



「頭の真横にタンスが倒れました。
あと数センチずれていたら…!」

「家族の無事が確認できたのは3日後。
停電でテレビも見えず、スマホもバッテ
リー切れでお手あげでした」



「気がついたらあっという間に水が。
逃げたくても逃げられませんでした」

「地震翌日の夕方、やっと1本の水が
配給され、はじめて口にできました」



「避難指示が出たとは気づかず、
逃げるタイミングを逃しました」

「とにかくトイレに困りました」



「いつも使い慣れていた道が
実は危険でした」

「ペットがいたし、余震が怖くて、
車中泊をしていました」



「一気に火が燃え広がり、
一面が焼け野原になりました」

避難生活は、
「地域力に勝るものはなし!」



災害から

いのちと

くらしを守る

10

のポイント



みんなで協力し合って、 災害への備えを進めませんか？

安城市は、南海トラフ地震の理論上最大想定モデル[※]の場合、市内全域で震度6強(一部地域は震度7)の揺れが起きると想定されています。また、市内の1、2級河川の周辺では浸水深の予測が5mを超える地域もあります。災害からいのちとくらしを守るために、自分のまちの危険を知り、家族や地域、学校、職場など、みんなで協力し合って備えていきましょう。

※理論上最大想定モデル：南海トラフで発生する恐れのある地震・津波のうち、あらゆる可能性を考慮した最大クラスのモデル

安城市役所「望遠郷」



道路の通行止め情報や避難所開設のお知らせなどを緊急災害情報のページに掲載します。

安城市公式 X

アカウント名：Anjo_City



災害時の避難情報などを配信します。

安城市LINE

アカウント名：安城市ID：@anjo_city



災害時に「LINE」を活用した情報発信をします。

お役立ちサイト



安城防災ナビ

Lifevision



安城市の防災情報をプッシュ通知で配信します。

Yahoo!防災速報



自治体が発表する防災情報を、関係する地域の方に直接配信します。

1



「頭の真横にタンスが倒れました。
あと数センチずれていたら…！」

地震への備えは、 家屋の耐震化・家具等転倒防止が必須です

阪神・淡路大震災(1995)の死因のほとんどは、家屋の倒壊や家具等の転倒による圧迫死でした。また、熊本地震(2016)では、ケガをした人の3～4割が、家具類の転倒・落下・移動によるものでした。地震の発生に備えて、市の補助制度を活用しましょう。

木造住宅の 無料耐震診断



昭和56年5月以前に着工した木造住宅の耐震性を、安城市派遣の建築士が調査・判定します。

木造住宅の耐震 改修費補助制度



無料耐震診断を受けて耐震改修工事を行う方に、工事費を最大120万円補助します。

家具転倒防止 器具取付事業



ひとり暮らし高齢者などを対象に家具を固定する器具の取り付けを無料で行います。



過去の事例・とりくみ

榎前町自主防災会

シルバー人材センターと連携した「家具固定」を実施しています。

安城防災ネット

町内会の防災啓発に簡易家具を持ち込んだり、映像で家具転倒の恐ろしさや家具固定の方法を紹介し、普及につなげています。

二本木連合町内会

パワードライバーや、下地センサーの貸し出しをしています。

10



避難生活は、
「地域力に勝るものはなし！」

助け合い・支え合いの基本は「地域」

避難所への避難、在宅避難、車中泊避難などの様々な避難生活において、一番重要なことは「災害関連死[※]」を防ぐこと。災害関連死を防ぐためにも、地域の「協力」が不可欠です。

※災害関連死：災害による負傷の悪化や避難生活等での身体的負担による疾病等により亡くなること

いろんな人にやさしい場所をみんなで作っていきましょう



過去の事例・とりくみ

安城市社会福祉協議会

地域の自主防災組織を対象に、東日本大震災の避難所運営経験者の講演会を開催したり、避難所開設・運営訓練を実施しています。

9



「ペットがいたし、余震が怖くて、
車中泊をしていました」

「エコノミークラス症候群」に注意しましょう

狭い車内で食事や水分を十分にとらずに長時間座っていると、
血行不良によって血栓ができ、肺塞栓症などを引き起すリスクが
あります。「足を伸ばして寝る」「水分を十分にとる」など、留意事項
を正しく理解しましょう。

あいち・なごや強靱化共創センター
名古屋大学減災連携研究センター 自治体研究会

災害時 車中泊避難 GUIDE



過去の車中泊避難に関する各種データや、車中泊避難を
する際に気を付けるべきことがまとめられています。



【足のストレッチ】 ※1回20分1日3回



過去の事例・とりくみ



熊本地震では、避難所に行かず自宅の駐車場などで
車中泊避難を選択する被災者が多くいました。
この状況を踏まえ、車中泊避難を避難の選択肢のひ
とつとして捉え、地域の空きスペースを車中泊避難
に活用したり、家族キャンプで車中泊を体験するな
どの取り組みが行われています。

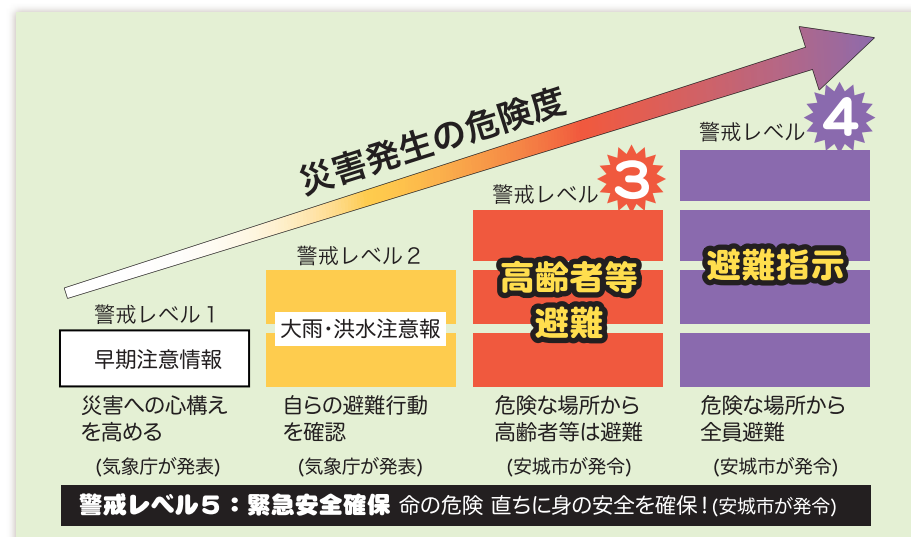
2



「気がついたらあっという間に水が。
逃げたくても逃げられませんでした」

風水害への備えは、 安全な場所へ早めの避難が基本です

昨今の被災地では、逃げ遅れたり、避難途中の犠牲者が後を絶ち
ません。市から「警戒レベル3 (高齢者等避難)・警戒レベル4 (避難
指示)」が出されたら、迷わず避難しましょう。



ハザードマップで地域
の浸水予測を確認して
おきましょう



指定避難所以外に親戚・
友人宅など、複数の避難先
を決めておきましょう



「在宅避難」という
選択肢もあります

・浸水しない
・備蓄がある



3



「避難指示が出たとは気づかず、
逃げるタイミングを逃しました」

災害情報は自ら入手しましょう

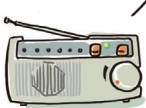
近年は、複数の情報源から災害情報を入手することができます。
正確な情報を積極的に取りに行き、避難判断の参考にしましょう。

防災ラジオ



市が販売する「防災ラジオ」。
災害情報など市からの緊急放
送を受信すると自動的に音声
が入ります。

自動でON



避難を
開始して
ください

洪水キキクル (危険度分布)



気象庁が提供する洪水キキ
クル。大雨の時に今いる場
所の洪水害の危険度をリア
ルタイムで入手できます。



できるだけ地域で声をかけ
あって避難しましょう。



気象庁 HP より作成

リアルタイムで
河川の危険度が
把握できます

安城市 河川水位観測 システム



市内に設置された観測局の
雨量、河川水位、道路冠水
情報が確認できます。

国土交通省 川の防災情報



矢作川の水位情報や河川カ
メラ、洪水予報に関する情報
などが確認できます。

愛知県 川の防災情報



県内の雨量や、県管理河川
の水位情報、河川カメラな
どが確認できます。

8



「とにかくトイレに困りました」

トイレの問題は深刻。携帯トイレの用意 など、事前に対策を考えておきましょう

災害時であっても排泄を我慢することはできません。トイレの回
数を減らそうと水分を控えたことで脱水状態となり、血栓ができた
事例も報告されています。トイレ対策は、避難者の健康・衛生にか
かせません。

国土交通省 水管理・国土保全局 下水道部 災害時のトイレ、どうする？



災害時のトイレにまつわるトラブルを例に、
携帯トイレやマンホールトイレの扱いがわか
りやすく解説されています。

日本トイレ研究所 災害時のトイレ対策



災害時のトイレに関する情報が満載。
用途別の様々なトイレ商品の紹介や災
害トイレクイズで、楽しく学ぶことも
できます。

過去の事例・とりくみ

NPO法人 コミュニティサポーターほっぷ

「災害時のトイレ、どうす
る？」と題して、地域での啓
発活動を実施しています。



阪神・淡路大震災、新潟県中越
地震など、過去の被災地では、
下水道が使用できたので、みん
なで協力して学校のプールの水
をトイレまで運び、きれいに使
用できました。

7



「地震翌日の夕方、やっと1本の水が
配給され、はじめて口にできました」

非常持ち出し袋や備蓄品を準備しておきましょう

市からの支援は時間を要します。3～7日分を目安に、メガネ
や持病の薬など、自分にしか用意できないものも備えておきま
しょう。

災害の「備え」チェックリスト



子どもや高齢者、女性に必要な備えなども
加わったチェックリストです。

あると便利！
大きな布



普段使い慣れているものや、ホッと
する、安心するも
のをプラス

オススメ！
プラス
乾物 +

食物繊維やミネラル
などをプラス。
便秘解消にも！

わかめ、しいたけ、
ごぼう、にんじん…



かんてん



あると便利！
カセット
コンロ

温かい食べ物は安心にも
つながります

アレルギー対策も重要！



使った食材や
調味料を表示

過去の事例・とりくみ

安城市消費生活学校

女性目線の防災を重視し、
備蓄品のレシピを作成して
います。

(株)デンソー安城製作所

食堂の食材を活用した
炊き出し訓練を実施し
ています。

4



「いつも使い慣れていた道が
実は危険でした」

危険箇所を確認し、安全なルートを考えておきましょう

普段は使い慣れた道路が災害時には通行できない場合がありま
す。近所の危険箇所(水路・崖・側溝・ブロック塀など)を、あらか
じめ確認しておきましょう。

安城市水害 ハザードマップ



想定最大規模(1,000年に1
度程度)の大雨で河川が増水
や決壊した場合の浸水想定区
域を表示しています。

安城市地震 ハザードマップ



南海トラフで発生する理論上
最大想定モデルの地震が発生
した際の被害予測結果を示し
ています。

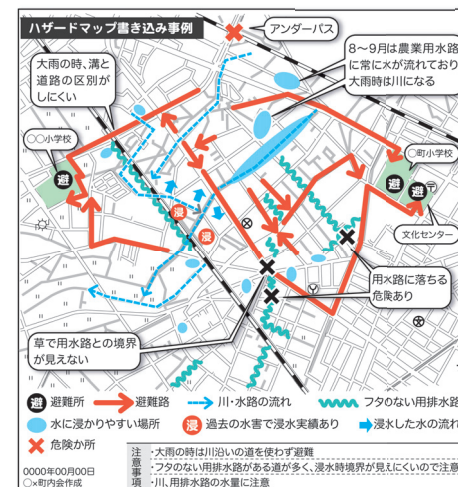
ハザードマップに
載っていない小さな
水路などもチェック！



過去の事例・とりくみ

安城市「手づくりハザードマップ事業」

住民自身が「まち歩き」を行い、危
険箇所や一時避難できそうな高い建
物などを確認し、早期避難の際のヒ
ントを地図に落とし込む取り組みを
行なっています。



5



「一気に火が燃え広がり、
一面が焼け野原になりました」

火は初期消火で延焼を食い止めましょう

出火から3分以内が消火できる限度とされています。小さな火事でもひとりで消そうとせず、「火事だ!」と大声で周辺に協力を求めましょう。また、電気による通電火災を避けるため避難時はブレーカーを切りましょう。

感震ブレーカー設置 補助金制度



地震発生時、自動で通電を遮断し火災を防ぐ感震ブレーカーを設置する補助金制度です。

住宅用火災警報器 取付事業



台所や寝室などに設置し、火災からの逃げ遅れを防止します。

天井に燃え移ったら即避難!
煙を吸わないよう、
体を低くしましょう



過去の事例・とりくみ



阪神・淡路大震災など、過去の被災地では、周辺の住民が消火器を持ち寄って火を消し止めました。

6



「家族の無事が確認できたのは3日後。
停電でテレビも見れず、スマホもバッテリー切れでお手上げでした」

スマホに頼り切った生活を見直しましょう

災害時はスマホが使えなくなる場合があります。家族との連絡方法や緊急時の集合場所を事前に決めておきましょう。

また、予備のバッテリーや携帯ラジオを準備しておきましょう。

NTT西日本

災害用伝言ダイヤル(171)



安否を確認したい人の電話番号を入力して、安否情報などの録音・再生が無料でできます。

中部電力パワーグリッド

停電情報お知らせサービス



停電発生時に停電地区がマップで表示されたり、プッシュ通知で情報が届けられたりします。

つながったとしても…

命に関わる通信を優先するため、通信に規制がかかることがあります。



171は
練習して
おこう!

30秒はあっという間。

「誰が・どこで・どうしているか」を簡潔に



タカシとケイコ無事!
○×避難所にいます!

※毎月1日、15日ほか決められた日に体験利用ができます

過去の事例・とりくみ



熊本地震や房総半島台風など、過去の被災地では、非常用電源や電気自動車から電気を分けてもらった事例もありました。