

サンワチャンネル

令和8年7月号



過去のサンワチャンネルは
こちら



令和8年5月29日
から運用開始

新たな防災気象情報をチェック！



近年は台風や豪雨により、毎年のように大きな水害が発生しています。令和8年5月29日から新たに運用を開始した防災気象情報の要点とともに、避難の際の重要なポイントを確認していきましょう。

「警戒レベル4」までに必ず避難！

	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			

【首相官邸ホームページより引用】

警戒レベル5 ⇒ 災害が発生又は切迫していることを示す警戒レベル。何らかの災害がすでに発生している可能性が極めて高い状況となっています。命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保してください。

警戒レベル4 ⇒ 危険な場所からの避難が必要とされる警戒レベル。災害が想定されている区域等では、自治体からの避難指示の発令に留意するとともに、避難指示が発令されていなくても自ら避難の判断をしてください。

警戒レベル3 ⇒ 高齢者等は危険な場所からの避難が必要とされる警戒レベル。災害が想定されている区域等では、自治体からの高齢者等避難の発令に留意するとともに、高齢者等以外の方も普段の行動を見合わせ始めたり、自ら避難の判断をしたりしてください。

警戒レベル2 ⇒ 避難行動の確認が必要とされる警戒レベル。ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先、避難経路を確認してください。

警戒レベル1 ⇒ 災害への心構えを高める必要があることを示す警戒レベル。最新の防災気象情報等に留意するなど、災害への心構えを高めてください。

「命を守るための最善の行動」の具体例

- ・ 建物の上階（2階以上）へ移動する（垂直避難）：浸水が迫っている場合
- ・ 崖・斜面から遠ざかる部屋に移動する：土砂災害が迫っている場合
- ・ 頑丈な建物の内部に留まる：外に出ると台風・暴風が危険な場合
- ・ 近くの丈夫な建物に逃げ込む：津波・高潮が迫っている場合

警戒レベルを正しく使いこなすための重要ポイント

ポイント①：ハザードマップで「自宅がどの危険地域に含まれるか」を知る

国土交通省のハザードマップポータルサイト（disaportal.gsi.go.jp）で、自宅・職場・学校がどの危険区域に含まれるかを確認しましょう。

ポイント②：夜間・悪天候時は「より早い段階で避難」を判断する

暗い夜に暴風雨の中を移動することは、非常に危険です。「屋間のうちに早めに避難する」という判断が命を救うことがあります。

ポイント③：情報を入手する手段を複数確保する

警戒レベル情報は以下の複数の手段で入手できます。

- ・ スマートフォンの緊急速報メール（エリアメール） ・ 防災ラジオ、NHKラジオ、民放ラジオ ・ 気象庁の公式サイト、アプリ
- ・ Yahoo!天気、NHKウェザー等の民間気象アプリ ・ 市区町村の防災アプリ、防災メール
- ・ 市区町村の防災行政無線（屋外スピーカー）

スマートフォンが充電切れ・電波が通じない状況に備え、電池式の防災ラジオは必ず備えておいてください。

ポイント④：「自分だけは大丈夫」という思い込みを排除する

「まだ大丈夫」「自分だけは大丈夫」という思い込みは捨てましょう。「正常性バイアス（normalcy bias）」と呼ばれる認知の歪みです。

ポイント⑤：避難「場所」だけでなく避難「方法」も決めておく

避難場所が決まっても、以下が未決定だと実際の行動が遅れます。

- ・ 避難場所への経路（複数ルート） ・ 徒歩か自動車か（水没リスクの有無による判断）
- ・ 誰が誰を迎えに行くか（家族の集合場所・方法） ・ ペットをどうするか（ペット同伴の避難場所を確認）
- ・ 要配慮者（高齢者・障害者）の移送手段



発行元：税理士法人 三和会計事務所