いざという時あわてないため 普段から確認しておこう!

Let's learn about disaster before it strikes, so that you will know what to do in an emergency!

災害情報の意味と取るべき行動

The Meaning of Disaster Information and the Actions You Should Take

1 ・・・・P1
ハザードマップ・防災マップ
Hazard and disaster-prevention maps

2 ・・・・P3
避難場所・避難所
Evacuation sites and shelters

3 ・・・・P5
避難情報（高齢者等避難・避難指示・緊急安全確保）
Evacuation information (Evacuation of the elderly, etc.; Evacuation instruction; Emergency safety measures)

4 ・・・・P7
緊急地震速報
Earthquake early warning (EEW)

5 ・・・・P9
南海トラフ地震臨時情報
北海道・三陸沖後発地震注意情報
Nankai Trough earthquake extra information
Off the coast of Hokkaido and Sanriku subsequent earthquake advisory

6 ・・・・P11
雷注意報
竜巻注意情報
Thunderstorm advisory
Tornado advisory

7 ・・・・P12
大雨警報・大雨特別警報
Heavy rain warnings and heavy rain emergency warnings

8 ・・・・P13
熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート
Heat stroke alert
and Special heat stroke alert

9 ・・・・P14
国民保護情報
Civil protection information

編集発行 一般財団法人 日本防火・危機管理促進協会

この冊子は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。

1 ハザードマップ・防災マップ

Hazard and disaster-prevention maps

意味 ハザードマップ・防災マップとは？

Meaning

What are hazard and disaster-prevention maps?

ハザードマップは、洪水、土砂災害、高潮・津波などの災害種別ごとに**被害の範囲や程度を記した地図**です。また、防災マップは、災害時の避難に重点を置いて、地域にある避難場所などの**避難施設や避難経路等を示した地図**です。

A hazard map is a map that notes the extent and degree of damage caused by each type of disaster, including floods, landslides, storm surges, and tsunami. A disaster-prevention map is a map focused on evacuations during times of disaster, showing evacuation routes as well as the evacuation sites and other such facilities in the vicinity.

ハザードマップイメージ　Illustrative hazard map

防災マップイメージ　Illustrative disaster-prevention map

被災想定範囲と避難施設の位置などを併せて表示したマップが作成されることもあります。各自治体では、地域の地形、地盤の状況、過去の災害履歴などに基づき、災害種別ごとにハザードマップを作成し、公表しており、**ハザードマップポータルサイト**などで調べることができます。

Maps are sometimes created that show both the expected extent of damage and the locations of evacuation facilities. Local governments create and publish hazard maps for each kind of disaster based on such information as an area's topography, ground conditions, and past disaster history. These maps can be viewed through the Hazard Map Portal Website.

国土交通省ハザードマップポータルサイト
Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism Hazard Map Portal Website

Yahoo!天気・災害（防災手帳/ハザードマップ）
Yahoo! Weather and Disaster
(Disaster Prevention Handbook/Hazard Maps)

取るべき行動 ハザードマップ・防災マップをどのように活用するか？

Actions you should take

How do I use hazard and disaster-prevention maps?

日頃から、住んでいる地域の災害危険性について理解しておきましょう。

You should understand at all times the disaster risks to the area where you live.

- ハザードマップ・防災マップを目につくところに貼っておきましょう。
- 避難経路や避難場所などを確認し、避難に備えて薬などの必需品を非常持出品として準備しておきましょう。

- Post hazard and disaster-prevention maps in conspicuous places.
- Check your evacuation routes, evacuation sites, and the like, and prepare medicines and other emergency supplies in case of an evacuation.

災害発生が予想される際には気象情報や各自治体からの**避難情報等に気を付けて、ハザードマップ・防災マップを参考にした早目の行動**をとることが重要です。

When the outbreak of a disaster has been forecast, it is important to pay attention to weather information and to evacuation information from local governments. Likewise, be sure to take early action by referring to hazard and disaster-prevention maps.

2 避難場所・避難所
ひなんばしょ　ひなんじょ

Evacuation sites and shelters

意味 Meaning 避難場所と避難所の違いとは？

What is the difference between an evacuation site and an evacuation shelter?

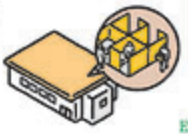
災害からいのちを守るために緊急的に避難する施設又は場所として指定されているのが**避難場所（指定緊急避難場所）**です。

Evacuation sites (designated emergency evacuation sites) are facilities or locations to which people evacuate in an emergency to protect lives from disasters.

避難場所マーク
Evacuation site symbol

災害により自宅にとどまることができなくなった場合に、一定期間避難生活を送るための施設として指定されているのが**避難所（指定避難所）**です。

Evacuation shelters (designated evacuation shelters) are designated facilities where people can live temporarily as evacuees when they are no longer able to stay at home due to a disaster.



避難所マーク
Evacuation shelter symbol

また、要配慮者の方を受け入れるために指定されている施設は**福祉避難所（指定福祉避難所）**と呼ばれています。

In addition, facilities designated as ones that will accept persons requiring special consideration are referred to as welfare shelters (designated welfare shelters).

国土地理院HP　指定緊急避難場所・指定避難所データ
Geospatial Information Authority of Japan website - Designated emergency evacuation site and designated evacuation shelter data

for Android　for iPhone
防災情報　全国避難所ガイド
Disaster Prevention Information - A Guide to Evacuation Shelters Nationwide

Yahoo!天気・災害　避難場所マップ
Yahoo! Weather and Disaster - Evacuation site map

取るべき行動 Actions you should take 災害が迫っているとき、どこに避難するか？

To where do I evacuate when a disaster is imminent?

気象庁等が発表する防災気象情報や自治体が発令する避難情報等に気を付け、**自宅に危険が迫っていればハザードマップも参考にして、避難所等への早めの避難**を決めることが大切です。

建物の耐震性、備蓄の備え、浸水のおそれがないことなどの条件が整っていれば在宅避難等を選択することもできます。安全な親類・友人宅あるいはホテルなどの宿泊施設に避難することも有効な選択肢です。

Paying attention to the disaster prevention and weather information announced by the Japan Meteorological Agency, etc., and evacuation information and the like issued by local governments is crucial. If danger to your home is imminent, it is also important that you refer to hazard maps and decide on taking refuge at an evacuation shelter or other such facilities as soon as possible.

So long as such conditions as the structure being earthquake resistant, having a stockpile of supplies, there being no threat of an inundation, and so forth are met, you may also be able to choose the option of evacuating at home. Evacuating to the home of a relative or friend, or to a hotel or other such lodging facilities that are safe is also a valid option.

洪水の浸水想定区域内で既に河川が氾濫しているような状況などでは、外に出ることが危険な場合もあります。そういった場合には、自宅・施設等の少しでも浸水しにくい高い場所に緊急的に移動することや、近隣の相対的に高く堅牢な建物等に緊急的に移動するといった行動が必要となります。

It may also be dangerous to go outdoors in a situation where, for example, a river is already overflowing in an area expected to be inundated by any flood. In such a situation, you will need to move urgently to any higher location such as a home or facility that is at least slightly less likely to be inundated, or move urgently to a nearby building that is relatively tall and sturdy.

ひなんじょうほう　こうれいしゃとう ひなん　ひなんしじ　きんきゅうあんぜんかくほ

3 避難情報（高齢者等避難・避難指示・緊急安全確保）

Evacuation information (Evacuation of the elderly, etc.; Evacuation instruction; Emergency safety measures)

意味 Meaning 高齢者等避難・避難指示・緊急安全確保とは？

What are the "Evacuation of the elderly, etc.," "Evacuation instruction," and "Emergency safety measures" ?

高齢者等避難は、避難に時間を要する高齢者等の要配慮者が安全に避難できるよう発令するもので、警戒レベル3に相当します。

An "Evacuation of the elderly, etc." order is issued so that persons requiring special consideration such as the elderly who will need time to evacuate can evacuate safely. It corresponds to Alert Level 3.

避難指示は、災害危険の高い地域の必要と認める住民に対し立退き避難を指示するもので、警戒レベル4に相当します。

An "Evacuation instruction" is an order to evacuate issued to those residents for whom it is deemed necessary from areas at a high risk of disaster. It corresponds to Alert Level 4.

警戒レベル5の**緊急安全確保**は、既に災害が発生している又はまさに発生しようとしている状況で立退き避難が難しく、緊急の行動変容を求めるもので、必ずしも発令されるものではありません。

"Emergency safety measures" at Alert Level 5 is issued when a disaster has already occurred or is about to occur, making it difficult to evacuate and calls for urgent changes in one's actions. This order is not always issued.

警戒レベル4の避難指示で全員避難する必要があります。

An Alert Level 4 evacuation instruction requires that everyone evacuate.

気象庁 HP
Japan Meteorological Agency website

ウェザーニュース
Weathernews

Yahoo！天気・災害
Yahoo! Weather and Disaster

Safety tips
for Android　for iPhone

取るべき行動 Actions you should take 避難情報の発令を知った時の行動は？

What do I do when I hear evacuation information?

高齢者等避難が発令されたら、避難に時間を要する**高齢者等は危険な場所から早目に避難**します。高齢者等以外の人も避難準備を行います。**避難指示**が発令されたら、**危険な場所から全員避難**を行います。

If an "Evacuation of the elderly, etc." order has been issued, elders and others who need time to evacuate should evacuate as soon as possible from dangerous areas. Everyone other than the elderly, etc., should prepare to evacuate. When an "Evacuation instruction" has been issued, everyone is to evacuate from dangerous areas.

警戒レベル Alert Level		避難情報等 Evacuation information, etc.	取るべき行動 Actions you should take
5		緊急安全確保 Emergency safety measures	命の危険 直ちに安全確保 Life-threatening situation; Ensure safety immediately
	警戒レベル4までに必ず避難！ Be sure to evacuate by the time it reaches Alert Level 4!		
4		避難指示 Evacuation instruction	危険な場所から全員避難 Everyone evacuate from dangerous areas
3		高齢者等避難 Evacuation of the elderly, etc.	危険な場所から高齢者等は避難 The elderly, etc., should evacuate from dangerous areas
2		大雨・洪水・高潮注意報（気象庁） Heavy rains, floods, and storm surge advisories (Japan Meteorological Agency)	自らの避難行動を確認する Confirm your own evacuation actions
1		早期注意情報（気象庁） Early warning information (Japan Meteorological Agency)	災害への心構えを高める Improve your disaster preparedness

4 緊急地震速報
きんきゅうじしんそくほう
Earthquake early warning (EEW)

意味 緊急地震速報とは？
Meaning
What is earthquake early warning (EEW)?

地震波のP波（約7km/s）とS波（約4km/s）の速度の違いを利用し、震源に近い場所でのP波のデータを解析して震源や地震の規模などを短時間で計算することで、速度が遅く揺れ方が強いS波が伝わってくる前に**強い揺れ（最大震度5弱以上）が起きることを速報**するものです。

Earthquake early warning is based on a system that utilizes the difference in speed between P waves (approximately 7 km/s) and S waves (approximately 4 km/s) of seismic waves. By analyzing the P wave data from locations close to the epicenter, the system quickly calculates the epicenter, the scale of the earthquake, and so forth. Using this, it provides an early warning of any strong shaking (maximum intensity level of 5 lower or higher) that will occur before the slower, more intense S waves arrive.

テレビ、ラジオや市町村が設置する防災行政無線で知らされるほか、受信設定がされていればスマートフォンで受信することもできます。

The warnings will be broadcast over television and radio, as well as the Administrative Radio Systems for Disaster Use that municipalities have set up. Additionally, they can also be received on smart phones that have been set to receive them.

取るべき行動 緊急地震速報が発表されたらどうする？
Actions you should take
What should I do if an earthquake early warning (EEW) has been announced?

緊急地震速報が発表されてから強い揺れが来るまでの時間は数秒から数十秒です。**あらかじめ緊急地震速報の音を覚えておき、あわてずに身を守る行動**をとることが重要です。

When an earthquake early warning (EEW) has been announced, it takes anywhere from a few seconds to several tens of seconds for strong shaking to arrive. It is important for you to remember the sound of an earthquake early warning (EEW) ahead of time and take actions to protect yourself without panicking.

- 屋内にいる場合には、頭を保護し、机の下など安全な場所に避難します。
- 屋外にいる場合には、窓ガラスなどの落下物やブロック塀などの倒壊に注意します。
- エレベータを利用中の時は、最寄り階に停止させ、急いで降ります。
- 車を運転中であれば、減速し、ハザードランプを点灯して路肩に停車させます。

- If you are indoors, protect your head and evacuate to a safe place such as under a desk.
- If you are outdoors, keep an eye out for window glasses and other falling objects as well as collapsing structures such as brick walls.
- If you are using an elevator, stop at the nearest floor and get off quickly.
- If you are driving a car, slow down, put on your hazard lights, and pull over to the side of the road.

気象庁 HP
Japan Meteorological Agency website

Yahoo!防災情報
Yahoo! Disaster Prevention Information

Safety tips
for Android
for iPhone

5 南海トラフ地震臨時情報

Nankai Trough earthquake extra information

北海道・三陸沖後発地震注意情報

Off the coast of Hokkaido and Sanriku subsequent earthquake advisory

意味 Meaning それぞれどのような場合に発表される情報か？

When are these announcements issued?

南海トラフ地震臨時情報は、南海トラフ沿いで異常な現象が観測された場合や地震発生の可能性が相対的に高まっていると評価された場合等に発表されます。

A "Nankai Trough earthquake extra information" is announced when abnormal phenomena have been observed along the Nankai Trough or when the possibility of an earthquake occurring has been assessed to be relatively high.

北海道・三陸沖後発地震注意情報は、北海道の根室沖から東北地方の三陸沖の巨大地震の想定震源域とその周辺でマグニチュード7.0クラスの地震が発生した場合に、その後の巨大地震発生に注意を呼びかけるために発表されます。

An "Off the coast of Hokkaido and Sanriku subsequent earthquake advisory" is announced when a magnitude class 7.0 earthquake has occurred within the probable source region and its vicinity for a megathrust earthquake stretching from off Nemuro in Hokkaido to off the coast of Sanriku area in Tohoku Region. It alerts of the possibility that a megathrust earthquake will come afterward.

ただし、これら情報が出ずに巨大地震が発生することの方が多いので、日頃からの巨大地震への備えを怠らないようにすることが大切です。

However, megathrust earthquakes frequently occur without such advance information, so it is crucial that one should always be prepared for such events.

取るべき行動 Actions you should take これら情報が発表されたらどうすればよいか？

What should I do when such information has been announced?

南海トラフ地震臨時情報（調査中）が発表されたら、避難等の防災対応を準備・開始し、その後の情報に注意します。追って、政府や自治体から「巨大地震警戒」「巨大地震注意」「調査終了」のキーワードを付した情報が出されますので、それぞれの内容に応じた防災対応を取ります。

When a "Nankai Trough earthquake extra information" (under analysis) announcement has been made, prepare and begin such disaster responses as a potential evacuation and pay close attention to subsequent information. Subsequently, national and local government authorities will issue information using such key phrases as "Megathrust Earthquake Alert," "Megathrust Earthquake Attention," and "Analysis Complete." Take disaster prevention measures appropriate to each situation.

臨時情報 Urgent information	内容に応じた防災対応 Appropriate disaster response
巨大地震注意 Megathrust Earthquake Attention	日頃からの地震への備えの再確認に加え、特別な備え（すぐに避難できる態勢の維持等）が必要です（1週間程度）。 Along with reconfirming the preparedness for a disaster at all times, you also need special preparations (e.g. keeping oneself ready for swift evacuation) (for about one week).
巨大地震警戒 Megathrust Earthquake Alert	事前避難対象地域では、お住いの市町村の指示に従って、対象者は事前避難が必要です（1週間程度）。 事前避難対象者以外の方及び事前避難対象地域以外の方は、日頃からの地震への備えの再確認に加え、特別な備えが必要です（2週間程度）。 In Advance Evacuation Areas, persons who are subject to advance evacuation need to be ready to evacuate (for about one week) in accordance with directions from the municipalities where they live. Persons who are not subject to advance evacuation or who are from areas not subject to advance evacuation should reconfirm their earthquake preparations or their special preparations at all time (for about two weeks).

北海道・三陸沖後発地震注意情報は、大規模な後発地震発生の可能性が相対的に高まっていることを知らせる情報であり、発表から1週間程度、平時よりも巨大地震の発生に注意し、家具の固定や避難場所・避難経路の確認など日頃からの地震への備えの再確認に加え、**特別の備え**が必要です。

An "Off the coast of Hokkaido and Sanriku subsequent earthquake advisory" is information indicating that the possibility is relatively high of a major, follow-up earthquake occurring. People should be more vigilant than usual for about a week after it is announced about the occurrence of a megathrust earthquake. They should make special preparations in addition to reconfirming their usual earthquake preparations such as securing furniture and confirming their evacuation sites and evacuation routes.

6 雷注意報 Thunderstorm advisory
竜巻注意情報 Tornado advisory

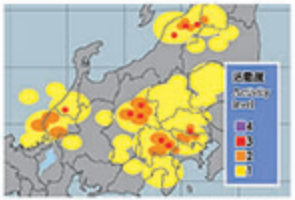
意味 Meaning
取るべき行動 Actions you should take

雷注意報や竜巻注意情報が発表されたらどうする?

What should I do if a thunderstorm advisory or a Tornado advisory has been announced?

雷注意報は、落雷のほか、急な強い雨、竜巻等の突風、降ひょう等積乱雲の発達に伴い発生する激しい気象現象による被害が発生するおそれが予想されるときに発表されます。

Thunderstorm advisories are announced when damage may be expected from every weather phenomenon associated with the development of cumulonimbus clouds, such as lightning strikes, sudden heavy rains, strong winds such as tornadoes, and hail.



雷ナウキャスト Lightning strike forecast app "Lighting Nowcast"

屋外での行動は止めて、安全な建物内に避難します。

Stop outdoor activities and evacuate to a safe building.

竜巻注意情報は、積乱雲の下で発生する竜巻などの激しい突風に対し注意を呼び掛ける情報で、**雷注意報を補足する情報**として発表されます。

A tornado advisory warns of violent gusts of wind such as tornadoes that occur under cumulonimbus clouds. Such advisories are announced as supplementary information to the thunderstorm advisory.

竜巻発生確度(ナウキャスト) Probability of tornado occurrence (Nowcast)

気象情報に注意し、空が急に真っ暗になるなど積乱雲が近づく兆候が確認された場合は、**頑丈な建物に避難**します。

Pay attention to weather information and if you notice signs of approaching cumulonimbus clouds such as the skies suddenly growing dark, evacuate to a solid building.

7 大雨警報・大雨特別警報
Heavy rain warnings and heavy rain emergency warnings

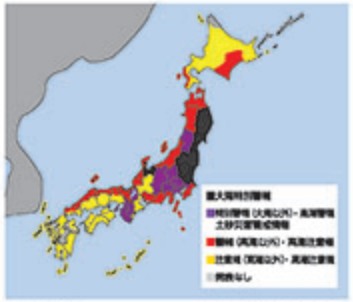
意味 Meaning
取るべき行動 Actions you should take

大雨警報や大雨特別警報が発表されたらどうする?

What should I do if a heavy rain warning or heavy rain emergency warning has been announced?

大雨警報は、大雨による重大な土砂災害や浸水害発生が予想されるときに発表されます。また、台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想されるときには**大雨特別警報**が発表されます。

"Heavy rain warnings" are announced when serious landslides or inundation due to heavy rains are forecast. "Heavy rain emergency warnings" are announced when heavy rains are expected to the degree that comes once every few decades due to typhoons or torrential rains.



大雨警報イメージ Heavy rain warning illustration

自治体が発令する**避難情報(高齢者等避難、避難指示など)に従った行動**をとることはもちろんのこと、**防災気象情報に気を付けて自ら避難の判断**をすることが大切です。

The important things are to follow the evacuation information ("Evacuation of the elderly, etc," "Evacuation instructions," etc.) issued by local governments, and pay attention to disaster prevention and weather information and make your evacuation decisions.

気象庁 HP
Japan Meteorological Agency website

Yahoo!防災情報
Yahoo! Disaster Prevention Information

Safety tips
for Android
for iPhone

8 熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート

ねっちゅうしょうけいかい あ ら ー と　ねっちゅうしょうとくべつけいかい あ ら ー と

Heat stroke alert and Special heat stroke alert

意味 Meaning
取るべき行動 Actions you should take

熱中症警戒アラートや熱中症特別警戒アラートが発表されたらどうする?

What should I do when there is a heat stroke alert or a special heat stroke alert?

熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が極めて高くなると予想されるときに注意を呼び掛け、予防対策をとっていただくよう促すための情報です。気温が特に著しく高くなることにより健康被害が生ずるおそれがある場合には、**熱中症特別警戒アラート**が発表されます。

A heat stroke alert is information issued to call attention to and urge people to take preventive measures when the risk of heat stroke is expected to be extremely high.
A special heat stroke alert is announced when there is the risk that someone could damage their health due temperatures getting extremely high.

熱中症警戒イメージ　Heat stroke alert illustration

アラート発表時には、外出を控える、エアコンを使用する、水分補給に心がける等の熱中症予防対策が大切になります。

When an alert is announced, it is important for you to take measures to prevent heat stroke such as not going outdoors, using an air conditioner, and staying hydrated.

気象庁 HP
Japan Meteorological Agency website

Safety tips

環境省 HP 熱中症予防情報サイト
Ministry of the Environment website : "Heat Illness Prevention Information" website

9 国民保護情報

こくみんほごじょうほう

Civil protection information

意味 Meaning
取るべき行動 Actions you should take

国民保護情報が発表されたらどうする?

What should I do if there is a "Civil protection information" announcement?

武力攻撃事態（例えば弾道ミサイル攻撃など）や緊急対処事態（例えば自爆テロ攻撃など）といわれる事態が生じた場合には、住民避難のための**警報伝達や避難指示**が行われます。**Jアラートによる情報**（防災行政無線や携帯電話への緊急速報メール配信により伝えられます。）**に気を付けて、その内容に従った行動**をとります。

In the event of an armed attack (such as a ballistic missile attack) or an emergency response situation (such as a suicide bombing), warnings and evacuation instructions will be issued for those residents who should evacuate. Pay attention to information provided by J-Alert (distributed by Administrative Radio Systems for Disaster Use as well as emergency alert emails sent to mobile phones) and act in accordance with the information provided.

総務省消防庁 HP
Fire and Disaster Management Agency, Ministry of Internal Affairs and Communications website

Safety tips

内閣官房国民保護ポータルサイト
Cabinet Secretariat, Civil Protection Portal Site

本冊子の作成にあたっては、次のホームページに掲載されている資料を参考にしました。

内閣府ホームページ（防災情報のページ）
気象庁ホームページ
国土地理院ホームページ（防災・災害対応）
環境省ホームページ（熱中症予防情報サイト）
総務省消防庁ホームページ

消防団防災学習

宝くじ桜

移動採血車

宝くじは、みんなの暮らしに役立っています。

宝くじは、少子高齢化対策、災害対策、公園整備、教育及び社会福祉施設の建設改修などに使われています。

宝くじドリームジャンボ絵本

一輪車

青色回転灯装備車

検診車

パブリックアート

滑り台広場

一般財団法人 日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や公益法人等が行う社会に貢献する事業への助成を行っています。

一般財団法人 日本宝くじ協会
https://jla-takarakuji.or.jp/