



「自らの命は自らが守る」

内水氾濫に気を付けて！

◆ 水害が起こりやすい環境

水害といえば川の近くで起こる災害と思われていましたが、最近の気候変動による台風やゲリラ豪雨などの大量の雨などで、都市部でも起こる可能性が高くなっています
特に、雨水が短時間で集中して流れ込む場所や、排水が追いつかない環境で発生しやすくなります

一般的な水害

- | | |
|--------------|---------------------------|
| ・川の周辺や低地 | : 川の水位が上がるとあふれやすい |
| ・海拔ゼロメートル地帯 | : 満潮時や高潮時に海水が残りやすく浸水しやすい |
| ・急な斜面や山沿い | : 大雨で地盤が緩み、崖崩れなどの土砂災害が起きる |
| ・谷あいやすり鉢状の土地 | : 周辺から水が流れ込みやすい |

水害が起こりやすい都市の環境

- | | |
|-------------------|----------------------------------|
| ・コンクリートやアスファルトの増加 | : 地面に水がしみこまないため、雨水が一気に下水や川へ流れ込む |
| ・地下街やアンダーパス | : 周囲より低い場所にあるため、水が流れ込みやすい |
| ・下水道の処理能力を超える地域 | : 局地的な大雨で水が排水できず、道路などが冠水する（内水氾濫） |



◆「水害」自分ができる対策とは

"水害が起こるかも"と疑問を持つこと

- ・天気予報 : 水害の多くは雨が起因するものがほとんどなので、天気予報の降雨情報に気をするようにしましょう
※天候が不安定で雨が降りやすくなっています など
- ・台風 : 台風の発生情報がわかったら、台風の進路予想をその都度気にしながら確認
- ・ゲリラ豪雨 : 黒っばい雲が急に多くなったと気になれば、最新の気象情報を取得し
今いる地域の降雨情報を理解して対策
- ・線状降水帯 : すごい雨(ゲリラ豪雨)などが降りだしたら、その後の降雨情報を確認
最近の雨雲レーダーは、精度が上がっているので情報を確認して対策を取りましょう

防災HPデータ「14大雨注意報・警報」も参照!



Point

情報の取得方法

パソコンやスマートフォンで、気象情報が取得できるサイトをチェックしておきます

気象庁

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

国土交通省

<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>

日本気象協会

<https://tenki.jp/>

ウェザーニュース

<https://weathernews.jp/>

Yahoo!天気・災害

<https://weather.yahoo.co.jp/weather/>



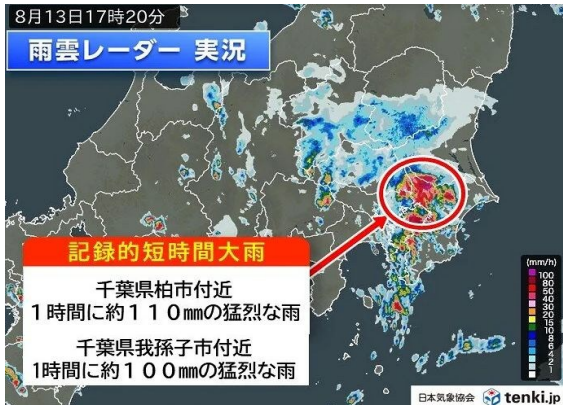


自宅を最高の避難所に!

その23-3

◆ 新しくなった警戒レベル

令和8年5月下旬から新たな防災気象情報の運用が開始されることにあわせ、警戒レベル相当情報の体系整理・名称変更を反映し、新たに避難情報に関するガイドラインを改定されました



2026年8月13日17時20分までの1時間に千葉県に猛烈な雨が降ったとみられ、気象防災速報(記録的短時間大雨)が発表されました

同日19時30分には、千葉県に警戒レベル5相当の情報である大雨特別警報が発表されました

20時58分には気象防災速報(線状降水帯発生)

21時55分には土砂災害特別警報(警戒レベル5相当)が発表されました

参照: 日本気象協会

<https://tenki.jp/forecaster/deskpart/2026/08/13/40139.html>

警戒レベルと防災気象情報

警戒レベル	気象状況	気象庁等の情報	住民がとるべき行動
5	数十年に一度の	大雨特別警報	命の危険 直ちに安全確保! すでに安全な避難ができず、命が危険な状況、いまいる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する
< 警戒レベル 4 までに必ず避難! >			
4	↑		危険な場所から全員避難 台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難をしておく
3	大雨の数時間～2時間程度前	大雨警報	危険な場所から高齢者は避難 高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難する
2	↑ 大雨の数日～数時間前	大雨警報に切り替える可能性が高い 注意報 大雨注意報	自らの避難行動を確認 ハザードマップ等により、自宅等の災害リスクを再確認するとともに、避難情報の把握手段を再確認するなど
1	↑ 大雨の数日～約1日前	早期注意情報(警報級の可能性)	災害への心構えを高める



◆ 安全確保

台風などの水害は、時間的に余裕がありますが、2026年8月13日千葉県で起こった豪雨災害は時間的余裕はありませんでした

その場に留まる or 避難する

判断基準を平時から考えておくことが大切

自治体が提供する地域のハザードマップではなく、自分でハザードマップを作成

大阪市建設局 公共下水道台帳

https://www.gesuikanro.city.osaka.lg.jp/emap/html/bbs/bbs_index.jsp

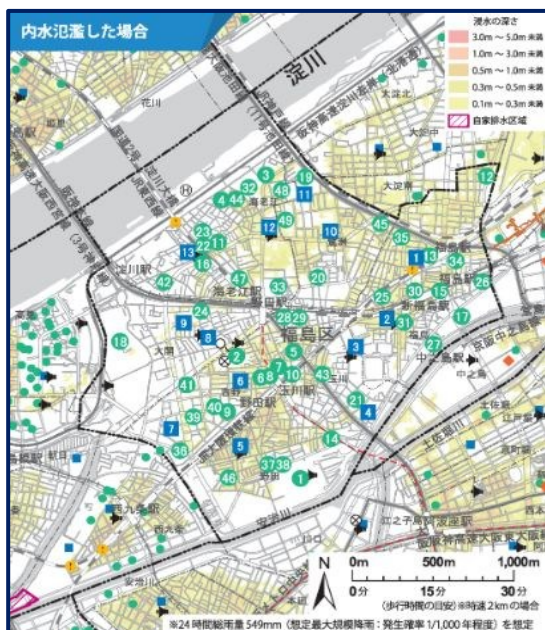


下水道台帳の地図から、マンホールの高さ（OP：大阪湾最低潮位からの高さ）がわかります
自宅近くのマンホールを確認して、近所の高さを確認し、どこから水が溜まっていくかを予想し、対策します

- ・自宅の近所はどのあたりから浸水するのか（低い場所から浸水します）
- ・もし避難する場合、何処に避難するのか
- ・浸水地域をなるべく避けてどのルートで避難するのか



ハザードマップは参考



・福島区の内水氾濫ハザードマップ

ハザードマップは時間の経過がわかりません

今いる場所は浸水する地域なのかどうかの参考にし
水害発生地域ならば、警戒レベル3が発令された
時点でどう行動するのかの判断をします

- ・降雨情報から今後どうなるのか
- ・外の浸水状況はどうなのか
- ・浸水地域でない避難する場所はどこか



自宅を最高の避難所に!

その23-5

◆ 浸水直前の対策

● 玄関からの浸水を防ぐ

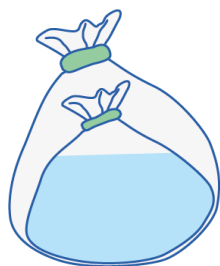
自宅に土のうかなくても、ゴミ袋やフランター、ホリタンク、レジャーシートなどの身近なものを使って、家の浸水を防げます

ゴミ袋に水を入れると、簡易水のうの出来上がり

その水のを玄関前に隙間なく詰むことで、浸水被害の軽減が可能に

さらに、水のをいくつかまとめて段ボール箱に入れると、強度をアップさせることができます

すいのうの作り方



1. 大き目のゴミ袋2枚
とバケツを用意



2. ゴミ袋を2枚重ねて
バケツの中に入れる



3. ゴミ袋に水をいれる



4. 内側のゴミ袋を縛る



5. 外側のゴミ袋を縛る



6. すいのうの完成





● 下水の逆流を防ぐ

戸建てやマンション1階の場合など、急激な水位の増加により下水が逆流し、トイレや風呂場、洗濯機の排水口などがら、水が噴き出ることがあります

上から水のうを置くと、逆流を抑えられて安心です



すいのうを逆流防止に使用します

トイレの中に入れて下水からの逆流を防ぎます



すいのうをダンボール箱に入れてブルーシートで覆います

玄関などの広い面積の所に複数個並べて外部からの水を防ぎます

● 家財の被害を防ぐ

水害による家財被害を軽減するため、家財を浸水被害の少ない2階など高い所へ上げるようにします

- ・重要書類や高価な家電製品、数日分の衣類は、高い位置に移動させておいてください
- ・畳も外して、高い場所へ移動を。食卓の上に載せるだけでも、浸水を防げる場合もあります
- ・自家用車は、早めに安全な場所へ移動することが重要です。もし移動が困難な場合には、エンジン部分の浸水を避けるようにしましょう

参照：国土交通省「自宅で役立つ防災」

<https://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/contents/1591774064910/simple/kateibousai.pdf>





自宅を最高の避難所に!

その23-7

◆ マンションの対策

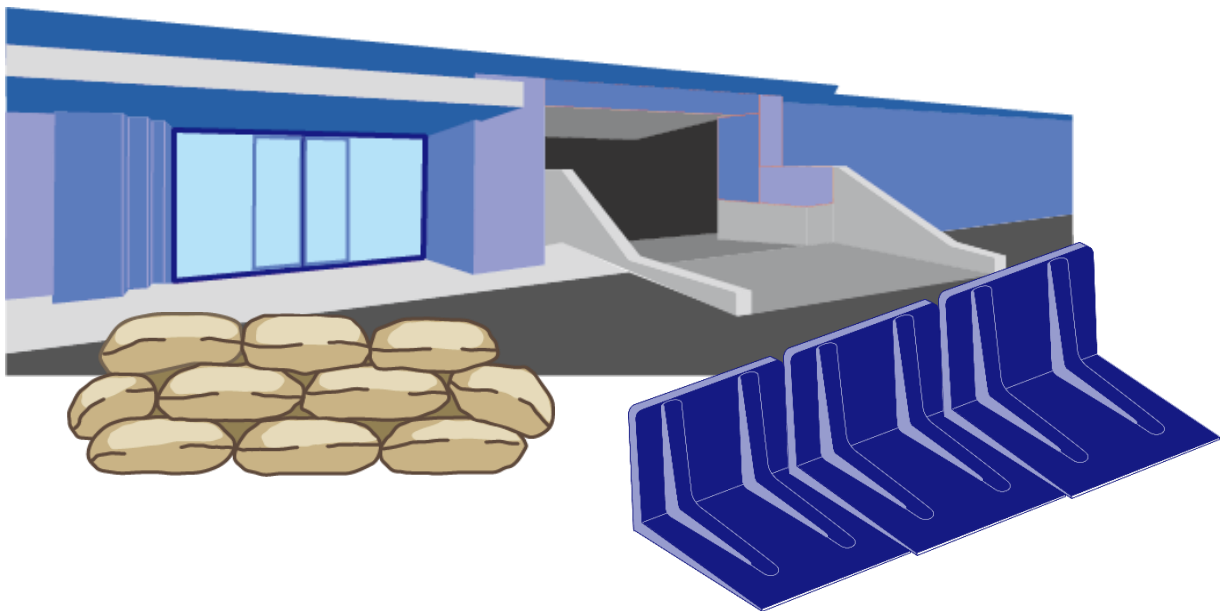
マンションの浸水リスクをハザードマップで確認します

エントランスや地下駐車場の入口など止水設備の準備をしてすぐに対応できるようにしておきましょう

局地的大雨（ゲリラ豪雨）はまだ予測が難しく、短時間で浸水範囲が広がるので、対策が必要です
特に地下に電気設備がある場合は、早期復旧対策も重要となります

電動ポンプ等をはじめ、浸水リスクの低減をする取り組みを進める必要があります

土地の形状等を踏まえ、出入口等の周囲で浸水を有効に防止できる場所に防水扉を設置する



Point

マンションや戸建ての1階住戸の主なリスク

- ・床上浸水による家財の損害
- ・壁紙やフローリングの張り替えが必要になる
- ・電気配線の損傷によるショートや漏電の危険
- ・泥水の浸入による衛生環境の悪化
- ・カビの発生による健康被害

地下住戸がある場合は、さらに深刻な被害が想定されます

地下への浸水は排水が困難で、水位が急速に上昇するため、人命に関わる危険もあります



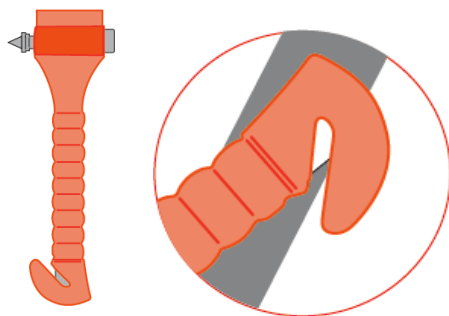
◆ 知っておくと便利

● 建物のドア(玄関など)編

- ・外開きのドア : 外側に開くドアは、外からの水圧を直接受けるため、少しの水位でも開かなくなります
- ・水深20cm～30cm : 水の重みでドアが急に重くなり、30cmを超えると大人の力でも開けるのが難しくなります
- ・水深40cm～50cm : 成人男性の力でもほぼ開けられなくなります
女性や子供の場合はさらに浅い水深で開かなくなります

● 車のドアの場合

- ・水深30cm～60cm : ドアの下端にかかるだけで開けにくくなり、水深60cm(タイヤが浸かる程度)に達すると、水圧の影響で通常の数倍の力が必要になり、開かなくなるリスクが急激に高まります
- ・完全に水没した場合 : 車内に水が入り込んで内外の水位差が小さくなると、再びドアが開くようになります
それまでは窓を開けて脱出する必要があります



水没による社内の閉じ込め対策
「脱出用ハンマー」の用意

窓ガラスを割って外に脱出
シートベルトを切るカッター付きがBest

