど)に注意しましょう。



2011年1月新燃岳噴火の時の避難所の様子  
(高原町役場ホームページより)

# さいがい とき つが にほんご 災害の時に使う日本語

さいがい そな じぶん だいじ れんらくさき  
★災害に備えて、自分のことや大事な連絡先をメモしておきましょう。

じぶん の こと		だいじ れんらくさき 大事な連絡先
な 名	まえ 前	たいし かん りょう じ かん 大使館・領事館
じゅう 住	しょ 所	か ぞく しんせき 家族・親戚・ とも だち れんらくさき 友達などの連絡先
でん 電	ばん 番 ごう 号	
せい 生	ねん 年 がつ 月 び 日	ぎょうしや びょういん 業者・病院などの れんらくさき 連絡先
こく 国	せき 籍	
パスポート No.		
ざい 留 資格 No.		
けつ 血	えき 液 がた 型	

じ しん 地震		説明
しん 震	ど 度	地震の揺れの大きさのこと
とう 倒	かい 壊	建物などが倒れて壊れること
じ 地	すべ 滑 り	斜面の土砂や岩が下に滑り動くこと
じ 地	わり 割 れ	地面がひび割れること
てい 停	でん 電	電気が使えなくなること
だん 断	すい 水	水が使えなくなること
ガス 漏れ		ガス管からガスがもれること
立ち入り禁止		入ってはいけない場所
ふつ 復	きゅう 旧	ライフラインや交通機関が元通りになること

たい ふう 台風		説明
たい ふう	じょうりく 上陸する	台風の中心が北海道・本州・四国・九州の海岸に到達すること
たい ふう	しん 進 路	台風が進む方向
し	け	強い風で海がひどく荒れること
たか 高	しほ 潮	台風などによる強風や気圧の変化により海水面が異常に高くなること
か 川	の 増 水	川の水が異常に増えてくること
か 川	の はん 溢	大雨で川の水が溢れること
てい 堤 防	の 決 壊	堤防が切れて崩れること
危 険	すい 水 位	川の水が増えて溢れそうになる水の高さ、逃げる目安になる水の高さ
しん 浸	すい 水	ものが水にひたったり、水が入り込むこと

ひなんじよ 避難所		説明
きゅう 給	すい 水 車	水を配る車
給 水	せい 制 限	水道の水が使える時間が制限されること
給 水	ば 場 所	水を配るところ
きゅう 救	ご 護 所	ケガを手当てる場所
ひ 被	さい 災 者	災害で被害を受けた人
せい 生 活	さう 相 談	生活で困ったことを聞くことができる
けん 健 康	さう 相 談	健康で困ったことを聞くことができる
しょく 食 糧	ばい 配 給	食べ物を配ること
たき 炊 出 し		食事を作って配ること
ゴミ 収 集		ゴミを集めること
グラウンド		外で運動する広いところ
たい 体 育 館		運動などをするための建物
こう 公 民 館		市町村にあり、地域に住む人が学びあったり、交流することができる建物

こう っ 交通		説明
うん 運	きゅう 休	バスや電車が何らかの理由で止まること
けつ 欠	こう 航	船や飛行機が何らかの理由で止まること
ふ 不	つう 通	道路が通れなくなること
つう 通 行	どめ 止 め	道路を通ってはいけないこと
うん 運 転	あひ 見 合 わ せ	バスや電車など何らかの理由で今は止まっていること
お 折 り 返 し 運 転		バスや電車などが何らかの理由で目的地まで行けずに引き返して運転すること
道 路	の 陥 没	道路の表面に大きなくぼみができること
迂 回 路		何らかの理由で、道が通れなくなったために、遠回りして目的地に行く道
つう 通 行 規 制		災害など危険な時に道を通ることを制限すること

# ぼうさいくんれん さんが 防災訓練への参加

みやざきけんない しやうそん ちいき ひと いっしょ ぼうさいくんれん  
宮崎県内の市町村では、地域の人と一緒にする防災訓練が  
行われています。

## ぼうさいくんれん さんが 防災訓練に参加しよう！

まえもって ぼうさいくんれん たいけん しておくことで、自分のことは自分で守る（自助）力が大きくなります。

また、地域の人たちとの「つながり」もできます。

実は、この「つながり」も震災をのりきる大きな力となるのです。

※阪神淡路大震災では、70% 弱の人たちが、自分のことは自分で守る「自助」、30%が「つながり」、地域のひとたちや学校、職場の人たちが助け合って守る「共助」で救出されたといわれています。



## ち いき まつ 地域のイベント・お祭りなど

ひごろから ち いき おこな いろいろなイベントやお祭りも、地域の人たちと顔見知りになったり、交流できるとてもよい機会です。

☆各市町村のほか、県や市の国際交流協会で防災訓練やいろいろなイベントを実施しています。



## みやざき がいこくじん サポートセンターを知っていますか？

みやざき がいこくじん サポートセンターでは、ふだん言葉が通じないために聞くに聞けないちょっとした疑問、困りごとや問題（たとえば、生活・在留手続・労働・医療・福祉・教育・子育て・災害）について、電話・メールまたは直接窓口で相談できます。（相談無料です。秘密は守ります。）

〒880-0805 宮崎市橋通東4-8-1 カリーノ宮崎地下1階

📞 0985-41-5901

✉ support@mif.or.jp

相談できる日：火曜日～土曜日（祝日、12/29～1/3をのぞく）

相談できる言葉：日本語、英語、中国語、韓国語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、マレー語、タガログ語、ネパール語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ロシア語、ドイツ語、イタリア語、ミャンマー語、モンゴル語、クメール語



# 自分の無事を知らせる

災害の様子に応じて冷静に対応できることが大切です。自分とつながる国の大使館の連絡先などいつも持っておきましょう。電気が止まった時の充電や連絡方法も考えておきましょう。

大きな災害が起きた地域では、電話がつながりにくくなったり、つながらなかったりすることがあります。その時に自分が生きていることを国内外の大切な人達にお知らせするために次の方法があります。

## 災害用伝言ダイヤル【声で知らせる】

(NTT西日本)

- 日本国内のみで利用できます。
- 公衆電話・固定電話・携帯・PHS（災害の時は公衆電話が優先的につながりやすくなります）

大きな災害が起きた時に、無事かどうかを伝えるための声の伝言板です。

伝言を録音する 171 → 1 → 自分の電話番号 → 伝言を言う

伝言を聞く 171 → 2 → 聞きたい相手の電話番号 → 伝言を聞く



## 災害用伝言板【文字で知らせる】

- 海外からもメッセージを見ることができます。
- 災害用伝言板 (web171) <http://www.web171.jp> 英語・韓国語・中国語対応ができます。  
※一部のパソコン・携帯電話によっては使えない場合もあります。
- 震度6弱以上の地震などが起こった時に、次の携帯会社の「災害用伝言板」の利用もできます。



携帯電話の「災害用伝言板」のサイトで登録できます。

**NTTdocomo** <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

**SoftBank** <http://dengon.softbank.ne.jp/J>

**au** <http://dengon.ezweb.ne.jp/>



NTTdocomo



SoftBank



au

スマートフォンではアプリもあります。

文字メッセージ等を入力、他の人がそれを見てあなたが生きていることを確認できます。

各会社のサイトで海外のパソコンからも他の人が安否確認できるようになっています。日本語・英語で利用できる会社もあります。また、Google パーソンファインダーと連携している会社もあります。サービスの内容が各社で違います。自分が契約している携帯電話会社の「災害用伝言板」サービスの内容を確認しておきましょう。

※毎月1・15日、1月1日～1月3日 (00:00～24:00)、防災週間 (8月30日9:00～9月5日17:00)、防災とボランティア週間 (1月15日9:00～1月21日17:00) に「災害用伝言ダイヤル」と「災害用伝言板」の体験ができます。

友達や家族と一緒に試してみましょう。

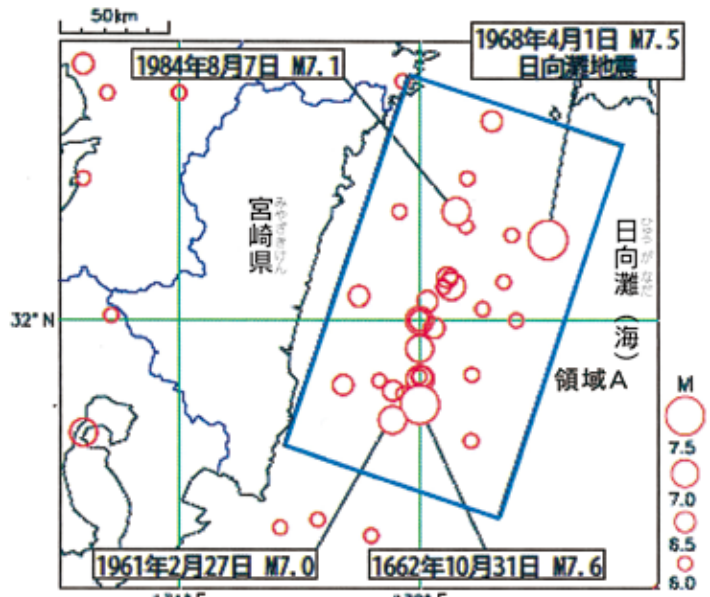


# 地震

宮崎県は体に感じる地震が多く起こるところです。  
最大震度は7と想定されています。

この図は1600年以降に発生したマグニチュード6以上の地震の発生場所を示しています。マグニチュード7.5以上の大きな地震が1662年、1968年の2回発生しています。ともに津波（地震によっておきる波）が起きて、亡くなった人や怪我をした人がでています。

日向灘では数年から数十年間隔でマグニチュード7クラスの大地震が繰り返し発生し、津波を発生させています。しかし、1984年8月7日の地震（マグニチュード7.1）以降起きていません。このため、日向灘の陸のプレート境界付近の岩盤には、地震を発生させる巨大エネルギーが蓄えられていると考えられていて、大きな地震が起きることが予想されています。



宮崎地方気象台「あなたを守る防災情報」より

そして、もう1つ大きな地震の心配があります。それは専門家から指摘されていることでもあります。静岡・駿河湾沖から四国沖を通して日向灘沖に続く南海トラフで巨大地震が起こることです。

もし、この巨大地震が起こると、マグニチュード9で、宮崎市や日向市では震度7という激しい揺れが起きることが想定されています。真冬の真夜中に起こった場合、津波などで、宮崎県では最悪の場合、4万人を超える人が亡くなるという想定も出ています。

大きな地震が起こった場合の揺れの大きさや津波の高さについて詳しいことが知りたいときには、自分が住む各自治体の防災担当者に聞きましょう。

宮崎県では内陸部でも地震が起こります。

この写真は1968年に起こった「えびの地震」の時の写真です。大きな家が壊れています。



宮崎県総務部消防防災課【編】  
『えびの地震の記録』宮崎県、昭和44年



しん ど ゆ など じょうきょうがいよう  
**震度と揺れ等の状況(概要)**

しん ど 震度 3	おくろい 屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。	しん ど 震度 6 弱	た 立っていることが困難になる。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。
しん ど 震度 4	ほとんどの人が驚く。電灯などのつり下げものは大きく揺れる。座りの悪い置物が倒れることがある。	しん ど 震度 6 強	はわないと動くことができない。飛ばされることもある。固定しない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。耐震性の低い木造建物は傾くものや、倒れるものが増える。大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。
しん ど 震度 5 弱	大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。棚にある食器類や本が落ちることがある。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。	しん ど 震度 7	たいしんせい ひく 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る。耐震性の高い木造建物でもまれに傾くことがある。耐震性の低いコンクリート造りの建物では倒れるものが増える。
しん ど 震度 5 強	物につかまらなさと歩くことが難しい。棚にある食器類や本で落ちるものが増える。固定していない家具が倒れることがある。補強されていないブロック塀が崩れることがある。	こくどうこうつうしやう きやうしやう しん ど ゆ など じょうきょうがいよう 国土交通省 気象庁「震度と揺れ等の状況(概要)」より	

じしん お とき  
**地震が起きた!その時は...**

じしん お 地震が起きた!  
 その時は...  
 たてもの なか  
**建物の中**



ぶた 机の下などに隠れ、  
 頭を守る



でくち 出口を確保する。  
 (地震で開かなくなる可能性があります)



あわてて火を消しに行かない!  
 元栓を閉めるのは揺れが収まってから



あわてて外に飛び出さない。  
 逃げる時には、必ずくつをはく!

じしん お 地震が起きた!  
 その時は...  
 くるま なか  
**車の中**



あわててスピードを  
 落とさない。



どうろの左側に寄せて、  
 エンジンを切る。

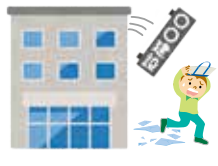


カギはそのまま

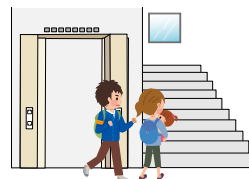


車から降りて歩いて逃げる

じしん お 地震が起きた!  
 その時は...  
 まち なか  
**街の中**



頭を守る。  
 窓ガラスや看板に注意!



エレベーターでは  
 すぐ近くの階で降りる。



広いところに逃げる。  
 かべや自動販売機も危険!



切れた電線に  
 近づかない。

おお じしん じゅうぶんちゅうい  
**大きな地震のあとは、十分注意しましょう!**

おお 大きな地震が起きてから 1 週間から 10 日間は、同じくらいの大きな地震に注意が必要です!  
 がけ崩れや落石があるかもしれません。さらに、震度 6 弱など大きな揺れのときには、土砂災害や家の倒壊(こわれ)など、危険がもっと大きくなります。

きんきゆう じ しんそくほう  
**緊急地震速報**

きんきゆう じしんそくほう 緊急地震速報とは、大きな揺れが到達する前に地震の発生を可能な限り早く知らせる地震の情報です。  
 わずかな時間で行動がとれるよう、いつも緊急地震速報を見聞きしたときにどのように対応するか考えておきましょう。速報を見聞きして強い揺れまで数秒から十数秒しかありません。  
 テレビやラジオ、速報を受信できる携帯電話や市町村の防災行政無線などで、音と一緒に放送されます。  
 地震による強い揺れが続く間は身を守る行動をとり続け、揺れが収まってから落ち着いて行動しましょう。



# つなみ 津波

津波は地震によって起きる波です。日向灘に面した宮崎県沿岸は、大きな津波の被害を受ける可能性が高いところです。

大地震が発生し、津波が宮崎県沿岸に来るのに、場所によって数分、通常でも10分～15分で来ると予想されます。海側で地震が発生し、津波のおそれのあるときに知らせる警報が次のお知らせです。

	予想される津波の高さ		とるべき行動
	数値での発表 (発表基準)	巨大地震の 場合の表現	
大津波警報	10m超 (10m<高さ)	巨大	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。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。 <b>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！</b>
	10m (5m<高さ≤10m)		
	5m (3m<高さ≤5m)		
津波警報	3m (1m<高さ≤3m)	高い	
津波注意報	1m (20cm<高さ≤1m)	表記しない	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づいたりしないでください。

気象庁「津波警報が変わりました」より

**振り返らない！ 戻らない！ 両手に何も持たない！ 海を見に行かない！**

◎海岸で大きな揺れを感じたら…



海岸で地震があったら「より遠く」でなく「より高いところへ」

◎津波警報を知らせる放送やサイレンを聞いたら…



津波警報が出たら揺れを感じなくてもすぐ避難しましょう。

◎避難の呼びかけがあったら…



津波は繰り返し襲ってきます。避難しても気を緩めずに。

◎海岸に来たら…



避難場所や避難経路を確認しておきましょう。



テレビ・ラジオ・防災行政無線などの情報の入手手段を確認し、そこからの情報に注意しましょう。

宮崎地方気象台「あなたを守る防災情報」より

いつもの生活の中で沿岸部の市町村の津波ハザードマップを確認！  
津波避難場所を確認！このマークが目印です。



津波注意

地震がおきたとき津波のくる危険性が高い地域



津波避難場所

津波がきたときに安全に、にげたりできる高いところ、場所



津波避難ビル

周りに高いところがないときに、にげることのできるビル

# 台風

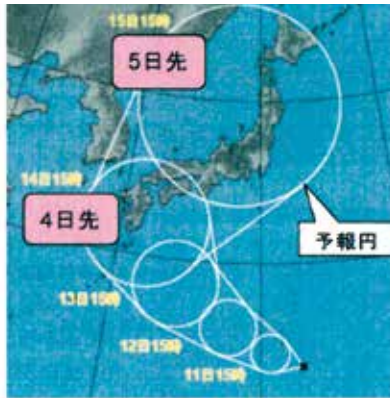
台風は、強い風とたくさんの雨を降らせる雲のかたまりで、夏から秋にかけて日本の南の方からきて、北東に進みます。宮崎県は地理的にも台風の影響を受けやすく、台風により毎年のように災害が発生しています。

宮崎ではほぼ毎年のように台風の大雨による被害があります。台風の「大きさ」は、風速 15m/s (毎秒) 以上の強風域 (風が強い範囲) の半径で決まります。

「強さ」は中心付近の最大風速で決まります。

暴風域 (風がとても強い範囲) では平均 25m/s (毎秒) 以上の風が吹きます。

台風の中心を「台風目」と言い「台風目」の中では雨や風はほとんどありませんが、その周りは雨や風が強いので、通り過ぎるまで注意しましょう。

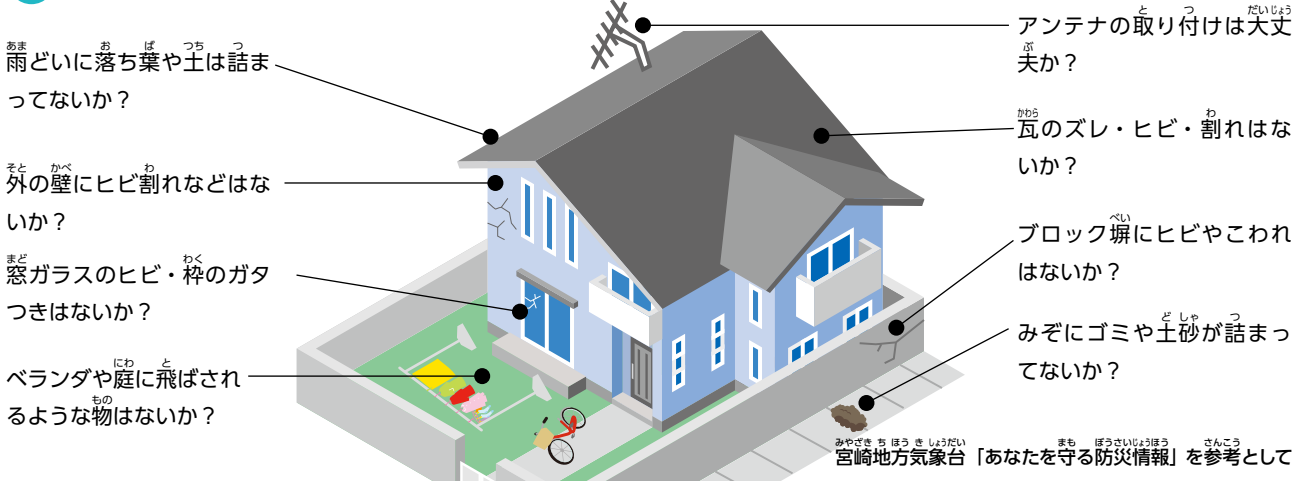


台風が宮崎県の西側を通る (矢印) コースを進むときは宮崎県内での雨の被害が多くなります。気をつけましょう。天気予報で台風の進む方向や位置を確認しましょう。

宮崎地方気象台「あなたを守る防災情報」より

天気予報の中の台風進路予報では3日先、5日先までの台風が進む予報を出しています。

## 台風が来る前にやっておきましょう



## 台風が近づいてきたら...

- 風が強くなる前に自宅の周りの飛びそうな物 (鉢植えや物干し等) を片付けましょう。
- 風が強くなる前に雨戸を閉めましょう。
- 断水に備え、お風呂やポリタンク、やかんなどに水をためておきましょう。
- 浸水のおそれがあるときは、早めに生活用品を高い場所へ移動させましょう。
- 必要のない外出は避けましょう。特に川や水の溢れた側溝、がけの側には近づかないようにしましょう。

※危険を感じたら、早めの避難をしてください！

# おお あめ 大雨

台風と一緒に注意しておきたいのは大雨です。6月～7月の梅雨の時期に大雨が降ることが多いほか、夏から秋にかけて宮崎県に来る台風は、昔に比べて多くの雨を降らせるようになっています。

これまでの台風や梅雨の集中豪雨は宮崎に多くの雨を降らせ、川が溢れたり、家の中まで水がきたり、山が崩れたりして大きな被害を出してきました。



おおよどがわ はんらん みやざきし  
大淀川の氾濫（宮崎市）



やまのくち こくどう 269 ぞ  
山之口 国道 269 沿い  
しやんしていはら みやざきけん き かんり か  
《写真提供：宮崎県危機管理課》

きしょうほう しちようそん じょうほう かつよう みちが ひと いち まも はや はや こうどう  
気象情報や市町村からの情報を活用し、あなたや身近な人の命を守るため、早め早めの行動を!

<p>ふだん 普段から</p> <p>おおあめ 大雨になるおそれ あめ 雨が降り出す</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•空の変化に注意しましょう。</li> <li>•危ない場所はどこか、頭に入れておきましょう。</li> <li>•避難する場所や道を確認しておきましょう。</li> </ul>	
<p>あめ つよ 雨が強くなると</p> <p>ちゅういほう 注意報</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•最新の情報に注意しましょう。</li> <li>•備えておくもの(2ページ)、避難する場所や道を確認しましょう。</li> <li>•雨や風の影響を受けやすいところに住んでいる人や、避難が難しい人は早めに行動しましょう。</li> </ul>	
<p>おおあめ 大雨が降り続くと</p> <p>けいほう 警報</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•自治体(市町村)が発表する情報に注意して、必要ときは速やかに避難しましょう。</li> </ul>	
<p>はげ おおあめ つつ ひじょうじたい さらに激しい大雨が続くと非常事態</p> <p>とくべつけいほう 特別警報</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•ただちに命を守る行動を!</li> <li>•市町村からの情報(避難勧告等)ですぐに避難所へ!</li> <li>•外出が危険なときは、家の中のすこしでも安全なところに移動してください。</li> </ul>	

気象庁「特別警報リーフレット」を参考に作成



もっとわかりやすく、大雨や土砂災害などの被害の大きさをレベル別にあらわしたものが次ページ表じゃよ!

# どしゃさいがい 土砂災害

傾斜が急な山が多い日本は、台風や大雨、地震などが引き金となって、がけ崩れや土石流、地すべりなどの土砂災害が発生しやすい環境にあります。

土砂災害が発生するときは様々な前兆(前ぶれ)現象がおこることがあります。

**「いつもと違う」現象を見かけたら、避難の勧告や指示がなくても速やかに避難しましょう。**

がけ崩れの前兆現象



- ・がけから小石がパラパラと落ちてくる
- ・がけから水がわき出てくる
- ・がけに割れ目ができる

土石流の前兆現象



- ・山が唸るような『山鳴り』がする
- ・川の流が濁ったり流木が混じる
- ・急に川の水が少なくなる

地滑りの前兆現象



- ・井戸の水が濁る
- ・地面がひび割れたり陥没する
- ・池や沼の水が急に変わる

(宮崎地方気象台「あなたを守る防災情報」より)

自分の住む地域が土砂災害危険箇所か、確認しましょう。

※土砂災害危険箇所は、市町村にあるハザードマップで確認できます。

水害・土砂災害の新たな防災情報

警戒レベル4で全員避難！

警戒レベル	行動を促す情報	住民がとるべき行動
1	早期注意情報 [気象庁が発表]	災害への心構えを高める
2	大雨・洪水注意報 [気象庁が発表]	避難に備え避難行動を確認する
3	避難準備・高齢者等避難開始 [市町村が発令] 大雨・洪水警報 [気象庁が発表]	高齢者・障がい者・乳幼児などと その支援者は避難する 他の住民は準備を整える
4	避難指示【緊急】 [市町村が発令] 避難勧告 [市町村が発令] 土砂災害警戒情報 [気象庁が発表]	全員避難！
5	災害発生情報 [市町村が発令] 大雨特別警報 [気象庁が発表]	命を守る行動を！

災害の状況によってはこの段階どおりに発令されず、突然の避難勧告や避難指示(緊急)が出されることがあります。

# たつ まき 竜 巻

宮崎県は全国で4番目に竜巻（空気の細長くて強い渦巻き）が多く起こっている県です。県の平野部沿岸を中心に発生する事が多くなっています。

宮崎県では、多くの竜巻が台風によって起きています。下の写真が竜巻の破壊力・恐ろしさを物語っています。



《写真提供：宮崎県危機管理課》

発達した積乱雲が近づく兆しがある場合や風が強くなってきた場合には、頑丈な建物の中に入る、窓から離れる、カーテンを閉めるなど、安全確保に努めてください。

こんな時は、竜巻が発生するような発達した積乱雲があなたの間近まで迫っている可能性があります。



- 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- ひやっとした冷たい風が吹き出す。
- 雷の音が聞こえたり、電光が見えたりする。
- 大粒の雨やひょうが降り出す。

## 竜巻が間近に迫ったら

すぐ身を守るための行動をとってください!!

**身の安全を確保するためには...**

- 屋外では** 頑丈な建物の物陰に入って身を小さくする。
- 屋外では** シャッターを閉める
- 屋内では** 家の1階の窓のない部屋に移動する。
- 屋内では** 窓やカーテンを閉める。
- 屋内では** 窓から離れる。大きなガラス窓の下や周囲はとても危険
- 屋外では** 電柱や太い樹木であつても倒れたりすることがあり危険。
- 屋内では** 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。
- 屋外では** 物置や車庫・プレハブ(仮設建築物)の中は危険。コンクリート製等の頑丈な屋内に駆け込む

宮崎地方気象台「あなたを守る防災情報」より

# かざん 火山

日本は有数の火山国です。2011年に起こった新燃岳噴火で深刻な被害が出た宮崎県では火山災害は身近な災害の1つです。

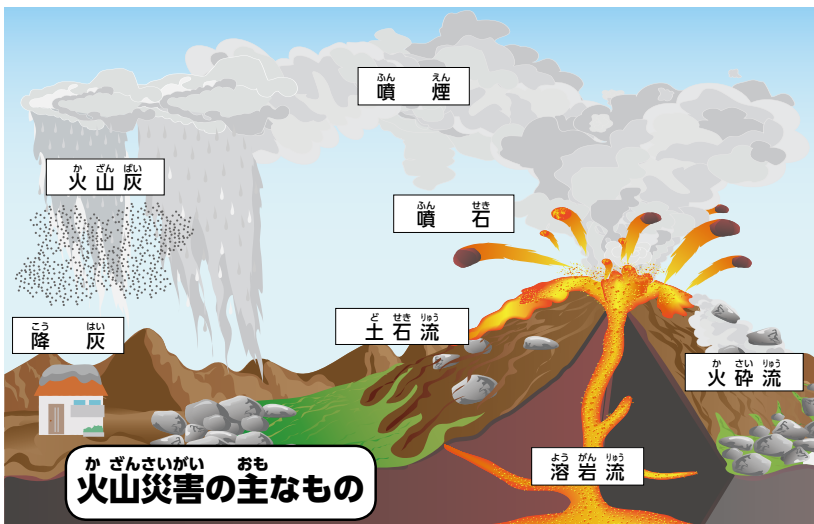
宮崎には活火山として、宮崎・鹿児島県境に位置する霧島山という火山群があります。この中で主に御鉢と新燃岳で噴火が何回もありました。この写真は2011年1月～2月に霧島山（新燃岳）が噴火したときの高原町の様子です。



(高原町役場ホームページより)

- 火山災害から身を守るために大切なことは、正しい情報を得ることです。
- テレビ・ラジオのニュース、気象庁の発表、市町村役場からの発表を確認しましょう。
- 日頃から避難所の確認をしておきましょう。
- 逃げて避難所へ行く時やその準備が必要な場合は、市町村役場からお知らせがあります。
- 降灰や **空振** は建物の中にいれば安全です。 **空振** の時は窓ガラスが割れることもありますので、窓やドアの近くから離れましょう。

爆発的な噴火に伴って空気が強く振動し、遠くまで伝わる現象を「空振」といいます。窓ガラスがガタガタと揺れガラスが割れる等の被害があります。2011年の新燃岳噴火では遠く離れた宮崎市内でも窓ガラスが揺れたりしました。



屋外に出るときには、火山灰から喉と目を守るためにマスクとゴーグルをつけて、また小石程度の噴出物の落下に備えてヘルメットあるいは帽子をかぶりましょう。



## 【噴火警戒レベル】

予報	警報		特別警報	
噴火予報	噴火警報 (火口付近)	噴火警報 (火口付近)	噴火警報 (居住地域)	噴火警報 (居住地域)
Level 1	Level 2	Level 3	Level 4	Level 5
活火山であることに留意	火口周辺規制	入山規制	避難準備	避難

# 📞 119/ 火災 (火事) ・ 救急

家が燃えている！建物や何かが燃えているのを見た！その時には…

- おおきな声で近所の人に知らせる。
- 声が出ないときはバケツなど音の出るものをたたく。
- 早く消す！でも無理な時はすぐに逃げる！
- 消火器の使い方を防災訓練で覚えていつも使えるように！

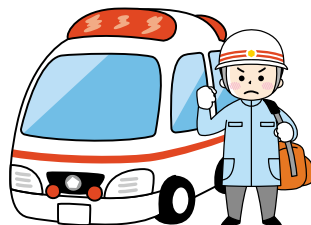
**119 番のかけかた (救急車を呼ぶ時も同じ番号です)** 電話で 119 番をプッシュします。

- 深呼吸して落ち着いてかけます。
- 携帯電話でもかけることができます。無料でかけることができます。
- 消防車と救急車は無料で利用できます。軽いけがや病気では救急車は利用できません。

## 119 にかける・伝えること



「火事です！」  
「私の家が燃えています！」  
「ビルが燃えています！」



「救急です！」  
「家族が倒れました！」  
「けがをした人がいます！」

- ① 「場所は〇〇市〇〇町〇-〇〇です。近くに〇〇があります」  
(あなたがいる場所、火事が起こっている場所を言いましょう。詳しく近くにある目標の建物などを言いましょう。)
- ② 「私の名前は〇〇〇〇です。電話番号〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇〇〇です」

## 自分が火事にあったら・・・

- 煙の中を逃げる時は、姿勢を低くして、タオルなどで口や鼻を押さえて逃げましょう。
- 老人、幼児や病人などを先に逃げさせましょう。一度逃げたら、物などを取りに戻らない！

# 📞 110/ 事故 ・ 事件

**110 番のかけかた** 電話で 110 番をプッシュします。

- 携帯電話でもかけることができます。無料でかけることができます。
- 110 番に電話するときは、慌てず落ち着いて…近くの人にも助けを求めましょう。正確な情報を伝えることが大切です。

## 110 にかける・伝えること



- ① 自分に起こっていることを伝えます。(例) 「事故です！」 「事件です！」 「泥棒です！」
- ② いつ起こったのか伝えます。
- ③ どこで起こったのか伝えます。(例) 「〇〇市〇〇町です」