

令和7年度 松阪市介護保険サービス事業者等集団指導
松阪市 防災対策課

洪水・土砂災害に備えて

(居宅介護支援事業所編)

* この動画は、「VOICEVOX：玄野武宏」
を使用して作成しています。

防災気象情報の確認

< 気象警報・注意報の種類 >



ウェザーニュースHPより引用

避難情報と警戒レベル

警戒レベル	新たな避難情報等		これまでの避難情報等
5	 災害発生 又は切迫	きんぎゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保※1	これまでの避難情報等 災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
〜〜＜警戒レベル4までに必ず避難！＞〜〜			
4	 災害の おそれ高い	ひなんしじ 避難指示※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	 災害の おそれあり	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	 今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人に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。

避難情報と警戒レベル

防災体制＞避難開始のタイミングの考え方

- 避難開始は、原則として市町から警戒レベル3高齢者等避難が発令された時です。ただし、利用者全員の避難完了までに多くの時間を要する場合は、この発令を待つことなく早めに避難を開始することが必要です。
- 夜間の避難は危険を伴うことから、夜間に災害の発生が切迫するおそれがある場合には日没までの立退き避難を完了するようにしましょう。
- 通所型の施設の場合は、事前休業を選択することが、利用者の安全確保につながります。事前休業の実施基準を満たした場合は、躊躇することなく事前休業の実施を判断することが重要です。

警戒 レベル	1	2	3	4	5
避難 情報等	早期注意情報 (警報級の可能性)	大雨注意報 洪水注意報	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
施設の 行動	情報収集 	● 日没までの避難完了 ● 前日の休業判断 	避難開始 	避難完了 	

出典：国土交通省HP「要配慮者利用施設における避難確保に関するeラーニング教材」より加工して作成
<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/main/saigai/jouhou/jieisuibou/pdf/e-learning.pdf> 11

避難行動判定フロー



ハザードマップで施設の危険性を確認しましょう

1

施設が下記の区域に該当する

☐ はい ☐ いいえ

家屋倒壊等氾濫想定区域

土砂災害警戒区域
土砂災害特別警戒区域

津波による
浸水のおそれがある区域

はい

施設外の避難先に
立退き避難

■ 系列の施設や
同種・類似の施設



■ 市町村が指定する
指定(福祉)避難所、
指定緊急避難場所



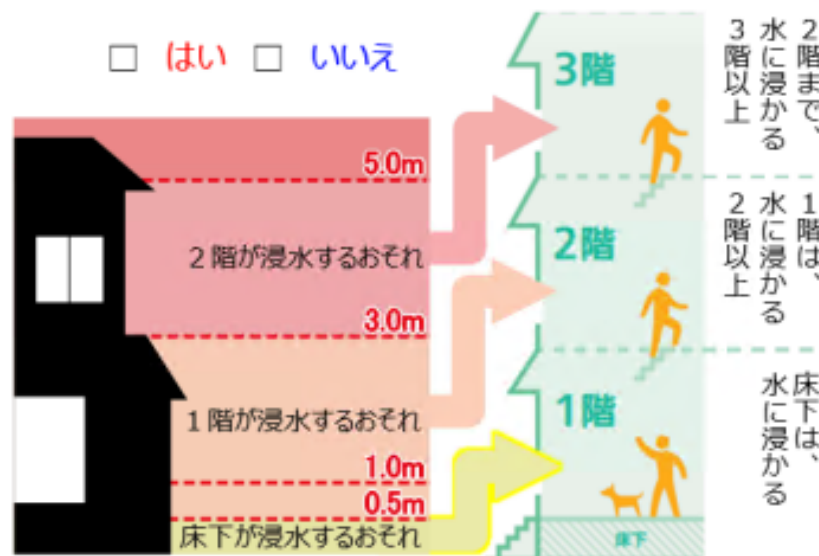
■ 近隣の安全な場所
■ 宿泊施設



2

施設の浸水深より高い所に避難スペースがある

☐ はい ☐ いいえ



いいえ (高い所にスペースがない)

3

浸水継続時間

避難スペースにて
電気や通信、
水道、トイレ等が
使用可能である

☐ はい
☐ いいえ

はい

施設内の高い所に
屋内安全確保



避難行動判定フロー

災害リスクの確認(洪水等で想定される浸水深)

- 市町が公表している洪水ハザードマップ等には、想定される浸水深が示されています。この情報は、国や県が公表している浸水想定区域でも確認できます。
- 浸水深が0.5～3.0m未満の場合は、1階の居室が浸水します。
- 浸水深が3.0～5.0m未満の場合は、2階の居室が浸水することになります。
- 浸水しない避難スペースがない場合には、屋内安全確保は選択できません。



出典)周南市洪水ハザードマップ



出典：国土交通省HP「要配慮者利用施設における避難確保に関するeラーニング教材」より加工して作成
<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/main/saigai/jouhou/jieisuibou/pdf/e-learning.pdf>

みえ防災・減災センター

「社会福祉施設等の避難確保計画作成支援資料」より

気象情報の確認

< 注意報・警報 >

気象庁HP ⇒ 「気象警報・注意報」(松阪市を選択)

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

< 雨量・水位の動向など、県内の災害に関する情報 >

防災みえ.jp ⇒ 「緊急時お役立ち情報」

<http://www.bosaimie.jp/>

< 土砂災害に関する情報 >

気象庁HP ⇒ 「土砂キキクル(危険度分布)」

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

三重県土砂災害情報提供システム ⇒ 「土砂災害危険度情報」

<https://www.sabo.pref.mie.jp/>

防災気象情報の確認

[English](#) [Other Languages](#)

文字サイズ変更 標準 大

[気象庁 防災情報](#) [気象庁](#) [気象庁 知照・解説](#) [気象庁 YouTube](#)

Google 提供 検索

[ホーム](#) [防災情報](#) [各種データ・資料](#) [地域の情報](#) [知識・解説](#) [各種申請・ご案内](#)

気象庁ホーム > 防災情報

防災情報

気象防災

- 気象警報・注意報
- 早期注意情報（警報級の可能性）
- 大雨危険度
- キキクル（危険度分布）
土砂 / 浸水 / 洪水
- 雨雲の動き（軽量版）
- 今後の雨（軽量版）
- 気象情報
- 台風情報
- 指定河川洪水予報
- 土砂災害警戒情報
- 竜巻注意情報
- 熱中症警戒アラート等（環境省サイト）
- 今後の雪

地震・津波

- 津波警報・予報
- 地震情報
- 推計震度分布図
- 長周期地震動に関する観測情報
- 南海トラフ地震関連情報
- 北海道・三陸沖後発地震注意情報
- 震央分布
- 地震解説資料

火山

- 噴火速報・警報・予報
- 降灰予報
- 火山ガス予報

海洋

- 海上警報・予報
- 海上分布予報
- 波浪実況・予想図
- 潮位観測情報
- 波浪観測情報

防災気象情報の確認

早期注意情報（警報級の可能性）

警報級の現象が5日先までに予想されているときには、その可能性を「早期注意情報（警報級の可能性）」として[高]、[中]の2段階で発表しています。警報級の現象は、ひとたび発生すると命に危険が及ぶなど社会的影響が大きいいため、可能性が高いことを表す[高]だけでなく、可能性が高くはないが一定程度認められることを表す[中]も発表しています。

大雨、高潮に関して[高]又は[中]が予想されている場合は、災害への心構えを高める必要があるとされる警戒レベル1です。最新の防災気象情報等に留意するなど、災害への心構えを高めてください。

防災気象情報の確認

5日先までの早期注意情報(警報級の可能性)

〇〇県南部の早期注意情報(警報級の可能性)

南部では、4日までの期間内に、暴風、波浪、高潮警報を発表する可能性が高い。
また、4日明け方までの期間内に、大雨警報を発表する可能性がある。

翌日まで

- ・天気予報と合わせて発表
- ・時間帯を区切って表示

2日先～5日先まで

- ・週間天気予報と合わせて発表
- ・日単位で表示

〇〇県南部	3日	4日				5日	6日	7日	8日
警報級の可能性	18-24	00-06	06-12	12-18	18-24				
大雨	[中]	—				—	—	[中]	—
暴風	—	[高]				—	[中]	[高]	—
波浪	—	[高]				—	[中]	[高]	—
高潮	—	[高]				—	[中]	[高]	—

[高]: 警報を発表中、又は、警報を発表するような現象発生の可能性が高い状況です。明日までの警報級の可能性が[高]とされているときは、危険度が高まる詳細な時間帯を本ページ上段の気象警報・注意報で確認してください。

[中]: [高]ほど可能性は高くありませんが、命に危険を及ぼすような警報級の現象となりうることを表しています。明日までの警報級の可能性が[中]とされているときは、深夜などの警報発表も想定して心構えを高めてください。

※警戒レベルとの関係

早期注意情報(警報級の可能性)*...【警戒レベル1】

* 大雨、高潮に関して、[高]又は[中]が予想されている場合。

翌日まで

前日の夕方の段階で、必ずしも可能性は高くないものの、夜間～翌日早朝までの間に警報級の大雨となる可能性もあることが分かる！

2日先～5日先まで

数日先の荒天について可能性を把握することが出来る！

避難情報の伝達手段

【避難情報の伝達手段】

- ・ 緊急速報メール(エリアメール)
- ・ 防災行政無線
- ・ 市ホームページ、SNS(Facebook、Twitter など)
- ・ Yahoo!などの情報系サイト
- ・ スマートフォンの防災アプリ
(Yahoo!防災速報 など)
- ・ テレビ(L字テロップ、データ放送)、ラジオなど

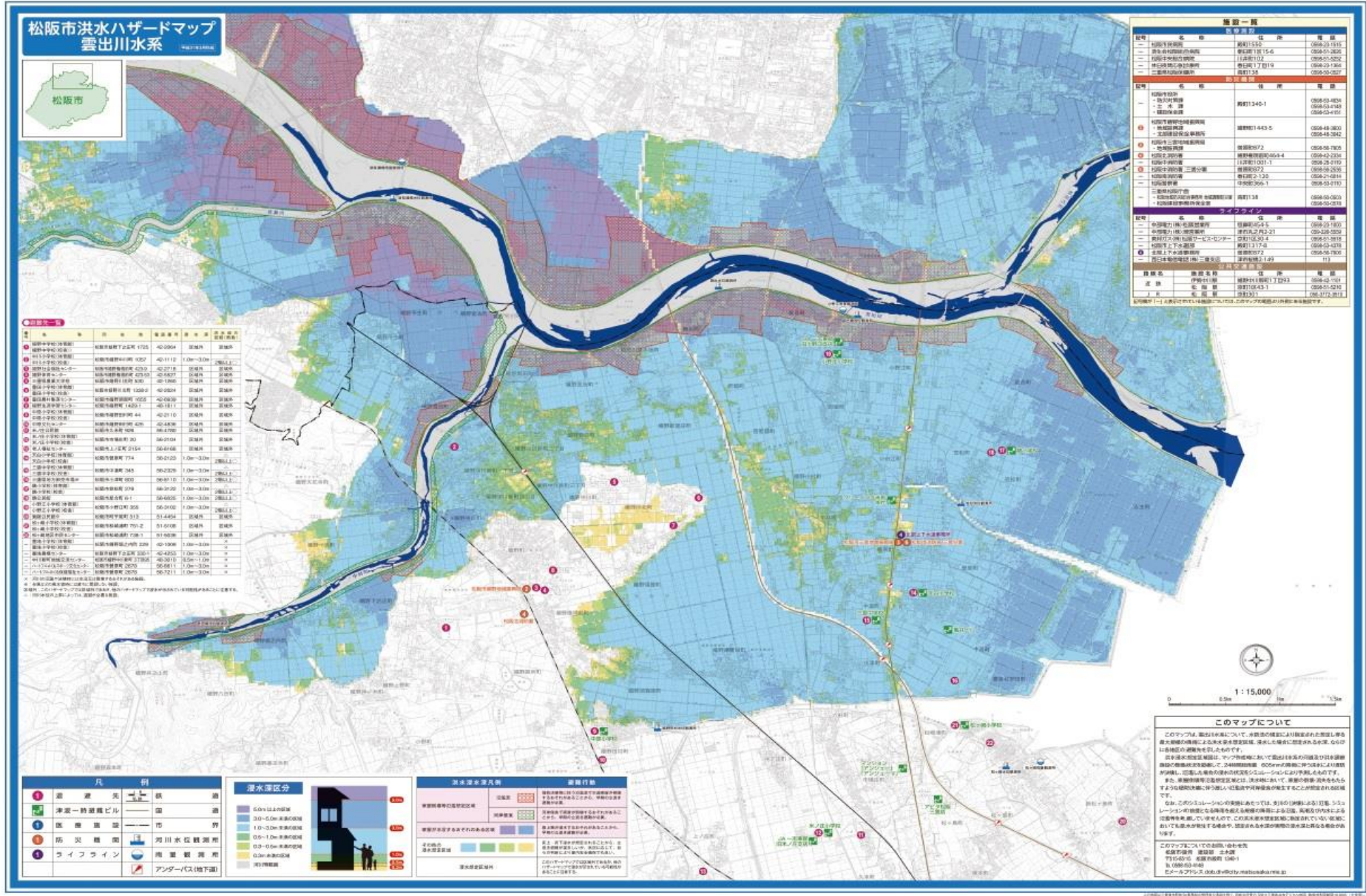
避難情報の伝達手段

参考・防災気象情報や避難情報の収集

- 防災気象情報や避難情報は、初動体制の確立や避難開始の判断等をするために必要なものです。
- 収集する情報の内容や入手方法、伝達する情報の内容と伝達先をあらかじめ決めて確認しておきましょう。

種 類	名 称	入手手段 と 伝達イメージ
台風等の情報	■週間天気予報、天気予報 ■台風情報 ■早期注意情報	□テレビのデータ放送 □ラジオ  災害級の大雨が予想されています。今後の情報に注意してください。 台風進路や大雨の予想情報を確認 情報伝達 台風の大雨により施設が浸水するかもしれません
雨の情報	■大雨注意報、洪水注意報 ■大雨警報、洪水警報 ■土砂災害警報情報 ■大雨特別警報 ■降水短時間雨量予測 ■キキクル(危険度分布)	□インターネット  川の水位がキケンです 大雨や川の水位の最新情報を確認 報告 連絡 避難をするので手伝ってください 統括指揮者 地域の避難支援者
河川の情報	■氾濫注意情報 ■氾濫警戒情報 ■氾濫危険情報	□防災情報メール □スマートフォンアプリ  避難情報が発令されました 避難情報が発令されました 共有 施設関係者全員 連絡 今から〇〇施設へ避難します。 統括指揮者 保護者
避難の情報	■警戒レベル3(高齢者等避難) ■警戒レベル4(避難指示) ■警戒レベル5(緊急安全確保)	

洪水ハザードマップの確認



洪水ハザードマップの確認

家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食・氾濫流)

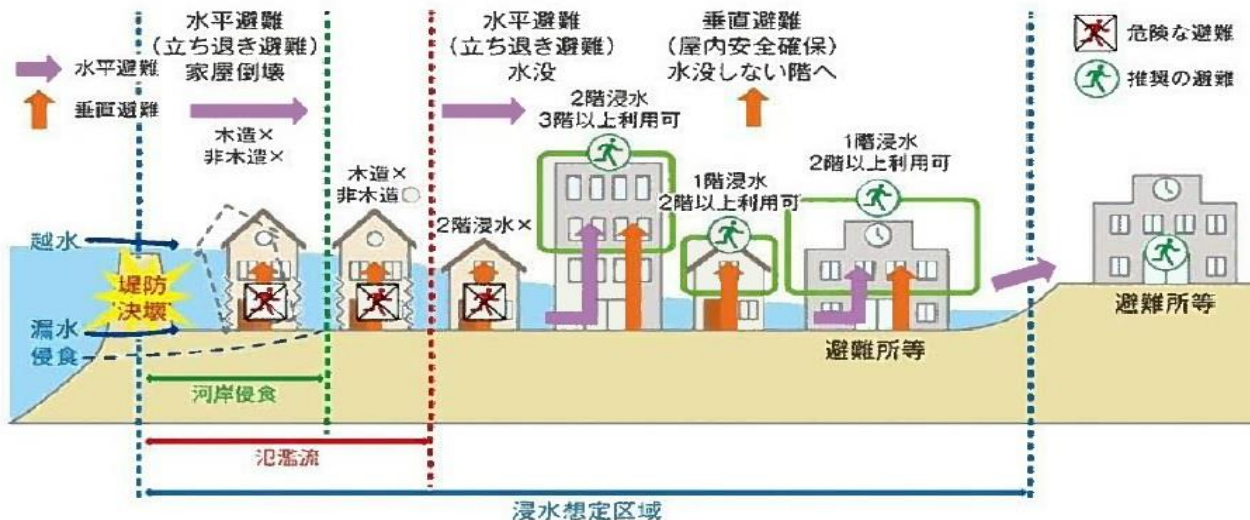
家屋倒壊等氾濫想定区域とは、堤防が決壊することで発生する激しい流れにより、家屋などが流されるおそれのあるエリアです。

● 河岸浸食

家屋の構造に関係なく、土台ごと流されるおそれのあるエリア

● 氾濫流

木造家屋が流されるおそれのあるエリア



平成28年8月台風第10号【北海道開発局提供】
(北海道上川郡・十勝川水系ペケレベツ川)



平成29年7月九州北部豪雨【九州地方整備局提供】
(福岡県朝倉市・筑後川水系桂川)

土砂災害への警戒

- ・ 気象情報を確認する。
土砂災害の発生は？

土砂災害 危険度情報

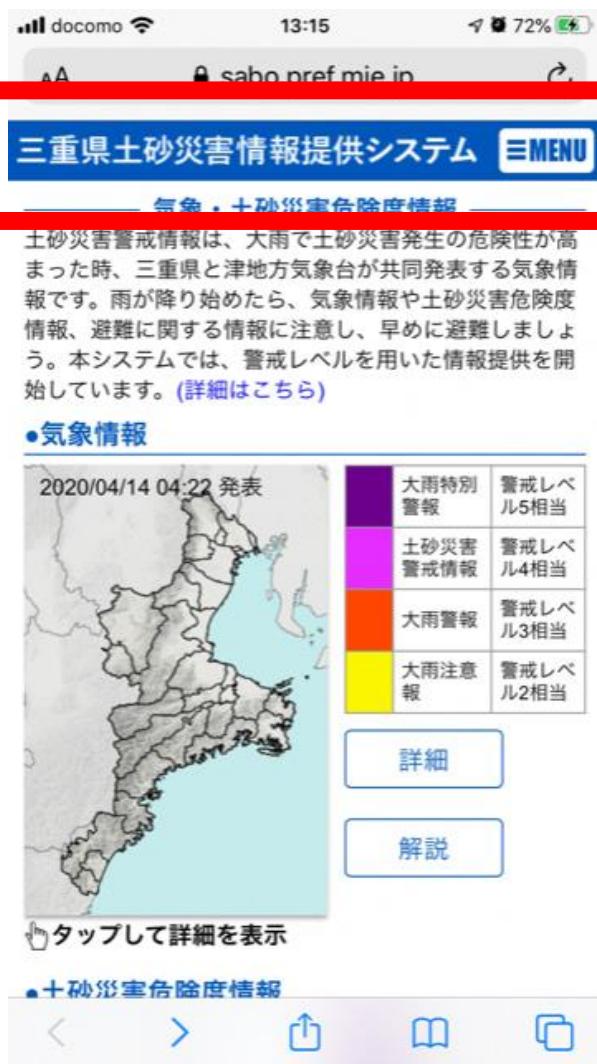


- ・ 三重県
- ・ 土砂災害
- ・ システム



土砂災害への警戒

スマートフォンからも閲覧可能



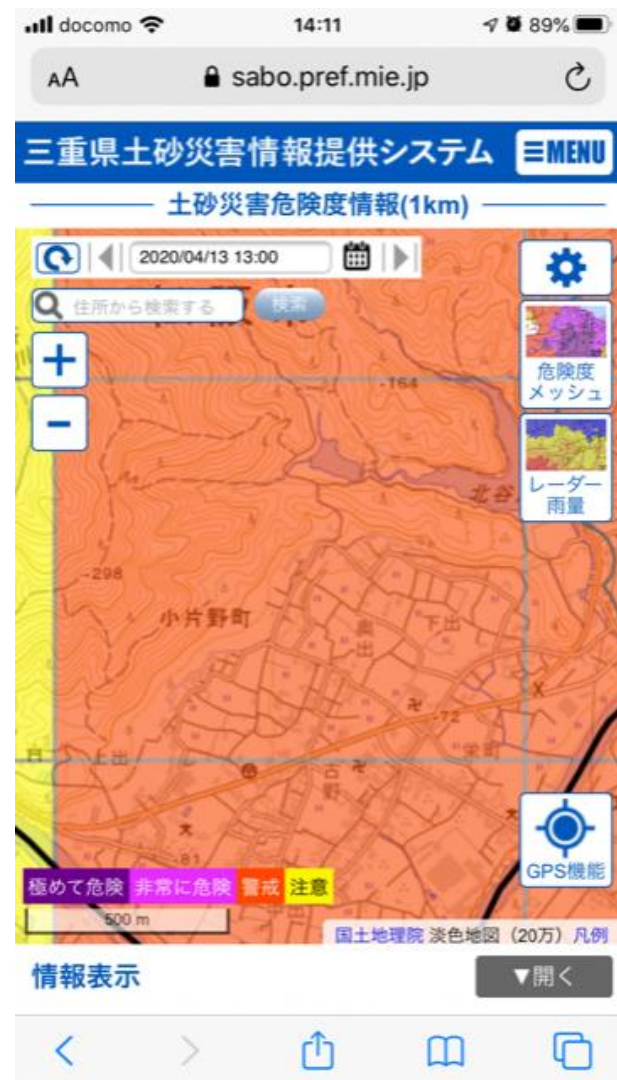
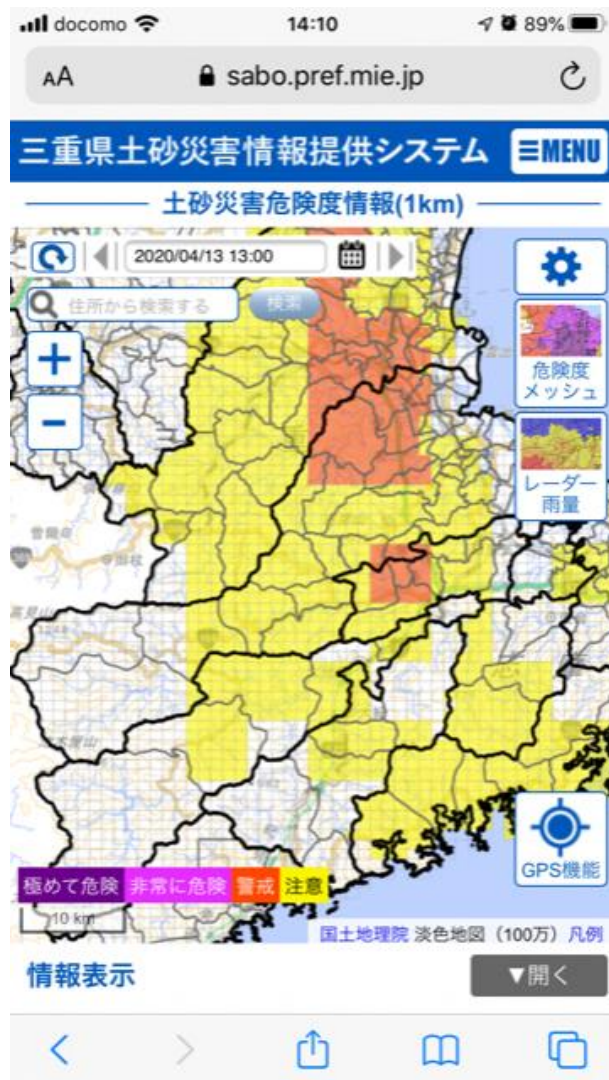
スクロール



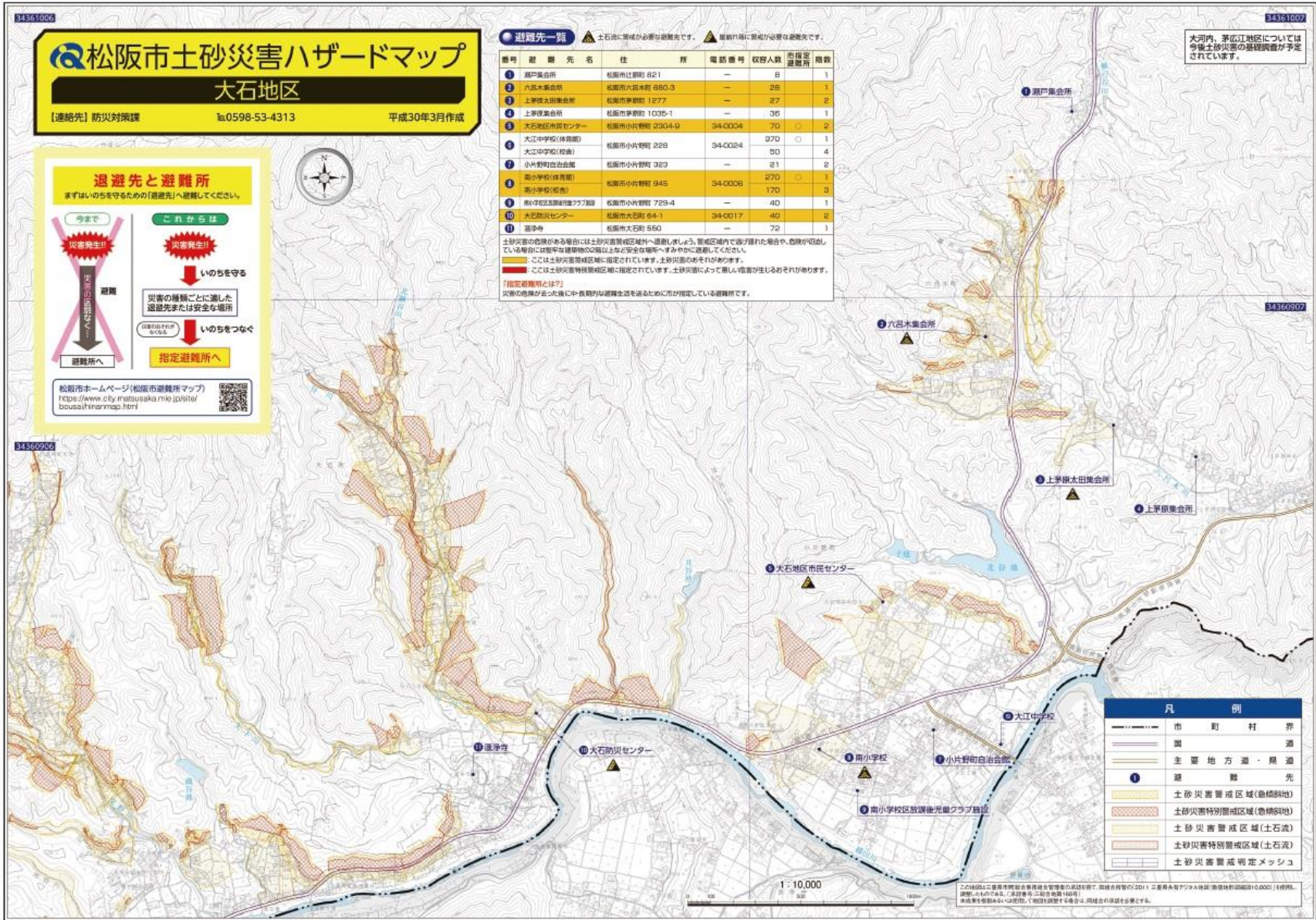
※メール配信サービスもあります。(地域指定が可能)

土砂災害への警戒

2020.4.13 大雨警報時



土砂災害ハザードマップの確認



気象情報のメール配信サービス

防災みえ.jp メール配信サービス

< 配信される情報 >

- ・ 気象情報
⇒ 気象警報・注意報、土砂災害警戒情報、
記録的短時間大雨情報
- ・ 地震情報、津波警報・注意報
- ・ 台風情報
- ・ 河川水位に関する情報 など

< 登録方法 >

a@bosaimie.jp に空メールを送信して登録。

※QRコードからもメール送信できます。



三重県公式防災アプリ

三重県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」

■「みえ防災ナビ」とは

県では、今後予想される、南海トラフ地震などの災害発生に備え、県民の皆さんや県内に旅行に来られる方の避難を支援するための各種防災情報を提供する三重県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」を運用しています。

発災時に、ご自身またご家族の命を守るため、多くの方にご活用いただきますようお願いいたします。

スマートフォン向け三重県公式防災アプリ

みえ**防災**ナビ

いざという時、

避難に必要な情報を届けます

地震・気象情報

避難場所等

ハザードマップ



情報の入手

防災行政無線テレホンサービス

 0598-25-6045

市が屋外に設置している防災行政無線が聞き取れなかった場合、放送した内容を電話で聞くことができます。

松阪市防災電話サービス（登録要）

携帯電話をお持ちでない方など、携帯電話・スマートフォンでの情報取得ができない方を対象に、自宅の固定電話に音声ガイドでお知らせする「松阪市防災電話サービス」を行っています。

退避先と避難所

【退避先(指定緊急避難場所)】

⇒ 災害による危険から身を守るために、一時的に避難する場所

(例) 公園や広場などの広い場所
津波緊急一時避難ビル

【避難所】

⇒ 一定期間、避難生活をする施設

(例) 小学校や中学校
地域の集会所・公会堂など

退避先と避難所

◆ 指定避難所・・・小中学校等の公共施設

- ⇒ 地域への支援拠点となる避難所
- ⇒ 公的備蓄の実施、支援物資の受け入れ拠点

◆ 地区避難所・・・地域の集会所など

- ⇒ 指定避難所を補完するために、地域が独自に開設・運営する避難所

◆ 福祉避難所・・・民間の福祉施設など

- ⇒ 一般避難所では生活が困難な高齢者・障がいのある方などを、スクリーニングをして移送

避難所開設の順番

【指定避難所】

◆ 第1次避難所

⇒ 災害が発生した場合、最初に開設
小学校、地区市民センターなど

◆ 第2次避難所

⇒ 第1次だけでは収容できない場合に開設
中学校、体育館機能等を持つ公共施設

◆ 第3次避難所

⇒ 第2次まででも収容できない場合に開設
高等学校など

緊急時の連絡先

松阪市災害対策本部

 0598-22-4700

※災害が発生していない平常時や、災害対策本部を設置しない軽微な災害の際に被害等が発生した場合、また気象警報の解除による災害対策本部の廃止後は防災対策課（ 0598-53-4313）へ。

個人型 タイムライン作成参考資料

災害に備え、準備をしましょう（風水害）

洪水ハザードマップを確認しましょう

- ・確認するハザードマップは？

_____ 川水系 _____ 川水系 _____ 川水系

- ・家は何階建てですか？ () 階建て

- ・家は木造ですか？ ☐ 木造 ☐ 木造以外

- ・あなたの自宅は家屋倒壊等はん蓋想定区域ですか？

☐ 河岸侵食 ☐ 氾濫流 ☐ 入っていない

- ・あなたの自宅周辺の浸水深は？

☐ 0.3m未満 ☐ 0.3m～0.5m ☐ 0.5～1.0m ☐ 1.0m～3.0m ☐ 3.0m～5.0m ☐ 5.0m以上

避難の準備をしておきましょう

非常持ち出し品（例）

※非常持ち出し袋に入れておく物

- | | | |
|-------------------------------------|---|--|
| ☐ 非常食 | ☐ 飲料水 | ☐ 携帯ラジオ |
| ☐ 懐中電灯 | ☐ ヘルメット（防災ずきん） | ☐ テッシュ |
| ☐ タオル | ☐ ビニール袋 | ☐ 常備薬（お薬手帳のコピー） |
| ☐ 上着、下着（着替え） | ☐ 救急医薬品（絆創膏、かぜ薬など） | ☐ 感染症予防グッズ（マスク、消毒液など） |
| ☐ 健康保険証のコピー | ☐ 貴重品（現金、預金通帳のコピーなど） | |
- ☆ 重量10kg以下にし、リュックなどに入れておきましょう。

非常備品（例）

※自宅に備えておく物

- | | | |
|------------------------------------|--|--|
| ☐ 食料（最低3日分） | ☐ 水（1人1日3リットルが目安） | ☐ 卓上コンロと燃料 |
| ☐ 洗面用具 | ☐ 鍋、やかん | ☐ 簡易食器（割りばし、紙皿など） |
| ☐ 新聞紙、レジ袋 | ☐ 食品用ラップフィルム、アルミホイル | ☐ 生理用品 |

☆ 使用期限を定期的にチェックしましょう。

上記はほんの一例です。家族構成によって必要な物が変わってきます。家族で話し合い、必要な物を考え、準備しておきましょう。

我が家の「命を守る避難計画」

（台風によって川の水位が上昇しているとき）

72時間前 早期注意情報

48時間前

24時間前

12時間前 大雨注意報

警戒レベル3
相当情報

大雨警報
洪水警報
暴風警報
氾濫警戒水位

避難所の開設

台風の最接近

警戒レベル4
相当情報

はん蓋危険水位
高潮警報
土砂災害警戒情報

氾濫発生

警戒レベル5
相当情報

大雨特別警報
はん蓋発生情報

警戒レベル1

- ・災害に対する心構えを高め、気象情報などに注意しましょう。
- ・数日先までに気象警報が発表される可能性について示した情報です。



天気予報に注意

警戒レベル2
（台風が接近しているとき）

- ・実際に避難することになった場合に、どう行動すればいいか確認して下さい。
- ・自分が住んでいる場所での起きやすい災害の種類をハザードマップ、避難場所、避難経路を再確認しましょう。

警戒レベル3
避難準備・高齢者等避難開始

- ・防災無線、緊急速報メール、テレビ、ラジオ、インターネット等で防災情報を確認しましょう。
- ・避難所の開設状況を確認しましょう。
- ・いつでも避難ができるよう準備をしましょう。
- ・高齢者等、避難に時間がかかる方は、避難を開始。

避難時の注意点を考えましょう

- ・動きやすい服に着替える（靴は運動靴など）
- ・近所の高齢者の方などにも声をかける
- ・戸締り、ガスの元栓を閉める、ブレーカーを切る

我が家の避難するタイミングは？

いつ _____ 避難します。
どこへ _____

警戒レベル4
避難勧告又は避難指示（緊急）

我が家の避難するタイミングは？

いつ _____ 避難します。
どこへ _____

警戒レベル5
災害発生情報

- ・すでに災害が発生しています。
- ・命を守る行動をして下さい。

我が家は

どこへ _____ 避難を完了しています。

警戒レベルが上がるごとに危険度が高くなり、道路が冠水するなど、避難ができなくなる恐れがあります。

個別避難計画の作成

【避難行動要支援者名簿】

⇒ 災害対策基本法に基づき、市が作成する名簿で、災害が発生又は発生するおそれがある場合に、自ら避難することが困難な者であって、特に支援を要する者を記載した名簿。

【避難行動要支援者名簿（同意者名簿）】

⇒ 避難行動要支援者名簿に掲載されている方のうち、平時に避難支援等関係者に提供することに同意された方の名簿。

【個別避難計画】

⇒ 避難行動要支援者ごとに、避難支援を行う者や避難先等の情報を記載した計画。 避難行動要支援者の避難支援を実施するためには、あらかじめ、「誰が」「どのような支援を行うのか」といったことを個々の避難行動要支援者ごとに定める必要がある。

令和3年5月災害対策基本法の一部改正

避難行動要支援者の円滑かつ迅速な避難を図るため個別避難計画の作成が市町の努力義務となる