地震から身を守るために

まず落ち着きましょう

① 火の元の確認

初期消火が大切です。
ただし、火を使っていても
揺れがおさまってから対処しましょう。

② 出口を確保

まず部屋の窓や扉、玄関ドアを開けましょう。

③ 落下物に注意

頭を守り、机の下に潜るなど
安全を確保しましょう。
屋外の場合は瓦や看板の落下などにも
注意してください。

④ ガラスや塀には近寄らない

ガラスの破片は怪我のもとです。
塀の倒壊にも注意が必要です。

崖・川・池など 何がどう危険？

知っておきましょう「警戒レベル」

	住民の行動	避難情報	相当情報
5	命の危険	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報な
	>>>警戒レベル4までに必ず避難！<<<		
4	避　難	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報など
3	高齢者など避難	高齢者等避難開始	大雨警報 洪水警報など
2	避難行動の確認	大雨注意報 洪水注意報	氾濫注意情など
1	気象情報に注意	警報級の可能性	

**気象庁や国交省などが出す情報には、
警戒レベルのどの段階の情報かを表す数字が振られています。**

例）土砂災害警戒情報　（警戒レベル4相当）
　　○○川氾濫危険情報（警戒レベル4相当）

**その情報が出たからといって
必ず市町村が避難情報を出すわけではありません。**

大雨から身を守るために

① 河川や用水路には近づかない

集中豪雨になると急に川や水路は増水します
絶対に近づかないように!!

② 地面より低い道は通らない

歩行者用の地下道なども、
水が流れ込むと危険です。

③ 冠水している道路は危険

冠水している道路は、境目が分からなくなる
など、危険な個所がたくさんあります。

④ 避難が困難な場合は垂直避難を

無理に避難場所に行くのではなく、
自宅や近隣の頑丈な建物の比較的高い階に
避難すること（垂直避難）も1つの手です。

※垂直避難…安全な場所まで避難する時間がない場合、
安全な場所と空間を確保するために
上下垂直方向に避難すること。

土砂災害の前兆を知ろう

① 崖 崩 れ

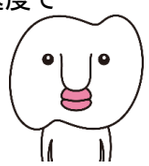
「崖にひび割れができる」「小石がパラパラと落ちる」
「崖から水が湧き出る」「湧き水が止まる」など
前兆はいろいろあります。

② 地 滑 り

地面のひび割れ、陥没、亀裂や段差の発生。
井戸や沢の水が濁る、地鳴りがする、などに
注意しましょう。

③ 土 石 流

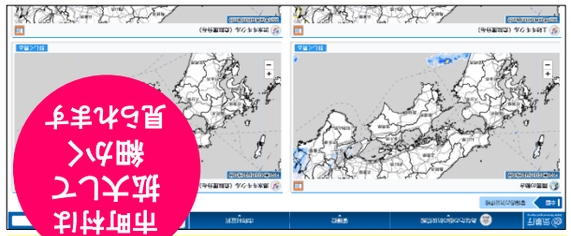
「山鳴りがする」
「急に川の水が濁ったり 流木が混ざる」
「雨が降っているのに川の水位が急に下がる」
など。
土石流は時速20～40kmという速度で
一瞬のうちに人家や畑などを
壊滅させてしまいます。



気象庁からの情報を活用

気象庁の HP から「防災情報」をクリック

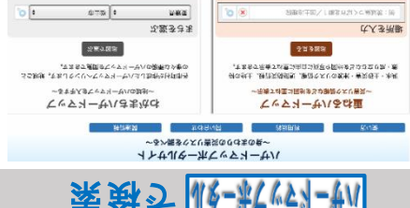
雨量の動き／危険度分布



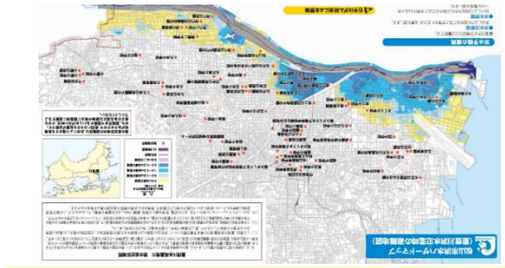
渋　水

ハザードマップを活用

災害へ備えよう！
ハザードマップポータル で検索



例えば？松山市「渋水」ハザードマップ


松山市洪水ハザードマップ
（重要な情報が記載されている箇所）
洪水浸水想定区域
浸水深（2日間雨量）
浸水深（12時間雨量）
浸水深（24時間雨量）
浸水深（48時間雨量）
浸水深（72時間雨量）
浸水深（1週間雨量）
浸水深（2週間雨量）
浸水深（1カ月雨量）
浸水深（3カ月雨量）
浸水深（6カ月雨量）
浸水深（1年雨量）
浸水深（2年雨量）
浸水深（3年雨量）
浸水深（4年雨量）
浸水深（5年雨量）
浸水深（6年雨量）
浸水深（7年雨量）
浸水深（8年雨量）
浸水深（9年雨量）
浸水深（10年雨量）
浸水深（20年雨量）
浸水深（30年雨量）
浸水深（40年雨量）
浸水深（50年雨量）
浸水深（60年雨量）
浸水深（70年雨量）
浸水深（80年雨量）
浸水深（90年雨量）
浸水深（100年雨量）
浸水深（200年雨量）
浸水深（300年雨量）
浸水深（400年雨量）
浸水深（500年雨量）
浸水深（600年雨量）
浸水深（700年雨量）
浸水深（800年雨量）
浸水深（900年雨量）
浸水深（1000年雨量）
浸水深（2000年雨量）
浸水深（3000年雨量）
浸水深（4000年雨量）
浸水深（5000年雨量）
浸水深（6000年雨量）
浸水深（7000年雨量）
浸水深（8000年雨量）
浸水深（9000年雨量）
浸水深（10000年雨量）
浸水深（20000年雨量）
浸水深（30000年雨量）
浸水深（40000年雨量）
浸水深（50000年雨量）
浸水深（60000年雨量）
浸水深（70000年雨量）
浸水深（80000年雨量）
浸水深（90000年雨量）
浸水深（100000年雨量）
浸水深（200000年雨量）
浸水深（300000年雨量）
浸水深（400000年雨量）
浸水深（500000年雨量）
浸水深（600000年雨量）
浸水深（700000年雨量）
浸水深（800000年雨量）
浸水深（900000年雨量）
浸水深（1000000年雨量）
浸水深（2000000年雨量）
浸水深（3000000年雨量）
浸水深（4000000年雨量）
浸水深（5000000年雨量）
浸水深（6000000年雨量）
浸水深（7000000年雨量）
浸水深（8000000年雨量）
浸水深（9000000年雨量）
浸水深（10000000年雨量）
浸水深（20000000年雨量）
浸水深（30000000年雨量）
浸水深（40000000年雨量）
浸水深（50000000年雨量）
浸水深（60000000年雨量）
浸水深（70000000年雨量）
浸水深（80000000年雨量）
浸水深（90000000年雨量）
浸水深（100000000年雨量）
浸水深（200000000年雨量）
浸水深（300000000年雨量）
浸水深（400000000年雨量）
浸水深（500000000年雨量）
浸水深（600000000年雨量）
浸水深（700000000年雨量）
浸水深（800000000年雨量）
浸水深（900000000年雨量）
浸水深（1000000000年雨量）
浸水深（2000000000年雨量）
浸水深（3000000000年雨量）
浸水深（4000000000年雨量）
浸水深（5000000000年雨量）
浸水深（6000000000年雨量）
浸水深（7000000000年雨量）
浸水深（8000000000年雨量）
浸水深（9000000000年雨量）
浸水深（10000000000年雨量）
浸水深（20000000000年雨量）
浸水深（30000000000年雨量）
浸水深（40000000000年雨量）
浸水深（50000000000年雨量）
浸水深（60000000000年雨量）
浸水深（70000000000年雨量）
浸水深（80000000000年雨量）
浸水深（90000000000年雨量）
浸水深（100000000000年雨量）
浸水深（200000000000年雨量）
浸水深（300000000000年雨量）
浸水深（400000000000年雨量）
浸水深（500000000000年雨量）
浸水深（600000000000年雨量）
浸水深（700000000000年雨量）
浸水深（800000000000年雨量）
浸水深（900000000000年雨量）
浸水深（1000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（900000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（1000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（2000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（3000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（4000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（5000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（6000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（7000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（8000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（9000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（10000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（20000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（30000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（40000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（50000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（60000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（70000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（80000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（90000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（100000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（200000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（300000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（400000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（500000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（600000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（700000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（800000000000000000000000000000000000年雨量）
浸水深（900000

自分のプロフィール

名 前	血液型
住所 〒	
生年月日 年　月　日	携帯番号
電話番号	FAX番号
メールアドレス	
勤務先／通学先　名称	
勤務先／通学先　住所 〒	
勤務先／通学先　電話番号	勤務先／通学先　FAX 番号
覚えておきたいメモ(家族や大切な人の緊急時連絡先控え、かかりつけ病院など)	

自分の避難場所情報（記入してみましょう）

避難所が過密状態になることを防ぐため、いま一度ハザードマップを確認し、親戚や友人の自宅、または宿泊施設などへの **分散避難** も考えましょう。

● 自宅周辺

一時避難場所は？

広域避難場所は？

● 勤務先周辺

一時避難場所は？

広域避難場所は？

● 自宅から避難場所までのルート

（作成欄）

● 勤務先などから自宅までのルート

（作成欄）

災害用伝言ダイヤル

171 をダイヤル

録音 **1**　　再生 **2**

連絡をとりたいＪＲの電話番号をダイヤル

1# を押す

録音する **9#** で終了　　再生する

災害用伝言版（文字伝言）

● 各携帯会社の災害伝言版

各携帯会社の **災害用伝言版** にアクセス

登録 か **確認**

コメントを入力　　確認したいＪＲの携帯番号を入力

● NTTの災害伝言版（web171）※固定電話も可能

http://www.web171.jp にアクセス利用規約に同意

連絡をとりたいＪＲの電話番号をダイヤル

伝言を **登録**　　伝言を **閲覧**

公衆無線 LAN サービス

被災地域で無料開放された公衆 Wi-Fi

Wi-Fi を ON ⇒ **0000JAPAN**(ワンオーオーオーじゃぱん) を選択

● メ モ 欄

※家族や大切な人の写真を貼っておくのもオススメです

発　行　南海放送株式会社
メディア編成局メディアセンター
〒790－8510　松山市本町1-1-1
TEL：089-915-3333（代表）
WEB：https://www.rnb.co.jp/
発行日　2023年10月1日　第5版
ゆめモグ 南海放送

知っておきたいマーク

指定緊急避難所(避難場所)

災害から命を守るために
緊急的に避難する場所

指定避難所（避難所）

災害の危険があり
その危険がなくなるまで
必要な期間滞在する施設

津波避難場所

津波から命を守るために
整備された施設

津波避難ビル

津波が押し寄せたとき、
一時的に避難するための
緊避難場所として
市町村によって指定されたビル
（建物）

応急処置

● 怪我（外傷）の応急処置(RICE(ライス)処置)

① Rest（レスト）＝安静
患部が動かないように

② Icing（アイシング）＝冷却
患部をひやしましょう

③ Compression（コンプレッション）＝圧迫
ガーゼ・包帯などで巻きしまょう

④ Elevation（エレベーション）＝挙上
患部を心臓より高い位置にあげましょう

● 刺 し 傷

刺さったものは絶対に抜かないこと！

※腕や足に釘や棒などが刺さり、貫通してしまった場合は
抜かないで病院へ行く

● や け ど

とにかく冷やす

（注意）あくまで応急処置です！治療ではありません！

備品をチェックしてみよう

● 常備したいもの（カバンの中など）

□水（水筒）　□飴やチョコレート
□絆創膏　□笛・防犯ブザー
□モバイルバッテリー　□携帯ラジオ(電池入り)
□ティッシュ（ウェットティッシュ／除菌だと◎）
□上履き　□懐中電灯
□アルコール消毒液　□マスク　□石鹸

● 非常用の備蓄品＜1 人分＞

□飲料水（3L＝500ml×6本）/日
□主食　無洗米　5kg
□ビスケットや板チョコ（菓子類）
□缶詰　4～6缶（種類はいろいろ）
□ラップ　1本　□ビニール袋（各種）
□トイレットペーパー　12ロール
□ラテックス手袋　1箱
□下着　2組　□衣類