

職場や生活で役立つ防災情報をお届けします

NHK防災マガジン

全国各地で相次ぐ大雨

身を守るための準備・対策は？



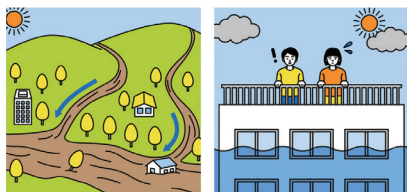
気候変動の影響を受け、大雨の頻度は年々増加し、各地に大きな被害をもたらしています。洪水や内水氾濫、落雷など、大雨に関連するさまざまな被害から身を守るための準備・対策を紹介します。

■準備「避難スイッチ」を決めておく

避難レベル	住民がとるべき行動	雨の情報	川の情報
5	命を守って！大雨特別警戒	大雨特別警戒情報	氾濫発生情報
4	危険場所から避難	土砂災害警戒情報	氾濫危険情報
3	高齢者など避難	大雨・洪水警戒	氾濫警戒情報
2	避難方法確認	大雨・洪水注意	氾濫注意情報
1	最新気象情報に注意	早期注意情報	—

避難行動を始める目安として「大雨警戒レベル」があり、住民が取るべき行動を示しています。大雨警戒レベルは、レベル1～5の5段階になっています。たとえばレベル3では、高齢者や障害者などの避難に時間を要する人は避難を開始することが求められています。注意したいのが、「レベル5」の考え方について。大雨警戒レベルでは4と5の間に線が引かれ、「レベル4までに必ず避難するように」とされています。

■洪水対策 大川は晴れてからも要注意



水が流れるのに時間がかかるため、住んでいる地域で雨が止んだ後も時間差で水位が上昇することがあります。

2019年の台風19号では、▽阿武隈川では大雨特別警戒の解除から9時間20分後に氾濫が発生しています。

自分の住んでいる地域の雨量だけでなく川の上流の雨量にも注意し、自治体から避難情報が出ている間は、安全な場所で避難を続けてください。

■都市水害対策 地下からはすぐに出る



水が流れ込む階段を上がるのは困難です。子どもは10センチ、大人は30センチでドアを開けるのも困難になります。停電するとパニックになる可能性もあります。

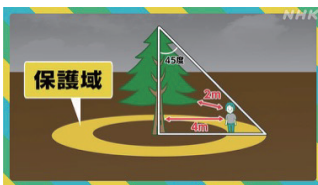
地下にいと天気の変化が分かりません。大雨のシーズンは、こまめに気象情報をチェックしてください。

■落雷対策 屋外で落雷のリスクに遭遇したら

まずは、頑丈な建物の中に避難するのが鉄則です。木造でもしっかりした建物の中であれば大丈夫。雷は横からも来ますので、軒先や屋根しかない「あずまや」は危険です。頑丈な建物がない場合は、車や電車など、乗り物の中に避難してください。

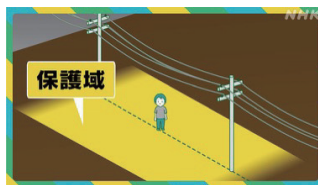
安全なエリア「保護域」

雷の被害を受けない安全な「保護域」があります。近くに建物や乗り物がない場合は、逃げこみましょう。



木の下への避難は側撃雷を受け危険ですが少し離れたエリアは「保護域」です。

- 木の幹から4メートル、枝や葉からも2メートル離れる
- 木の高さと同じぐらいの距離



電線が避雷針の役割を果たすため電線の下エリアも「保護域」です。

アプリ「NHKニュース・防災」をご活用ください

最新ニュースはもちろん、天気予報や警報・注意報、地震・津波・台風などの災害情報を、ユーザーの手元にいち早くお届けします。

※2025年10月1日以降、後継アプリ「NHK ONE ニュース・防災」のダウンロードが必要になります。

Let's get started.
無料ダウンロードはこちらから。

NHK
ニュース
防災



NHKは、みなさまと受信料で支えられています
受信料制度へのご理解と、ご契約のお手続きをよろしくお願いいたします

お手続きは
こちらから

<https://www.nhk-cs.jp>



いつでも どこでも あなたのそばに NHK ONE

2025年10月1日からスタート!

番組の同時配信、見逃し・聴き逃し配信、ニュースの記事や動画などを
スマホやパソコン、ネット対応テレビなど、みなさまの環境に合わせてご提供します。

NHK ONE

NHKのすべてがひとつに ワンストップのインターネットサービス

WEB
(HP)

同時配信

ラジオ同時配信

見逃し配信

ラジオ聴き逃し配信

番組関連情報

(ニュース記事・動画など)

アプリ

NHKプラス

テレビ用・スマホ用

ニュース・防災

スマホ用

for School

スマホ用

らじる★らじる

スマホ用

ゴガク

スマホ用

(グレーの部分は受信契約対象外のサービスで、これまでと変わらずご利用いただけます)

※記載のアプリ名は10月1日に変更の可能性があります ※国際放送サービス[NHK WORLD-JAPAN]はこれまでと変わらずご利用いただけます

“NHKの番組や情報を一つにまとめて、現代を生きるみなさま おひとりおひとりお届けし、毎日の暮らしに欠かせない存在になりたい”
—こうした思いをサービス名に込めました。

「今、私たちNHKが視聴者のみなさまのためにもっと出来ること」
その答えの一つが「NHK ONE」となるように、新しいサービスをお届けしていきます。



「NHK ONE」にはどんなサービスがあるの?

●WEBサイト

NHK総合テレビ、Eテレ、ラジオ番組の同時配信や、1週間の見逃し・聴き逃し配信、ニュースの記事や動画などの各種サービスを統合!インターネットを通じて、いつでもどこでもご利用になれます。

●スマホ向けアプリ

現行と同じ「NHKプラス」「NHKニュース・防災」「NHK for School」「らじる★らじる」「NHKゴガク」の5つのアプリを提供していきます。一部アプリについては、新サービス開始に向けてリニューアル・パワーアップの準備中です。

●ネット対応テレビ向けアプリ

テレビ放送の見逃し配信に加え、いままでご利用いただけなかった同時配信がお楽しみいただけます。
また、スマホアプリと連動し、スマホで見ていたドラマの続きをテレビアプリで視聴する、などの楽しみ方も可能となります。



なぜ、新しいサービスを始めるの?

放送法の改正を受け、これまで放送の補完的業務であったインターネットを通じた番組の配信などが、2025年10月1日からNHKの「必須業務」となり、放送と同じく継続的・安定的に提供することが義務付けられました。インターネットでも、確かで信頼できる情報や豊かなコンテンツをこれまで以上に充実させ、お届けしていきます。



「NHK ONE」の各種サービスはどのようにしたら利用できるの?

10月1日以降、WEBブラウザや、ダウンロードしたアプリなどでご利用できます。
「ご利用にあたって」というお知らせ画面をご確認のうえ、サービス利用を開始いただけます。
その後、サービスアカウント(NHK ONEアカウント)の登録、受信契約関連情報の登録・連携をお願いします。

※ラジオ関連サービス(同時・聴き逃し配信、「らじる★らじる」などのアプリ)の利用には、上記ご対応は必要ありません



いま利用しているアプリは、そのまま使えるの?

「NHKプラス」「NHKニュース・防災」「NHK for School」の3つのアプリは、10月1日以降、後継アプリのダウンロードが必要になります。お手数をおかけいたしますが、よろしくお願いします。

「NHK ONE」のサービス利用にあたって

- ・世帯ですでに受信契約を締結されている場合は、別途のご契約や追加のご負担は必要ありません。
- ・受信契約を締結されていない方が利用された場合は、ご契約の手続きが必要です。
- ※「らじる★らじる」など、ラジオ関連サービスは受信契約の対象外です

NHK ONEについて 詳しくはこちら

NHK ONE インフォメーションサイト
www.nhk.or.jp/nhkone

