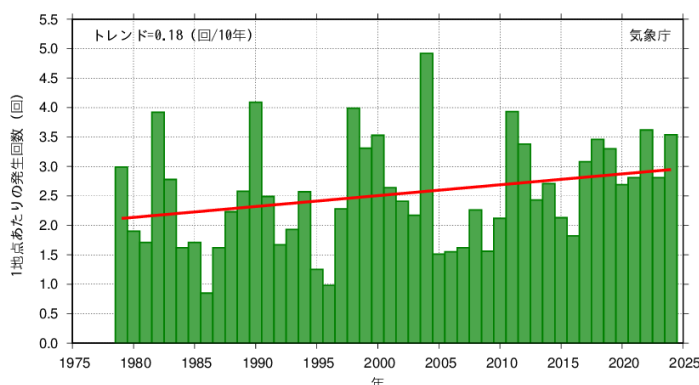


## ○ 気候変動と防災

東海地方では、1時間降水量 30mm 以上のバケツをひっくり返したような激しい雨の年間発生回数が増加しています。気候変動の影響による災害から身を守るためには、災害が起きた場合を想定して、事前に行動を確認しておくことが重要です。

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。

東海地方 [アメダス]  
1 時間降水量 30mm 以上の年間発生回数



出典：気象庁。気象観測データの長期変化の傾向  
(<https://adaptation-platform.nies.go.jp/data/jma-obs/index.html>)、2026 年 7 月 23 日に利用

### 災害発生に備えた対策

- ☐ 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

国立環境研究所の HP を基に愛知県が作成 (以下同じ)

## ○ 防災グッズを揃えましょう

2025 年 8 月に実施された内閣府世論調査では、「風水害に備えた食料や飲料水等を準備している」と回答した人は 44.6% でした。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 9 月 1 日の「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。

### 備蓄時のポイント

- ☐ 食料品や日用品のほか、簡易トイレやストレス軽減グッズなども忘れず準備しておく
- ☐ 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
- ☐ 定期的に使用期限や機能するかを確認する
- ☐ ポータブル電源を用意する など

## ○ 「#適応しよう」キャンペーン

国立環境研究所気候変動適応センターの「#適応しよう」キャンペーンでは、気候変動によるリスクに備えるため、一人ひとりが実践できる適応行動を紹介しています。キャンペーン WEB ページには、防災に関する適応行動もまとめられていますので、ぜひ、チェックしてみてください。

<https://adaptation-platform.nies.go.jp/everyone>



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>

