

災害が起こる前に、
あなたはこう動く

自分流の身の守り方は？

もし、今日の『りゅうほー』を読んで
いる時に災害が起こったら、あなたは自分
や家族の身を守れますか？

国の防災基本計画では、災害による人的・
経済的被害を軽減するには、行政による
「公助」だけでなく、個人・家庭の「自助」、
身近な地域コミュニティの「共助」が必要
だと位置付けています。

災害が発生した時、行政や消防、警察、
自衛隊などの「公助」は、救助・消火・道
路の確保・物資輸送など、限られた人員と
資源で同時に多くの対応にあたります。
特に発災後72時間は、人命救助が最優先
となる大切な時間ともいわれています。

そのため、行政からの支援がすぐに一人
一人のもとへ届くとは限りません。

それでは、普段から自身や家庭、地域で
どのような準備ができるでしょうか。気象
警報や避難情報の意味を知っておくこと。
自宅の災害リスクを確認しておくこと。防
災備蓄品を準備しておくこと。ライフライ
ンが止まった時の調理方法や連絡手段を考
えておくこと…などでしょうか。

今回の特集を読んで、自分や大切な人の
命を守るための「自分流の身の守り方」を
考えてみませんか？

「問い合わせ」防災安全課 内線352

5/29～変更

災害から身を守る第一歩

「**気象警報の読み方**、と**行動の仕方**、を知る」
気象警報の名前が変わりました！



災害 警戒 レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒 レベル5 相当	レベル5 氾濫 特別警報	レベル5 大雨 特別警報	レベル5 土砂災害 特別警報	レベル5 高潮 特別警報
警戒 レベル4 相当	レベル4 氾濫 危険警報	レベル4 大雨 危険警報	レベル4 土砂災害 危険警報	レベル4 高潮 危険警報
警戒 レベル3 相当	レベル3 氾濫 警報	レベル3 大雨 警報	レベル3 土砂災害 警報	レベル3 高潮 警報
警戒 レベル2	レベル2 氾濫 注意報	レベル2 大雨 注意報	レベル2 土砂災害 注意報	レベル2 高潮 注意報
警戒 レベル1	早期注意情報			

**避難のタイミングは
レベルで判断**

レベル5 **すでに安全な避難ができず、
命が危険な状況**
今いる場所より安全な場所へ
直ちに移動する

レベル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
に避難を完了する

レベル3 **避難に時間がかかる高齢者など
は危険な場所から早めに避難**
高齢者以外の人にも必要に応じて
避難の準備や自主避難する

レベル2 **災害に備える**
災害の情報収集や避難の準備な
ど、災害に備える

レベル1 **ハザードマップなどで
災害リスクを再確認**
自治体から発表される避難情報
の入手手段を確認する

4つの
変更ポイント

- 01 注意報・警報の情報名に「レベル」が付記されます
- 02 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります(特別警報の新設など)
- 03 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます
- 04 線状降水帯の発生などは「気象防災速報」として発表します

気象庁 HP
「新たな防災気象
情報について
(令和8年~)」



気象庁発行「防災気象情報を活用する組織向けのチラシ」を参考にりゅうほー編集室で一部改変

Q&A

気象警報変更のことを 気象情報の プロに聞きました



＼ Q1 ＼
今回の防災気象情報の見直しで変わるポイントを教えてください。

A 「注意報」や「警報」にレベル（数字）をつけて発表するようになります。どれぐらい危険がせまっているかを表す数字です。また、これまでたくさんの種類の「気象情報」がありましたが、これからは「気象防災速報」と「気象解説情報」の大きく2種類のカテゴリーで発表します。



レベル5 レベル4 レベル3 レベル2 レベル1

＼ Q2 ＼
なぜ今、防災気象情報の名称や体系を変える必要があったのでしょうか。

A 防災気象情報は、以前から「情報の数が多すぎる」「名称がわかりにくい」などの指摘がされていました。気象庁としてもシンプルで分かりやすい防災気象情報の再構築に向けて、抜本的な見直しが必要と考え、令和4年から6年にかけて学識者、報道関係者などによる「防災気象情報に関する検討会」を開催し、さまざまな議論・検討を行いました。そこから2年かけて準備してきたところです。



＼ Q4 ＼
レベルに書かれた数字を“何の合図”として受け止めれば良いでしょうか。

A 例えば、レベル3とは「お年寄りや病気の方など、避難に時間のかかる方が避難を始める」合図です。そのような方でなくても、「これから自分の地域に避難情報の発令があるかもしれないよ」という合図と思って、備えてもらえるのが良いと思います。レベル4は「全員避難」という意識でいて欲しいです。



＼ Q3 ＼
これまでの情報と比べて、どのような点が分かりやすくなったのでしょうか。

A レベル（数字）をつけて注意報・警報を発表すること、対象とする災害を「河川氾濫」「大雨」「土砂災害」「高潮」の4つに分類したことですね。この2つの軸から、「今どの災害に注意しなくちゃいけないのか」「今どれぐらい危ないのか」がより分かりやすくなります。



＼ Q5 ＼
皆さんが覚えておくべきポイントは？

A 「警報」や「注意報」は気象庁が発表し、その情報を受けて自治体が適切なエリアに避難情報を発令します。この気象庁と自治体の関係を知っておいただくこと、警戒レベルの数字と色を覚えること、警戒レベルに対応する避難情報や気象情報（早期注意情報・注意報・警報・危険警報・特別警報）を知っていただくことがポイントです。



＼ Q7 ＼
最後に、一人一人が“身の守り方”を考える上で、一番大切にしてほしいことは何ですか？

A 普段から、気象情報に触れておくことです。気象庁のホームページで“キキクル”などを見たいです。いざという時だけ見ても、普段との違いが分からなかったりします。警戒レベルに応じた適切な行動をするためには、普段から気象情報に触れていることで、いざという時に正しい判断ができるようになるということを伝えたいです。

＼ Q6 ＼
気象情報を見ても「自分の家はたぶん大丈夫」と思ってしまう人もいませんか。

A 「正常性バイアス」という言葉があり、人間は都合の悪いことを遮断してしまう行動をとってしまいがちです。気象庁が出す情報はあくまで予測なので、必ず当たるとは限りません。しかし、10回警報を出して、1回しか当たらないとしても、警報が出るということは、重大な災害が起こるリスクがある状況だということです。人間にはこうした心理傾向があることを踏まえて、正しく恐れるようにして欲しいです。



■お話を伺ったのは・・・

気象庁 水戸地方気象台 防災管理官 ふくいゆうじん 福井雄仁さん

気象庁入庁後、広報室、情報利用推進課、気象リスク対策課に勤務。東京管区気象台を経て、今年4月の異動で人生初の水戸勤務。現在は茨城県内の自治体への防災対応支援を行う業務の総括的な役割を担う。その他、茨城県気象概況、地震概況、気象旬報など、各種統計資料のとりまとめ業務の総括も担っている。

(水戸地方気象台ホームページ「データと資料」欄掲載)

