

避難をすると決断したら

- ・緊急時は、貴重品よりもまずは命を守る行動を。被災後、通帳などは再発行が可能な場合もあります。
- ・垂直避難の場合、例えば2階で数日間過ごす事を想定し、布団、食品なども2階に移動しましょう。
- ・非常用持ち出し袋には「人と共有できないもの（入れ歯、処方薬、補聴器等）」も準備しましょう。
- ・道路が冠水することもあります。避難時は長靴より運動靴、側溝を確認する杖などを持参しましょう。
- ・車での避難は、30センチ以上冠水するとエンジンが止まり、水圧で閉じ込められる事もあり危険です。

避難警報が出ても、行動されない人が多くいます。被災経験者には、直接の声かけや周辺の人々が避難したことで避難することを決めた方が多くいました。

避難時は、隣近所にも声をかけましょう。
遠方の親族や知人に危険が迫っている場合は、電話などで避難を呼びかけましょう。



こんにちは、三鷹市防災課です！

防災課では万が一の災害に備え、防災訓練など防災意識の啓発事業の計画・実施や、災害時に活用する備蓄品の管理等を行っています。市民の皆さんの安全安心を守るため、普段から活動していますが、やはり**防災の基本は、自分の命は自分で守る『自助』**にあります。災害はいつ来るかわかりません。室内の家具の転倒防止対策や、家庭での備蓄品の準備など、皆さんのご協力をお願いします。しかし、「何をしたらいいの？」という方もいると思います。そんな時は、ぜひ**防災課の出前講座**をご活用ください。町会の集まりなどへお伺いして、三鷹市の防災の取り組みや自助についてのポイントをご説明します。詳しくは、三鷹市防災課までご相談ください！

三鷹市総務部 防災課
三鷹市新川6-37-1 元気創造プラザ5階
☎ 0422-24-9102 FAX 0422-45-1190
✉ bousai@city.mitaka.lg.jp



大沢地区担当
中島さん（左）井上さん（右）

大沢絵手紙の会

月に1回、和気あいあいと楽しく描いています。先生が毎月持ってこられる題材を基に、線や円を書く練習から始まります。自分のペースで集中して書き進め、色付けをしています。参加している方からは、「集中している時間が心地良く、他のことを忘れてしまうほど没頭していて、終わった後は頭がすっきりする」とお話がありました。描き終わると作品を前に貼り出して、先生の講評があります。作品それぞれ、線の書き方や色の作り方、塗り方に個性があります。体験無料で道具の貸出しもあります。男性も募集していますので、皆さんで楽しみましょう♪参加希望の方は、直接会場へ！



高山知玄先生より...
アットホームな雰囲気活動しているので、ぜひご参加ください。絵手紙は、「下手で良い、下手が良い」と言われているので、初めての方も募集しています。



編集後記

今回は、災害の中でも水害をテーマにしてさまざまなことをご紹介しました。水害に限らず、大規模な自然災害が発生した際に被災地で支援活動を担うのが「災害ボランティア」です。私のいる三鷹社協は災害ボランティアの募集やボランティアに手伝ってもらいたい人の依頼を受ける、「災害ボランティアセンター」を設置します。災害時は家の中が散乱して自分たちだけでは片づけきれないことも多くあります。また、自分の家の状況が落ち着いたので誰かを手伝いたいと思う方もいると思います。その際はぜひ、『みたか災害ボランティアセンター』にご相談ください！（三鷹社協／あたぎ）

三鷹市社会福祉協議会 あたぎ 安宅 美佳

☎: 0422-76-1271 FAX: 0422-76-1273

三鷹市大沢地域包括支援センター 和田 麻美子

☎: 0422-33-2287 FAX: 0422-33-2220

三鷹市大沢地域情報誌

Vol.14

発行日:2022年7月

豪雨災害特集



近年、豪雨災害が多発し、7月以降は危険な大雨が発生しやすい時季です。特に大沢地区には野川と国分寺崖線があり、浸水や土砂災害のリスクがあります。「自分は大災害にあう事はない」と考えている人もいるかもしれません。**災害は忘れた頃にやってきます。**「備えておけばよかった…」と後悔しないよう、平時の備えが必要です。

被災経験者に聞いた内閣府「一日前プロジェクト」より （豪雨）災害の一日前に戻れるとしたらあなたはどのような行動をしますか？



令和元年10月12日、台風19号により野川が氾濫危険水位を超えました。大きな被害は免れましたが、過去には幾度も水害が発生した歴史があります。対策の一つとして令和3年に野川大沢調節池の拡張工事が完了しましたが、ここ数年は「ゲリラ豪雨」「線状降水帯」等の集中豪雨が多発していますので、それだけでは安心とは言えません。**災害は、自助（自分で守る）、共助（みんなで守る）も必要です。みなさん、次のページを参考に備えましょう。**



ゲリラ豪雨



土砂崩れ



2018年倉敷市豪雨災害（NHKより）

平時・事前に備える

警戒レベルを知ろう

警戒レベル	避難情報等
5	緊急安全確保
警戒レベル4までに必ず避難！	
4	避難指示
3	高齢者等避難※
2	大雨・洪水・高潮注意報（気象庁）
1	早期注意情報（気象庁）

※…警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル4「避難指示」で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障がいのある方は、警戒レベル3「高齢者等避難」で危険な場所から避難しましょう。



大沢地区の豪雨災害 避難所を知ろう

大沢では2カ所、①大沢台小学校と②第七中学校が水害時の避難所です！

避難所の開設については、市からの避難情報や開設状況をご確認ください。

※災害時の状況によっては、他の場所でも開設される場合があります。

避難先は避難所以外にもある事を知ろう

豪雨や台風の際は事前に天気予報等で確認ができるので、警戒レベルが上がる前に事前に避難することも必要です。安全な友人宅や家族、親せきの家などへの避難も選択肢の1つです。そのためには平時から連絡を取り合い、話し合っておくことが大切です。

大沢コミュニティ・センターは浸水の危険があるため水害時の避難所ではありません！



分散避難

あらかじめ避難所以外の安全な場所（親戚・知人宅など）へ避難する。

「分散避難」する場合は早めに連絡を取り、避難しましょう。

早めの水平避難・緊急時は垂直避難



×「避難する」＝「避難所へ行くこと」

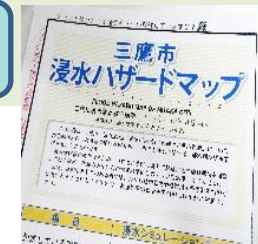
○「避難する」＝「安全を確保する行動」

在宅避難（垂直避難）

自宅で身の安全が確保でき、引き続き住める場合には、自宅で避難生活を送ることもできます。その場合は崖側から離れた部屋に避難しましょう。

三鷹市浸水ハザードマップを調べる

コミセン、市政窓口、防災課で配布しています



◆ 自宅や近所にはどんな危険があるか？

大沢地区には大雨の状況によっては、水没する可能性がある箇所、土砂災害の危険がある箇所があります。ハザードマップで自宅がどのようにマークされているか必ず調べましょう。マークされていない所であっても、大雨の状況によっては災害が発生することもあります。

◆ 避難ルートも大切

避難する際は、「橋を使わない」「崖の近くを通らない」など危険な場所を避けるようにします。避難所へ行くまで普段よりも時間がかかるかもしれません。どのくらい早めに避難が必要か、どの道を通ってどこに避難所に行くのか、事前に確認しておきましょう。

「都建設局浸水リスク検索サービス」（右QRコード）

ハザードマップよりさらに詳細な浸水深の情報が、10m四方で数値化されています。ハザードマップと一緒に事前に確認しておきましょう。



大雨当日、何をするか？



避難指示は出ているか？（防災行政無線）

令和3年から防災無線屋外スピーカーが聞こえやすくなりました。（設置場所は大沢で3カ所、場所はハザードマップで確認できます）避難指示等の発令は、防災無線以外でも以下の方法で確認できます。

◆ いつでも電話で聞ける「防災行政無線 自動電話応答サービス」

☎0120-119-921

◆ 事前登録で避難情報等をFAX・固定電話に自動配信される「災害時緊急情報配信サービス」

携帯電話を持っていない方で、75歳以上の方や障がいのある方等が対象。事前登録制なので災害が起きる前に市防災課や大沢地域包括支援センター等でお申込みください。

◆ インターネットで防災無線の内容や避難情報等を配信

- ・「三鷹市安心安全メール」登録すると防災以外に防犯・環境の情報も入手できます。
- ・「三鷹市公式Twitter」ツイッターは未登録でも見ることができます。
- ・「三鷹市ホームページ」発令時には、トップページで分かりやすく表示します。



野川の現状を知りたい

川を見に行くのは危険なので絶対にやめてください！

野川の様子を確認できる「三鷹市 河川防災情報」があります。野川に設置された2カ所のライブカメラで、10分ごとの状況が配信されています。

（ライブカメラの設置場所はハザードマップで確認できます）



裏面へつづく