

ポイント  
3

## 被災後の生活で困ることは？

## 想像以上に過酷な被災後の生活

まず困ることは、飲み水とトイレの水がないことです。次に、火や水を使わない食料が手に入らない、電気やガスが使えない、電話が使えないなど、すぐに不自由な生活を余儀なくされます。また、水害の後はすぐに後片付けが始まります。そのとき、泥だらけの被災地を歩く長靴がない、断水で泥を洗い流すことができないなど、過去の水害では清掃関係での困りごとが多く見受けられます。

ポイント  
4

## 被害を少しでも小さくするためには？

## 水害を最小限にするために備えること

- 家屋の老朽箇所の修理や雨どいの清掃をしていますか？
  - 側溝・排水溝を清掃していますか？
  - 土のうなどを準備していますか？
  - 台風などで強風が発生した場合、ベランダなどに置いていた植木鉢などの危険物を、屋内にしまっていますか？
- \*実際に豪雨に見舞われた際は、戸締りや雨戸・窓閉めを徹底することや、貴重品や衣料品などを上層階に移動することも、被害を小さくすることにつながります。

対策ができるのか、チェックをしてみましょう！



## 被災後の生活のために準備しておくこと

- 食品や日用品を多めにストックしていますか？\*1
- 避難生活に備え、必要最低限のものをリュックなどにまとめていますか？
- 避難路や避難場所を知っていますか？
- ハザードマップなどで、住んでいる地域の災害リスクを確認していますか？\*2
- 近隣住民同士で協力できる体制はできていますか？

\*1 賞味期限などの心配をなくすために、日常の中で消費しながら貰い足すといった「ローリングストック法」と呼ばれる備蓄方法があります。

\*2 ハザードマップは、自治体のホームページから入手することができます。

発行

一般社団法人  
**日本損害保険協会**  
北陸支部

〒920-0919 金沢市南町5-16  
金沢共栄火災ビル4F  
TEL.076-221-1149  
<https://www.sonpo.or.jp>

監修

一般社団法人  
**減災・復興支援機構**

[日本損害保険協会 北陸支部 富山損保会]  
あいおいニッセイ同和損保・AIG 損保・共栄火災・セコム損保・  
損保ジャパン・東京海上日動・日新火災・三井住友海上



そんぽ防災Web  
<https://sonpo-bosai.jp/>  
「そんぽ防災Web」では、防災に役立つさまざまな情報を提供しています。ぜひご活用ください。



リサイクル適性  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

VEGETABLE  
OIL INK

# 生活を守る！防災・減災情報 豪雨災害

**SONPO.**



近年、私たちは過去に経験したことのない豪雨に見舞われるようになりました。その結果、平野部では浸水被害が、山間地では土砂災害が毎年のように発生しています。また、近年は過去に豪雨による被害がなかった地域での被害が目立ちます。被災した時に困らないようにするために、普段からしっかりと備えることが大事です。

ポイント  
1

## どんな被害が発生するのか？

## 河川の氾濫・土砂災害による甚大な被害

台風等の影響により豪雨が発生すると、河川の氾濫やがけ崩れ・地すべり・土石流などの土砂災害が起こることがあり、最悪の場合、家屋が流出あるいは土砂に埋没し、死傷者が出ることもあります。



## 浸水により奪われる日常生活

家屋が浸水した場合、畳・家具類・冷蔵庫やテレビなどの電気製品・衣類・寝具類等が使用できなくなります。水に浸かっていない壁も、裏側の建材が水を吸ってカビが発生する可能性があります。また、床の下には大量の泥が積もり、悪臭がいつまでも残ることもあります。

ポイント  
2

## 身を守るために



河川の氾濫や土砂災害は、突然、発生します。天候が荒れる前に、避難をしましょう。



地下や半地下は水没し、命にかかる危険性もあります。大雨に関する情報を入手したら、速やかに地上へ避難をしましょう。

## まずは情報に注意すること

最も大事なことは、降雨状況や河川の水位上昇の見通しを確認し、危険性を把握することです。マスコミの情報だけでなく、インターネットなどを活用して情報を収集しましょう。自治体から「避難準備・高齢者等準備開始」など、避難に関する情報が出たらすぐに避難を開始しましょう。

## 身の危険を感じたら行動すること

自治体からの指示を待つことなく避難することが大切です。水の抵抗で歩きにくくなるので、水位が膝下より上になる前に避難をしましょう。仮に、屋外への避難が危険だと思った場合は、無理に外に出ることなく、2階以上の階層に避難します。

豪雨の中、田畠を見に行った人が犠牲になったケースも見受けられます。危険行為は絶対にやめましょう。

一般社団法人 **日本損害保険協会 北陸支部**

# 洪水ハザードマップを知ろう



大規模な河川のはん濫の危険がせまったとき、みなさんに安全に避難していただくため、河川のはん濫により浸水が想定される区域(洪水浸水想定区域)に加えて、避難情報や防災情報を表示しています。

## ハザードマップが教えてくれること

市役所や町村役場から各家庭に「ハザードマップ」が配られていると思います。でも、



とひと目見た後、ゴミ箱行きになってしまふかもしれませんか？

## ハザードマップって？

ある自然災害に対して、危険な箇所や地区を地図上に示したもの。過去の災害をふまえて、どのような地形・地質・土地条件のところが危ないのかを判定して危険度を示した地図や、防災上の施設、避難場所などを示した地図があります。

お住まいの自治体でハザードマップが作成・公表されているかどうかは、国土交通省のハザードマップポータルサイト(<https://disaportal.gsi.go.jp/>)で調べるか、市町村役場に問い合わせてみましょう。

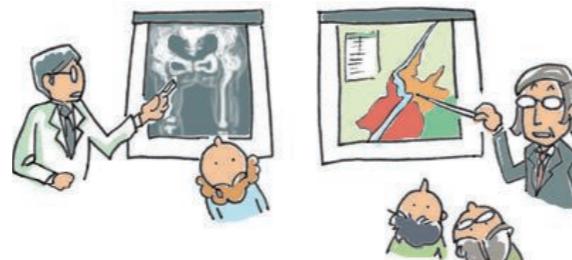
## 様々なハザードマップ

ハザードマップは、洪水ハザードマップ、内水氾濫ハザードマップ、海溝型地震ハザードマップ、活断層型地震ハザードマップ、搖れやすさマップ、液状化危険度マップ、土砂災害危険度マップなど、災害の種類や被害の内容によりたくさんの種類が発行されています。

地図には、被害のひどさ、浸水の深さや搖れやすさなどが表され、身を守るために一時避難場所や、被災した後に一時的に避難する避難所などがわかるようになっています。

## ハザードマップを活用していますか？

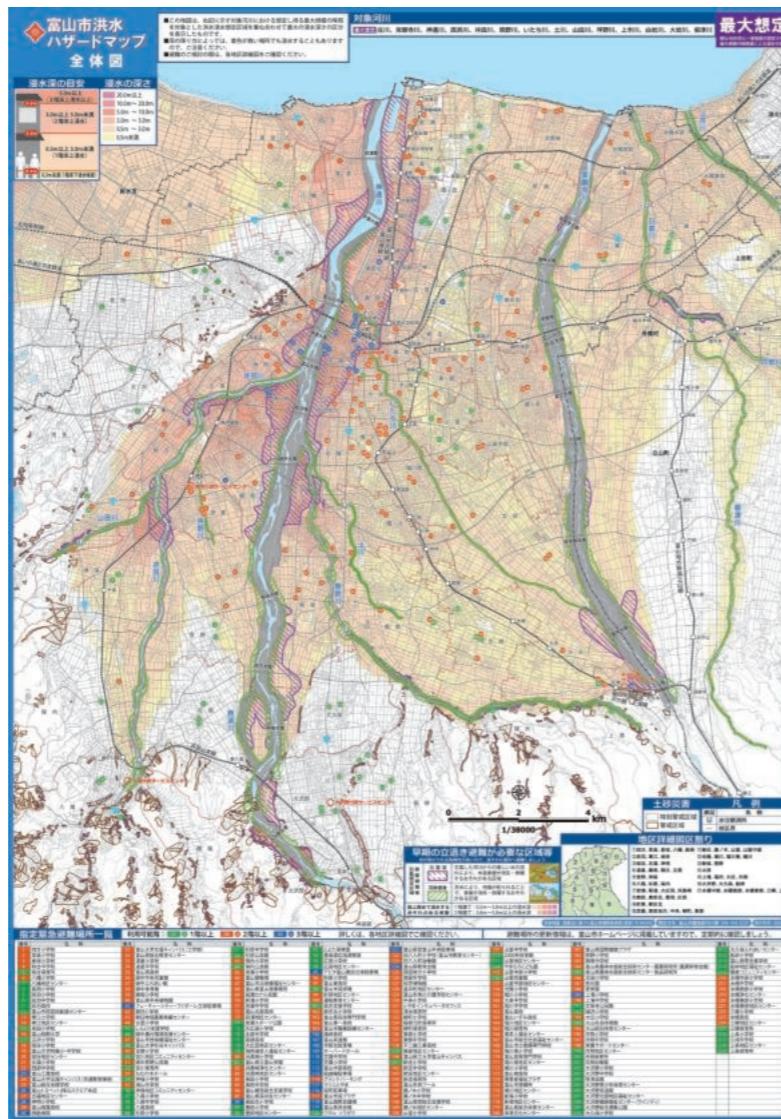
ハザードマップはいわばあなたのまちの「レントゲン写真」。一見よく分からぬ自然災害という恐ろしい病気を、最新の技術を使って診断し、悪いところや弱いところを教えてくれます。



ぜひ、大切な情報がつまつたハザードマップのしくみを理解して、安全・安心な生活に役立てましょう。それは、健康診断の結果をよく読んで、健康で元気な生活を送ることにも似ています。

## 富山市洪水ハザードマップ全体図

富山市のホームページから確認・ダウンロードできます。



# 備えましょう

## 非常持ち出し品

出典：富山市「洪水から命をまもるために～富山市洪水ハザードマップ～」2020年版

すばやく安全に避難するために、家族構成や体質、持病などを考慮してすぐに持ち出すべき必要最小限の備えを用意してリュックサックなどに詰め、玄関の近くなど持ち出しやすい場所に保管しておきましょう。



## 備蓄品

出典：富山市「洪水から命をまもるために～富山市洪水ハザードマップ～」2020年版

災害のあとの数日間は、物流が止まって普段のような買い物ができないおそれがあります。自宅に留まることになる場合にも備えて、最低3日間程度はしのげるよう、浸水の影響を受けにくい場所でしっかりと備蓄しておくと安心です。

分類	項目	✓	分類	項目	✓	分類	項目	✓
備蓄品	食料品		生活用品	トイレ用品 (トイレットペーパー、簡易トイレ等)				
	レトルト食品 (ごはん・おかゆ等)			汚物保管用の容器				
	インスタントラーメン			給水用ポリタンク				
	カップのみぞ汁			水不要のシャンプー				
	乾パン			寝袋				
	缶づめ			ティッシュペーパー				
	栄養補助食品			ウェットティッシュ				
	菓子類(飴など)			ビニール袋				
	飲料水			缶切り				
				紙皿・紙コップ				
				カセットコンロ				
				包装用ラップ				
				ランタン				

上記はあくまで一例です。各家庭の事情に合わせ、必要なものをリストアップしておきましょう。

## 保険のチェック も忘れない！

ご契約されている住まいの保険(火災保険)は水災が補償される内容となっているか？十分に確認しておきましょう！

(注) 補償内容は、保険会社または保険商品によって異なります。  
詳しくは、お近くの損害保険代理店または損害保険会社までお問い合わせください。



## 緊急時の連絡先

家族、避難の時に声掛けする近所の方、避難先となる親戚や知人、勤め先、損害保険代理店など、いざという時の連絡先を考え、メモしておきましょう。

関係性	氏名	住所	電話番号	関係性	氏名	住所	電話番号