

台風がキタ!

ひとり暮らし、ファミリー、
シニア夫婦、通勤通学者……

北区で暴風雨から身を守る
私たちの対策ガイド



風神さん



雷神さん

このコンビは
必ず北区に
やって来る

北区の新型コロナウイルス禍における避難イメージ

▶ **原則 自宅で避難または分散避難 [親戚・知人宅など]**

▶ **自宅避難ができない時 避難所へ [中学校など]**



▶ **コロナ陽性者 指定医療機関・宿泊療養施設**

避難所は、多くの避難者を受け入れるため、3密（密閉・密集・密接）状態になることが想定され感染するリスクが高まります。自宅避難や、親戚・知人宅への分散避難を検討しましょう。

MEMO

ジシン本 防災講座
北区各所で開講中!

防災講座に関する最新情報やお申し込みは、
[大阪北区ジシン本] ウェブサイトで!!
<https://jishinbook.net/>



オンライン講座も
開催中!!

『大阪北区ジシン本』北区民の風水害対策BOOK 台風がキタ!
令和2年(2020)9月発行
編集・発行/大阪北区役所・大阪北区ジシン本風水害編企画編集委員会
マンガ・イラスト/井上ミノル デザイン/神谷利男
〒530-8401 大阪北区扇町2丁目1番27号
電話 06-6313-9734



【雷神さん】
大阪の雷霊をつかさどる神。自分勝手な行動が大嫌いで、ワガママな言動をする人間を見つくと、つい説教してしまう。実は寂しがり屋で、おしゃべり好き。



【風神さん】
大阪の風をつかさどる神。お人好し、世話好きで、人間たちが間違った行動をとると、正しい知識を学ばせてくれる。人間たちをいつも見守る優しい性格の持ち主。

三方が川。実は風水害の「本場」でした

北区が あぶない!!

大規模な台風や集中豪雨、長期の大雨など
日本各地で頻繁に風水害が起きる時代となり、
大阪市北区も「よそ事」ではなくなってきました。
川に囲まれ、海拔が低い北区は、風水害の被害を受けやすく、
今すぐにでも防災意識を持つことが大切です。
「どうにかなるでしょ」「私は大丈夫」それでは遅い!
北区にも毎年必ずやってくる台風や豪雨の備えを
風神さん・雷神さんと一緒に考えてみましょう。

梅田さん



まあ、オフィスから出なけりゃ大丈夫、しょ。

台風よりも仕事が
ヤバイんですわ

あなたも【オフィス勤務】なら
ここを CHECK! ← P10~P11

中津さん



そいで避難所て
どこやけ?

早めに避難所行く方がえんかな

あなたも【高齢2人暮らし】なら
ここを CHECK! ← P08~P09

豊崎さん



普段から防災バッチリやで!!

ごどもたちは
私が守る!!!

あなたも【ファミリー世帯】なら
ここを CHECK! ← P06~P07

堂島さん



停電したら階段やけど鍛えろし大丈夫。

ウチ30階やから水害はカンケーないでしょ。

あなたも【ひとり暮らし】なら
ここを CHECK! ← P04~P05

【北区のひとつひとつ】

【ひとり暮らし】

2年前に北区に引っ越し、憧れのタワーマンションを購入。マンションの住人とはあいさつ程度で、あまり親しくない。最近ソロキャンにハマリ、アウトドアグッズを集めるのが趣味。ペランダで街並みを見下ろしながらの晩酌タイムが何より楽しみ。

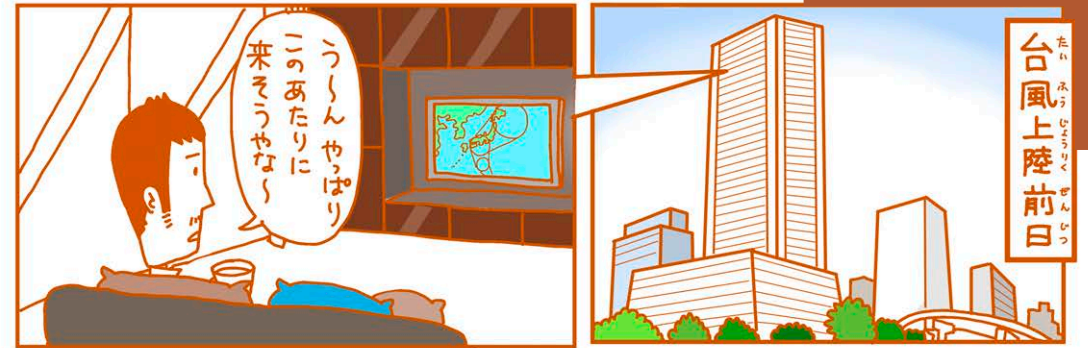
【4人家族】

夫と5歳の娘、0歳の息子の4人家族。北区の中心地から離れたマンションで暮らし、ご近所さんとの付き合いは良好。ママさんとのコミュニティで防災情報を収集し、台風への備えはバッチリ。家事や育児もしっかりこなす、頼れるお母さん。

【高齢2人暮らし】

30年以上、北区の戸建てに住んでいる。家の老朽化のため、娘家族のマンションに移ることも考えたが、居心地が良く、今なおそのまま。夫婦ともに足腰が弱くなったため、出かけることが億劫になり、自宅で過ごすことが多い。大雨の日や風が強い日は不安に思うこともしばしば。

堂島さんの場合



台地上陸前日



大阪市防災アプリはコチラ

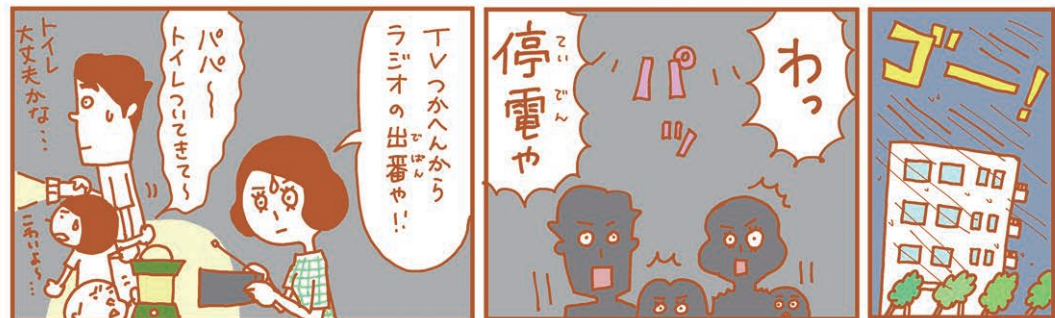


- ・ 停電すると使えなくなるものをあらかじめ確認しておこう
- ・ エレベーターが使えるうちに重いものは運んでおこう

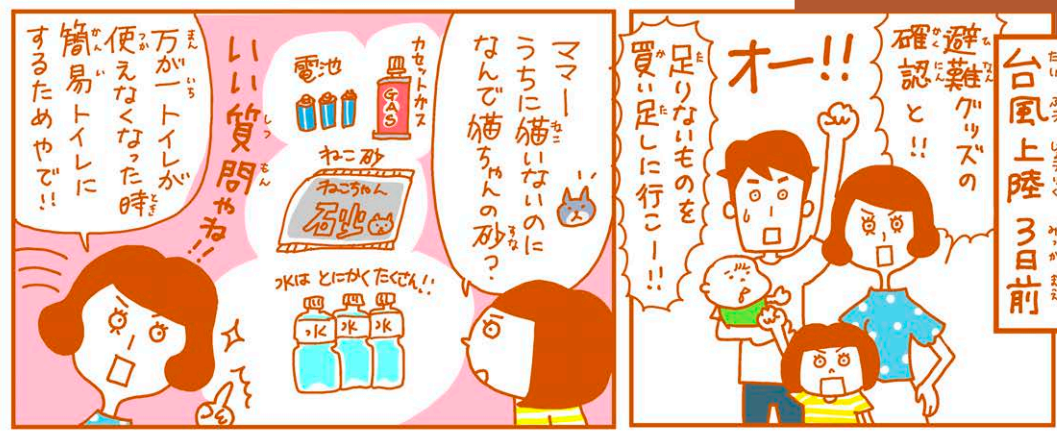
全部スマホに頼ろうとせずにラジオや懐中電灯は用意しとまや!!
乾電池も多めに買っときまー!!



豊崎さんの場合



- ・飛来物が窓ガラスを突き破って住人が死亡したケースもあります
- ・ラジオ等のグッズは事前に使用方法を確認しておこう
- ・非常食も食べ慣れた物を用意するか、口に合うものを探しておこう



※下水があふれそうな時や排水管が壊れている時は流してはいけません!!

中津さんの場合



- ・自主避難場所等が開設される場合もあります
- ・情報にアクセスしておこう
- ・内水氾濫に備えて、土のうや水のうを用意しておこう
- ・屋根瓦やベランダの点検は普段からしておこう



梅田さんの場合



- ・災害時にはターミナルに人が集中することによる混乱が予想されます
- ・オフィスにも防災グッズや備蓄食料等の備えを！
- ・帰宅の判断は慎重にしよう



●防災タイムラインは、家族構成や生活環境によって変わります ●わが家の行動や備蓄はどうするか、それぞれの計画を今から考えておきましょう



台風発生！ 72時間前からどう動く？

自らを守るための防災タイムライン

台風の進路は予測可能。自宅避難に備えて事前に計画を立て、あなたと家族の命を守る準備をしましょう。



72時間前
(3日前)

【進路を確認】

ベランダや家周りの点検

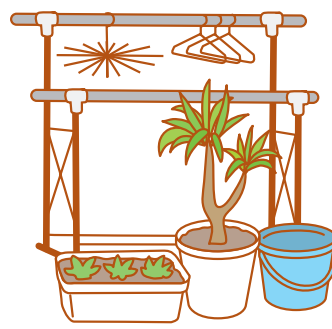
- 植木鉢、物干し竿は屋内に
- 排水設備の掃除

ベランダにあるものはすべて室内に移動！

普段から水や食材を少しずつ買いだめしとくと楽やな。3日前には必ずチェックしとこ！

【進路・勢力の確認】 備蓄の確認と準備

- 水、食料は家族7日分が目安
- 乾電池の確保、充電器の動作確認
- 懐中電灯や携帯ラジオの準備

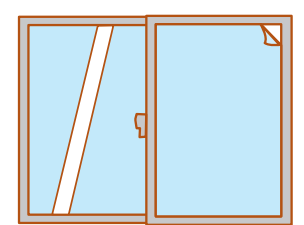


いつも飲んでる薬は多めにもらえやろか？主治医の先生と相談しとこ。

【暴風域に入る時間を確認】 窓ガラスの飛散を防ぐ

- 飛散防止フィルムを貼ろう
- カーテンを閉めるだけでも効果あり

減多に使わんからラジオの合わせ方知らんわ……。事前に使っとかんとアカンね。



今のうちに買い出し行っとこ。食べ物だけでなく水と非常用トイレ、乾電池も買っとかな！

【家周りや備蓄などの最終点検】

高齢の場合は遠方に住む子どもの家へ移動することも考えとかな！

最新の台風情報は随時確認を！

計画連休の情報をチェック。明日の仕事は上司と相談やな。

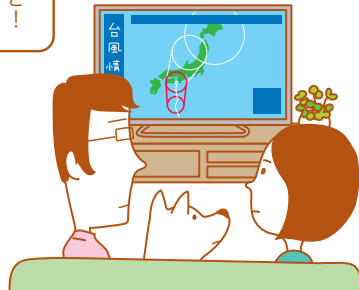
【不要不急の外出は控える】 ライフラインの停止に備える

- 懐中電灯や携帯電話などを自分の近くに

帰られへんかったら大変やし、今日はお泊まりグッズを持って出勤やな。

【自宅内の安全な場所で避難】

カーテンを閉めて窓には近づかんこと！子どもに外を見せへんことも大事やな！



【在宅避難】の準備がめっちゃ大事

台風がきたら避難所へ移動するより、家で避難することを第一に考えることが大事やで！家なら防災グッズも非常食も役に立つし、いつも生活している場所やから、家族みんな落ち着けるやろ。普段から【在宅避難】のことを意識して、事前の準備をしっかりな！
※但し、豪雨などで浸水の危険がある場合は避難所への避難も必要やで！



北区役所
地域課 担当者

自主避難場所と災害時避難所は違います！
自主避難場所●台風接近(上陸)時において事前に自主的に避難する場所。食料などはご自身で準備・持参する必要があります。
災害時避難所●災害による浸水や倒壊のため自宅での生活できなくなった時に、避難生活を送る施設。

新型コロナウイルス感染拡大のリスクがある間は、風速 30m を超える強い台風が接近(上陸)する場合以外は「自主避難場所」の開設は控えていただきます。できる限り【在宅避難】を心がけ、ご自宅で安全に過ごしましょう。なお、特別な事情がある場合は地域課(防災担当)までご相談ください。

問：地域課(防災担当) ☎06-6313-9734 FAX06-6362-3823



必ず用意しておきたい！ 3つの「ない」への備え

台風上陸・通過時で一番心配なのは、ライフラインが途絶えること。万全の状態を迎えるために、最も大切な備蓄を「大阪北区ジシン本」サポーターの皆さんに教えてもらいましょう。



電気
がつかない！
に備える



この人に聞きました！
まきこさん

台風や豪雨の時は、暴風で街路樹が倒れて電線が切れたり、マンシヨン地下設備が浸水するなどの原因で停電する可能性があります。停電が発生すると電気はもちろん、マンシヨンのエレベーター、水も止まり、トイレも使えません。電気がないと本当に困りますね。

備えるもの

乾電池式の充電器

携帯電話の充電ができなくなると困る！

手回し式充電器付きの防災ラジオ

停電中はラジオで情報をチェックしよう！

懐中電灯

夜になると当然真っ暗！トイレに行く時などに必要！

LEDランタン



水・食料
がない！
に備える



この人に聞きました！
あゆみさん

台風や豪雨、地震など、災害に対する備蓄は基本的にどれも同じ。長期間の在宅避難が続いても、安心して過ごせるように準備しておくことが大切です。食料などは普段からローリングストック法で無理なく備えておくと、いざという時に慌てずすみやすいです。

備えるもの

飲料・調理用の水は1人1日3ℓが目安。家族4人の7日分は84ℓで、2ℓが42本も必要！

水

いつも食べ慣れている商品を保管。不安がる子どもにはお菓子などで落ち着かせて！

缶詰、レトルト食品、インスタント食品

お菓子

オール電化のご家庭ならカセットコンロを持っておきましょう！

冷凍ペットボトルのすすめ

水を入れたペットボトルを冷凍しておきましょう。停電時に冷蔵庫にうっせば保冷剤代わりになり庫内の冷たい状態が保てます。溶ければ飲んで夏場の熱中症対策になり一石二鳥です。



トイレ
が使えない！
に備える



この人に聞きました！
信恵さん

マンシヨンでは、停電すると断水になりトイレが流せなくなる可能性があります。また台風による大雨が下水道管に流れ込むと、低層階では汚水が逆流してあふれる危険性も。トイレが使えない場合に備え、非常用トイレを用意しておきましょう。

備えるもの

非常用トイレ

1日に何回も使用することを考えて多めにストック！

簡易トイレをつくる

45ℓの黒いごみ袋1枚を便座を上げてかぶせ、もう1枚を便座の上からかぶせます。吸収するものに消臭剤をかけてごみ袋の中に敷き詰めましょう。

トイレがゴボゴボしたら、「水のう」でふさいで逆流対策を！

用意するもの

- 45ℓのごみ袋
- 吸収するもの(キッチンペーパー、ねこ砂、オムツ、生理用ナプキン、ベットシートなど)

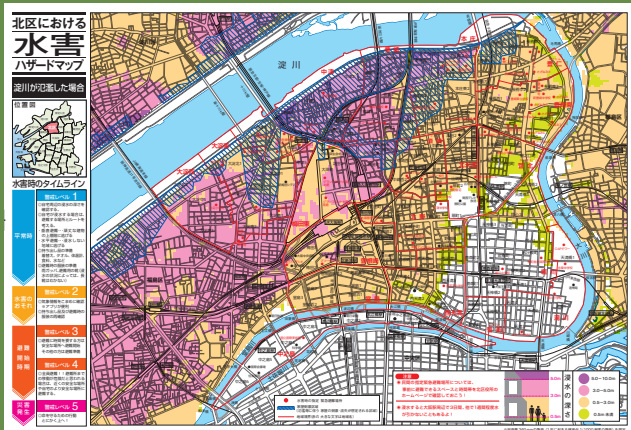
今から できる 防災

都心中の都心である北区でも、台風や豪雨は毎年あるものだと考え、日ごろから防災を意識することが大切です。ハザードマップの確認や情報収集ツールの入手など、今からできることを、「大阪北区ジシン本」サポーターの4人の皆さんに聞きました。

1 ハザードマップを確認しよう

北区を襲う大規模な水害（淀川氾濫、内水氾濫、高潮、津波）の違いを理解しておきましょう。その上で、北区のほぼ全域が浸水する淀川氾濫の浸水想定を巻末のハザードマップで確認し、自分の住む場所がどの程度浸水するのか理解しておきましょう。

（和彦さん）



アウトドアグッズで楽しく防災！

キャンプで使用できるグッズは防災グッズとしても大活躍。LEDランタンやヘッドライト、折りたたみ式コンロなど、防災のためだけではなくアウトドアでも使用するため、楽しく備えることができます。



100均ショップでお役立ちグッズを発見！

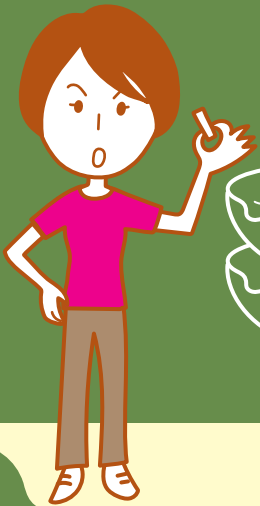
防災専用のグッズは価格が高くてハードルが高い…。それなら100円均一ショップで防災グッズを探してみてもいいか？日用品から食品まで多彩にあるので、誰でも気軽に買い揃えられますよ。



2

ローリングストック法を実践！

賞味期限切れ、味が好みでないなどを防ぐために、防災食は普段から消費できる物を選び、その都度買い足す「ローリングストック」がオススメです。（直子さん）



3

マンション特有の課題を知っておこう

マンションでは、停電によるトラブルだけでなく、「バルコニーの排水溝が詰まって室内に浸水」「地下駐車場などに大量の雨水が流れ込み、車両が水没」などの問題が発生する恐れもあります。マンションならではの課題への対策を、居住者同士で事前に確認しておきましょう。（啓正さん）



4

正しい情報をキャッチしよう

気象情報をチェックする習慣を身に付けておくと、台風のほか大雨情報の正しい見方がわかり、日常生活でも役立ちます。台風直前はテレビやラジオからの情報を常に確認し、適切な行動をとりましょう。「大阪市防災アプリ」「NHKニュース・防災アプリ」などのアプリをスマートフォンにダウンロードしておくとう便利です。（寛文さん）

■大阪市防災アプリ

■NHKニュース・防災アプリ



「大阪北区ジシン本」サポーターの活動です

皆さんのお友達やご近所の方々にジシン本を広めてくれる仲間を募集！
ワイワイみんなでまちの防災について楽しくお話ししましょう。

活動内容

- ジシン本の理解を深める勉強会
- 新しい講座の企画・実践
- 防災知識やアイデアなどの情報発信
- サポーター同士の交流 など楽しい活動がいっぱい！



中津&豊崎つどいの広場ぐうぐうにて

新しい防災絵本づくりにサポーターたちが奮闘！
子どもと一緒に楽しみながら防災について学べるように台風や水害を紹介するパネルシアターをサポーターたちが作りました！区内どこでも出張におうかがいします！

絵本読み聞かせ講座を手伝っています。子どもたちの反応がかわいくて、やりがいがあります。(まっくさん)

防災に対する考え方や備え方など、いろいろな意見が聞かれます！勉強になります！(mkさん)

講座をお手伝いする中で、自分の家なら備蓄など一緒に考えています！(みっちゃん)

防災リュックの中身を直す時、必要か不要かの判断がつくようになりました！サポーターの活動ごとに知識を更新できるのはありがたい！(あっちゃん)

“子育て”と“防災”は切っても切れない関係です！

「一般社団法人あおぞら湯は、子育て支援のつどいの広場としてたくさんの方々にご利用いただいています。その延長に多様な方々との“防災をきっかけとしたご縁”を大切にしたいと思いジシン本の事務局を担当。参加することでお友達も増えるのでお気軽に立ち寄ってくださいね」
一般社団法人あおぞら湯 笠井あゆみ

ジシン本を置いてもらえる施設や店舗も募集！

ジシン本サポーターに関するお問い合わせ ☎ 06-6313-9734 (北区役所地域課 平日9～17時)
ジシン本講座に関するお問い合わせ ☎ 06-6371-3338 (<一社>あおぞら湯 平日9～15時)



大阪市北区の地域特性を踏まえて皆さんが日ごろから何を備えるか、災害時にどう行動するかを考える手がかりをまとめたガイドブックです。
防災の対策は家族構成や住まいの環境など人それぞれ。自分に合ったオリジナルの防災を考えるヒントになるよう、「地震編」「水害編」「マンション編」「資料編」とわけてわかりやすく説明しています。

仲間と一緒に楽しく活動しよう！
「大阪北区ジシン本」サポーターになりませんか？
「大阪北区ジシン本」とは？
区内在住・在勤・在学の方を対象に実施する防災講座を受講した方に無料でお渡しします。ジシン本のウェブサイトでもPDFデータもご覧いただけます。
「大阪北区ジシン本」を手に入れよう！

《タイプ別講座(令和2年度)》

- ①出張講座 希望の場所に訪問して開催します ※10名以上
- ②子育て層向け講座 子連れ参加OK！子育て支援施設で開催します
- ③オンライン基礎講座 ご自宅などからリモートで参加できます
- ④動画視聴ミニ講座 申込不要！区役所窓口でいつでも受講できます

●防災講座に関する最新情報のほか、役立つ防災情報も発信しています！

「大阪北区ジシン本」ウェブサイト
<http://jishinbook.net/>



Instagram @jishinbook



Facebook @大阪北区ジシン本





「台風一過」でホッ、としがちだけど



台風や豪雨から自分と家族を守るために何を備え、どう行動すべきでしょうか。
大阪市北区役所の防災担当者からのメッセージです。

防災で大切なこと・知ってほしいこと

ここ数年、風水害の被害は毎年各地で発生しています。北区でもいつ災害が発生してもおかしくない時代になってきました。さらに、今年（令和2年）は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止など、重なる災害に対する備えが必要です。災害発生時に慌てることのないよう、今こそ「災害に備える」を考えましょう。

「水と食べ物」キホンの備え

ライフライン（水、電気、ガス、通信）が停止し、マンションのエレベーターやトイレ、オートロックなどが使えない状況を想像した事はありませんか？

普段当たり前にできていたこと（室内の電気をつける、お風呂を沸かすなど）が、災害が発生するとできなくなります。災害時にライフラインが復旧するまでの間、自宅で過ごすよう普段から備えておかなければ自宅避難生活をするのはできません。

「何から備えたらいいのかわからない」とよく質問されますが、まずは水と食べ物です。

「水」は一人一日3リットル必要と言われています。「水と食べ物」は、長期保存できるものでなくても、普段から食べ慣れたものを少し多めに買い置きし、「食べたり、飲んだり」した場合は、買い足す方法を普段から取り入れましょう。備蓄する内容は子どもや高齢者など家族構成に合わせてください。

台風接近時には

台風時の停電は、エアコンなども使用できないので、熱中対策なども考えておかなければなりません。普段の備蓄や対策に一つ一つの工夫やアイデアが必要です。

台風接近時に、自宅の窓を開けてしまうと、室内に風雨の被害が発生する可能性があります。窓を締め切った状態になります。

エアコンが使えない、窓も開けられない状況での暑さ対策を考えると、スポーツ飲料や、冷却ジェルなども備えの一つです。

また、ポータブル電源などがあれば停電時も扇風機などが使用でき、熱中対策になります。



北区役所
地域課
担当者

停電した場合

停電からの復旧に備え、電気製品の電源プラグをコンセントから抜いておきましょう。停電している間に自宅をしばらく離れる場合は、電気が復旧した際に「火災」が起きる恐れがあるため、ブレーカーを切ってから外出するようにしてください。

災害への備えは各家庭でさまざまです。日常生活から防災を意識し、日ごろ使っているアイテムを「災害時に活用できないか？」と考えることが大切です。巻末資料のハザードマップは、皆さんの命を救う大切な情報となっています。ぜひ、家族やお友達と共有してください。災害はいつ起こるかわかりません。もしもの時に「自信（ジシン）」をもって行動できるよう「備える」を始めましょう。

← 北区は風水害の「本場」です。ハザードマップも必見！

北区における 水害 ハザードマップ

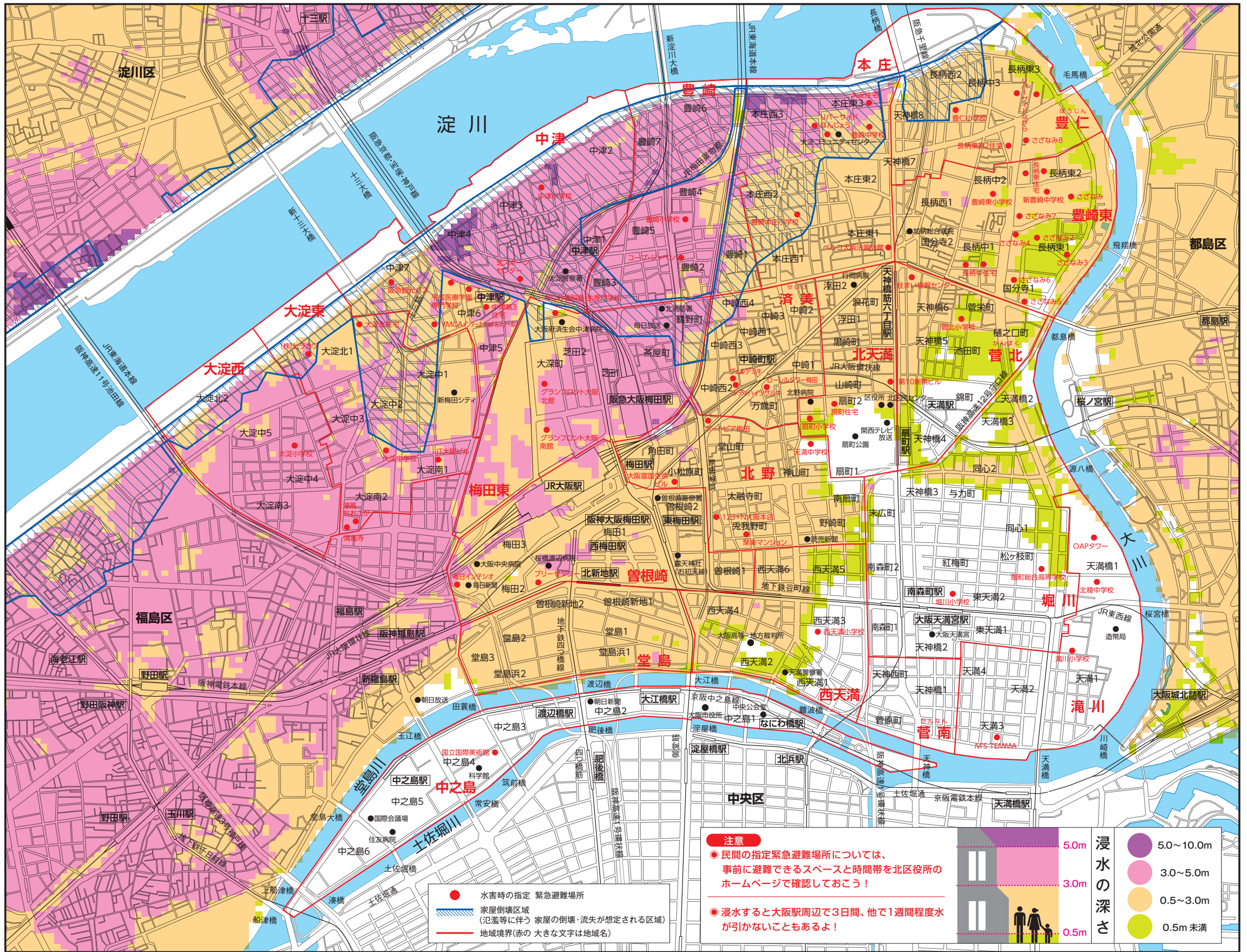
淀川が氾濫した場合

位置図



水害時のタイムライン

平常時	警戒レベル 1	<ul style="list-style-type: none"> ○自宅周辺の浸水の深さを確認する。 ○自宅が浸水する場合は、避難する場所とルートを考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・垂直避難…頑丈な建物の上層階に逃げる ・水平避難…浸水しない地域に逃げる ○持ち出し品の準備 着替え、タオル、体温計、食料、水など ○避難時の服装の準備 雨ガッパ、避難用の靴（浸水の状況によっては、長靴はむかない）
	警戒レベル 2	<ul style="list-style-type: none"> ○気象情報をこまめに確認 ※アプリが便利 ○持ち出し品及び避難時の服装の再確認
避難開始時期	警戒レベル 3	<ul style="list-style-type: none"> ○避難に時間を要する方は安全な場所へ避難開始 その他の方は避難準備
	警戒レベル 4	<ul style="list-style-type: none"> ○全員避難！！避難所までの移動が危険だと思われる場合は、近くの安全な場所や自宅より安全な場所に避難する。
災害発生	警戒レベル 5	<ul style="list-style-type: none"> ○命を守るための行動とにかく上へ！



注意

- 民間の指定緊急避難場所については、事前に避難できるスペースと時間帯を北区役所のホームページで確認しておこう！
- 浸水すると大阪駅周辺で3日間、他で1週間程度水が引かないこともあるよ！

5.0m	浸水の深さ	5.0~10.0m
3.0m		3.0~5.0m
0.5m		0.5~3.0m
		0.5m未満

※総雨量360mmの降雨（1年に起きる確率が1/1000程度の降雨）を想定