

✔ みんなでチェック

# 水の防災 チェックブック

<http://www.mlit.go.jp/river/>



発行：国土交通省水管理・国土保全局河川計画課



チェック&シェア

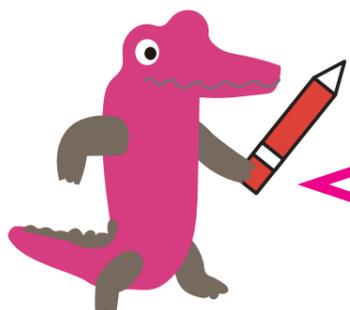
# すぐにはじめられる水の防災

みんなのくらしに係る「水害」。天気の変化に応じて、「すぐにできる備え」をまとめてみました。すでに取り組んでいるものにチェックマークを付けたり、これはすぐやろうと思ったものをマルで囲んだりしながら、「自分の避難」を想像してみてください。教育現場や職場で、備えの状況を確認したり、次のアクションを議論するのに活用を。



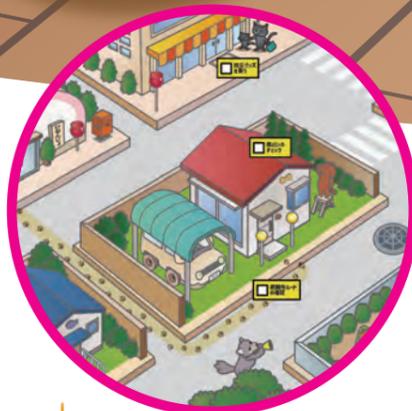
## 3場面 を想定しました

「チェックブック」は、①ふだん、②大雨が近づいてきた時、③大雨になったときを想定してアクションをまとめています。アクションを囲ってある四角はリンクが設定されている場合があります。

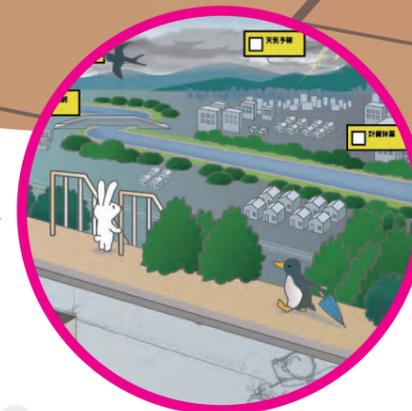


- 上方階にモノを移動
- 雨水を貯めておく

アクションの四角がクリックできるものは、詳しいページが開くのだ。  
※外部サイトにリンクしています。



場面① ふだん



場面② 大雨が近づいてきた



場面③ 大雨になった!



だから準備しておくこと

防災教育

避難所の確認

おしらせ

浸水リスクの確認

雨水をためる

伝承碑を見に行く

防災グッズを買う

雨どいのチェック

避難所ルートの確認

通行規制

Check

川の場所

要配慮者の把握

薬の備蓄

家族で話し合う

マイ・タイムラインをつくる

# 大雨が近づいてきた

上方にモノを移動

計画運休を確認

雨の状況を確認

天気予報を見る

通行規制の確認

計画休業の確認

持ち出し確認

浸水対策の実施  
※土のうづみ

ニュースを見る

防災アプリで確認  
※地域版要チェック

要配慮者の支援

逃げなきやゴール

雨水をためる

大雨になった

川の水位

川や水路に  
近寄らない

要配慮者  
の支援

店舗の休業  
を確認

運行状況  
を確認

避難所  
アプリを使う

風呂に水を  
ためる

下水道からの  
浸水に注意

緊急速報  
メールに注意

垂直避難

通行規制  
の確認

水深注意  
水深1m  
水深50cm  
水深20cm

CLOSED

避難所

避難所



## 詳しい情報へのリンク(例)



防災教育  
防災学習ポータルサイト



マイ・タイム  
ラインをつくる  家族で  
話し合う  
マイ・タイムライン



浸水リスク  
の確認  
ハザードマップポータルサイト



要配慮者  
の把握  要配慮者  
の支援  
要配慮者利用施設の浸水対策



川の場合  雨の状況  
を確認  川の水位  
川の防災情報



伝承碑  
を見る  
自然災害伝承碑



雨水を  
ためる  風呂に水を  
ためる  
雨水利用事例集



避難所  
ルートの確認  避難所の  
確認  
防災にも役立つ！地理院地図の使い方



雨どいの  
チェック  薬の備蓄  
政府広報オンライン



防災グッズ  
を買う  持ち出し  
確認  
災害が起きる前にできること



通行規制  
の確認  運行状況  
を確認  
防災ポータル



計画運休  
を確認  
鉄道の計画運休の  
取組について



計画休業の  
確認  店舗の休業  
を確認  
豪雨時の企業における外出抑制に関する取組



浸水対策の  
実施  
土のうステーション



上方にモノ  
を移動  垂直  
避難  
防災用語ウェブサイト



逃げなきゃ  
コール  緊急速報  
メールに注意  
逃げなきゃコール

緊急速報メールを活用した  
洪水情報のプッシュ型配信



防災アプリ  
で確認  避難所  
アプリ  
災害時に便利なアプリ  
とWEBサイト



下水道からの  
浸水に注意  
防災用語ウェブサイト

## みんなにできることがある

### みんなが水害の影響を受けます

すでに取り組んでいること、すぐに取り組めることはあったでしょうか？ 平成24年から令和3年の過去10年間に、全国の約98%の市町村で水害や土砂災害が発生し、10回以上発生した市町村も半数に及んでいます。こういった「水害リスク」は、気候変動とともに高まっていき、対策は「まったなし」の状況です。

川や山の近くに住んでいなくても、旅行や出張に大雨が影響することはありますし、病院にかかることや買い物が難しくなることもあります。みんなに関係する水害リスクを「じぶんごと」にしていくことが大切です。

### まずは浸水想定を確認！

そこでまずしておきたいことに、自分の家や、学校が水につかる可能性があるかのチェックがあります。最近、これが結構ササッと確認できるよう情報が充実していて、各市区町村から出ている「ハザードマップ」にアクセスできるポータルサイトもあります。まだであれば速やかに確認を。

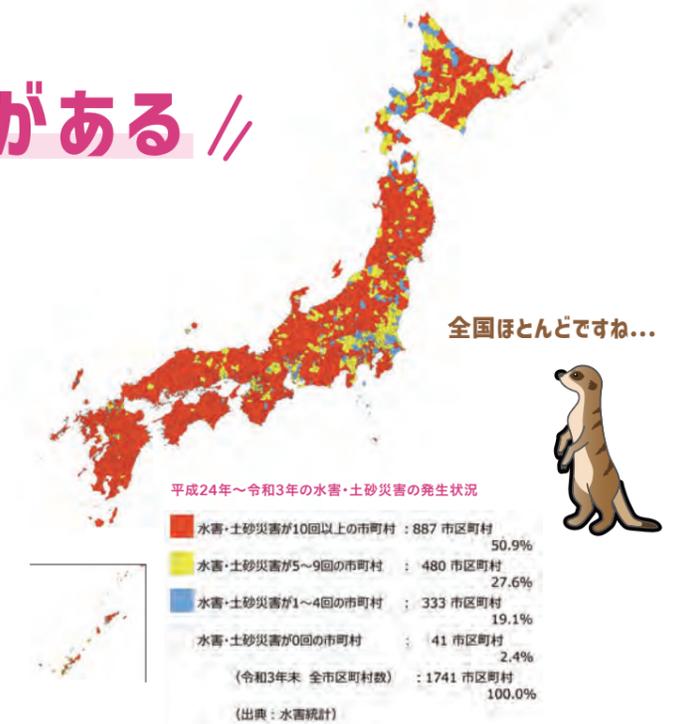


チェック！  
ハザードマップ  
ポータルサイトへ

### タイムスリップしてみる

これから起こるかもしれないことを確認すると同時に、これまでに起きたことを知っておくことも、水害に備える上で役に立ちます。過去の水害の情報をネットで調べたり、地域にある「伝承碑」を見に行くことも、大きな学びになります。伝承碑がある場所も、「ハザードマップポータルサイト」(\*)でわかりますよ。

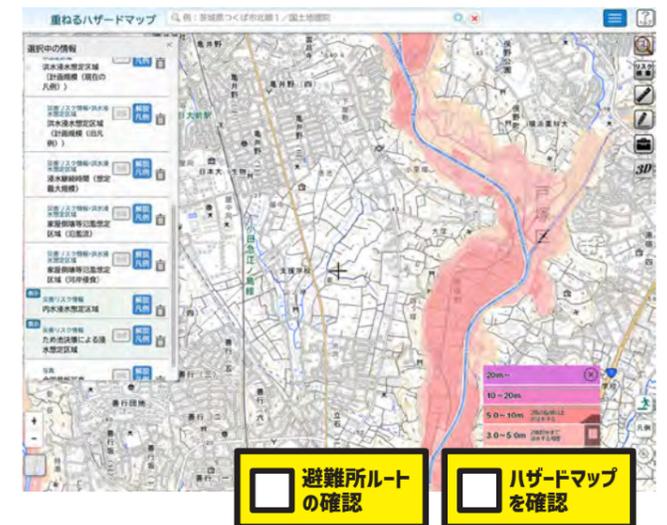
※重ねるハザードマップ→すべての情報から選択→自然災害伝承碑→洪水



平成24年～令和3年の水害・土砂災害の発生状況

水害・土砂災害が10回以上の市町村	887 市区町村	50.9%
水害・土砂災害が5～9回の市町村	480 市区町村	27.6%
水害・土砂災害が1～4回の市町村	333 市区町村	19.1%
水害・土砂災害が0回の市町村	41 市区町村	2.4%
(令和3年末 全市区町村数)	1741 市区町村	100.0%

(出典：水害統計)



自然災害全体で2,252基(全国643市区町村:2025年1月時点)

水害伝承碑  
をチェック



リアルだ！

## 便利な防災アプリ

スマホやタブレットで利用できる、防災や気象予報に関する多くのアプリやウェブサイトが産官学からリリースされています。天気から避難まで、水害に関する情報をワンストップで提供してくれる優れものや、リアルな水害体験ができるVR(仮想現実)、AR(拡張現実)も登場しています。この冊子では、個別のアプリの紹介はしていませんが、便利なアプリがありますのでネットを検索してみてください。

### 地域版のチェックをお忘れなく

都道府県や市区町村が配信している地域防災情報も増えてきています。カワナビ vol.17では、それら「地域版」へのリンク集を作成しましたので、お住まいの地域や、学校や職場がある地域のチェックを忘れずに。



そうなんだ...

チェック!



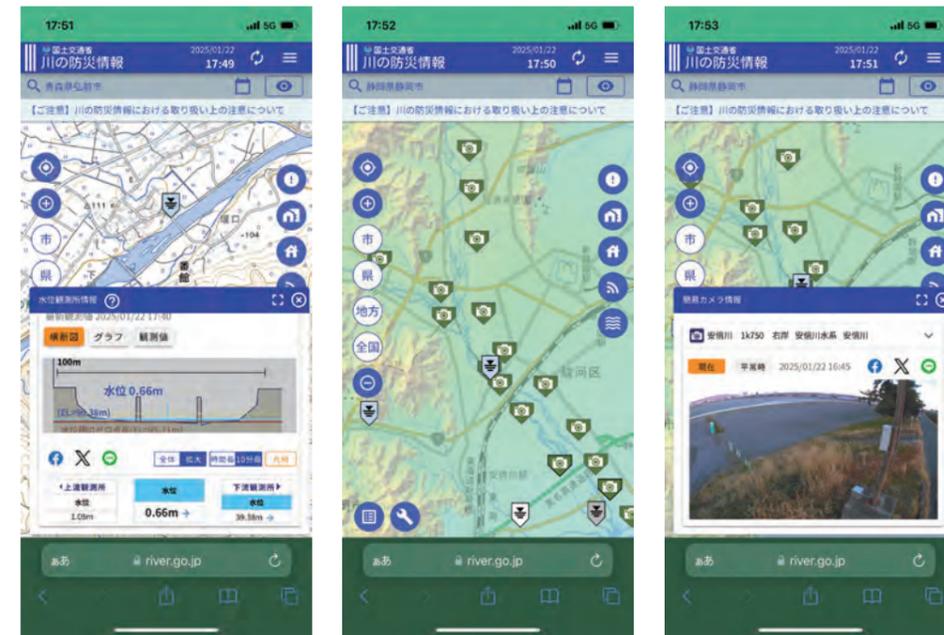
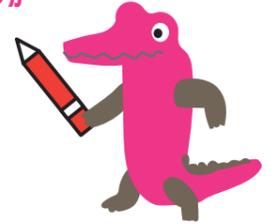
カワナビ vol.17



## 川の様子を見る

国土交通省が提供している「川の防災情報」では、川の水位や実際の様子など、リアルタイム情報を確認できます。最近では、川に多くのライブカメラが設置され、機能も増えて使い勝手がよくなりました。大雨の時に避難行動の判断に役立てることはもちろんですが、アウトドアの計画を立てる時に川周辺の安全を確認しておくなど、充実した情報をお役立てください。

ライブカメラがたくさん！



レーダー雨量

川の水位

河川カメラ

洪水予報

ダムの放流通知

避難情報

チェック!



川の防災情報

## 自分の避難を想像してみる

### マイ・タイムラインをつくらう

みんなに関係する水害。いざ！というときに、落ち着いて行動できるといいですね。しかし、実際に水害の危険が高まったとき、「いつ」、「どのように」行動したらいいか、それをいきなり思い出すのは難しいと思います。

そこで役にたつのが「マイ・タイムライン」です。大雨が近づいてきたら、順序立ててどう行動するかを、前もって決めておくのです。作るのにちょっとコツがありますが、家族や、学校の人みんなで考えて決めることもできますし(全国流域治水MAPに教育現場での取り組み例も紹介されています)、クイズで気軽に学べるコンテンツもありますので、身近な人たちと試してみてくださいね。

チェック!



全国流域治水MAP



クイズで学ぼうマイ・タイムライン



クイズに答えて理解できるサイトもありますよ



## 楽しく知って学ぶ

みんなでできることが結構あるとはいえ、水害のこと、そして川のことを知ったり理解するきっかけは普段の暮らしの中には多くないかもしれません。また、何か取り組んでみようかなと思っても、防災となると、少し気が重くなってしまうかもしれませんよね。そんなときは、「楽しそうなおこと」に注目してみるのも手です。

最近では、水害からまちを守る施設を見に行ったり、「ダムカード」を集めたり、川に注目が集まっています。そして、自然の中で遊ぶことで、気持ちの良い経験ができたり、意外な学びがあったりもします。こういったところから、水や川と自分の距離を近づけてみてはどうでしょうか。カワナビ vol.14では、その極意を紹介しています。

チェック!



カワナビ vol.14 水辺遊びからはじめる防災



インフラツーリズム



安全に水辺で遊ぶ

# みんなでできることがある

生活圏の浸水リスクの確認、備蓄の見直しやスマホで情報収集するなど、手軽にできることは結構あります。それらは、もちろん自分の身を守ることもありますが、例えば、庭や風呂で雨水を貯めておくのは、あとでその水を利用することもあります。下流側に水を流さないようにして、水害を少しでも起こりにくくしようというものです。これはほんの一例ですが、気候変動が進んでいるいま、一人ひとりが、地域に目を向けて、お互いを助け合い、少しでも水害の被害を防ごうとする取組が進んでいます。それが、「流域治水」です。

## 流域治水という社会の安全対策

行政、企業、団体、個人、様々な主体が地域で活動していますが、それら全ての人々のアクションが総合化されて、河川流域全体の安全度を高める、それが流域治水です。従来の河川施設(ダムや堤防など)を利用した治水対策に加えて、大雨の時、農家の皆さんが自分の田んぼに水を貯め、川に流れ込む水を少なくすることや、企業の施設に雨水を貯留・浸透させること、さらには、保険などお金の力を使って水害対策を促すことなど、様々な試みが全国で展開されています。



## 下流のために雨水をためよう

これまでのように、ダムやため池を使って水を貯めたり、堤防を整備して川から水があふれないようにするだけでなく、雨水を田んぼ、校庭や商業施設でためるなど、なるべく下流側に流さないようにする「雨水貯留浸透」が進んでいます。そのために、まちづくりから見直したり、企業の取組を後押しする制度も、全国に適用範囲が広がっています。個人でも、家に雨水貯留タンクを設置しておく、水道がとまった時にも役に立ちますよ。

チェック!

特定都市河川ポータルサイト

雨水利用事例集



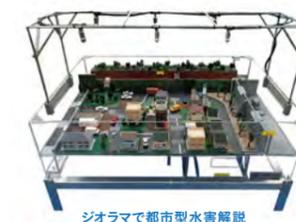
出典：国土交通省『雨水利用事例集』(表紙イラスト)

## オフィシャルサポーターが活動中

国土交通省では、流域治水に取り組んだり、支援したりする企業等を「流域治水オフィシャルサポーター」として認定し、その活動を周知する取り組みを進めています。現在、計111団体が認定され(2025年2月現在)、製品開発や技術の向上による流域治水への貢献はもちろんのこと、教育現場における出前講座の開催や、各種の広報活動が行われています。個人も、企業も、行政も、みんなで社会の安全対策を進めていきましょう!

チェック!

流域治水オフィシャルサポーター制度



## 話そう、伝えよう

日々のニュース、このブックをみた、授業で習った、電車がとまったなどなど、少しアンテナをたてることで、災害のことに触れる機会は結構あります。その中には、マンホールから水があふれてまちが水浸しになるような、意外なニュースもあるかもしれません。そうやって知ったこと、理解したことを、人に話したり、地域で語り継いでいくことも、一つの水害対策と言えます。過去の災害時に、そうした地域の知が減災に役に立ったこともあります。

そこで、内閣府と国土交通省は、地域で発生した災害の状況をわかりやすく伝える施設や、災害の教訓を伝承する活動などを認定する制度である「NIPPON防災資産」を創設しました。この制度についても、ぜひ、誰かに話したり、伝えてください。地元施設や取組のブランド化、地域活性化につながることも期待されます。

チェック!

NIPPON 防災資産



## 新しい認定制度ができたよ

災害リスクの  
自分事化に向けて

NIPPON防災資産

