



赤十字 防災 セミナー

Japanese Red Cross Disaster Risk Reduction Seminar

～災害からいのちを守るために～  
【大雨編】

1

---

---

---

---

---

---

---

---



大雨からいのちを守る

2

2

---

---

---

---

---

---

---

---

大雨

テーマ

大雨からいのちを守るために

内容

- 大雨が降ったらどうなる？
- 大雨と土砂災害からの避難
- 知っておきたい大雨に関する情報

3

3

---

---

---

---

---

---

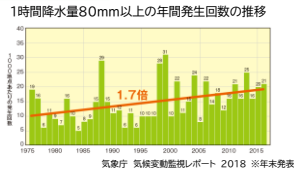
---

---

## 大雨による災害発生の可能性

### 気候の変化

- 1時間降水量80mm以上  
=「猛烈な雨」の発生頻度増加
- 「数十年に一度の大雨」、  
「記録的な大雨」が増えた



「過去に浸水したことがないから大丈夫」と考えるのは危険

4

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ひとつ選んでください

1時間雨量80mm以上の雨ってどんなもの？

- ①ザーザーと降る
- ②バケツをひっくり返したように降る
- ③息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じる

①②③の  
どれでしょうか？



5

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ▶ 大雨 <大雨からいのちを守る>

### 雨の強さと降り方

1時間雨量(mm)	予報用語	人の受けるイメージ	人への影響
10以上~20未満	やや強い雨	ザーザーと降る	地面からの跳ね返りで足元がぬれる
20以上~30未満	強い雨	どしゃ降り	傘をさしていてもぬれる
30以上~50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る	
50以上~80未満	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)	傘は全く役に立たなくなる
80以上~	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる	

出典:気象庁ホームページ「雨の強さと降り方(階級表)」を加工して作成

6

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨 <大雨によって起こること>

● 洪水害 (外水氾濫)

- 河川の流量が異常に増加
- 堤防が決壊
- 河川の水が堤防を越える



● 浸水害 (内水氾濫)

- 用水路や下水溝などが氾濫
- 河川の増水や高潮で排水が阻まれる
- 住宅や田畑が水につかる




---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨 <大雨によって起こること>

● 土砂災害

**がけ崩れ (斜面崩壊)**  
斜面が突然崩れ落ちる



**土石流**  
谷や斜面にたまった土砂が一気に流れる



**地すべり**  
地中の層が広い範囲にわたって動く



提供: NPO法人土砂災害防止広聴センター

---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨 <大雨からいのちを守る>

避難の基本

避難 = 安全な場所へ逃れること

- 早めに安全な場所へ移動する
- 声をかけながら率先して避難する

「自らの命は自らが守る」




---

---

---

---

---

---

---

---

イメージしてください

今は昼の12時です。  
 あなたは今テレビを見ています。  
 ニュースでは警戒を呼び掛けています。  
 自宅の窓から外を見ると、  
 やや強い雨が降っています。

あなたは  
 何時くらいに避難しますか？



10

10

---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨<大雨からいのちを守る>

避難の基本

避難 = 安全な場所へ逃れること



■ 避難が危険な場合

- 外が暗くなっている
- 道路が水であふれている
- 水が流れている、勢いがある

11

11

---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨<大雨からいのちを守る>

大雨による洪水などからの避難

- 立ち退き避難（別の場所へ移動）
  - 指定緊急避難場所 ← これが基本
  - 近隣の安全な場所 ← 避難場所への避難が危険な場合
    - 河川から離れた小高い場所等
- 垂直避難（屋内で安全確保）
  - 屋内の高い場所 ← 近隣の安全な場所への避難が危険な場合
    - 屋内の高いところ、屋上への移動



12

12

---

---

---

---

---

---

---

---

## ▶ 大雨 &lt;大雨からいのちを守る&gt;

## 大雨による土砂災害からの避難

## ● 立ち退き避難（別の場所へ移動）

- ・指定緊急避難場所 ← これが基本
- ・近隣の安全な場所 ← 避難場所への避難が危険な場合
  - 近隣の堅牢な建物

## ➡ もし、逃げ遅れてしまったら…

- ・屋内の高い場所
- ・山からできるだけ離れた部屋 など

とにかく避難！  
早めの避難が大切

13

13

---

---

---

---

---

---

---

---

## ▶ 大雨 &lt;大雨からいのちを守る&gt;

## 目頃から 大雨に関する情報等を知っておく

## ● 気象警報・注意報

種類	内容
特別警報	重大な災害の起こるおそれ著しく大きい場合に、その旨を示す
警報	重大な災害が起こるおそれがある旨を警告する
注意報	災害が起こるおそれがある場合にその旨を注意する

## ● 記録的短時間大雨情報、土砂災害警戒情報 など

14

14

---

---

---

---

---

---

---

---

## ● 警戒レベルととるべき行動

警戒レベル	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	いのちを守る最善の行動	・緊急安全確保
4	全員避難	・避難指示
3	高齢者などは避難	・高齢者等避難開始
2	避難行動の確認	・注意報
1	心構えを高める	・警戒級の可能性

15

15

---

---

---

---

---

---

---

---

▶ 大雨 <大雨からいのちを守る>

● ハザードマップ

- 大雨による被害想定(場所、程度)
  - 水害が予想される区域
  - 土砂災害の被害想定区域



大雨時に危険が潜む場所

- 地下街などの地下施設
- 住居の地下室、地下ガレージ
- 道路のアンダーパス
- 川原、中洲など水辺の場所

● 避難場所

- 水害の場合の避難場所
- 土砂災害の場合の避難場所

● 避難場所への経路

---

---

---

---

---

---

---

---

大雨 から いのち を 守る ために

● 大雨による災害発生の可能性

「過去に浸水したことがないから大丈夫」と考えるのは危険

● 大雨によって起こること

洪水害、浸水害、土砂災害

● 大雨による災害発生前や、事前にすること

避難 水害:立ち退き避難、垂直避難  
土砂災害:立ち退き避難

情報の確認 気象警報・注意報、警戒レベル(避難に関する情報)  
ハザードマップ(危険な場所、避難場所など)




---

---

---

---

---

---

---

---