

毎月15日は市民地震防災デー

かわさき がいこく ひと つく ぼうさい ほん くやくしょ
川崎市が 外国の 人の ために 作った 防災の 本が あります。区役所で もらうことが できます。
えいご ちゅうごくご かんこく ちょうせんご ぼるとがるご すべいんご たがるご にほんご か
英語、中国語、韓国・朝鮮語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、やさしい日本語 で書いてあります。

“Disaster Preparedness in Kawasaki” is available in English, Chinese, Korean, Portuguese, Spanish, Tagalog, and easy Japanese.

備える。 かわさき



川崎市ホームページでもご覧いただけます



はじめに

川崎市は細長い土地に多くの市民が暮らす都会であるとともに、多摩川と鶴見川に挟まれ、また北部には丘陵、南部は海に面するなど、多様な自然環境の中に位置しています。一方、こうした自然環境には、必ず災害リスクが伴います。また日本は、世界で起きる地震の1割が集まる地震大国でもあります。そのため、私達が川崎市に暮らす以上は、こうした自然災害に向き合い、正しく備えていくことが何よりも必要です。いざという時に適切な行動をとり、自分や大切な家族の命や生活を守るために、本冊子を活用し、今すぐ災害に備えましょう。



震災対策編

01

《大地震から身を守る》

01	大地震発生! その時どうする	03
02	大地震から避難する	05
03	非常持出品があなたを救う	07
04	あなたが避難者になったら	08
05	津波に備える	09
06	あなたが帰宅困難者になったら	10
07	マンションで地震がおきたら	11

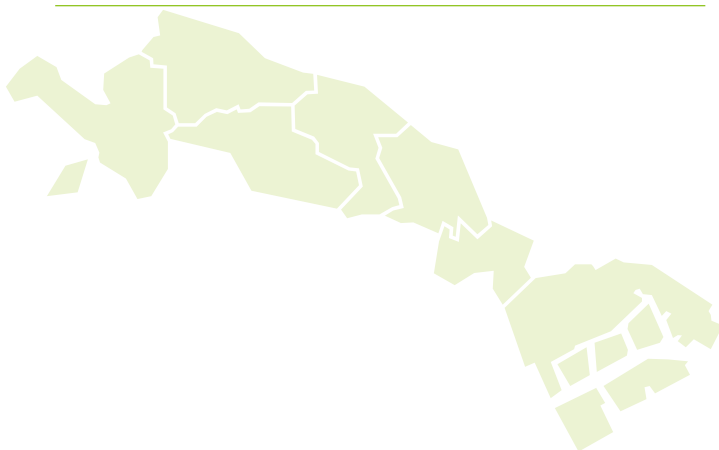
《大地震が来る前に備えよう》

08	在宅での避難のための準備	14
09	栄養バランスを考えた家庭備蓄を	15
10	家族構成に応じた備えをしましょう	16
11	ペットの防災を考える	17
12	各家庭でのトイレ対策	18
13	地震に強い住まいをつくる	20
14	地震に強い部屋をつくる	21
15	被災したときの生活再建	23

風水害対策編

24

16	風水害に備える	24
17	がけ崩れから避難する	26
18	洪水等から避難する	27
19	屋外に避難するときの注意点	28
20	様々な災害から身を守る	29
21	水害時に役立つ情報	30
22	災害に強い地域を作るには	31
23	災害時の情報の入手方法	33
	緊急連絡カード	35
	大切な人との安否確認	35



川崎市に想定される最大の地震を知る

川崎市直下型地震とは

川崎市地震被害想定調査によると、川崎市を震源とする「川崎市直下型地震」が発生した場合、市内全域で震度6程度の揺れが起き、家屋の倒壊や火災によって多くの死者や負傷者が出るほか、多くの地域でライフラインが寸断されるなど生活への支障が予測されています。

●川崎市直下型地震による被害概要 (H24川崎市地震被害想定より抜粋)

	最大震度	全壊棟数	半壊棟数	出火件数	焼失棟数	死者	負傷者
川崎区	6弱	6,543棟	10,964棟	36件	3,987棟	235人	3,980人
幸区	6強	4,649棟	6,314棟	33件	2,394棟	156人	2,384人
中原区	6強	3,748棟	7,974棟	49件	2,858棟	154人	2,928人
高津区	6強	3,083棟	7,468棟	52件	2,028棟	108人	2,300人
宮前区	6強	1,811棟	6,256棟	38件	1,663棟	64人	1,618人
多摩区	6弱	1,395棟	5,785棟	19件	1,783棟	58人	1,463人
麻生区	6弱	1,098棟	5,037棟	16件	1,683棟	43人	1,148人
合計		22,329棟	49,798棟	243件	16,395棟	819人	15,822人

なお、上記「H24川崎市地震被害想定調査による直下型地震」では津波の発生は想定されていません。

※市内に最大の津波被害をもたらす「慶長型地震」への備えについては [09ページ](#) をご覧ください。

コラム 震度による被害の違い(気象庁HPより抜粋)

震度5強では…

棚の食器や本など落下するものが増える。
固定していない家具は倒れることがある。
補強していないブロック塀が崩れることがある。

震度6弱では

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し、落下することがある。
耐震性の低い木造建物の中には瓦が落下したり、建物が傾き、倒れるものもある。

震度6強では…

はわないと動くことができない。
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。



震度7では…

耐震性の高い木造建物でもまれに傾くことがある。
耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物は、倒れるものが増える。



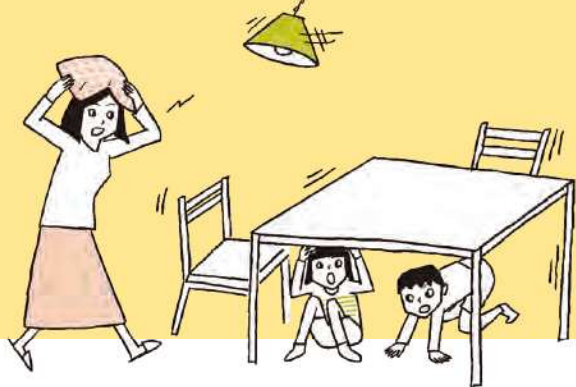
大地震発生！その時どうする

01

1

まずは 自分の身を守る！

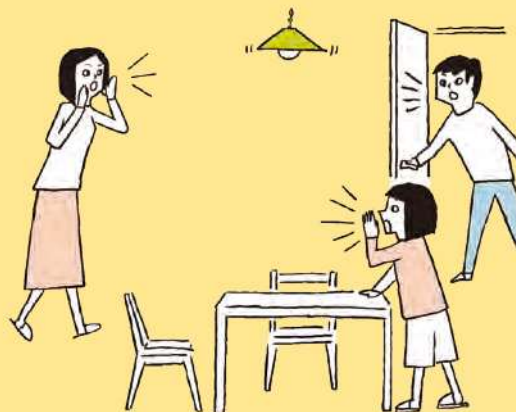
大地震が起きた時に行く、最も大切な行動です。揺れを感じたら、すぐに頭を守るための安全行動を行い、その後の初期消火や避難行動につなげましょう。クッションなどで落下物から頭を守る。テーブルが近くにあれば下に入る。



2

周囲の 安全確認をする

揺れが収まり、自分自身の身が安全であれば、近くの人同士で声を掛け合い、お互いの状況を確認しましょう。



様々な 状況に応じた 安全行動

地域によっては津波やがけ崩れが発生するところもありますので、ご注意ください。

詳しくは津波からの避難 [09ページ]
がけ崩れからの避難 [26ページ] を
参考にしてください。

街頭では

高い建物や看板の近くでは落下物に注意する。

ブロック塀や自動販売機、ガラス窓などから離れる。



地下街では

あわてて地上への出口に殺到しないようにする。

※地下街では停電になっても非常灯が点きます。



人が集まる場所では

映画館では座席の間に身を隠す。デパートなどでは太い柱に身を寄せる。施設係員の指示に従い、パニックに陥らないよう冷静に行動する。

コラム 消火ホースキットで自分達の地域を火災から守りましょう。

消火ホースキットとは、移動式の初期消火器具のことで、女性でも手軽に使えることから、地域での防災力の強化が期待できます。

消火ホースキットの訓練のご相談は消防局警防課(223-2615)まで



3

可能な範囲で 初期消火をする

近くで出火していたら、可能な範囲で火が小さいうちに消し止めましょう。

一方、火の勢いが強いとき(天井に火が届くようなとき)には、その場から逃げましょう。



4

落ち着いて 出口に向かう

近くのドアや窓を開け、避難口を確保しましょう。

このとき、避難口に向かうまでにケガをしないよう、足元には十分気をつけましょう。



5

隣近所で 助け合う

ご近所同士で声を掛け合いましょう。

可能な範囲で初期消火や救出救助、避難が困難な方への手助けなどを行いましょう。



エレベータの中では

まず全ての階のボタンを押し、最初に停止した階で降りる。

エレベータが停止したときは、非常用連絡ボタンで救助を求める。

パニックに陥らないよう、救助が来るまで落ち着いて待つ。

車で移動中には

速やかに車を道路の左に寄せて停車する。キーを付けたままドアロックせず、歩いて避難する。

バスや電車の中、駅構内にいるときは、係員の指示に従う。

コラム 感震ブレーカーで通電火災を防ぐ

感震ブレーカーとは、地震の揺れを感知して、自動的に電気を遮断するもので、地震により倒れた電熱機器による出火等を防ぎます。感震ブレーカーには下記のタイプがあります。各ご家庭の実情に合ったものを選びましょう。

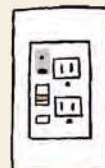
分電盤タイプ

あらかじめ分電盤に揺れを感知するセンサーが備わっているもの



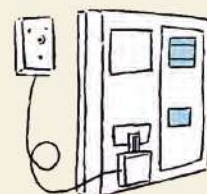
コンセントタイプ

センサーを内蔵したコンセントからの電気を遮断するもの



簡易タイプ

外付けのセンサー等により、分電盤のスイッチを落とすもの



※懐中電灯などの照明器具も合わせて用意しましょう。

大地震から避難する

02

大地震が発生しても、必ずしも避難所に行く必要はありません。

下記のフローを参考に、状況に応じた、適切な避難行動をイメージしておきましょう。

※自宅が無事であれば避難所などに避難する必要はありません。



大地震
発生

- 家屋の倒壊や火災により自宅で生活できない
- 近くの火災が拡大するなどの危険な状況
- 避難情報の発令

避難開始

いっとき
一時避難場所

近くの公園や空き地、
防災農地など
安全確保のために
一時的に避難する場所



広域避難場所

大きな公園、緑地など
大火災など
広域的な被害から
避難する場所

※ガイドマップかわさき等で確認できます。

自宅で生活できないとき

避難所が危険になったとき



避難所

近くの市立小・中学校など
自宅を失った被災者が
一時的に生活する場所

危険がなくなったとき
避難する必要がなくな
ったとき

自宅



※避難所は施設の安全確認や受入準備が必要となるため、発災後すぐに開設されない場合があります。

一時避難場所や広域避難場所のうち、川崎競馬場、川崎球場、富士見公園、等々力緑地、県立高校などについては、避難場所として使用されなくなった後に、警察や自衛隊、消防機関やライフライン事業者などが、救出・救助、復旧活動の拠点として使用することになります。

避難する前に確認すること

- ガスの元栓を締め、電気のブレーカーを切る。
- 持ち物は必要最小限にする。**07ページ**
- 底が丈夫な靴を履く。
- 戸締まりを忘れないようにする。



避難のときに気をつけること

- 原則、徒歩で避難する。
※車での避難は渋滞による逃げ遅れや、緊急車両の通行の妨げとなるため控えましょう。
- 落下物から頭部を守り、切れた電線などの危険物に注意する。
- 近所に寝たきりのお年寄りや身体の不自由な人がいれば、声を掛け合って避難する。
- 信号機の不点灯などの状況も予想されるため、交差点などでは十分に注意する。
- 避難誘導があったときには、指示に従う。
- ケガをしても、命にかかわるケガでなければ自力で病院などに向かう。
※災害時の病院は重篤な患者が優先です。また救急車の台数にも限りがあります。

家族の安否を周囲に知らせる「黄色い標識」を活用しよう。

家の中に助けが必要な人がいないときには、家の前に無事を知らせるために掲げておきましょう。こうすることで、救助隊が無人の家を検索する必要がなくなり、効率的に救助ができます。

コラム

地図で近くの避難場所や災害リスクを知り、適切な避難経路を考えておきましょう。

防災マップ

各区の避難所や応急給水拠点、救急告示病院などを示したマップです。

各区役所・支所の危機管理担当の窓口やかわさき情報プラザで配布しています。市HPからは防災マップで検索し、ダウンロードしてください。



市HPから 防災マップ 検索

ガイドマップかわさき

PCから <http://kawasaki.geocloud.jp/>
スマートフォンから <https://kawasaki.geocloud.jp/webgis/s>

ガイドマップかわさきは、市内の公共施設、観光、福祉、防災など様々な地図情報をインターネット上で提供するサービスです。

防災マップや各種ハザードマップの情報だけでなく、AEDの設置場所や消火栓の位置、浸水実績図、液状化危険度分布など様々な情報を見ることができます。



スマートフォン版
ガイドマップかわさき

あなたの家の近くの広域(一時)避難場所

あなたの家の近くの避難所

あなたの地域に津波が来たときの津波の高さは?

約

m

防災メモ

事前に調べて
記入しておこう



非常持出品があなたを救う

03

非常持出品とは、避難した場所で何日か過ごすために必要な物のことです。
 災害時には食べ物や飲み物をはじめ、必要なものがすぐに手に入るとは限りません。
 玄関の近くなど、避難するときに持ち出しやすい場所にあらかじめ置いておきましょう。

防災メモ

事前に調べて
記入しておこう



水・食料	<input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 携行食・非常食
医療・衛生	<input type="checkbox"/> いつも服用している薬 <input type="checkbox"/> 救急医療品 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・ <input type="checkbox"/> 腔ケア用品 <input type="checkbox"/> 携帯トイレ
貴重品	<input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 健康保険証・預金通帳（コピー可）
安全対策	<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん <input type="checkbox"/> 厚底の靴 <input type="checkbox"/> 軍手
道具類	<input type="checkbox"/> スマホ、モバイルバッテリー <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 携帯カイロ <input type="checkbox"/> ライター・マッチ <input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> 入れ歯・眼鏡
衣類	<input type="checkbox"/> 上着（防寒着） <input type="checkbox"/> 下着・靴下 <input type="checkbox"/> 携帯レインコート
生活用品	<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ・ティッシュ <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> ごみ袋・ポリ袋
感染症対策	<input type="checkbox"/> 体温計 <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 <input type="checkbox"/> マスク



上記はあくまで一例です。各家庭の事情に合わせたものを用意しましょう

- 乳幼児のいる家庭ではミルク（粉ミルクや液体ミルク）や離乳食、オムツやほ乳瓶が必要です。
- 小さな子どもがいる家庭では、お菓子やオモチャが必要になることもあります。
- お薬手帳の用意があれば、主治医でなくても適切に薬を処方してもらえます。

コラム エコノミークラス症候群に注意しましょう！

エコノミークラス症候群とは、食事や水分を十分に取らない状態で、車などの狭い座席に長時間座る（足を動かさない）ことで、血行不良を起こし、できた血栓（血の固まり）が血管を流れ肺に詰まり、肺塞栓などを誘発するものです。

【予防のために心掛けると良いこと】

- ①ときどき軽い体操やストレッチ運動を行う。
- ②十分に、こまめに水分を取る。
またアルコールやコーヒーの摂取、喫煙は控える。
- ③ゆったりとした服装を心がける。ベルトをきつく締めない。
- ④かかとの上げ下ろし運動を行ったり、ふくらはぎを軽くもむ。
- ⑤足を高くして眠る。



あなたが避難者になったら

04

災害時であっても、誰もが避難所に長期滞在をする訳ではありません。
避難所を利用する前に、まずは避難所についてよく知っておきましょう。

避難所の役割

- 近くの市立小中学校などの避難所は、正しくは「指定避難所」と呼ばれ、火災や家屋倒壊などにより家を失った人（避難者）の臨時的な生活の場となる施設です。
- 外部からの救援物資が集積され、地域全体への支援物資の供給拠点や情報収集・伝達の場になります。



避難所にある備蓄物資

- 避難所には、避難者が災害発生から約3日間、最低限生活するために必要な物資を倉庫に保管しています。これに避難者自身が持ち寄った非常持出品を合わせ、発災初期の避難所生活をやりくりします。
- 備蓄物資は、被害想定調査に基づき、家屋が全壊、全焼となる約13万8千人分を用意していますが、非常持出品を用意していない避難者が増えれば増えるほど、避難者一人あたりに渡る物資は少なくなります。
- これを防ぐためには、一人でも多くの市民が非常持出品を持ってこることや、各家庭で家具の転倒防止や家庭内備蓄を行うなど、避難所に頼らない備えを行うことが大切です。



避難所生活を行う上でのルール

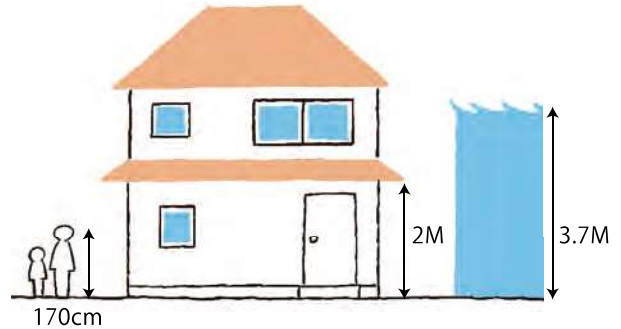
- 避難所には、避難所生活を安全かつ円滑にする上で、守るべきルールがあります。
- このルールは、避難所ごとに設けられた会議（避難所運営会議）によって定められていますが、下記についてはどの避難所においても必ず守るようにしてください。
 - ① 避難所の運営には、避難者自身も参加しましょう。
 - ② 指定避難所は、施設（体育館など）の安全が確認された後にはじめて開設されます。開設されるまでは校庭などで待ちましょう。
 - ③ 避難者数により、備蓄物資の分配方法を変える可能性があるため、水や食料など数に限りがあるものについては、すぐには提供されない場合があります。
 - ④ 補助犬（盲導犬、介助犬、聴導犬）を除くペットは、避難所までの同行避難はできますが、居住スペースに入ることはできません。



津波に備える

川崎市に来ると想定される津波とは

- 川崎市に「慶長型地震(最大規模の津波被害が起きると想定される地震)」が起きた場合、川崎港に最大3.7メートル(満潮時)の津波が到達し、川崎区内で最大2~3メートル浸水します。
- 地震発生から約80分後に第1波、約90分後に最大波の津波が到達すると想定されています。
- この地震が起きたときの最大震度は震度4(川崎区)程度と想定されています。



津波から逃げる

- 津波注意報が発表された場合は、直ちに海や川から離れましょう。
- 津波警報・大津波警報が発表された場合は、海や川から離れ、頑丈な建物(鉄筋コンクリート造など)や、津波避難施設の3階以上に避難しましょう。
- 避難する際は大声で周囲の人たちに声を掛け合いながら逃げましょう。
- 避難する際は車を使わず、原則、徒歩で避難しましょう。
- 一度避難したら、注意報・警報が解除されるまで、決して引き返さないでください。
※川崎市では、津波注意報や警報が発表されたときには防災行政無線のサイレンやラジオ・テレビ・インターネット等で伝達し、付近の方に避難を促します。[33ページ]



津波ハザードマップを活用しよう

- 慶長型地震により引き起こされる津波によって予想される、川崎市内の浸水範囲や深さを示したマップです。
- 津波に対する避難行動や日頃の備えなども併せて掲載しています。
- 各区役所(支所)や行政サービスコーナーで配布しています。

市HPから [津波ハザードマップ](#) 🔍 検索



コラム 津波避難施設とは

- 川崎市では、市民の方が津波から一時的に避難する場所として、市立学校や商業施設などを津波避難施設として指定するなどしています。
- 避難する場所がない場合には、最寄りの津波避難施設へ避難してください。
- 各事業所の従業員の方は、自社の施設内の安全な場所に避難してください。
- 施設の場所は、市ホームページの「津波避難施設一覧」のほか、津波ハザードマップや、津波情報看板等で確認できます。

市HPから [津波避難施設](#) 🔍 検索



06

あなたが帰宅困難者になったら

災害発生時は「むやみに移動を開始せず、安全な場所で身の安全を確保する」ことを徹底しましょう。

災害時に帰宅を考える、その前に

- 安全な場所に留まることを第一に考えましょう。
 - ▶大災害発生後すぐに帰宅することは、二次災害に遭う可能性があるだけでなく、徒歩帰宅者による道路の混雑を招くなど、救助活動に支障をきたす可能性があります。
- やみくもに行動し危険に巻き込まれないよう、正しい情報の入手に努めましょう。 [33ページ](#)
- 会社や学校などの指示に従い、安全が確認できてから、帰宅を開始しましょう。



帰宅困難になっても慌てない準備を

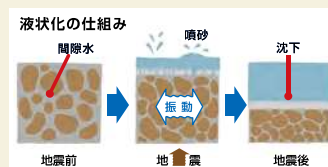
- あらかじめ災害時の家族との連絡方法（安否確認の方法）を決めておきましょう。
 - ▶まずは家族で話し合い、家族それぞれの帰宅方法を確認しておく。
 - ▶災害用伝言ダイヤル(171) [35ページ](#) など、災害時の連絡方法を学んでおく。
- 帰宅する際の経路の確認と、必要な準備を整えておきましょう。
 - ▶帰宅困難になったときを想定して、様々な交通手段による帰宅ルートを確認しておく。
 - ▶学校や職場に徒歩で帰宅する場合を考えた準備をしておく。
 例) 水、食料、携帯電話のモバイルバッテリー、動きやすい靴、懐中電灯、ウェットティッシュなど

帰宅困難者への支援

<p style="text-align: center;">帰宅困難者向け防災必携マニュアル</p> <ul style="list-style-type: none"> ●市内主要駅※周辺の帰宅困難者用一時滞在施設の場所や、災害時に帰宅困難になったときの対応について詳しく書かれたパンフレットです。 <p>※川崎駅版、中原区版、高津区版、宮前区版、多摩区版、新百合ヶ丘駅版、臨海部版</p> ●各区役所危機管理担当で配布しています。 <p style="text-align: center;"> 市HPから <input type="text" value="帰宅困難者"/> 検索 </p>	<p style="text-align: center;">帰宅困難者用一時滞在施設</p> <ul style="list-style-type: none"> ●帰宅困難者が一時的に滞在できる施設を、市内主要駅周辺に整備しています。 ●災害による施設自体の安全点検や周辺の安全確認を行い、状況に応じて開設するものです。 <p style="text-align: center;"> 市HPから <input type="text" value="一時滞在施設"/> 検索 </p>
--	---

コラム 液状化について知る

- 液状化とは、地震による揺れにより、地下水を合んだ砂質の地盤が、液体のように流動化してしまうことです。
- この液状化を原因とする部分的な地盤沈下が起きると、地下の埋設物の損壊や建物の傾斜が生じます。
- 川崎市では、液状化対策として、大地震等の発生時における陥没、マンホール・管路の浮き上がり等の防止対策や、液状化による道路被害からの早期復旧に向けた体制作りを行っています。
- 川崎市における液状化の被害想定については、市HPをご参照ください。



[市HPから](#) [検索](#)

マンションで地震がおきたら

～在宅での避難のススメ～

マンションや集合住宅などは一般的に木造住宅より倒壊する可能性が低い一方、特有のリスクもあります。各家庭の特徴に合わせた備えが大切です。

平素の備え

高層マンション特有のリスクを知る

- 地震で長周期地震動^(※)が起きた場合、高層階ほど揺れが大きくなり、家具転倒のリスクが高まる可能性があります。
- 玄関・ドアやサッシの開閉ができなくなった場合には、部屋の外に出ることが困難になります。
一般的に高層マンションは耐震性が高く、被害は少ないと考えられています。
- 電気・水などライフラインの停止によりエレベーターが動かず、地上まで水を汲みに行く必要が出たり、トイレ^[18ページ]を使用できなくなるなど、高層階に居住する人ほど不便になります。



(※) 大きな地震で生じる「周期の長いゆっくりとした大きな揺れ」。震源から数百km離れたところであっても、高層ビルを長時間にわたり大きく揺らしたり、家具が転倒したり、エレベーターが故障したりします。

自主防災組織を結成する

- 大規模な災害発生時には、市や消防、警察などの防災関係機関がすぐに現場に駆けつけてくれるとは限りません。隣近所や町内の班などを取りまとめ、地域住民が一体となって平常時の防災活動や災害時の助け合いに取り組む組織、それが自主防災組織です。
- マンション管理組合等の単位で自主防災組織を結成するなど地域に合った方法を選びましょう。
- 災害時に、物資や支援情報等を受け取ることができるよう、日頃から、自主防災組織等を結成し、避難所運営会議で話し合いや訓練を行っておきましょう。
- マンション内で自主防災組織を確立した事例やマンション独自の「防災マニュアル」を作成した事例その他近隣同士で助け合える関係性づくりなどの取組については、市HPをご参照ください。

市HPから [検索](#)

市HPから [検索](#)

市HPから [検索](#)

コラム 在宅での避難に向けて

大地震等が発生した際に、自宅に倒壊や火災、浸水等のおそれがなく、安全に利用できる場合には、在宅での避難が有効です。

- 大きな地震などが発生した場合、必ず避難所へ避難しなければいけないと思っていませんか？
- 避難所には多くの避難者が集まることから、避難者一人当たりが利用できるスペースがとても狭く、プライバシーの確保が困難です。
- 住み慣れた自宅で過ごしながら、ペットと一緒に過ごしたり、ストレスの少ない避難生活が送れるよう、日頃から、ハザードマップの確認をはじめ、食料・携帯トイレの備蓄や家具の転倒防止等を行い、自宅を一番の避難所にしましょう。

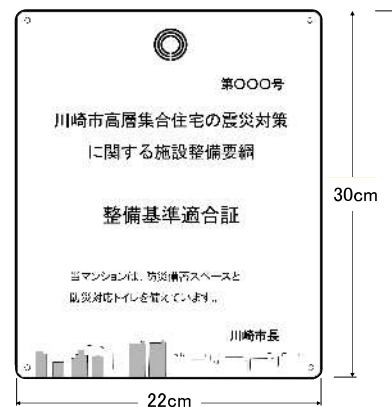


マンションへの防災対策・助成制度を知る

高層マンションへの整備基準適合証の交付

- 高層マンション(地階を除く階数が10以上のもの、既存の建物を含む)の居住者が震災時に利用できるよう、高層階の防災備蓄スペースと共用部分の防災対応トイレを整備し、整備基準に適合していると認められた場合には、「整備基準適合証」を交付します。
- 詳しくは市HPまたは、電話(まちづくり調整課 200-2953)にてご相談ください。

市HPから [高層集合住宅の震災対策について](#) 🔍 検索



分譲マンション予備調査・耐震改修等事業助成制度

- 昭和56年5月以前に建てられた分譲マンションを対象に、診断・設計・改修費用の一部を助成します(予備診断は無料で受けられます)。
- 詳しくは市HPまたは、電話(防災まちづくり推進課 200-3017)にてご相談ください。

市HPから [建築物の耐震化](#) 🔍 検索

マンションや集合住宅ならではの備えが必要

各戸

- 家具の転倒防止を行うなど、安全な部屋をつくりましょう。 [21 ページ](#)
- 避難器具の近くに物を置かないようにしましょう。
- 在宅での避難に備え、携帯トイレを始めとして、各家庭で可能な限り多めに備蓄しましょう。 [14 ページ](#)
上層階に住まわれている方はより多めに備蓄しましょう。



マンションや集合住宅全体

- マンションや集合住宅ならではの被害を意識し、自主防災組織等が中心となって、災害に強い住まいづくりに取り組みましょう。
- 非常階段への最短ルートなど、避難の方法を確認しておきましょう。
- 居住するフロアの消火器の設置場所を確認しておきましょう。
- エレベータ閉じ込め対策のため、エレベータ内にも備蓄しておきましょう。
- 管理会社と災害時の対応について確認しておきましょう。
- 居住者同士で話しあい、マンションごとのルールを作っておきましょう。
- 災害時にマンション周辺の方々とは協力できるような関係づくりをしておきましょう。
- マンションや集合住宅全体で、又は近隣の町内会等と合同で訓練をしておきましょう。



コラム マンションで大地震がおきたときのポイント

発災直後には…

- 同じフロアの人達などで声を掛け合う。
- エレベータに閉じ込められた人はいないか、建物の破損はないか確認する。
- 避難するときには階でまとまって避難し、また階段に殺到しないよう注意する。
- 周辺地域の人と協力し、初期消火や救出・救助活動、情報共有を行う。

被災生活では…

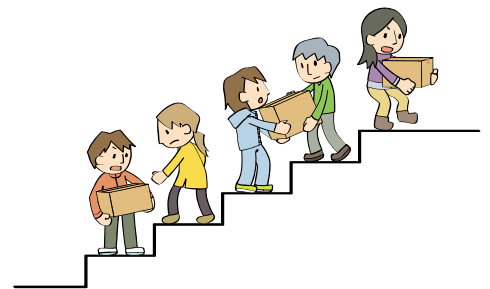
- 掲示板を設置するなど、情報共有をする。
- ごみの回収が再開するまでの間、集積場所を管理する。
- 空き巣防止のため、共同で見回りをを行う。
- 居住者同士での炊出しや困りごとを話しあうなど、お互いが助け合う。
- 周辺地域の人と協力し合う。

住み慣れたマンションで生活する、みんなで助け合う

- 避難所は、プライバシーの確保が難しいなど、普段の生活環境とは大きく異なります。住み慣れたマンションで生活できるよう、備蓄や安全な部屋作りなど、日頃から準備をしておきましょう。なお、低層階にお住まいの方など、風水害の浸水等によって居住が難しい場合は、あらかじめ居住者同士で話し合い、必要な物資等を持参して、上層階への避難や避難所等へ避難します。

上層階への物資運搬等は対策や協力が不可欠

- マンションの上層階では、エレベーターが停止した場合、地上との往復が困難になるため、十分な備蓄がないと在宅での避難が困難になります。
- エレベーターの代わりに階段を使用したとしても、物資や水などはかなりの重量です。
居住者が協力してリレー方式で運搬するなど、上層階への運搬をどのように行うのかなどについて、自主防災組織等が中心となり訓練内容に取り入れてみて、実際の状況をイメージして備えましょう。
- 受水槽や排水管などの設備点検やエレベーターの応急復旧の手順などを、事前に確認しておきましょう。



災害時のごみの出し方を確認しよう

- 災害時はたくさんのごみが出ます！ ※大規模な災害の場合は、資源物や粗大ごみの収集を中止する場合があります。
- 災害時でも分別は大事です！
正しく分別されていれば、その後の処理がスムーズにでき、復旧復興も早くなります。
- ポイントは「いつもの分別・いつもの場所」
- 生ごみなどの腐敗、悪臭等が発生しやすい「普通ごみ」を優先的に収集します。
急いで出す必要がない物、資源物は自宅で保管をお願いします。
- 災害で壊れたり、水浸しで使えなくなった家具、家電等の「片付けごみ」は、公園等の「仮保管場所（詳しくは発災後のお知らせ）」へ。
集積所や道路に出してしまうと、消防車などの緊急車両が通れなくなります。自宅前にやむを得ず一時的に出す場合でも、道路にはみ出さないようにしてください。

市HPから [災害が起きた時のごみのこと](#) 🔍 検索

コラム 災害時の医療について知っておこう

- 軽いけがや発熱は、自分や周りの方で手当をしましょう。そのため、日頃から、けがや発熱などに備えて、薬や応急手当用品を用意しておきましょう。（例・水、包帯・滅菌ガーゼ・バンダナ等の布、湿布、常備薬・持病の薬など）
- 歩けるが、家庭での処置ができない方（軽症の方）は、レベル4の病院又は診療所、クリニックへ。
- 生命に危険はないが、災害時のけがなどで歩けない方（中等症の方）は、レベル3の病院へ。
- 生命に危険がある状態（大けが以外）の方（重症の方）は、レベル2の病院へ。
- 大けがにより生命に危険がある状態の方（重症（大けがの方））は、レベル1の病院へ。
- レベル1~4の別や具体的な病院名称などについては、市HPをご参照ください。

市HPから [川崎市の災害時の医療提供体制](#) 🔍 検索



08

在宅での避難のための準備

最低3日間、できれば7日間分の備蓄を

- 大地震が起きると、ライフラインは停止し物流も途絶えるなど、私達の生活は大変不便になることが予想されますが、建物の倒壊などがなく、自宅が安全な場合は、自宅にとどまって避難をする「在宅での避難」が基本となります。
- このような事態になったとき、市外から救援物資が届くまでの約3日間（物資が十分に行き届くまでの7日間）は、各家庭がそれぞれの備蓄により、生活することが必要です。
- 家庭備蓄が充実している家庭が増えると、結果的に他の避難者や避難所への負担が減るため、家庭備蓄は地域貢献に繋がります。

災害時に必要となる備蓄品を「フェーズフリー」で備える

- 「フェーズフリー」とは日常と災害時を分けず「日常生活でひと工夫しておくことで災害時にも活用できる」という考え方です。
- 普段使うもの、消費するものを見直すことで平時にも有事にも役立ち「無理なく・無駄なく備える」ことが可能です。
- 飲料水や食料は日持ちのするものを十分に買い置きし、期限切れ前に消費して消費した分を買い足すこと（＝ローリングストック）で自宅に常に一定の備蓄がある状況を作れます。
- 1人1日3Lリットルの飲料水が必要です。
家族全員分の飲料水を備蓄しましょう。
- 生活用水は、災害時の様々な場面で必要です。水をいれたポリタンクを用意しておくなど飲料水とは別に用意しておきましょう。
- 災害時に冷蔵庫が使えない場合は、期限の早いものから消費していくなど消費する順番をイメージしておきましょう。
- 食料だけでなく、調味料もあわせて備えておくことも重要です。

その他生活用品

- 調理器具
カセットコンロ（ボンベも）、簡易食器（紙皿・スプーンなど）
- 生活用品
携帯トイレ・ビニール袋、トイレトーパー、新聞紙、寝袋、衣類、ドライシャンプーなど
- その他
車のガソリンを満タンにしておく

コラム 川崎市からの災害時の水の供給

- 災害時の飲料水を、市内の断水の状況に応じて、下記の方法により市民の皆様に提供いたします。

給水車の巡回

地震発生から24時間以内を目途に、給水車が重要な医療機関や地域防災拠点を含む避難所へ水を運びます。

応急給水拠点の開設

公園や道路、学校等に設置された応急給水拠点について、地震発生72時間以内を目途に順次開設いたします。
応急給水拠点の場所は防災マップや市上下水道局HPにてご覧ください。

開設不要型の給水設備

「市立小中学校（避難所）の水飲み場や一部の配水池・配水塔では、水道管や施設を耐震化して、災害時に断水した場合でも飲料水の提供ができるよう、整備を進めています。」

栄養バランスを考えた家庭備蓄を

買い置きしたい食品の例

- 災害時に、普段と変わらず食べ慣れたものを食べることや、栄養バランスを考えた食事をとることは、ストレスを和らげ、心身を健康に保つことにも役立ちます。
- 下記を参考に買い置き食材を見直してみましょう。

主食	ごはん・パン・麺類（エネルギー源） 例）無洗米、レトルトのおかゆ、パン、乾麺（カップ麺）、シリアルなど	
主菜	肉・魚・卵・大豆製品（たんぱく質源） 例）ツナ缶、大豆水煮、レトルトのカレー・シチュー、ミートソース缶など	
副菜	野菜・きのこ・いも・海藻類（ビタミン・ミネラル源） 例）乾燥野菜（ほうれん草など）、切り干し大根、乾燥わかめ、日持ちする野菜、ひじき缶、コーン缶、トマト缶、レトルトスープ、即席汁物など	
飲料	水、お茶、スキムミルク、野菜ジュース、果物ジュース、豆乳飲料、ロングライフ牛乳など	
調味料	塩、味噌、醤油、マヨネーズ、ドレッシング、ケチャップ、めんつゆなど	
その他	ビタミン剤、お菓子、はちみつ、梅干、ふりかけ、ドライフルーツ、ビスケット、フルーツ缶、ジャムなど	

災害時の献立の例

朝食	昼食	夕食
パンとジャム／ツナ缶と大豆水煮缶のサラダ／レトルトスープ	ごはん／いわしの蒲焼缶／アスパラ缶とコーン缶のサラダ	ごはん／レトルトカレー／野菜ジュース
		

10 家族構成に応じた備えをしましょう

乳幼児がいるご家庭では

- 乳幼児は脱水症状になりやすいため、飲料水は一般の家庭よりも多く備蓄しましょう。
- ミルク（粉ミルクや液体ミルク）は普段から多めに買い置きしましょう。
※母乳で育てている方も、災害時には体調変化が起き、母乳が出にくくなることもあるため、念のためミルク（粉ミルクや液体ミルク）やほ乳瓶を用意しておきましょう。
- 離乳食やおやつ、オムツやおしり拭きを多めに買い置きしましょう。
※離乳食は月齢に応じて食べるものが変化します。次のステップへ進むときは、前の月齢のものを消費しつつ、次の月齢のものを買って備えるようにしましょう。



高齢者がいるご家庭では

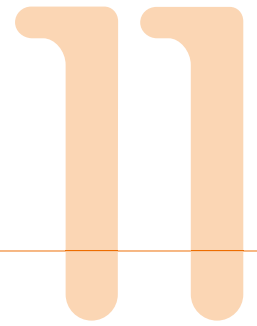
- 咀嚼^{そじやく}が困難な方は、やわらかく食べやすい食品（レトルトのおかゆなど）を用意しましょう。
- のどの渇きを感じにくいいため、日頃から水はこまめに飲むよう心がけましょう。
- 災害時のストレスにより食欲が低下することがあります。普段から食べ慣れているものを多めに用意しましょう。

その他

- 腎臓病及び食物アレルギー対応食品などの特殊食品は、災害時には特に手に入りにくくなります。普段使っている特殊食品を多めに買い置きし、古いものから消費し、消費したら買い足す（＝ローリングストック）で、少なくとも2週間分を備蓄することが推奨されます。
- 障がいや病気など、ご自身の状況に応じて必要なものを備えておきましょう。

上記はあくまで一例です。各個人の事情に応じて必要な備えは変わるため、災害時の状況を想像し、必要となるものを考えることが重要です。

ペットの防災を考える



災害発生時は、人だけでなくペットも間違いなく危険にさらされます。

ペットは飼い主がいないと生きていくことができません。ペットが安全に避難するには、日ごろからのしつけや信頼関係が重要です。

屋内でペットを飼っている方

- 地震が起きると、家具などが転倒し、避難経路がふさがれ避難が遅れたり、下敷きになってケガをしたり、死にいたることもあります。
- 窓ガラスなどの破損でガラスの破片を踏みケガをすることが考えられます。
- 飼い主とペットのために生存空間の確保を図りましょう。

屋外でペットを飼っている方

- ペットの安全や避難することになった時のことを考えて、日頃から屋内で飼うことも災害への備えです。
- ブロック塀の倒壊や、ガラス・瓦の落下が起こることも考えられるので、飼育場所はそのようなことが防げる場所を選ぶべきです。
- 驚いて逃げ出すことも考えられます。柵の高さなどもう一度見直してみましょう。

ペットの避難

- 避難時や避難先では、ペットはケージの中で過ごすことが多くなると想定されます。普段からケージになれさせるようにしましょう。
- 避難場所は日常の環境と異なるため、おびえて鳴いたり、暴れたりすることが考えられます。犬の場合は、普段から社会化トレーニングを心がけ、無駄吠えなどをしないようしつけましょう。
- ペットに所有者の明示をすることは必須条件です。犬の鑑札や迷子札をつけたり、マイクロチップを挿入するなどして所有者の明示をしましょう。

詳しくは各区衛生課で配布している「ペットの防災手帳」をご覧ください。

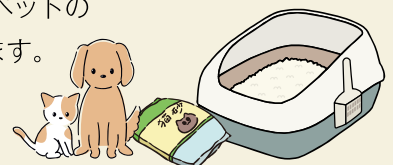


WEBでもご覧いただけます→



コラム ペットのトイレ砂を携帯トイレとして活用

災害時に必ず必要になり優先的に備蓄する必要がある携帯トイレですが、ペットのトイレ砂はビニール袋があれば人間の排泄物の凝固剤としても活用ができます。ペットのいるご家庭では、トイレ砂を多めに買っておきましょう。



各家庭でのトイレ対策

災害時にトイレが使えなくなることも…

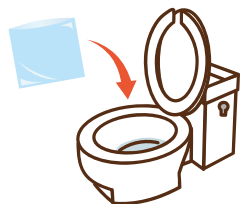
- 災害時には断水や排水管の破損によりトイレが使えなくなることがあります。
- マンションなどの集合住宅では、水道をくみ上げるポンプが停電により動かなくなることで、トイレの水が流せなくなる可能性があります。
- 災害時でも各家庭で対応できるよう、携帯トイレや簡易トイレの準備をしておくことが必要です。
(備蓄目安:1人あたり1日5回×最低3日間分、できれば7日間分)

災害時にトイレが使えなかった場合

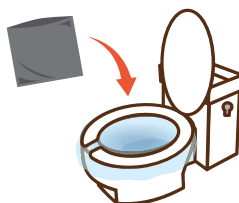
既存の便座が使用できる場合

便座を上げ、ポリ袋をセットする

※便器内の消臭用封水トラップの水に携帯トイレの袋が触れないようにする



携帯トイレの袋を便座の上からカバーをするようにセットする



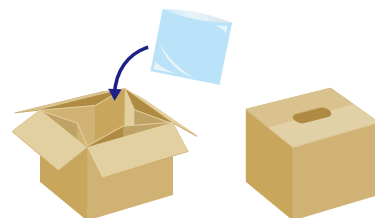
使用後に凝固剤を上から振りかける

※凝固剤は、新聞紙を細かくちぎったものや、ペットシート、オムツでも代用できる



便座が使えない場合

ポリバケツや、二枚重ねにした段ボール箱など、座っても壊れない頑丈なものを用意し、中にポリ袋をセットし、使用後に凝固剤をかけることで、便座が使用できない場合の簡易トイレとして使用できます。



使用済み携帯トイレの処理方法

- 使用済みの携帯トイレ袋は、中の空気をしっかりと抜き、二重袋にし、結んで普通ごみとして出してください。
- ごみの収集が始まるまでは、一時保管をする必要があります。トイレごみの保管場所も考えておきましょう。
- 収集する際に飛散する恐れがありますので、汚物は、凝固剤などで固めてから出すようにしてください。



コラム 携帯トイレの種類も様々

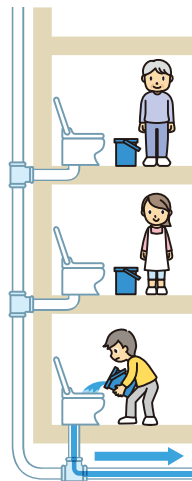
携帯トイレといってもタイプは様々で、便座に袋を被せて排泄後、凝固剤で固めるものや、予め凝固剤がシートと一緒にしているもの、持ち歩きタイプのものがあります。ご家庭のスタイルにあったものを準備し、使いやすいものを災害用備品として備えましょう。

トイレの使用可否の確認手順

- トイレを使い始める前には、必ず、上下水道局のホームページ等で下水道の使用制限がかかっていないか、確認しましょう。
- 強い地震の後、市で公共下水道管の緊急点検を実施します。緊急点検には3日程度かかりますので、節水をお願いします。

集合住宅の場合

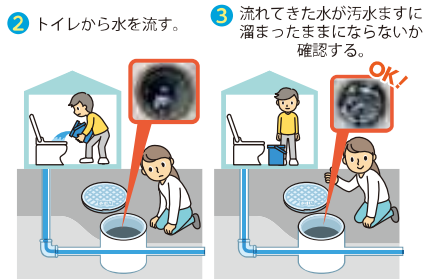
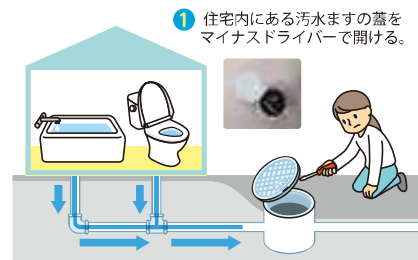
- 1 敷地周辺のマンホールに異常がないか確認する。
- 2 下の階から下水が使用できるか確認する。



- 集合住宅のトイレの使用は管理組合等で決めたルールを必ず確認しましょう。

- 建物内や宅内の排水管が壊れていたり、周辺道路のマンホールから水があふれていたりする場合はトイレを使用せず、携帯トイレを利用しましょう。

一戸建て住宅の場合



- 確認作業は、2人以上で行ってください。

使用可否を確認しないと…

- トイレの使用可否を確認せずに流してしまうと、流した水が建物の下の階からあふれてしまう恐れがあり、他の階や住戸に損害を与えてしまいます。
- 水が出たとしても、トイレは確認してから使用しましょう。



トイレと一緒に備えるもの

- トイレトペーパー
1人1週間で1ロールを目安に備えましょう
- ポリ袋
45Lサイズなどの大きいものを用意しましょう。
- ランタン、ヘッドライト
トイレには窓がないことも多く、停電すると真っ暗になります。
- ウェットティッシュ
断水している場合に手を清潔に保つために必要です。
可能であればアルコールを含んだものを用意しましょう。

トイレと一緒に備えておきたいものたち

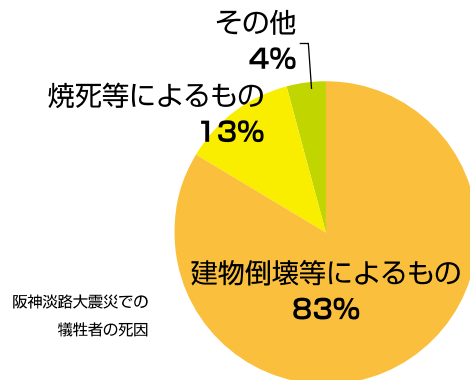


地震に強い住まいをつくる

13

地震に強い家に住む

- 昭和56年5月以前に建てられた木造住宅は、古い耐震基準で建てられていることから、特に地震に弱いとされています。
- 地震による倒壊から命や財産を守るため、耐震診断や耐震改修を行いましょう。



兵庫県監察医
「神戸市内による検死統計（平成7年）」より

木造住宅の耐震に関する支援制度を知る

木造住宅耐震診断士派遣制度

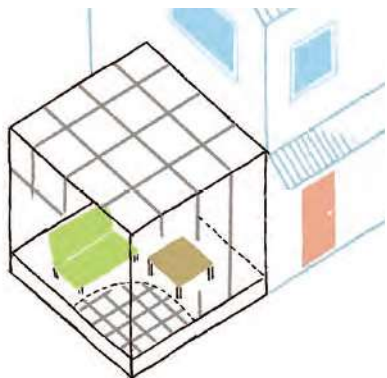
- 2階建／平屋の住宅を対象に、耐震診断士を無料で派遣します。
- 耐震診断の結果と併せて、改修工事を行う場合の概算費用の説明が受けられます。

木造住宅耐震改修助成制度

- 2階建／平屋の住宅を対象に、精密診断や補強計画費用、工事費用の一部を最大で100万円助成します。
(非課税世帯は最大で150万円)

耐震シェルター・防災ベッド設置助成制度

- 木造住宅の所有者を対象に、「耐震シェルター」または「防災ベッド」を設置する費用の一部を助成します。



- 上記の支援メニューはすべて昭和56年以前に建てられた木造住宅が対象です。
- 詳しくは市HPまたは、電話（防災まちづくり推進課 200-3017）にてご相談ください。

市HPから [建築物の耐震化](#) 🔍 検索

家の周りの安全確認をしましょう

- 地震により、屋根瓦の落下やブロック塀・門柱などの倒壊の危険があります。
- 家の周りを確認し、必要に応じて補強や転倒防止を行うなどの対策をしましょう。

地震に強い部屋をつくる

14

落下しないように
固定



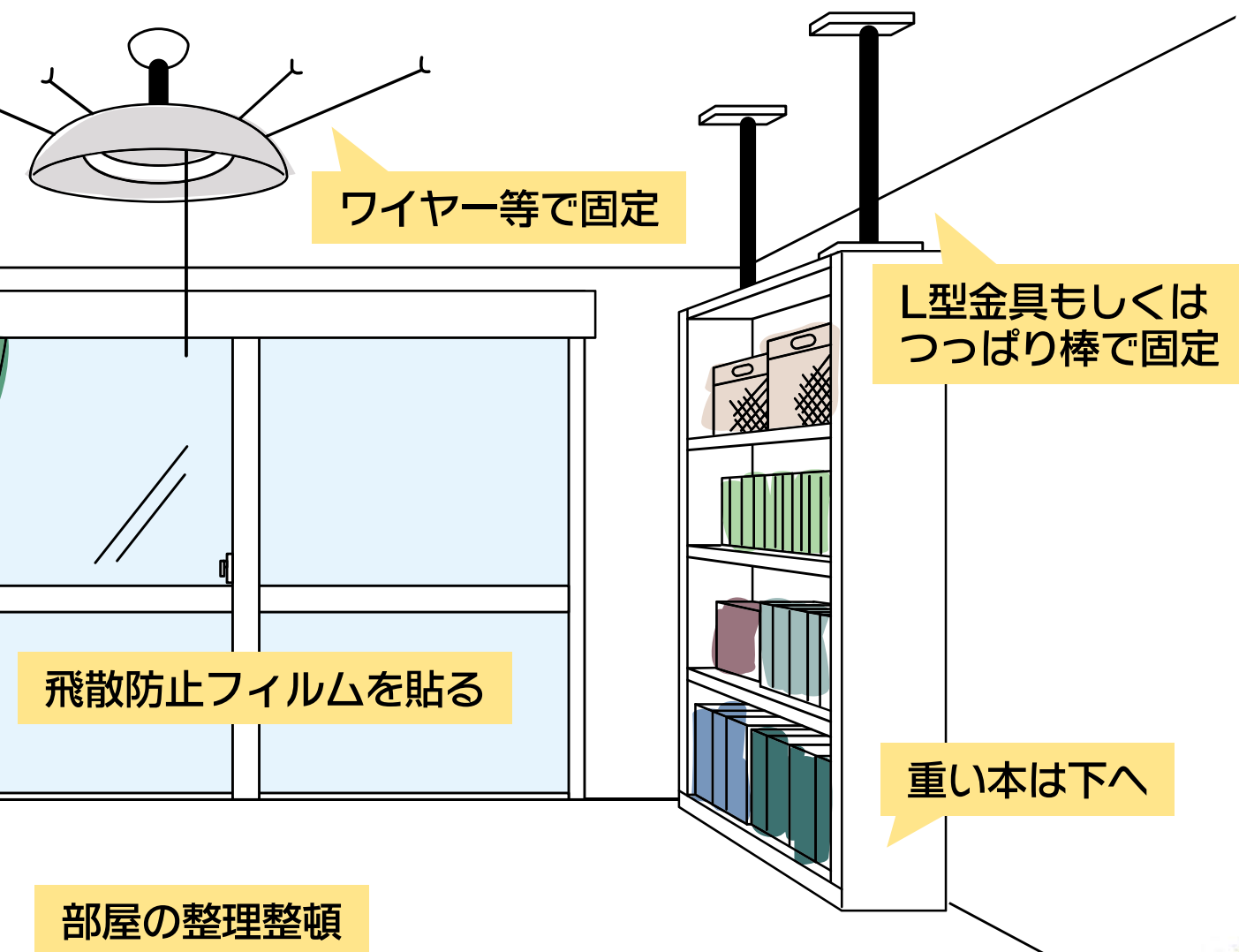
粘着マット・
ストッパーを設置

ベッドは
本棚の正面に
設置しない

滑り防止
マットを設置

家具や家電の下敷きにならないために

- 家が倒壊しなくても、家具は倒れます。あなたやあなたの家族の上に重い家具が倒れて来ないように、今すぐ安全な部屋作りに取り組みましょう。
- ご自身での対策が難しい場合は、工務店やハウスメーカーにご相談ください。
- なお、高齢者・障がい者のみの世帯は転倒防止器具の無料取付サービスがありますので、サンキューコール（200-3939）からお申し込みください。



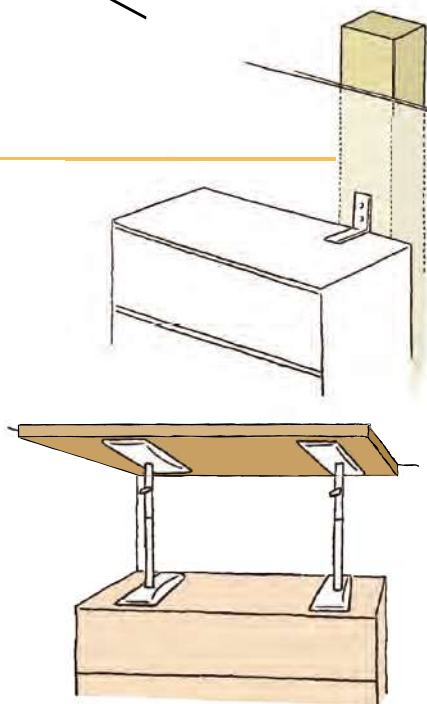
安全な部屋作りのためのポイント

家具の固定は金具によるネジ止めが基本

- 大地震による揺れに耐えるには、壁と家具をお互い強固に固定する必要があります。このため、家具の比較的強度のある場所と、壁の間柱（壁の中の柱）とを金具でネジ止めするようにしましょう。
- 突っ張り棒は、止むを得ず金具で固定できないときの方法と考えましょう。また、家具と天井の間に2本の突っ張り棒を立て、その間に板を渡すことで、より強固に固定されます。

寝室に重い家具を置かない

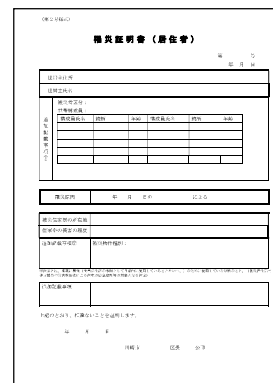
- 寝ているときは素早い対応ができません。家具の転倒防止策も大切ですが、なるべく寝室には重い家具を置かないようにしましょう。



被災したときの生活再建

罹災証明を受ける

- 罹災証明書とは災害により被災した住家等について、その被害の程度を証明する書類で、下記のような被災者支援制度の適用の判断材料として活用されるものです。
 - ▶ 被災者生活再建支援金を受給する場合
 - ▶ 被災者向けの融資を受ける場合
 - ▶ 保険料の減免などを受ける場合
 - ▶ 義援金を受給する場合
 - ▶ 税金の減免などを受ける場合
 - ▶ 応急仮設住宅への入居の場合
- 証明書の発行にあたっては、市職員が現地で被害状況の調査を行い、「全壊」「半壊」「一部損壊」等の区分で被害の程度を判定します。
 - ※ 災害と建物等の被害の因果関係の確認のため、可能な限り復旧の前に被害状況を写真等で記録してください。
- 罹災証明書の申請や交付については、各区役所にお問い合わせください。



コラム 応急危険度判定とは

応急危険度判定とは、地震で被災した建物が、今後の余震等で崩壊するなどの危険がないか専門スタッフ（応急危険度判定士）が調査し、その結果を建物の玄関などに「危険」「要注意」「調査済」の3段階で表示することで、建物の所有者や近くの人に対して注意を促すものです。

詳しくは建築管理課（200-3018）までご連絡ください。

※ 被災した擁壁、のり面を含む宅地の危険度判定は被災宅地危険度判定士が調査します。詳しくは宅地企画指導課（200-3035）までご連絡ください。



応急危険度判定の判定標識

ご存知ですか？

応急危険度判定と罹災証明に基づく「建物被害認定調査」との違い

応急危険度判定は、あくまで住民の安全第一に、応急的に実施されます。この判定は、被災者の生活再建に向け、その根拠となる「罹災証明書」を発行するための「建物被害認定調査」とは目的が異なるため、その2つの判定結果に違いが生じるケースもあります。

あらかじめ地震保険に加入しておく

- 地震保険とは、地震によって起きる損害を補償する、地震災害専用の保険です。
- 地震によって自宅が被災したときには、生活再建する上で大きな力となりますので、あらかじめ加入しておきましょう。
- ※ 火災保険では、地震を原因とする火災や、地震により延焼・拡大した損害への補償はされません。
- ※ 地震保険は火災保険への加入が前提となりますので、火災保険と一緒にご契約ください。
- ※ すでに火災保険を契約されている方は、契約期間の中途からでも地震保険に加入できます。

風水害に備える

風水害は、地震と違い天気予報などで事前に情報を入手する時間があります。
慌てずに適正な避難行動をとるために、「マイタイムライン」を作成しておきましょう

マイタイムラインを作ろう

- マイタイムラインとは、大雨や台風などの風水害に備えて、一人ひとりの家族や生活の状況に合わせた避難行動、つまり「自分の逃げ方」を考えておくものです。
- マイタイムラインを作成することで慌てず適切な避難行動をとる助けとなります。
- 「いつ」「誰が」「何をするのか」をスケジュールにまとめて家庭内で共有しておきましょう。

STEP 0 避難をする必要があるかを調べよう (日頃から)

ハザードマップを用いて住んでいる地域に「洪水」や「土砂災害」等の危険があるか調べておきましょう。

STEP 1 避難先や避難経路を検討しよう (～3日前)

浸水の深さやご家族の状況などによって、避難行動が変わりますので、テレビやラジオなどで情報入手しながら、避難のタイミングや避難場所、避難場所までの経路を考えてみましょう。また、避難にあたり不足しているものを買って足しておきましょう。

※自宅を離れて避難する場合は必ず、必要な備蓄品を持ち出して避難をしましょう。

STEP 2 避難の準備をしよう (2日前～前日)

「ペットをペットホテルに預ける」、「物干し竿などの飛ばすものをしまっておく」、「車を高台に移動する」などの避難前の準備をしておきましょう。

STEP 3 避難を開始 (前日～半日前)

雨風が強くなる前に避難を開始しましょう。また、避難をする際は動きやすい服装や靴を身に着け、河川の近くなどの危険な箇所は通らないようにしましょう。

マイタイムライン作成例

STEP.0 (日頃から)	自宅周辺のリスクをハザードマップで確認しておく。
STEP.1 (3日前)	台風の接近情報を確認。足りないものを買って足す。避難先は台風進路外にある親戚の家に決定。
STEP.2 (1日前)	車を高台に移す。 ペットをペットホテルに預ける。
STEP.3 (半日前)	雨風が強くなる前に避難を開始する。



市HPでも詳しく説明しています。あわせてご覧ください。→

マイタイムラインをつくらう

コラム 様々なツールを使えるようにしておこう

情報の入手手段は、テレビやラジオ、スマートフォンなど様々ですが、災害時は停電や電波の輻輳（ふくそう）などの理由からいつも使っているものが必ず使えるとは限りません。

日頃から様々なツールに触れ、使い方を知ることによって、情報の入手手段を確保できるようにしましょう。[33.34ページ](#)



ハザードマップで地域のリスクを知る

がけ崩れのリスクを知るには

- 各区の土砂災害警戒区域と土砂災害特別警戒区域を示した「土砂災害ハザードマップ」をご活用ください。
※川崎区については土砂災害警戒区域がないため、ハザードマップはありません。
- 宅地企画指導課（200-3035）、各区危機管理担当、かわさき情報プラザの窓口等で配布しています。



■土砂災害ハザードマップ

洪水のリスクを知るには

- 各区の洪水浸水想定区域を示した「洪水ハザードマップ」をご活用ください。
- 河川課（200-2902）、各区危機管理担当、かわさき情報プラザの窓口等で配布しています。



■洪水ハザードマップ

内水のリスクを知るには

- 各区の内水浸水想定区域を示した「内水ハザードマップ」をご活用ください。
- 下水道計画課（200-0104）、各区危機管理担当、かわさき情報プラザの窓口等で配布しています。



■内水ハザードマップ

避難に関する情報を知る

- 災害発生の危険が迫ったとき、避難が必要な地域の方に向け、下記の情報を発信します。
※情報の入手方法については[33ページ](#)をご覧ください
- その際、自宅周辺のリスクや各家庭の状況に応じ、適切に行動しましょう。
※災害に応じた避難の方法については次ページをご覧ください

■避難に関する情報

警戒レベル 5 緊急安全確保	警戒レベル 4 避難指示	警戒レベル 3 高齢者等避難
警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。 警戒レベル5緊急安全確保の発令を待つてはいけません!	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 高齢者や障害のある人は、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。

コラム 「かわさき防災アプリ」をダウンロードしよう

「かわさき防災アプリ」では、各種ハザードマップや防災マップを確認できるだけでなく、避難に関する情報や避難所の開設状況も確認できます。また、「備える。かわさき」のWEB版もご覧いただけますのでダウンロードしておきましょう。



「かわさき防災アプリ」

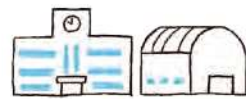


がけ崩れから避難する

土砂災害警戒区域の中にいるときに、避難に関する情報が発せられたときには、ただちに安全を確保することが必要です。

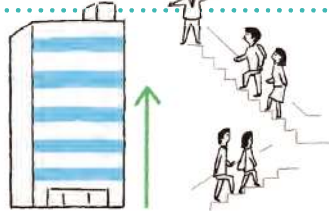
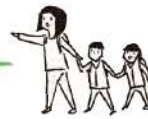
このとき、天候やご自身の状況により、柔軟に行動を変えることができるよう、下記の方法を参考に、適切な避難場所の確保などの準備をしておくことが大切です。

■状況に応じた避難行動



安全な場所への移動

避難所や高台、土砂災害警戒区域の外の知人の家などに移動します。

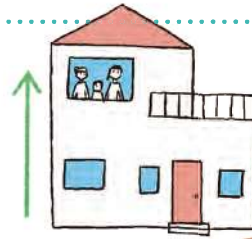


近隣の高い建物等への移動

近くの頑丈な建物の2階以上や、高い建物のなるべく上階に移動します。

屋内の安全な場所への避難

屋外への避難がかえって危険なときは、崖とは反対側で、なるべく高い階の部屋に避難します。



がけ崩れの 前兆現象とは



- がけ崩れが発生する間際のがけ地では、以下の前兆現象が起きると言われています。
 - ①斜面が膨らんできている。
 - ②斜面の上や途中に浮いている石がある。
 - ③斜面に亀裂ができています。
 - ④湧き水の量が増えたり、濁ったりしている。
 - ⑤雨水が斜面を流れてできた溝がある。
 - ⑥雨の日には小石がパラパラ落ちてくる。
- これらを目撃したときはすぐに現場から離れましょう。心配でもがけ地を見に行くことは危険なので絶対にやめましょう。

■がけ崩れが起こりにくい土地をつくるには

急傾斜地や擁壁等の対策工事を行うことで、がけ崩れが起こりにくくなります。がけの状況に応じて、下記の制度を活用しましょう。詳しくは宅地企画指導課(200-3035)までご相談ください。

急傾斜地崩壊対策事業(神奈川県事業)

- 対策工事を行うことで、急傾斜地の崩壊を防ぎます。

※がけの高さが5m以上、勾配が30度以上、保全家戸数が5戸以上、自然がけであること、関係権利者全員の合意形成が図られることなどの要件があります。



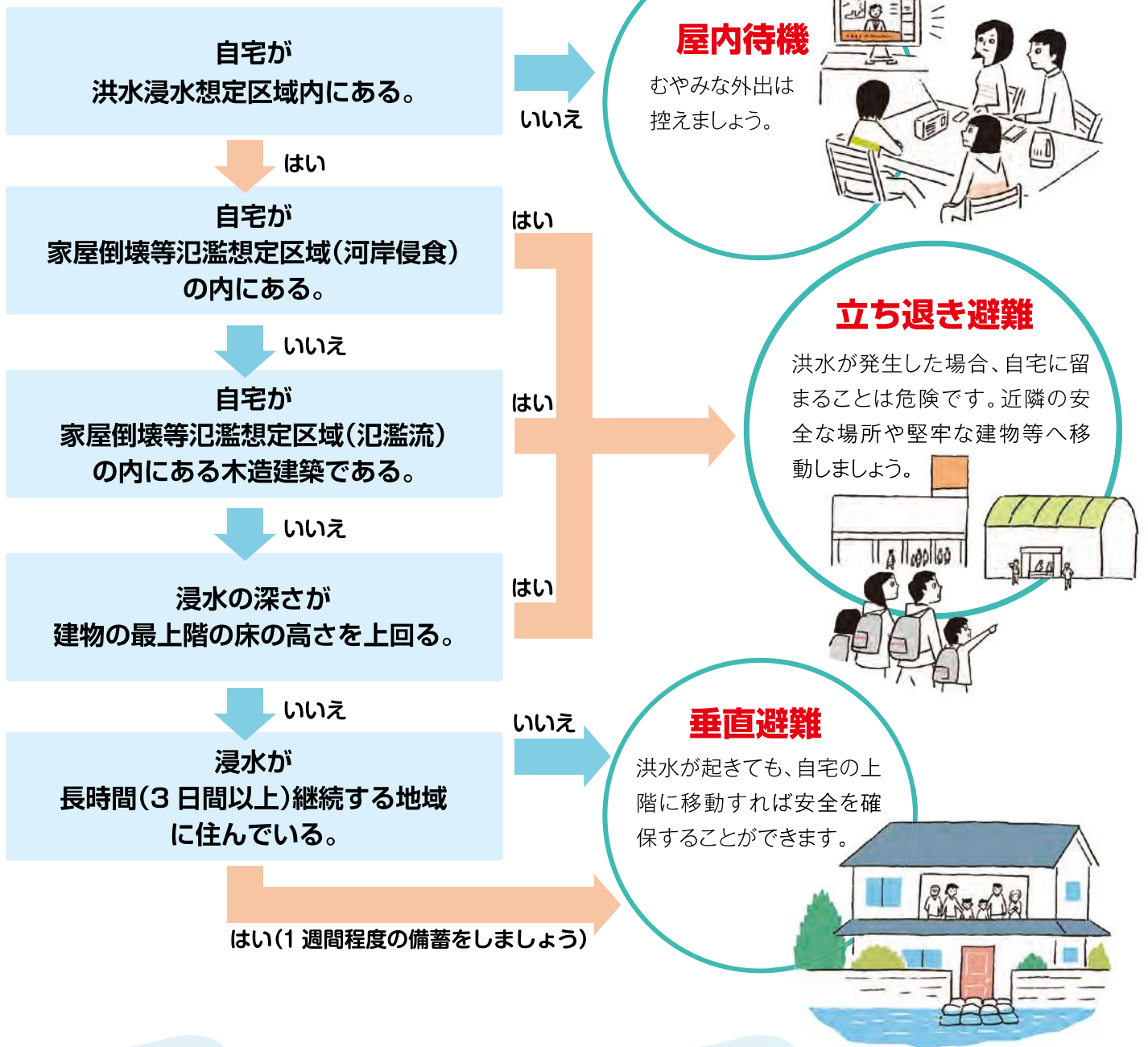
宅地防災工事助成金制度(川崎市事業)

- がけ崩れの防止や復旧などの「宅地防災工事」、がけの補修・補強または排水施設の整備などの「宅地減災工事」に対し、工事費の一部を助成します。

洪水等から避難する

大雨により河川の水位が上がり洪水の危険が迫った際には、川崎市から対象の地域に避難を呼びかけます。適切な避難方法は、居住場所や環境により違いがありますので、下記の判断フローを参考に、自身の避難行動や避難先をあらかじめ検討しておきましょう。

状況に応じた避難行動



家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸侵食)とは

- 河岸が侵食された場合に、家屋の倒壊や流出などの危険がある区域を示したものです。

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)とは

- 河川が氾濫した場合に、一般的な木造家屋が倒壊する危険のある区域を示したものです。

内水氾濫から身を守る

「内水氾濫」とは、下水道等の排水施設の能力を超えた雨が降った時や、雨水の排水先の河川の水位が高くなった時等に、雨水が排水できなくなり浸水する現象です。

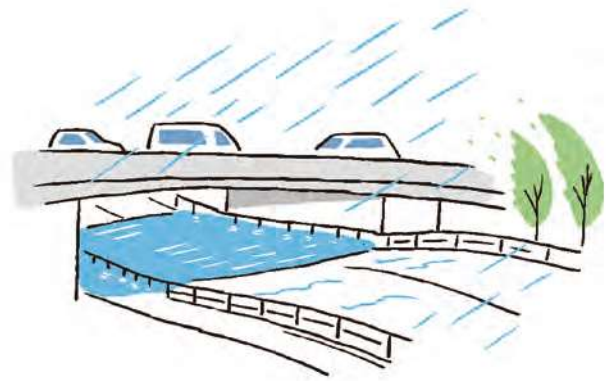
垂直避難をしましょう

- 内水氾濫については、浸水が発生しても、建物の上階に避難すれば安全を確保することができます。20センチメートル程度の水深でも水の流れによっては歩行が困難となります。無理して屋外へ移動せず、高所へ垂直避難をしましょう。

なお、突発的な集中豪雨等は事前の予測が困難であるため、避難所は開設されていない可能性が高いです。市からの防災情報に注意しましょう。

地下空間の危険性

- 地下室や半地下等の地下空間は、地上の様子を確認できず、地上が冠水すると一気に水が流れ込んでくる場合があります。また、低い水位でも水压でドアを開けることができなくなります。早めに地上・上階へ避難してください。



大雨時や浸水時の注意点

- 市内には、道路や鉄道の下等に立体交差部（アンダーパス）があり、大雨時には冠水する恐れがあるため、通行は避けましょう。
- 浸水時には、ふたの外れたマンホールや側溝等危険な場所があります。やむを得ず、移動する場合には、長い棒を杖代わりにする等、足元の安全を確保しましょう。

屋外に避難するときの注意点

- 動きやすい服装を心がけ、靴はヒモで締められる運動靴を履くようにする。
※長靴は足を取られるため危険です。
- 非常持出品は、リュックサックなどに入れ、両手が使えるようにする。
- 夜間や停電など周囲が暗い場合に備え、懐中電灯を用意する。
- 浸水している場所を移動する場合に備え、杖などを用意する。
※浸水している場所は、蓋の開いたマンホールへの転落の恐れ等があり、足元の安全確保が必要です。



様々な災害から身を守る

20

竜巻から身を守る

- 竜巻は発達した積乱雲に伴い発生します。「①急に冷たい風が吹く」「②窓や壁に打ち付けるような強い雨や風が吹く」「③ひょうが降る」など、竜巻が起きる兆しに気付いたら、すぐに次のとおり避難しましょう。

屋外にいるとき

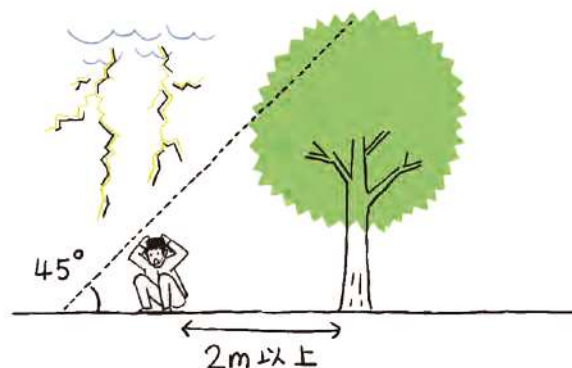
- 頑丈な建物の中に逃げ込む。
※物置やプレハブ等には逃げ込まない。
- 頑丈な構造物の側にうずくまる。
- 側溝等に伏せる。
※逃げ込める建物がない場合。

屋内にいるとき

- 窓、ドア、外壁から離れる。
- 家の1階で、中心部に近い窓の無い部屋や、地下室に駆け込む。
- 浴槽や机の下など、頑丈な物の陰に入り、両腕で頭と首を守る。

雷から身を守る

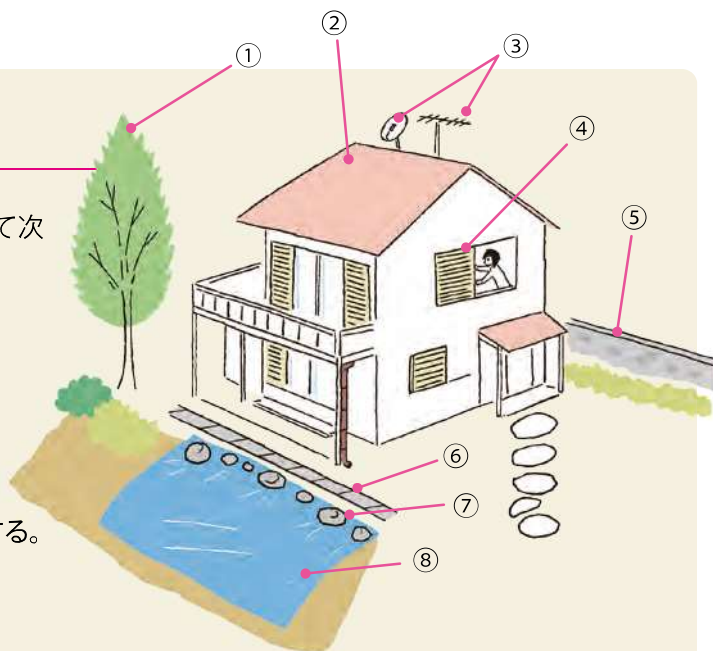
- 雷が鳴ったときには、早めに建物や車の中に避難しましょう。
- 近くに建物や車がないときは、高い木などを探し、最低でもその木の全ての幹・枝・葉から2m以上離れたところで※、姿勢を低くしましょう。
※木に近寄り過ぎると、その木に落雷したときに人体へ雷が飛び移ることがあります。また、送電線の下も安全ですが、その際は電柱から4メートル以上離れてください。



コラム 台風にも備える

台風の接近や通過が予想されるときは、必要に応じて次の対策を行きましょう。

- ① 崖の上や途中にある大きな木の枝をせん定する。
- ② 屋根の点検、補修をする。
- ③ アンテナはしっかり固定する。
- ④ 雨戸、雨どいの点検、補修をする。
- ⑤ 塀の補強をする。
- ⑥ 水路、排水溝の掃除をして雨水がよく流れるようにする。
- ⑦ 崩れそうな土砂を取り除く。
- ⑧ シート掛け、雨水の浸入を防ぐ。



水害時に役立つ情報

川崎市防災気象情報

- 市内及び多摩川、鶴見川の河川水位や雨量情報、河川監視カメラをウェブサイトで公開しています。

<https://kawasaki.tenki.ne.jp/>



雨の降り方と災害発生との関係※地域特性により異なる場合があります

1時間雨量	状況	災害発生のリスク
10～20ミリ	ザーザーと降る。	この程度の雨でも長く続くときは注意が必要。
20～30ミリ	どしゃ降り。 車に乗っているときには、ワイパーを速くしても前方が見づらい。	側溝や下水、小さな川があふれ、小規模の崖崩れが始まる。
30～50ミリ	バケツをひっくり返したように降る。 車での高速走行時には、ハイドロプレーニング現象が生じブレーキが効かなくなる。	山崩れ・崖崩れが起きやすくなり、危険地帯では避難の準備が必要。 下水管から雨水があふれる。
50～80ミリ	滝のようにゴーゴーと降り続く。 これ以上、車の運転は危険。	都市部では地下室や地下街に雨水が流れ込む場合がある。 マンホールから水が噴出する。 土石流が起こりやすい。
80ミリ以上	息苦しくなるような圧迫感がある。 恐怖を感じる。	雨による大規模な災害の発生するおそれが高く、厳重な警戒が必要。

コラム 過去の災害を参考にする

浸水実績図

市内で発生した過去の浸水情報を視覚的に表した図面のことです。
ガイドマップかわさき [06ページ](#) や次の場所で閲覧できます。

■ 印刷図面の閲覧場所
(本市ホームページでもご覧になれます)
下水道計画課 (200-2841)、
かわさき情報プラザ、
各区役所 (危機管理担当、
道路公園センター)、各図書館

災害概要

川崎市で過去に発生した災害や大規模な事故などの記録をまとめたものは、かわさき情報プラザで閲覧するか、市HPから「災害概要」で検索し、ダウンロードしてください。

災害に強い地域を作るには

22

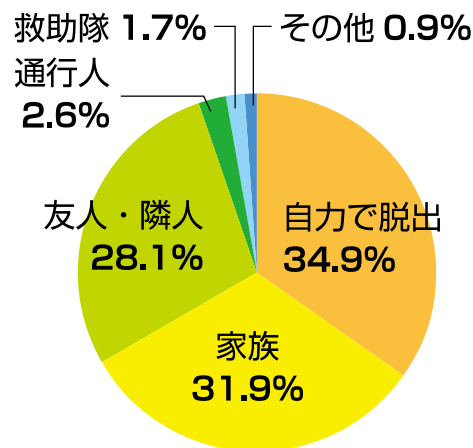
災害時に頼れるのはご近所の絆

あなたを救う手はご近所から差し伸べられる

- 近くで火災や建物倒壊などが起きたとき、それが大規模災害のときであれば、消防署や警察署がすぐに駆けつけてくれるとは限りなくなります。
- 大規模災害時、多くの方がご近所の絆(共助の力)によって救われていることが過去のデータからわかっています。(右図参照)

あなたの近くには一人で避難できない方がいるかも知れない

- 災害時要援護者(高齢者や障がい者など災害時に特に配慮を要する人)は情報の入手が遅れてしまったり、避難に時間を要するため、ご近所の協力が必要になります。
- 無理のない範囲で、災害時要援護者への配慮を優先的に考え、安否確認、火の始末や避難の手助け、情報の提供などを心掛けましょう。



阪神淡路大震災における生き埋めや閉じ込められた際の救助主体等
日本火災学会
「1995年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書」より



地域の自主防災活動に参加しよう

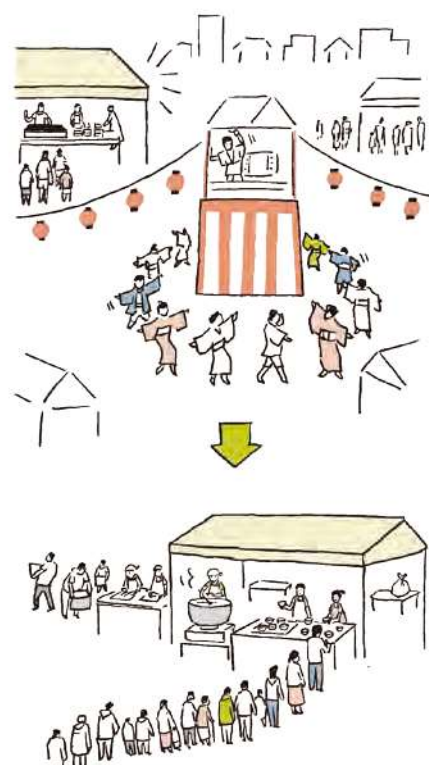
自主防災組織とは

- 自主防災組織とは、地域に住む皆さんがお互いに協力し合い、その地域の安全を守るため、町内会・自治会などを基に組織された団体です。
- 災害時に見知らぬ住民同士がスムーズに助け合うことは困難です。日頃から地域の防災訓練や、町内会・自治会活動に積極的に参加し顔見知りを増やすことで、災害時のスムーズな助け合いにつながります。

防災訓練に参加しよう

- 地域の防災訓練は、消火活動や応急救護の方法を練習する場であると同時に、地域の絆を深める絶好の機会です。
- 家族やご近所同士で誘い合い、特に若い世代は積極的に参加しましょう。

※自主防災組織への加入の相談や活動について知りたい方、自主防災組織を結成したい場合は、各区役所の危機管理担当にご相談ください。



地域防災力向上に役立つ支援

災害時要援護者避難支援制度

- 市では、町内会・自治会や自主防災組織など、地域の助け合いによる、災害時要援護者の避難支援に向けた体制づくりを行っています。
- 災害時の避難に不安のある方はこの制度へ登録することで、初回訪問や支援者との関係づくりを通じて、災害時の避難支援を受けやすくなります。あわせて、登録される方は町内会・自治会などへ加入し、日ごろから地域の方と顔の見える関係をつくりましょう。
- 詳しくはお住まいの区役所、地区健康福祉ステーションにご相談ください。
- 市HPでは、制度の詳細や、支援者向けのわかりやすい手引きなども紹介しています。

市HPから [検索](#)

川崎市防災協力事業所登録制度

- 災害時に事業所が無償で地域の支援を行う制度です。
- 災害時に地域貢献を行いたい事業所や、近くの防災協力事業所について詳しく知りたい方は、市HPまたはお近くの区役所（危機管理担当）にご相談ください。

市HPから [検索](#)



防災について学べるメニュー

ぼうさい出前講座

- 地震・風水害に関する一般的な知識と家庭での備え、川崎市の防災対策などをテーマに、皆様の地域に職員が出向いて講座を行います。
- 詳しくは市HPまたは、お近くの区役所（危機管理担当）にご相談ください。

市HPから [検索](#)

応急手当講習会

- 心肺蘇生法・AEDの使用方法・止血法などの応急手当の技術を身に付けた「市民救命士」の養成を行います。
- 詳しくは市HPまたは、電話（救急課 223-2627）にてご相談ください。

市HPから [検索](#)

ぼうさいライブラリー

- 防災に関するDVDや避難所運営ゲーム(HUG)無料で借りることができます。貸出リストは市HPにて掲載しております。
- 防災啓発情報のコンテンツやリンク集をまとめた「ぼうさいライブラリー（オンライン版）」をホームページに掲載しておりますのでご活用ください。
- 詳しくは市HPまたは電話（危機管理本部 200-2894）にてご相談ください。
- Youtubeの「川崎市ぼうさいチャンネル」では、防災学習動画を配信しています。ぜひチャンネル登録してください。



川崎市ぼうさいチャンネル

災害時の情報の入手方法

23

川崎市では、防災行政無線をはじめ、様々なツールにより防災情報の発信を行っています。複数の手段を組み合わせることで、効果的に情報を入手することができますので、一つの手段に頼らず、複数の手段を活用して情報を取得できるように準備しておきましょう。

防災情報取得手段			種別
1	同報系防災行政無線 【屋外スピーカー】	屋外に設置しているスピーカーから様々な災害情報を放送します。	無線 
2	同報系防災行政無線 【戸別受信機】	自主防災組織や各学校などに設置している小型の受信機です。	無線 
3	防災テレホンサービス	防災行政無線の放送内容を電話で聞くことができます。	固定電話 スマートフォン 
4	メールニュースかわさき 「防災気象情報」	市内の災害情報や気象情報などをメールでお届けします。	スマートフォン 
5	エリアメール (NTTdocomo) 緊急速報メール (au、ソフトバンク、楽天モバイル)	津波に関する情報や国民保護情報 (弾道ミサイル情報等) などの極めて緊急性の高い情報を配信します。	スマートフォン 
6	かわさき防災アプリ	発令されている避難情報や避難所開設情報のほか、危険区域を地図に示したハザードマップなどを確認できます。	スマートフォン 
7	川崎市防災ポータルサイト	日頃の備えに役立つ防災情報を紹介しています。避難所開設情報や避難情報の発令状況も確認できます。	スマートフォン PC 
8	川崎市 LINE 公式アカウント	事前に災害発生が予想される場合 (台風等) に、防災に特化したメニューに切り替わります。	スマートフォン 
9	川崎市危機管理本部公式 X (旧: Twitter)	災害情報や気象情報、停電情報などをポストします。	スマートフォン 
10	かわさき FM 【79.1MHz】	市からの緊急情報や安否情報、ライフラインなどの生活情報を放送します。	FM ラジオ 
11	防災ラジオ ※ 令和 7 年度導入予定	緊急時には、電源がオフの場合でも自動的に電源がオンになり、かわさき FM からの緊急放送が流れます。	FM ラジオ 
12	地上デジタル放送 【テレビ神奈川: 3ch】	地上デジタル放送のデータ放送を利用して、防災気象情報を提供します。	テレビ 
13	ケーブルテレビ 【YOU テレビ、iTSCOM、J:COM】	ケーブルテレビを活用して、防災気象情報を提供します。	テレビ 

■ 防災テレホンサービス

(一般加入電話、公衆電話から)
0120-910-174 ※通話料なし

(スマートフォンから)
044-245-8870 ※通話料あり











■ 川崎市防災ポータルサイト



■ メールニュースかわさき「防災気象情報」



<https://plus.sugumail.com/usr/kawasaki/home>

災害情報等の種類									
緊急地震速報	大津波警報 津波警報 津波注意報	特別警報 (大雨等)	気象警報 気象注意報	国民保護情報 (弾道ミサイル 情報等)	緊急安全確保 避難指示 高齢者等避難	土砂災害 警戒情報	竜巻 注意情報	光化学 スモッグ 情報	熱中症 (特別)警戒 アラート
									
○	○	○		○	○	○		○	○ (※ 5)
○	○	○		○	○	○		○	○ (※ 5)
○ (※ 1)	○	○		○	○	○		○	○ (※ 5)
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○ (※ 2)	○		○	○	○			
	○ (※ 3)	○ (※ 3)	○ (※ 2,3)		○ (※ 4)	○ (※ 3)			
	○ (※ 3)	○ (※ 3)	○ (※ 2,3)		○ (※ 4)	○ (※ 3)			
		○			○				
	○	○	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	○	○	○			○
○	○	○		○	○	○			
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※ 1 速報性なし ※ 2 警報のみ ※ 3 「緊急情報」欄への表示 ※ 4 対象地域の表示 ※ 5 特別警戒アラートのみ

■ 川崎市LINE公式アカウント



■ かわさき防災アプリ



Android 版



iOS 版/iPadOS 版

■ 川崎市危機管理本部公式X (旧: Twitter)



@kawasaki_bousai

緊急連絡カード

緊急連絡カード

氏名	男・女
住所	
	電話
生年月日	年 月 日 血液型 RH +・-
持病、アレルギー	
健康保険証番号	
運転免許証番号	
生命保険証番号	
銀行口座番号	

避難所	広域避難場所	
家族の集合場所(具体的に)		
災害時に頼れる遠くの親戚・知人	氏名	
	電話・メール	
	住所	
家族の氏名	続柄	携帯電話／会社や学校の連絡先
災害時の安否確認は171または災害用伝言版を利用しましょう。		

災害時に必要な情報がすぐわかるように、このカードに必要事項を書き、携帯しておきましょう。
 家族がいる人はこのページをコピーし、家族全員分作成しておくことで安心です。

大切な人との安否確認

災害用伝言ダイヤル『171』や災害用伝言板は、災害時の安否確認に有効な方法です。
 いざという時にスムーズに使えるよう、無料体験期間※に練習しておきましょう。

※毎月1日・15日・三が日、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)～21日(17:00)

災害用伝言ダイヤル(171)の使い方

録音方法

1 7 1

ガイダンスが流れます

録音は 1

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □
 連絡をとりたい方の電話番号をダイヤル

1 伝言を録音

9 録音終了後

再生方法

1 7 1

ガイダンスが流れます

再生は 2

1 再生

8 もう一度 9 別の伝言／終了

災害用伝言板の使い方

各社の災害用伝言板サイトアドレス



登録

伝言板登録
 ▼状態
無事です。
被害があります。
自宅に居ます。
避難所に居ます。
 ▼コメント(～100文字)
 明日戻ります。
 ※登録情報確認の際、登録されたお客様自身

確認

伝言板確認
 安否確認したい人の携帯電話番号の番号を入力して検索ボタンを押して下さい。携帯電話番号
 090xxxxxxxxx



Colors, Future!
 いろいろって、未来。
 川崎市

備える。かわさき

発行日/2024年9月 編集・発行/川崎市危機管理本部
 〒210-8577 川崎市川崎区宮本町1番地 TEL 044-200-2894 FAX 044-200-3972