

保存版

災害がおきたらどうする？何を備えておけばいい？

いざというときに自分や大切な人を守るために確認しておきましょう！

ハザードマップは裏面をチェック！

つくば市防災ガイド

洪水土砂ハザードマップ

1

最近、地震や大雨が多いよね

2

それは大切なことづくし！

3

フックン船長！

災害とか心配だし、なにが判別できるの？

一緒に災害への備えを確認しようブー！

いざという時のために、避難先や連絡先を書き込んでおきましょう。

わが家の避難先

家族の連絡先

氏名

生年月日

血液型

既往症

会社・学校または携帯電話番号

緊急連絡先

災害が起きたら!!

災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言板 (Web171)

このマップは市役所で配布しています。市ホームページからPDFをダウンロードできます。

発行:令和7年1月 つくば市 市長公室 危機管理課

029-883-1111 (代表)

避難情報と警戒レベル

避難につなぐ情報

洪水や土砂災害などの際に、5段階の「警戒レベル」を用いて、避難情報を発令します。

避難情報等

避難行動等

避難情報等

防災気象情報

警戒レベル相当情報(例)

気象状況

数十年に一度の大雨

警戒レベル5

すでに災害が発生しており、命が危険にさらされています。直ちに安全確保！

緊急安全確保

大雨特別警戒

氾濫発生情報等

警戒レベル4

この段階までに危険な場所から全員避難

避難指示

避難レベル4相当情報

土砂災害警戒情報

氾濫危険情報等

警戒レベル3

危険な場所から避難に時間がかかる人とその支援者は避難

高齢者等避難

警戒レベル3相当情報

大雨警戒

洪水警戒

氾濫警戒情報等

警戒レベル2

避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認

大雨注意情報

洪水注意情報等

【気象庁が発表】

警戒レベル1

災害への心構えを高める

早期注意情報

【気象庁が発表】

これらの情報は、住民が自主的に避難行動をとるために参考とするものです。

※各階の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表や発令がされたと解釈できません。

自分や家族に合った避難をしよう

指定避難所

親戚、友人宅など

在宅避難

自主避難

マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、台風や大雨などの災害から自分の身を守るための「防災行動計画」です。いざというときに安全に避難ができるように、あらかじめ自分用のマイ・タイムラインを作っておきましょう。

風水害(大雨や台風などによる災害)

各地で大雨や台風による大きな被害が発生しています。突発的・局所的な大雨も増えているので、気象情報をこまめにチェックし、安全のために適切な行動を心がけましょう。

雨の強さと降り方(単位:mm/時)

線状降水帯とは

記録的短時間大雨情報とは

風の強さと吹き方(単位:平均風速m/秒)

台風

竜巻

竜巻が迫ってきたら

竜巻注意情報(気象庁)

土砂災害

土砂災害は大雨や地震が引き金となることが多く、がけや斜面に近い場所は十分注意が必要です。

土砂災害の種類

がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)

地すべり

土石流

土砂災害の主な前兆現象

土砂災害の主な前兆現象

つくば市防災ガイド

洪水土砂ハザードマップ

災害がおきたら!!

災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言板 (Web171)

このマップは市役所で配布しています。市ホームページからPDFをダウンロードできます。

発行:令和7年1月 つくば市 市長公室 危機管理課

029-883-1111 (代表)

避難情報と警戒レベル

避難につなぐ情報

洪水や土砂災害などの際に、5段階の「警戒レベル」を用いて、避難情報を発令します。

避難情報等

避難行動等

避難情報等

防災気象情報

警戒レベル相当情報(例)

気象状況

数十年に一度の大雨

警戒レベル5

すでに災害が発生しており、命が危険にさらされています。直ちに安全確保！

緊急安全確保

大雨特別警戒

氾濫発生情報等

警戒レベル4

この段階までに危険な場所から全員避難

避難指示

避難レベル4相当情報

土砂災害警戒情報

氾濫危険情報等

警戒レベル3

危険な場所から避難に時間がかかる人とその支援者は避難

高齢者等避難

警戒レベル3相当情報

大雨警戒

洪水警戒

氾濫警戒情報等

警戒レベル2

避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認

大雨注意情報

洪水注意情報等

【気象庁が発表】

警戒レベル1

災害への心構えを高める

早期注意情報

【気象庁が発表】

これらの情報は、住民が自主的に避難行動をとるために参考とするものです。

※各階の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表や発令がされたと解釈できません。

風水害(大雨や台風などによる災害)

各地で大雨や台風による大きな被害が発生しています。突発的・局所的な大雨も増えているので、気象情報をこまめにチェックし、安全のために適切な行動を心がけましょう。

雨の強さと降り方(単位:mm/時)

線状降水帯とは

記録的短時間大雨情報とは

風の強さと吹き方(単位:平均風速m/秒)

台風

竜巻

竜巻が迫ってきたら

竜巻注意情報(気象庁)

避難行動のポイント(水害・土砂災害)

水害

土砂災害

1 水平避難

2 垂直避難

災害時の情報収集

テレビ・ラジオ

つくば市SNS(Xアカウント)

つくば市災害・防災メールサービス

つくば市役所ホームページ

つくば市危機管理課

茨城県土砂災害警戒情報システム

「つくスマ」つくばスマートシティアプリ

茨城県河川情報システム

茨城県防災情報メール

気象庁ホームページ

内閣府:防災情報のページ

地震発生! そのときどうする

つくば市では毎年、地震に備えてシェイクアウト訓練を実施しています。地域で防災訓練を行うときは、積極的に参加しましょう。

地震発生時の時間経過別行動マニュアル(室内にいた場合)

地震発生

1～2分

3分

5分

10分

数時間

3日

わが家の防災対策

災害はいつ発生するかわかりません。平時より自宅の安全状況を確認し、災害に備えた防災対策を行ってください。

屋内の安全対策

部屋全般

家具

照明

火災予防

窓

テレビ

スリッパ

暖房器具

家具の配置

出入口にものを置かない

寝る場所・座る場所に注意

重いものは低い位置に

屋外の安全対策

ベランダ

ブロック塀

玄関・通路

家屋の基礎

外壁・基礎

ガスパンパ

災害用備蓄品

非常持ち出し品

備蓄品

その他必要なもの

最低でも3日分、できれば一週間分を用意しましょう

家族構成に合わせて準備しましょう

つくば市防災ガイド

洪水土砂ハザードマップ

災害がおきたら!!

災害用伝言ダイヤル 171

災害用伝言板 (Web171)

このマップは市役所で配布しています。市ホームページからPDFをダウンロードできます。

発行:令和7年1月 つくば市 市長公室 危機管理課

029-883-1111 (代表)

火災がおきたら

大規模な地震は、揺れだけでなくその後の火災にも注意が必要です。

初期消火の3原則

1 早く知らせる

2 早く消火する

3 早く逃げる

火元別初期消火のコツ

油なべ

石油ストーブ

衣類

風呂場

電気製品

カーテン・ふすま

家庭にあるものを利用して浸水対策

簡易水のうを活用

プランター・ポリタンクを活用

止水板の活用

プランター・ポリタンクを活用

止水板の活用

災害時の助け合い

多めに日用品や食料をストックする

ローリングストック法

ローリングストック法(日常備蓄)

ローリングストック法

ローリングストック法(日常備蓄)