

自然災害対策

ベリーズにお住まいの皆様へ

- ❖ 本資料は、自然災害対策として、事前の備えや自然災害発生時の対処法等の基本事項をまとめたものです。安全対策の一助としてご活用ください。
- ❖ ベリーズにおいては、政府の関係当局が自然災害に関する様々な情報を発信しています。詳細については、政府関係当局の資料等をご確認ください。
- ❖ 本資料に基づき行動したことにより生じるいかなる損害や不利益等に対し、当館は責任を負いかねます。



在ベリーズ日本国大使館（領事班）

TEL: (501)-822-1202 / EMAIL: ryoji@bf.mofa.go.jp

HP: https://www.bz.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

ADDRESS : Toucan Plaza, 7299 George Price Boulevard, Belmopan, Cayo

<目次>

1. はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・	1
2. 事前の備え・・・・・・・・・・・・・・・・	1
3. 自然災害発生時の対処	
(1) ハリケーン・・・・・・・・・・	5
(2) 雷雨・落雷・・・・・・・・・・	6
(3) 洪水・高潮・・・・・・・・・・	7
4. 緊急時の必需品（備蓄品）一例・・・	9
5. 関連用語集・・・・・・・・・・・・・・・・	10
6. 関係機関リンク集・・・・・・・・・・	11

1. はじめに

ベリーズ全土で発生しうる自然災害として、「ハリケーン」「洪水」「落雷」等を挙げています。

対策にあたっては、「いかなる災害も起こり得る」との認識を持つことが肝要です。災害の傾向には地域差があるため、お住いの地域において発生する可能性が高い自然災害について、あらかじめよく把握しておくことが重要です。

本資料は、自然災害から身を守るための事前の備えと災害発生時の対処方法をまとめたものです。

(※) 本資料に示す内容は、当地において起こりえる自然災害を網羅したものではありません。また、自然災害対策として行なうべき全ての事項を網羅したものではありません。

皆様におかれては、自然災害対策の第一歩として本資料をご活用いただき、さらにベリーズ政府の関係機関等がホームページ等に掲載する様々な資料を参考に、お住いの地域（例：沿岸地域、河川付近、低地等）や家族構成（例：乳児がいる、足が不自由な家族がいる）など、各ご家庭の状況に応じた自然災害対策に取り組んでください。本資料がその一助となれば幸いです。

なお、本資料に関し、ご意見やお気づきの点があれば、当館領事班・邦人安全対策係へご連絡ください。また、ご家庭で取り組まれている自然災害対策があれば、今後の資料改訂の参考とさせていただきたく、ぜひ当館までお知らせいただければ幸いです。

2. 事前の備え

「気象警報や避難勧告はどうやって受け取るの?」「避難所はどこ?避難経路は?」「緊急時の必需品は?」

お住いの地域で自然災害が発生した場合でも、パニックに陥ることなく、落ち着いて適切な行動がとれるよう、日ごろから自然災害を想定した事前対策をしましょう。

(1) 情報収集に努めましょう

- 自然災害から身を守るためには、情報収集が極めて重要です。正確な情報を迅速に入手できるよう、ベリーズ政府やお住まいの地域を管轄する気象・危機管理当局が緊急時にどのような媒体・方法で情報発信するのか、あらかじめ確認しましょう（お住まいの地域について詳しく報じるローカルニュース（テレビ、ラジオ）を把握する等）。
- 災害発生時には当館も情報発信します。
 - ・ 災害や重大事件の発生に際しては、当館からも在留届および「たびレジ」に登録されたメールアドレスへ日本語で情報発信します。

- ・ 当地に3か月以上お住まい（予定）の方は在留届の提出を、また、当地に観光や出張等で短期間滞在する方は「たびレジ」の登録を必ず行ってください。

◎在留届の提出、「たびレジ」の登録はこちら：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/index.html>

（２）ご自宅の水害リスクを確認しましょう

- 洪水・高潮は住民の身体や家屋・車両等の財産に最も甚大な被害をもたらす自然災害の一つです。ハリケーン接近・上陸時、雷雨の際にも洪水・高潮に注意する必要があります。
- お住まいの地域や職場等が洪水・高潮被害を受けやすい地域に所在しているかどうか、事前に把握しておくことが重要です。

（３）非常用の備蓄品と持ち出し品を確認しましょう

- 災害による停電・断水などのライフライン断絶や、飲料水・食料品・燃料の不足等に備え、必要となる備蓄品を十分に確保しましょう（最低でも数日間は自力で生活することを想定した備蓄品を確保しておくことを推奨しています）。また、備蓄品に加え、当局の指示で避難する場合の持ち出し品をあらかじめ検討・準備しておきましょう。
- 備蓄品の維持管理
 - ・ 缶詰は、高温多湿を避けて保管する
 - ・ 紙箱に包装されたものは、密閉できるプラスチックや金属製の容器に詰め替える
 - ・ 毎年、家族の事情の変化を踏まえ、必要となる備蓄品を再検討する
 - ・ 避難時にすぐ持ち出せるよう保管する（保管場所は家族全員が把握する）
 - ・ 職場にも、最低 24 時間待機することを想定した緊急時必需品（備蓄品）を保管しておく
- 車両の備え
 - ・ 必要な用具を車両に搭載しておく（ブースターケーブル、三角反射板、アイス・スクレーパー、車用携帯電話充電ケーブル、毛布等）
 - ・ 日ごろから車のメンテナンスを定期的に行う
 - ・ 停電や避難の可能性が見込まれる場合は、早期にガソリンを満タンにしておく（日ごろから、ガソリン残量が半分以下になったら給油することが好ましい）

（４）避難場所と避難経路を確認しましょう

- 自然災害の発生により、自宅から安全な場所への避難が必要になることがあります。当地においても、ハリケーン接近による避難勧告が沿岸地域を中心に発出されたことがありました。お住いの地域に避難

勧告・命令が発出された場合に、安全かつ迅速に避難ができるよう、あらかじめ避難場所や避難経路を確認しておきましょう。

□ 避難場所

- 日本と同様に、避難が必要となる災害が発生すると（または発生が予見されると）、学校や地域の公共施設等に避難所（Shelter）が開設されます。避難を検討する際には、こうした公的な避難所や自宅から離れた親戚・知人宅、ホテル等の宿泊施設が避難先として主な候補になりますが、例えば、ハリケーンの接近に際しては、予想される進路に応じて避難先を決定する必要があるため、複数の方角に避難先候補を用意しておくことが理想的です。
- 公的な避難所ではサービスアニマル以外のペットを受け付けないことが多いため、ペットを飼っている方は、ペットとともに避難が可能な避難先をあらかじめ確認しておく必要があります。

□ 避難経路

□ 避難経路について、現地当局から具体的な指示があればそれに従うことになりますが（状況によっては徒歩での避難もあり得ます）、あらかじめ影響地域から抜け出すための複数のルートを検討しておきましょう。低地の道路は、冠水等により通行できなくなる可能性が高いことにも留意してください。

（５）家族間の連絡体制を確認しましょう

- 自然災害は必ずしも在宅の際に起きるわけではありません。例えば、平日の日中に突発的な災害が生じた場合、両親はそれぞれの職場、子供は学校や保育施設にいること等も想定されます。こうした状況に備えて、日ごろから連絡体制を確認しておくことが重要です。
- 家族や友人、知人間の普段の連絡手段（携帯電話、Eメール等）が災害時に機能しないことも想定し、お互いの職場等の連絡先をメモしておく。
- 子供の学校や保育施設等の連絡先をメモしておくことに加え、学校・施設等からの緊急一斉連絡を確実に受信できるよう、両親の最新の連絡先が登録されていることを確認する。
- 災害の影響地域内にいる者同士の通信が停滞(※)する場合でも、他地域への長距離通話は可能な場合があるため、例えば他州に住む親戚や友人に家族間連絡の「仲介」を依頼しておくことも一案です（その場合、あらかじめその仲介者の連絡先を家族全員が把握することが必要）。

※通話ができない状況でもテキスト・メッセージ（SMS）の送受信は可能な場合があります。

- 大使館の緊急連絡先も、あわせてメモしておいてください。

(6) 自宅の災害対策を確認しましょう

(一軒家の場合)

□ 倒木対策

風による倒木で自宅が損壊する危険性があります。庭木に倒木リスク（腐朽、枯死など）がないか定期的に確認しましょう。リスクがあると判断される場合は、専門業者等に伐採や剪定、支柱設置等につき相談する

ことをお勧めします（※伐採には行政の許可が必要な場合があります）。

□ 落雷対策

落雷による過電圧・過電流がご自宅の家電、電子機器に侵入するのを防ぐため、サージ防護装置（surge protector）の使用が推奨されています。落雷リスクが生じてても電源プラグや通信ケーブルを抜くことができない場合に有用です。

□ 浸水対策

集中豪雨等には、下水道管からの逆流（トイレ、風呂場等）や道路側からの雨水流れ込みによる浸水被害が発生する可能性があります。水害リスクの高いエリアにお住いの場合（特に地下室がある場合）は、下水逆流防止のための汚水用排水ポンプ槽の設置（施工上、建築後の設置は困難な場合もあります）、雨水流れ込み防止のための土嚢、止水板等の用意が推奨されています。

(お願い)

お住まいの地域に当局からの避難 指示が発せられた場合は、自宅を施錠し、当局の指示に従い落ち着いて避難した上で、ご自身の安全について、日本のご家族や関係者および当館（領事班）へご連絡ください。

※特に大規模な自然災害の場合、報道等から災害を知った日本のご家族等はあなたの安否を心配されます。仮にお住まいの地域に直接的な影響がなくとも日本の関係者への連絡を心がけてください。

3. 自然災害発生時の対処

(1) ハリケーン (Hurricane)

ハリケーンは、台風と同様に熱帯低気圧 (Tropical Cyclone) が強まることにより発生する自然現象です。大西洋北部、太平洋北東部等で発生した熱帯低気圧のうち、最大風速が毎時 74 マイル (毎時約 119km) 以上にまで発達したものがハリケーンです。

毎年 6 月から 11 月の間が「ハリケーン・シーズン」とされ、特に 8 月から 10 月に集中して発生します。

ハリケーンがもたらす暴風・大雨は、洪水・鉄砲水、高潮災害、倒木等を引き起こし、建物の崩壊や道路の冠水、停電等のライフラインの断絶、交通インフラへの影響による飲料水や食料品の不足等が生じる可能性があります。

ハリケーンの接近・上陸の兆候がある場合 (注意警報が発せられた場合)

- ☐ 気象警報、当局の措置等に注意 (避難の必要性を判断してください)
- ☐ 備蓄品・持ち出し品の点検・確保
- ☐ 避難場所の確認
- ☐ 生活用水の確保
 - ・ 浴槽やバケツ等に水を貯めておく
- ☐ 車のガソリンの確認
 - ・ ハリケーン接近前に給油する (ガソリンスタンドも閉鎖する可能性があります)
- ☐ 自宅周囲・窓の補強
 - ・ 排水溝や側溝を整理し、屋外の自転車や家具を屋内に移動し、窓や扉にベニヤ板等を取り付けることを検討する
- ☐ 停電への備え
 - ・ 電池式照明等、停電時の照明を準備する (注: 安全上、ろうそくよりも電池式照明を推奨します)
 - ・ スマートフォン、バッテリー類を充電する
 - ・ 多く製氷する。
- ☐ 重要資料の点検
 - ・ 身分証明書等の重要資料を確認し、コピーを作成したり金庫やデジタルスペース等の安全な場所に保管する

ハリケーン通過中

- ☐ 屋内の安全な場所に待機
 - ・ 窓がない部屋や場所で待機する

- ・ ハリケーン通過中の外出は控える（倒木、屋根・看板等の飛来物のほか、多くの危険があります。やむを得ず（車で）外出する場合は、冠水した道路には絶対に進入しないでください）

□ 気象警報、政府関係機関の措置等に注意

- ・ 最新情報を頻繁に確認し、避難指示が発せられたら即座に行動する。

□ 停電時の対処

- ・ 家電類の電源プラグはコンセントから抜いておく（復旧時に電化製品が一斉に運転をはじめると、ヒューズが切れたりブレーカーが落ちたりすることがあります）
- ・ 冷蔵庫の下・周辺にタオルを敷くなど、漏水対策する
- ・ 保冷剤を冷蔵庫へ移す（一度も開閉しない場合でも、停電から2～3時間で庫内温度の上昇が始まります。停電発生とともに凍った保冷剤を冷蔵庫へ移すと保冷効果が高まります）

ハリケーン通過後

□ 警報解除の確認

- ・ 最新情報を頻繁に確認し、警報解除「All Clear」等の発表を確認する

□ 不要不急の外出は控える（ハリケーン通過後も、しばらくの間は様々な危険があります）

やむを得ず外出する場合の留意点：

- ・ 車で移動する際は、電線や倒木、倒れたフェンス、その他障害物に注意し、予測運転を心がける（増水で道路と水路の境界が判りづらくなるため、道路中央を走行し転落防止等に努めてください）
- ・ 徒歩で移動する際は、垂れ下がった電線やガラス片等の破損物に十分注意する
- ・ 水たまり等は、漏電や汚染されている可能性があるため避ける。また、ガスや化学品の匂いがしたら、速やかにその場から離れる

□ 避難先から自宅に戻る際は、以下に留意

- ・ 家の中を片付ける際は、厚底靴、長ズボン、手袋等を着用し、他の人と一緒に片付ける
- ・ 感電する恐れがあるので、水に濡れている電化製品には触れない。特に床上浸水している場合は、電化製品に触れない。

（２）雷雨（Thunderstorm）・落雷（Lightning）

- ❖ 雷雨は、大雨や強風、落雷等を伴い、さまざまな二次災害を引き起こし得るため、注意が必要です。
- ❖ 雷雨は年間を通して発生します。お住まいや勤務地、通勤経路等において、雷雨により起こり得る被害をあらかじめ把握しましょう。

雷雨・落雷の兆候がある場合（注意警報が発せられた場合）

- 屋外にいる場合は、速やかに屋内または車内に避難する
- ※車内は落雷に対して比較的安全とされますが、洪水（鉄砲水）やトルネード発生時は危険です。

安全な建物や車に避難する時間がないとき：

- ・ ひらけた場所や海岸等にある高い木の下は避ける
- ・ 河川や海等の水のそばからはすぐに離れる
- ・ 金属製のものから離れる（自転車やスクーターから離れる、金属製品を手に持たない等）

- 気象警報に注意
- 電化製品等のプラグや通信ケーブルを抜く（コンセントに接続された電子機器は使用しないでください）
- （状況が許せば）屋外にある自転車や植木鉢等を屋内へ移動、または固定
- （水害リスクがある場合で状況が許せば）土嚢や止水板等の設置

雷雨・落雷がおさまった後

- 気象情報等から雷雨・落雷がおさまったこと、二次災害の危険性が無いこと等を確認
- 電線の破損や倒木等に注意

（３）洪水（Flood）・高潮（Storm Surge）

洪水は、一定範囲に大量の雨が降り続くこと等により河川の水量が増え、水が陸地へ流れ込み、道路や住居等が浸水することを指します。また、短時間に大量の雨が降ったことにより川の水位が急上昇し、上流から下流に押し寄せた大量の水が陸地に一気に流れ込むことを一般に鉄砲水（Flash Flood）と呼びます。鉄砲水は、降雨から時間を置かずに発生し注意警報が間に合わないこともあるため、特に注意が必要です。

洪水に加え、沿岸部では、低気圧や海岸に向かって吹く強風の影響による高潮にも注意が必要です。特に満潮と高潮が重なると、一層に海面が上昇し、浸水被害など大きな災害が発生しやすくなります。

洪水・高潮災害の兆候がある場合（注意警報が発せられた場合）

- 気象警報、当局の措置等に注意（避難の必要性を判断してください）
- 備蓄品・持ち出し品の点検・確保
- 生活用水の確保
 - ・ 浴槽やバケツ等に水を貯めておく
- 停電への備え
 - ・ 電池式照明等、停電時の照明を準備する（注：安全上、ろうそくよりも電池式照明を推奨します）
 - ・ スマートフォン、バッテリー類を充電する

- 多く製氷する、保冷剤を多めに冷凍する等
- 重要資料の点検
 - 保険証書や身分証明書等の重要資料を確認し、コピーを作成し金庫やデジタルスペース等の安全な場所に保管する
- 自宅周辺の確認（水害リスクがある場合で状況が許せば）
 - 土嚢や止水板等の設置
 - 屋外私財をなるべく高い場所へ移動する

洪水・高潮災害発生中

- 気象警報、当局の措置等に注意

避難する場合／屋外にいる場合の主な注意点：

- できるだけ高い場所へ向かう（海、河川、低地に向かわないでください）
 - （浸水が差し迫っている場合）車で避難しない。車を運転中の場合、冠水した道路には進入せず迂回する（水深が 20 センチメートルを超えると危険です）
 - 冠水後に避難する場合は、足元に注意する（マンホールが外れていることもあります）
 - 既に水深が深い場合は無理に動かず、できるだけ高い場所で救助を待つ
 - 水の流れの速い河川にかかる橋には近づかない
 - 建物内に閉じ込められた場合、最上階に移動。ただし、閉め切った屋根裏には登らない
 - 浸水している自宅に戻らない
- （指示がある場合）水道、ガス等のスイッチを切り、バルブを閉める。電化製品等のプラグや通信ケーブルを抜く（ただし、手が濡れていたり、足元が水浸しの時は器具に触れないでください）

洪水・高潮災害がおさまった後

- 避難した場合は、注意警報の解除を確認してから帰宅
- 家の中に入る前に、柱等、構造的な破損の有無を確認（懐中電灯携帯、片付けの際には厚手の手袋やブーツを着用してください。濡れた場所で電気器具には触れず、浸水した薬品、食料は処分してください）
- 緊急でない場合は直後の運転は避ける
- 洪水で生じたぬかるみを歩かない（地下の電線により感電する危険性があります。また、蛇などの動物がいる可能性もあります）
- 発電機やその他ガソリン等を使う機械は、屋外で窓から離して使用する

4. 緊急時の必需品（備蓄品）一例

避難に至らない場合でも、ハリケーン被害等により、お住まいの地域の水道・電気等のライフラインが断絶し、飲料水や食料品の供給が一時的に途絶えることを想定し、以下の備蓄品を平時から確保しておくことをお勧めします。

※推奨される備蓄物品やその量については、関係機関ごとに相違があります。以下は一例ですので、各自の状況に応じ、必要な物品・量を検討してください。

■備蓄品

- 飲料水 ※1日1人あたり1ガロン／約3.8リットルが目安
- 保存食 ※缶切り、使い捨ての食器類も併せて用意（少なくとも3日分）
- 電池式携帯ラジオ
- 懐中電灯、ろうそく、マッチ／ライター
- 予備電池（モバイルバッテリー）
- 現金、小切手 ※停電によりATMやクレジットカードが使えない場合がある
- ベビー用品（粉ミルク、紙おむつ、哺乳瓶、薬等）
- ペット用品（ペットフード、リード等）
- 救急箱（絆創膏、包帯、消毒液等）、常備薬、処方薬
- ゴミ袋
- ウェットティッシュ

■緊急避難用

※避難に備え、上記備蓄品に加え、以下を用意しておくことをお勧めします。

- 着替え、合羽やポンチョ等の雨具（防寒具兼用）
- 毛布、寝袋、使い捨てカイロ
- 自宅と自動車の予備キー
- 家族との緊急時の集合場所を記したメモや周辺地図
- ホームドクターの連絡先
- 家族全員の健康・医療情報 ※持病やアレルギーは英訳文も併せて準備
- パスポート、写真付きID、保険証等、重要書類 ※コピーも別に携行
- 警笛
- 石けん、歯ブラシ等の衛生管理用品
- トイレットペーパー、キッチンペーパー
- スニーカー等の丈夫で歩きやすい靴
- 予備の眼鏡
- 虫除けスプレー
- ヘルメット、ロープ、工具箱等

- マスク、ゴム手袋、除菌ジェル（感染予防）
- 処方箋（処方薬を服用している場合）

5. 関連用語集

● ハリケーンの強さ

Hurricane Watch	ハリケーン注意報	一般に 48 時間以内にハリケーンの影響下に入ることが予測される場合に発令
Hurricane Warning	ハリケーン警報	36 時間以内にハリケーンの影響下に入ることが予測される場合に発令
Tropical Storm Watch	熱帯暴風雨注意報	一般に 48 時間以内に暴風雨の影響下に入ることが予測される場合に発令
Tropical Storm Warning	熱帯暴風雨警報	36 時間以内に暴風雨の影響下に入ることが予測される場合に発令

● ハリケーンの強さ（サファ・シンプソン・ハリケーン・スケール）

	【参考】日本の気象庁による 台風の強さの階級分け	風速 (mile/h)	風速 (km/h)	風速 (kt)
トロピカル・ディプレッション	熱帯低気圧	38 以下	62 以下	33 以下
トロピカル・ストーム(TS) (熱帯暴風雨)	台風 (風速 17m/s 以上)	39—73	63—118	34—63
ハリケーン・カテゴリー 1	強い台風 (風速 33m/s 以上)	74—95	119—153	64—82
ハリケーン・カテゴリー 2		96—110	154—177	83—95
ハリケーン・カテゴリー 3	非常に強い台風 (風速 44m/s 以上)	111—129	178—208	96—112
ハリケーン・カテゴリー 4	猛烈な台風 (風速 54m/s 以上)	130—156	209—251	113—136
ハリケーン・カテゴリー 5		157 以上	252 以上	137 以上

● 雷雨関連用語

Severe Thunderstorm Watch	雷雨注意報	毎時 58 マイル時以上の強風や 1 インチ以上の雹が当該地域またはその周辺で発生する可能性がある場合に発令
Severe Thunderstorm Warning	雷雨警報	毎時 58 マイル以上の強風や 1 インチ以上の雹が当該地域において発生している、または差し迫っている場合に発令

● 洪水関連用語

Flood Watch	洪水注意報	洪水が発生する兆候がある場合に発令
Flood Warning	洪水警報	洪水が発生している、または差し迫っている場合に発令
Flash Flood Watch	鉄砲水注意報	鉄砲水が発生する兆候がある場合に発令
Flash Flood Warning	鉄砲水警報	鉄砲水が発生している、または差し迫っている場合に発令
Coastal Flood Watch	沿岸洪水注意報	沿岸洪水が発生する兆候がある場合に発令
Coastal Flood Warning	沿岸洪水警報	沿岸洪水が発生している、または差し迫っている、または 12 時間以内に発生することが予測される場合に発令

6. 関係機関リンク集

危機管理当局と気象当局

- ベリーズ国家緊急事態管理機関：<https://site.nemo.org.bz/>
- ベリーズ国立気象サービス：<https://nms.gov.bz/>
- 米国立ハリケーン・センター：<https://www.nhc.noaa.gov/>
- 悪天候情報センター（世界気象機関）：<https://severeweather.wmo.int/tc/cgn/index.html>