

国立環境研究所気候変動適応センターでは、「地球沸騰化時代の生き方改革」として、「#適応しよう」キャンペーンを実施しています。これは、現在及び将来の気候変動の影響に備え、快適に暮らしていくための15の「適応アクション」を国民一人ひとりに広げていくものです。

本号では、9月1日の「防災の日」にちなみ、3つの適応アクションを紹介します。

○ アクション03「防災ノウハウを身につけよう」

東海地方では、バケツをひっくり返したように降るなど1時間降水量30mm以上の激しい雨の年間発生回数が増加しているとみられています。災害から身を守るために明暗を分けるのは具体的なシミュレーションです。家族や身近な人と一度、ハザードマップを活用するなどして、防災について話し合ってみましょう。

アクションの具体例

- ☐ ハザードマップを活用する
- ☐ 災害情報アプリを活用する
- ☐ 地域や学校、会社などの避難訓練に参加する
- ☐ 避難場所や避難経路を確認しておく など

03 防災ノウハウを身につけよう



国立環境研究所のHPを基に愛知県が作成（以下同じ）

○ アクション04「防災グッズを揃えよう」

2022年9月に実施された内閣府世論調査では、59.1%の人が風水害に備えて、食料や飲料水等を備蓄していないと回答しています。一般的には3日分、高層マンションであれば7日分が防災備蓄の目安と

言われています。備蓄する物・避難時に持っていく物をリスト化した上で、毎年「防災の日」に備蓄品の使用期限や、ラジオの動作確認をする習慣を作ってみましょう。

アクションの具体例

- ☐ 簡易トイレを準備する
- ☐ ローリングストック(常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法)を活用する
- ☐ ポータブル電源を用意する など

04 防災グッズを揃えよう



○ アクション10「災害に強い家で暮らしを守ろう」

台風、豪雨による洪水・内水氾濫や土砂災害、高潮などの自然災害が各地で頻発しています。過去10年間で全国の約98%の市区町村で水害土砂災害が発生している日本は、まさに災害大国です。気候変動の影響により自然災害の発生率が高まる中、住まいの備えを見直しましょう。

アクションの具体例

- ☐ 家の定期メンテナンスをする
- ☐ 側溝や排水口は掃除して水はけをよくしておく など

10 災害に強い家で暮らしを守ろう



気候変動の影響による災害への備えが大切です。アクションの具体例を参考に、早速取り組んでいきましょう。

愛知県気候変動適応センター
環境調査センター 企画情報部
電話 052-910-5489 (ダイヤルイン)

愛知県気候変動適応センターだよりのバックナンバーはこちら
<https://www.pref.aichi.jp/site/ailccac/tekiou-dayori.html>

