

```
graph TD; A[地震発生] --> B[身の安全確保]; B --> C[情報を集める  
避難準備]; B --> D[家が治まってから  
火元確認・家族の安否確認]; C --> E[自宅で生活ができない。  
自宅に被害がある。または自宅に被害はないが、  
ライフラインが止まっている。]; C --> F[自宅で生活ができる。  
自宅に被害がなく、生活ができる。]; E --> G[一時集合（避難）場所（自治会館等）へ避難  
（各自治会で決められた避難所）]; F --> H[自主防災組織（自治会等）でのルールにより行動する。  
必要に応じて自主避難・安否確認]; G --> I[一時集合（避難）場所における安否確認]; H --> I; I --> J[指定避難所へ生活  
（福祉施設等二次避難所）]; I --> K[帰宅  
（食料、情報等の確保）];
```

地震発生

身の安全確保

情報が集める
避難準備

家が治まってから
火元確認・家族の安否確認

窓をあけ防災無線の確認
ラジオ、テレビをつける
非常持出品の用意

土砂災害（山やがけ崩れ）が
予想される地域は、すぐに避難！

自宅で生活ができない。
自宅に被害がある。または自宅に被害はないが、
ライフラインが止まっている。

自宅で生活ができる。
自宅に被害がなく、生活ができる。

一時集合（避難）場所（自治会館等）へ避難
（各自治会で決められた避難所）

自主防災組織（自治会等）でのルールにより行動する。
必要に応じて自主避難・安否確認

夜間や暴風雨のときなどは、支援者や地域住民の判断でご近所や要配慮者を誘い合い、避難します。
お一人で避難したときと、予期せぬ事態が生じる場合があります。支援者と地域住民はお互いに、安全な避難路を平時時から確認しておきましょう。

自主避難

一時集合（避難）場所における安否確認

・自主防災組織（自治会）、消防団、町職員等により被災者等の安否確認を行う。
・避難行動要支援者台帳を活用し、要支援者の安否確認、救助活動、避難誘導を支援者が行う。
・町内の被災状況の確認。

指定避難所へ生活
（福祉施設等二次避難所）

帰宅
（食料、情報等の確保）

① 正確な情報収集と自主的避難を
テレビ・ラジオ・インターネットなどから最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。雨の状況や浸水・浸水の状況に注意し、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

② 避難の呼びかけに注意
危険がせまってきたときには、可成場、駐在所、消防団から、防災行政無線や広報車などにより、避難の呼びかけを行います。呼びかけがあった場合には、速やかに避難してください。

③ 要配慮者の避難にご協力を
高齢者、障がい者、病気をやける方などについては早めの避難が必要です。身近な要配慮者の避難にご協力ください。

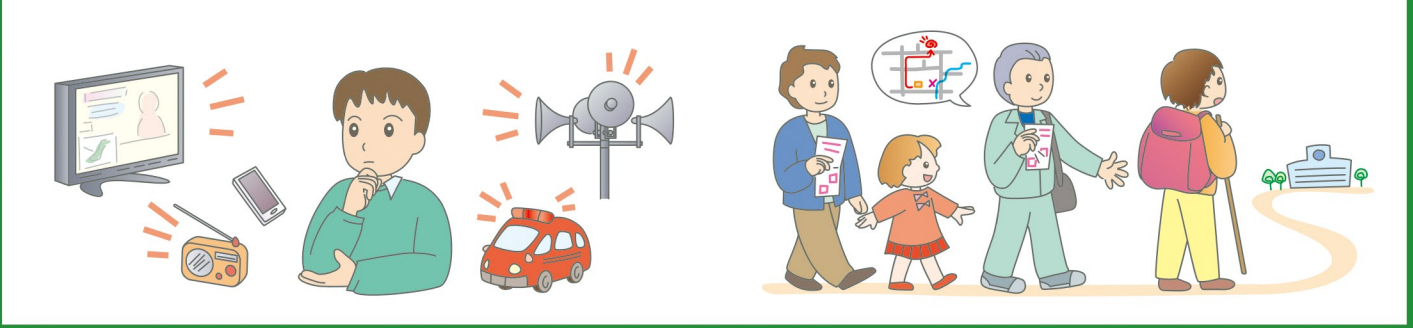
④ 車での避難に注意を
自動車は避難の要請を受けずに浸水する場合があります。また、交通渋滞をまねき、浸水すると動けなくなるので、特別の場合を除きやめましょう。

⑤ 動きやすい服装、二人以上での避難
避難するときは、自分自身周囲の声をかきとらえて避難しましょう。また、水面上では道路や側溝などの目印がなくなってしまうため、何となくで安全を確認しなくてはなりません。

⑥ 危険箇所を調べておこう
日頃からどこが危険か、避難場所はどこかを、確認しておきましょう。外出する際には、げけ地付近かないようにしましょう。

ハザードマップは、梅雨期の集中豪雨や台風に伴う豪雨などにより、土砂流やがけ崩れ、河川の氾濫などが発生した場合に被害を受けるおそれのある区域を示し、土砂災害や水害が予想される場合や発生した場合に、住民の皆さんが事前の準備や避難行動をとっていただくために作成したものです。

日ごろから自宅周辺の危険箇所や避難行動について確認しておくとともに、気象庁が発表する気象情報や町が発令する避難指示等の情報に注意し、災害に備えます。



土砂災害警戒区域(イエローゾーン)
急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、住民等の生命又は身体に危害が生じるおそれがあると認められる区域であり、危険の周知、警戒避難体制の整備が行われます。

土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)
急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築物に損壊が生じ住民等の生命又は身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる区域で、特定の開発行為に対する許可制、建築物の構造規制等が行われます。

急傾斜地の崩壊 (がけ崩れ)
急傾斜地の下域
急傾斜地
急傾斜地の斜面
急傾斜地の斜面の延長
特定警戒区域
警戒区域

土石流
警戒区域
土石流のおそれのある流域
避難所
土石流の発生
特定警戒区域

地すべり
警戒区域
地すべり発生
特定警戒区域
警戒区域

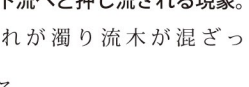
土砂災害(特別)警戒区域の公示図書は生活安全安心課や東京都西多摩建設事務所で閲覧できます。

土石流とは

山腹、川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象。

急に川の流れが滞り流木が混ざっている。

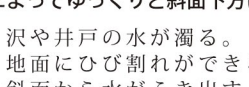
- ・山崩れがする。
- ・雨が降り続けているのに川の水位が下がる。



地すべりとは

斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象。

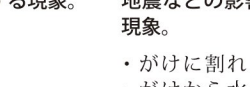
- ・沢や井戸の水が満る。
- ・地面にひび割れができる。
- ・斜面から水がふき出す。



がけ崩れとは

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちる現象。

- ・がけに割れ目が見える。
- ・がけから水が湧き出ている。
- ・がけから小石がぼろぼろと落ちてくる。



ここに紹介した現象が、土砂災害発生の前兆現象の全てではなく、また、これらの現象が見られなくても土砂災害が発生する場合があります。

被害想定を見直し

前回被害想定から約10年が経過するが、この間、住宅の耐震化や不燃化など、安全・安心な東京を実現するための取組が着実に進展する一方、高齢化の進行や半世世界の増加など都内の人口構成や世帯構成が変化している。また、平成28年熊本地震など全国各地で大規模な地震が発生する中で、最新の知見等が蓄積されるとともに、南海トラフ巨大地震の発生確率も上昇している。そこで今回、この10年間の様々な変化や最新の科学的知見を踏まえ、首都直下地震等発生時の被害の全体像を明確化するとともに、今後の都の防災対策の立案の基礎とするため、東京都防災会議のもとに地震部会（部会長：平田 直 東京大学名誉教授）を設置し、被害想定を見直すこととした。

多摩東部直下地震 (M7.3)

立川断層帯地震 (M7.4)

多摩東部直下地震の震度分布

多摩地域の東部を震源域とするプレート内地震であり、多摩地域に大きな影響を及ぼすおそれのある地震として想定して震度分布。震度6以上の地域は、多摩地域に揃えて、区部東部を含めて広く分布する。震度7の面積はごくわずかであり、震度6強の面積は約485km²である。

立川断層帯地震の震度分布

活断層を震源とする地震であり、震度6強以上の発生は多摩地域に限定されている。震度7の面積は約8km²、震度6強の面積は約199km²である。なお、断層モデルは前回想定時と同一であるが、前回想定時よりも震度6強以上の面積が小さい。これは地盤モデルの更新によるものと考えられる。

[illegible]

```

graph TD
    A[ハザードマップで自分の家が土砂災害（特別）警戒区域や浸水予想区域内か確認しました。] --> B{はい  
はい}
    A --> C{いいえ  
いいえ}
    B --> D[自分の家が、土砂災害（特別）警戒区域や浸水予想区域内にある]
    D --> E[災害が起こる可能性があるので、原則として立退き避難（自宅の外への避難）が必要です。]
    E --> F{ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？}
    F --> G{はい}
    F --> H{いいえ}
    G --> I[警戒レベル3 高齢者等避難が発令されたら、町が指定した避難所または、安全な親戚や知人宅へ避難しましょう。]
    H --> J[警戒レベル4 避難指示が発表されたら、町が指定した避難所または、安全な親戚や知人宅へ避難しましょう。]
    C --> K[台風等大雨時に被害が予想される時は、必要に応じて避難所を開所します。]
    K --> L[避難指示や、避難所開設などの情報は、防災行政無線、日の出町お知らせメール、ツイッターなどでお知らせします。]
    L --> M[土砂災害危険区域や浸水想定区域内にお住まいの方は、早めの避難を心がけてください。]
    M --> N[移動することがかえって危険と感じるときは、屋内安全確保（自宅に留まり安全を確保すること）も可能です。]
    N --> O[土砂災害→斜面から離れた部屋や2階の部屋へ移動  
浸水危険→屋内の高いところ、2階や場合によっては屋上へ移動]
    
```

ハザードマップで自分の家が土砂災害（特別）警戒区域や浸水予想区域内か確認しました。

- ・ハザードマップは町ホームページで確認できます。
- ・浸水予想区域は東京都建設局ホームページで確認できます。

はい

自分の家が、土砂災害（特別）警戒区域や浸水予想区域内にある

災害が起こる可能性があるので、原則として**立退き避難**（自宅の外への避難）が必要です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

- はい**
警戒レベル3 高齢者等避難が発令されたら、町が指定した避難所または、安全な親戚や知人宅へ避難しましょう。
- いいえ**
警戒レベル4 避難指示が発表されたら、町が指定した避難所または、安全な親戚や知人宅へ避難しましょう。

※避難情報は、防災無線やお知らせメール等でお知らせします。
※身が危なされる親戚や知人と日頃から相談しておきましょう。

いいえ

台風等大雨時に被害が予想される時は、必要に応じて避難所を開所します。

避難指示や、避難所開設などの情報は、防災行政無線、日の出町お知らせメール、ツイッターなどでお知らせします。

土砂災害危険区域や浸水想定区域内にお住まいの方は、早めの避難を心がけてください。

移動することがかえって危険と感じるときは、**屋内安全確保**（自宅に留まり安全を確保すること）も可能です。

土砂災害→斜面から離れた部屋や2階の部屋へ移動
浸水危険→屋内の高いところ、2階や場合によっては屋上へ移動

大雨が長引くとき！

2～3日前
0時間前

警戒レベル	1	2	3	4	5
-------	---	---	---	---	---

避難情報

自主避難など
住民の呼びかけ

高齢者等避難

避難指示

緊急安全確保

必要な 情報

○ 注意情報
○ 必要な情報
(およその情報)

早期注意情報
大雨に関する危険情報……→ **大雨・洪水注意報** **大雨・洪水警報**
(大雨や洪水となる
3～2時間前程度)

▼お住まいの地域によって必要となる情報 必要な情報に○か△を記入しましょう！

○ **河川の氾濫**に関する情報

☐ **土砂災害**に関する情報

△ **氾濫注意情報** △ **氾濫警戒情報** △ **氾濫危険情報**
(数時間前～1時間前程度)

※氾濫情報が発表されない河川では洪水水キタル、
洪水水キタルを見ながら危険度を確認

※土砂水キタルなども見ながら危険度を確認

△ **土砂災害警戒情報**
(土砂災害の危険度が高まる最大2時間前程度)

(注) 警戒レベルや防災気象情報は必ずしもこのとおりの順番で発表されるとは限らず、あくまで目安です。

私と 家族

行動

地域

避難する場所

災害発生または切迫

風水害の発生の危険性が高まったとき、気象情報や現地の情報等を考慮し、状況に応じて町が避難指示等を発令します。発令された避難情報により、適切な行動をとってください。
また、危険を感じたら町の避難情報等待ことなく、自主的に避難してください。

※時間経過はイメージ		気象注意報・警報		危険度分布 (土砂災害・浸水害・洪水)		警戒レベル		住民等の行動	
-2 日		台風情報（随時） ◇西日本に台風接近 早期注意情報				1		○テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報等の確認 ○ハザードマップ等による緊急避難場所・避難ルートの確認 ○持出品の準備 ○家族の行動確認 ○自宅の保全	
-24h		大雨・洪水注意報 ◇関東に台風接近 大雨警報に切り替える可能性が高い 注意報		注意（注意報級）		2		○テレビ、ラジオ、インターネット、携帯メールによる大雨、河川の状況等の確認 自主避難 ○自主避難の開始（食料、毛布等持参） ○自治会内の避難行動要支援者への早めの避難の呼び掛け、移動の支援	
-15h		大雨警報 洪水警報 ◇台風上陸 土砂災害警戒情報		警戒（警戒級）		3		避難行動要支援者の避難 ○防災行政無線、携帯メール等による高齢者等避難の受信 ○避難行動要支援者の避難開始、地域での支援 ○避難の準備（避難行動要支援者以外） 全員避難開始 ○防災行政無線、携帯メール等による避難指示の受信 ○避難行動開始	
				非常に危険		4		避難完了	
				極めて危険		5		最終的な危険回避行動 ○隣接の堅牢建物に退避。2 階・斜面と反対側の部屋に退避（集落外に移動しない）	
-2h		大雨特別警報						避難解除	
-1h									
-0h									

※タイムライン（防災行動計画）は、1つの事象についての例示であり、全ての災害に同じ対応をとるものではない。

気象庁は、大雨や強風などの気象現象によって災害が起こるおそれのあるときに「注意報」を、重大な災害が起こるおそれのあるときに「警報」を、数十年に一度の大雨などが予想される場合に「特別警報」を発表して、注意や警戒を呼びかけます。		
注 意 報	種 類	予 想 さ れ る 災 害
	大雨注意報	浸水被害や土砂災害が発生するおそれのあるときなど
警 報	洪水注意報	河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による災害のおそれのあるとき
	大雨警報	重大な浸水被害や土砂災害が発生するおそれのあるときなど
警 報	洪水警報	河川の増水や氾濫、堤防の損傷や決壊による重大な災害のおそれのあるとき
	記録的短時間大雨情報	数年に一度程度しか発生しないような短時間の大雨を、観測・解析したとき
特別警報		警報の発表基準をはるかに超える豪雨等異常な現象が予想され、重大な災害の危険性が著しく高まっている場合に発表します。【特別警報】が発表されたら、たちちに命を守る行動をとってください。

※土砂災害警戒情報……大雨警報（土砂災害）の発表後、土砂災害の発生を及ぼす土砂災害が1発生してもおかしくない状況となったとき、市町村長の避難指示の発令判断や住民の自主的な避難の判断を支援するため、対象となる市町村を特定して警戒を呼びかける情報で、都道府県と気象庁が共同で発表します。危険な場所からの避難が必ず必要でレベル4に相当します。

種 別	内 容
高齢者等避難	避難指示に先立ち、住民の避難準備及び避難行動要支援者の避難を促すために、高齢者等避難を発令する。
避難指示	災害が発生し、又は発生するおそれがある場合は、必要と認める地域の居住者及び滞在者その他の者に対し、避難ののための立ち退きを指示する。
緊急安全確保	避難場所等への避難が安全にできない場合に、自宅、近隣の建物にて緊急的に安全確保をするよう促す。

1時間雨量	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
	1時間に10～20mmの雨	1時間に20～30mmの雨	1時間に30～50mmの雨	1時間に50～80mmの雨	1時間に80mm以上の雨
	ザーザーと降り、地面からの跳ね返りで足元がぬれる。	どしゃ降り、傘をさしていてもぬれる。	バケツをひっくり返したように降り、道路が川のようになる。	ゴーゴーと滝のように降り、水しぶきで視界が悪くなる。	息苦しくなるような圧迫感があり、大規模な災害が発生する可能性がある。
状況					

気象庁では、大雨による災害（土砂災害、浸水害、洪水害）の危険度の高まりを5段階の色分けで地図上に表示する「キキクル（危険度分布）」をホームページで公表しています。災害発生の危険を察知し、安全なうちに避難するための判断に役立てましょう。

https://www.jma.go.jp/bosai/pattern-rain_level

いざという時にすばやく避難できるように、非常用品を防災袋に入れて常備しましょう。避難先で困らないように、眼鏡や持病の薬など、自分には必要で、入手が簡単ではないものを用意しておくことが大切です。特に寒冷期は防寒用品を忘れずに。

一次持出品リスト ◆避難するときに最初に持ち出すための。(男性：15kg、女性：10kgを目安)	
☐ 貴重品	☐ 現金(小銭も) ☐ 通帳類 ☐ 証書類 ☐ 身分証明書 ☐ 健康保険証 ☐ 免許証 ☐ 印鑑
☐ 携帯ラジオ	☐ 予備の電池(多めに用意する)
☐ 懐中電灯	☐ 予備の電池 ☐ 予備の電球 (懐中電灯は、できれば一人一つ用意)
☐ 救急薬品	☐ ばんそうこう ☐ ガーゼ ☐ 包帯 ☐ 消毒薬 ☐ 解熱剤 ☐ 胃腸薬 ☐ 風邪薬 ☐ 鎮痛剤 ☐ 常備薬 ☐ とげめき
☐ 非常食・飲料水	☐ カンパンや缶詰 ☐ 飲料水 ☐ 水筒 ☐ 紙皿 ☐ コップ ☐ ナイフ ☐ 包切り
☐ その他	☐ 下着 ☐ 上着 ☐ 靴下 ☐ ハンカチ ☐ タオル ☐ ティッシュペーパー ☐ ビニールシート ☐ 予備の眼鏡 ☐ マスク ☐ 笛 (乳幼児がいる場合：) ☐ ミルク ☐ 母乳ビン ☐ おむつ ☐ バスタオル (要介護者のいる場合： ☐ 替え ☐ おむつ ☐ 障害者手帳 ☐ 常備薬)
二次持出品リスト ◆災害復旧までの数日間を生活するためのもの。 ◆最低3分、できれば5分を用意しておきましょう。	
☐ 食糧	☐ 缶詰やヤトル食品 ☐ 栄養補助食品(チョコレート、梅干し、チーズ等)
☐ 水	☐ 飲料用水(大人一人当たり1日3ℓが目安) ☐ 生活用水：風呂の栓は抜かず、やかんやポットに水を入れておく (炊事、洗濯、トイレ等に使用)
☐ 燃料・その他	☐ 卓上コンロ ☐ 予備のガスボンベ ☐ 固形燃料 ☐ その他道具 ☐ 携行(簡易)トイレ ☐ 生理用品 ☐ キッチン用ラップ ☐ 新聞紙 ☐ ビニール袋 (☐) (☐) (☐)

ローリングストック法

普段から食料品やイレイトペーパーなどを少し多めに購入し、古いものに使いつくして補給することになります。このサイクルを繰り返すことが、ストック法と呼びます。

●このリストには、一般的なものを示しています。ご家庭の状況等に応じて、必要なものを用意しましょう。

●非常持出品は、定期的に保存状態や使用期限を確認し、必要に応じて交換しましょう。