

2020年6月吉日

**TBWA\HAKUHODO と専門家の有志が制作**  
**SNS で発信できる！自分でもできる災害対応をまとめた**  
**『コロナ禍でもすぐにできる！大雨&台風への備え 2020年版』を公開**

TBWA\HAKUHODO（本社：東京都港区、代表取締役社長兼 CEO：今井明彦）と FUKKO DESIGN（本社：東京都渋谷区 代表理事：河瀬大作）は、新型コロナウイルスの感染が広がる中で大雨や台風による自然災害が起きた際に、一般の方々がどのような行動をすべきかをまとめた『コロナ禍でもすぐにできる！大雨&台風への備え 2020年版』を発表しました。

風水害発生
コロナ禍でも  
すぐにできる！

## 大雨&台風への備え2020年版

5日前-前日 家の外と中の備えをチェックしよう

### 家の外の備え

- 雨戸・網戸を固定しよう  
養生テープなどでしっかり固定して  
風で飛ばされるのを防ぎましょう。
- 倒溝・排水溝を掃除しよう  
ゴミが詰まっていると水が溢れます。  
浸水しそうな場所への土のうも有効です。
- 屋外のものを家の中にしまおう  
プランターや置物、物干し竿などは  
風で飛ばないように、しっかりと固定しましょう。
- 車のガソリンを満タンにしよう  
停電時でも、車の中で暖を取ったり、  
スマホなどの充電ができます。

### 家の中の備え

- 風呂場に水をためておこう  
水を溶そういっぱいためておくと、  
断水時でも手洗いやトイレなどに使え、  
非常に役立ちます。
- 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼ろう  
飛散物で窓ガラスが割れた際、ケガを防ぎます。  
カーテンは閉め、ブラインドは下ろしましょう。
- スマホ・パソコンを充電しよう  
停電に備えてスマホとノートパソコンはフル充電に。  
ノートパソコンはスマホの充電にも利用できます。

### 家族の連絡先 / 避難方法

家族と離れているときも連絡をとれるように確認しましょう。

- 連絡先（電話、SNS など）
- 避難場所、避難する際のルート
- 勤務先、学校など、自宅以外の避難場所



FUKKO DESIGN / ©AD 協力：佐々木晶二（元内閣府防災担当官房審議官）、丸木健太郎（要研究者）

緊急事態宣言は解除されましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大は未だ収束せず、今後も第二波、第三波の可能性があるとされています。そのような中、5月には全国各地で地震が頻発し、多くの方々がコロナ禍で自然災害が起きたらどうなるか不安を感じました。さらに、日本は梅雨の時期を迎え、大雨、台風などによる自然災害が起こる可能性が高い出水期に入りました。テレビや新聞、Web ニュースなどのさまざまなメディアで、コロナ禍で自然災害が起きる際の注意事項などが紹介されていますが、体型的にまとめられているものは決して多くなく、結局どのように行動すべきかわからないという声も聞かれます。そこで、TBWA\HAKUHODO のメンバー、元内閣府防災担当官房審議官の佐々木晶二氏や、災害支援団体の調整などを行う NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワークの明城徹也氏らとともに、有志のチームを結成。気象専門家などへの取材を経て、コロナ禍で災害が起きた際にどのようにすればよいかをまとめた『コロナ禍でもすぐにできる！大雨&台風への備え 2020年版』を制作しました。災害時に様々な情報が飛び交う SNS に

において、わかりやすさはもちろんのこと、すぐに実践できるようにイラストなどを交えた画像にしました。自然災害に不安を抱く日本の皆さまに少しでも役立てていただければと考え、スピーディに取りまとめ、このたび発表するに至りました。

TBWA\HAKUHODO は、2020 年度より、地球環境や社会課題に対する取り組みである「ソーシャルグッド」を、会社として、そして社員一人一人が積極的に活動するための『TH for GOOD』プロジェクトを社内向けに開始しています。生活者は企業やブランドに対して、商品・サービスの利便性やコストパフォーマンスだけでなく、社会においてどのような責任を果たし、より良くしていこうとしているのか、その姿勢を評価するようになってきており、コロナ禍によってその潮流はさらに加速しています。TBWA\HAKUHODO は、クライアントのビジネスやブランドの成長に貢献する立場として、自ら積極的にソーシャルグッドに取り組んでいきます。このたびの『コロナ禍でもすぐできる！大雨&台風への備え 2020 年版』も『TH for GOOD』の一環として、社員の有志チームの活動を後押ししています。

『コロナ禍でもすぐできる！大雨&台風への備え 2020 年版』は、災害時のフェーズ（時期）ごとに 4 枚の画像にまとめられています。フェーズは、「①風水害が起きる 5 日前～前日」「②風水害が発生する直前／発生時」「③避難所にいる時」の 3 つです。それぞれ、コロナ禍の中にいることを前提として、災害時にどのようなものを準備し、どのような情報を見たら良いか、さらに、いざ災害が起きた際にどのように行動し、避難した際はどのようにするべきかなど、さまざまな側面から、私たちがすべきことを体系的にまとめています。そして、一人一人が理解しやすいものであることはもちろん、周りの人々にも伝えやすいように、SNS で拡散させやすいデザインにしています。

ひとえに大雨・台風といっても、お住まいの地域や日々の状況などによって被害の形は異なるため、すべてを網羅することはできませんが、被災した経験のない方々が最低限知っておくべきことをまとめています。災害は、いつどこで発生するかわかりません。ぜひ今日からこの画像をご活用いただき、災害の際に、一人でも多くの方の命を助ける手掛かりにいただければ幸いです。

## <風水害発生：5日前～前日>

- 1.家の外と中の備えをチェックしよう
- 2.ものの備えをチェックしよう
- 3.最新の情報を入手しよう
- 4.自分にあった避難を考えよう

**風水害発生** コロナ禍でも  
すぐできる! **大雨&台風への備え2020年版**  
**5日前～前日** **家の外と中の備えをチェックしよう**

### 家の外の備え

- 雨戸・網戸を固定しよう  
暴風や強風などで、雨戸が破損して  
風で飛ばされるのを防ぎましょう。
- 微漏・排水溝を掃除しよう  
ゴミが詰まっていると水が溢れます。  
溜まりそうな場所への土のうも有効です。
- 屋外のものの中に戻す  
プランターや園芸、物干し竿などは  
風で飛ばないよう、しっかりと固定しましょう。
- 車のガソリンを満タンにしよう  
停電でも、車の中で寝るがあったり、  
スマホなどの充電ができます。

### 家の中の備え

- 風呂場に水をためておこう  
水を溜めようといはばいにはお水が溢る上、  
暴風時でも手洗いトイレなどに使え、  
非常時に役立ちます。
- 窓ガラスに防風防止フィルムを貼ろう  
飛散物で窓ガラスが割れた際、サガを防ぎます。  
カーテンは開け、ブラインドは下ろしましょう。
- スマホ・パソコンを充電しよう  
停電に備えてスマホとノートパソコンはフル充電に。  
ノートパソコンはスマホの充電にも利用できます。

**家族の連絡先 / 避難方法**

- 連絡先 (電話、SNS など)
- 避難場所、避難する際のルート
- 勤務先、学校など、自宅以外の避難場所

〒1000010 東京都千代田区千代田1-1-1 国土交通省国土政策局 防災課 課長 藤田 啓

**風水害発生** コロナ禍でも  
すぐできる! **大雨&台風への備え2020年版**  
**5日前～前日** **ものの備えをチェックしよう**

### 家の備蓄の確認

震災などよりお出かけしにくいときのため、  
日用品から食料品や生活必需品を揃えましょう。

- 食品まわり**
  - 飲料水
  - 主食 (レトルトご飯、麺など)
  - 主菜 (レトルト食品、冷凍食品など)
  - 加熱せず食べられるもの (おまげこ、チーズなど)
  - 調味料 (しょうゆ、塩など)
  - 菓子類 (チョコレート、おやつチップスなど)
- 生活用品**
  - 生活用水
  - 除菌剤
  - ライター
  - 乾電池
  - 懐中電灯
  - ゴム手袋
  - 持病の薬・常備薬
  - ティッシュペーパー
  - ウェットティッシュ
  - 使い捨てカイロ
  - 食品保存用ラップ
  - 家庭補助食品
  - 虫媒 (果物、小豆など)
  - 防災用品 (大型ポリ袋)
  - おセットコンロ・ガスボンベ
  - トイレ用ペーパー
  - 衛生用品
  - 乳幼児用食品

### 非常用持ち出し袋の確認

避難時に最も必要なものを最低1パックへ、  
自分に必要なものを追加で準備しましょう。

- 防災パック**
  - 飲料水
  - 食糧 (菓子類 (グミなど) / 缶詰)
  - 衣類
  - ヘルメット
  - ヘルメット
  - 携帯ラジオ
  - スマート充電器
  - 軍手
  - 保護シート
  - 缶切り
  - スマート手帳 (バッテリー)
  - スリッパ
  - 携帯トイレ
  - 乾電池
  - ティッシュペーパー
  - ゴミ袋
  - 懐中電灯
  - 使い捨てカイロ
  - 筆記用具
  - ロウソク
  - ライター
  - タオル
  - ロープ
- 必需品**
  - 現金
  - 現金通帳
  - 印鑑
  - 身分証明書
  - 現金
  - 現金通帳
  - 印鑑
  - 身分証明書

**コロナ対策のための必需品**

- マスク
- 体温計
- アルコール消毒液

すぐに持ち出せるように、玄関の近くや車庫、  
車の中など、**わかりやすい場所**に置いておきましょう。

**1週間以上**の備蓄をしておきましょう。

〒1000010 東京都千代田区千代田1-1-1 国土交通省国土政策局 防災課 課長 藤田 啓

**風水害発生** コロナ禍でも  
すぐできる! **大雨&台風への備え2020年版**  
**5日前～前日** **最新の情報を入手しよう**

### スマホ・テレビをうまく使いこなそう

災害時、状況が変化します。  
最新の避難情報や気象情報を確認して、  
早めに備えておきましょう。

- スマホアプリ**  
NHKニュース  
ニュース全般
- SNSアカウント**  
住まいの地域の自治体  
アカウントなどをフォロー  
しておきましょう。
- テレビ**  
・気象庁の臨時会見は要チェック  
・災害時の最新情報はNHKで  
・交通情報の確認も

### 台風情報の読み方

台風の進路や勢力を把握し、  
避難場所や避難方法を確認し、  
安全な避難場所を確保しましょう。

国土交通省 気象庁 気象庁HP

**いまとこれからの雨を確認しよう**

- いま危険な場所を知る**  
危険度分布 気象庁 発表
- これから危険を知る**  
今後の雨 気象庁 発表

〒1000010 東京都千代田区千代田1-1-1 国土交通省国土政策局 防災課 課長 藤田 啓

**風水害発生** コロナ禍でも  
すぐできる! **大雨&台風への備え2020年版**  
**5日前～前日** **自分にあった避難を考えよう**

命を守るために、危険な状況になる前に避難することが重要です。一方、**コロナ禍**では避難所で感染するリスクもあります。  
住まいの地域の災害リスクや家族の状況なども考慮して、事前に自分にあった避難方法を考えておきましょう。

### 家族や身の回りの状況をチェック

風水害は全国どこでも起こります。避難を判断するために、自分にとって何が大事かを考えましょう。

- 避難のタイミング**  
いつから危険な状況になりそうか、すでに近くで  
災害が発生していないか
- 家のタイプ**  
上層階に避難できるか  
高層住宅は降電時に揺れにさらさないか
- 備蓄の充実度**  
在宅避難できる食料などが十分か
- 住まいの危険を考える**  
ハザードマップで  
水害リスクを確認  
過去に発生したなどの  
危険箇所をチェック
- 自分や同居人の体調や特性**  
乳幼児、妊婦、高齢者、基礎疾患の  
者がいる方がいる場合  
どこへの避難が安全か
- 心の状態**  
1人で精神的に不安にならないか  
家族のほうがかまわれないか
- ペット**  
避難所はペット受け入れ可能か  
ペットと共に避難できるか
- ライフラインの状況**  
在宅避難のための水道、電気、ガスは使えるか

**ハザードマップで水害の危険性を確認**

自宅や行動範囲の水害リスクは要チェックです。  
速水 (洪水)、土砂、津波など種類があるので、住まいの  
周辺地域のサイトで水害のハザードマップを確認しましょう。

住まいの周辺地域の水害 **ハザードマップ** 検索

**避難する場所を決める**

避難所での3要素を確かめ、  
様々な避難先を検討しましょう。

- 周辺地域が利用できる指定避難所
- 自宅にとどまる (在宅避難)
- 避難し 親戚宅
- ホテル / 旅館などの宿泊施設

高齢者や基礎疾患がある方は  
重傷化に注意です。避難所が  
選んでいないか確認しましょう。

**コロナ禍では  
重傷化に注意!**

〒1000010 東京都千代田区千代田1-1-1 国土交通省国土政策局 防災課 課長 藤田 啓



# NEWS

## <避難所で気をつけること>

- 1.食事・洗面所などでの注意点
- 2.感染症に気をつけながら体を動かそう
- 3.避難所の空間を快適・清潔にしよう
- 4.車中泊するときの注意点

**避難所で気をつけること** コロナ禍でもすぐできる! 大雨&台風への備え2020年版  
**食事・洗面所などでの注意点**

食器や洗面用具、タオルは他の人と共用せず、自分のものを使いましょう。  
避難所では多くの人が生活空間をともにしているため、特に食事や洗面所などは、新型コロナウイルスをはじめとする感染症のリスクがあります。

<p><b>食べるお皿は別にする</b></p> <p>ひとつのお皿で一緒に食べると感染リスク大。一人ひとり取り分けて食べましょう。</p>	<p><b>自分のコップを使う</b></p> <p>コップの飲み残しは特に感染リスクが高いです。他の人と共用する場合は、使ったら必ず洗剤でよく洗いましょう。</p>	<p><b>自分の箸を使う</b></p> <p>箸の使い回しは特に感染リスクが高いです。なるべく割り箸を使うのがおすすめです。</p>
<p><b>飲みがけは人と離れて丁寧に</b></p> <p>飲みがけはよく注意し、口から飛び散らないよう、周囲で感染リスクを高めます。ゆっくり丁寧に、人と離れて飲ましましょう。</p>	<p><b>自分のタオルの清潔を保つ</b></p> <p>タオルの使い回しは特に感染リスクが高いです。自分のものを使用し、使用後はすぐに洗濯して清潔を保ちましょう。</p>	<p><b>スマホやタブレットのこまめな消毒</b></p> <p>触れる機種の多いスマホは、感染リスク大。拭き取りをする場合も念のため、こまめに消毒をしましょう。</p>

※ F0400 (2020年 6月4日) 協力：国土交通省 二（内閣府防災対策事務局）

**避難所で気をつけること** コロナ禍でもすぐできる! 大雨&台風への備え2020年版  
**感染症に気をつけながら体を動かそう**

**外出して体を動かす際のポイント**

避難生活では、生活不活発な状態になりやすいため、体操やストレッチ、ウォーキングなど、なるべく体を動かしましょう。

**マスクの着用**

人の多い場所を通る際には必ずマスクを着用しましょう。周囲の人と十分な距離（2m以上）をとれたらマスクを外し、換気しながら体を動かしましょう。

**3密を避けよう**

- 密接空間
- 密集場所
- 密接場面

**こまめに手を清潔に**

避難所の出入りの際には感染リスクが高まります。居住スペースに戻る際には、必ず手洗いやアルコール消毒をしましょう。

流水と石鹸で手洗い アルコール消毒  
手洗いやアルコール消毒は、よく乾燥させましょう。

※ F0400 (2020年 6月4日) 協力：国土交通省 二（内閣府防災対策事務局）

**避難所で気をつけること** コロナ禍でもすぐできる! 大雨&台風への備え2020年版  
**避難所の空間を快適・清潔にしよう**

感染症対策のために身の回りの整理整頓、掃除に努めて、清潔を保ちましょう

<p><b>少人数・個別空間を確保</b></p> <p>避難所の居住スペースは、3密の回避のためにできる限り人は少なく、可能であれば、個別の空間を確保しましょう。</p>	<p><b>寒さ・暑さの対策を</b></p> <p>避難所では、感染症対策のためにドアなどを開けることが多くなります。そこで、寒い時期の対策にはダウン、手袋、厚手の靴下、タオルケットなどを用意しましょう。また、暑い時期の対策は対策のリスクがあります。換気扇・除湿機などの熱を逃がすグッズも用意しましょう。</p> <p>季節に合わせた対策を</p>	
<p><b>室内ばきを履こう</b></p> <p>避難所の床は多くの人が行き来しており、ほこりが多く、ウイルスや細菌がたくましくいるとされています。室内用のスリッパを履いて、なるべく換気室に直接触れないようにしましょう。</p> <p>外と中で使い分けよう</p>	<p><b>丁寧な掃除を</b></p> <p>居住スペースは1日1回、消毒薬などを使って拭きましょう。ウイルスが広がらないよう、汚れた少ないところから多いところへ方向に拭くのがポイントです。</p>	<p><b>夏は虫対策を</b></p> <p>夏は避難所内外に虫が出ることが多いです。蚊取り線香や虫除けスプレーなども用意しましょう。また虫に刺された時のためにかゆみ止めなども準備しておきましょう。</p>

※ F0400 (2020年 6月4日) 協力：国土交通省 二（内閣府防災対策事務局）

**避難所で気をつけること** コロナ禍でもすぐできる! 大雨&台風への備え2020年版  
**車中泊するときの注意点**

避難所が混んでいるなどの止むを得ない理由から、車中泊することもあります。

車中泊をする際はラックスペースで快適な環境をつくるように心がけましょう。また、避難所からなるべく外に出て体を動かすようにしましょう。

**エコノミークラス症候群対策**

狭い車内で、同じ姿勢のまま長時間寝ると、体内の血液が滞ります。こまめに足を動かしたり、マッサージしたり、足を心臓と同じ高さまで持ち上げると、血液を循環させることが大事です。

- 足の指でグーをつくる
- 足の指をひらく
- 足を上下につまみあげる
- つま先を引上げる
- 両ひざを両手で抱え、足の力を抜いて足を回す
- ふくらはぎを軽くもむ

出典：厚生労働省HP

**熱中症対策**

特に暑い季節、車内は高温になるため、熱中症対策として換気したり、こまめに水分を補給する必要があります。

- 水（経口補水液などベター）
- 塩分タブレット
- ゼリーなど水分量の多い非常食
- 帽子やUVカットの上着など

※車は窓から日光が入ってくるのでしっかりと暑さ対策をしましょう。

※ F0400 (2020年 6月4日) 協力：国土交通省 二（内閣府防災対策事務局）

『コロナ禍でもすぐできる!大雨&台風への備え2020年版』

[http://www.tbwahakuhodo.co.jp/uploads/2020/06/200630\\_disaster\\_countermeasures2020\\_j.pdf](http://www.tbwahakuhodo.co.jp/uploads/2020/06/200630_disaster_countermeasures2020_j.pdf)

## 【プロジェクトリーダー TBWA\HAKUHODO 兼 FUKKO DESIGN 木村充慶 コメント】



私は、これまで復興支援や防災関連のお手伝いをさせていただいた経験が多く、3月頃から、新型コロナウイルスの感染が広がっている中で自然災害が起きたらどのようにすべきか多くの方々から相談を受けました。このような感染症が蔓延する中で、災害の経験はないため、当然すぐにはわかりませんでした。専門家の方々にお話を聞いても、さまざまな意見があり、まとめるのは難しい試みでした。政府が指針を発表したり、多くのメディアがニュースで紹介したりしていましたが、「これだ!」というものがなかなかありませんでした。それは仕方がないことでもあります。未知のウイルスのため、未だ対応策も正確に作れず、強く言えないことが多い

かと思えます。

それならば、民間の有志という立場で、行政などが言いづらい部分も、少し踏み込んで説明しよう。そう考え、元内閣防災官房審議官の佐々木さんや、災害支援団体の調整などを行うJVOADの明城さんなどに声をかけ、

TBWA\HAKUHODOのデザイナーやコピーライターなどとともにチームを結成しました。気象専門家への取材などを重ね、コロナ禍で災害が起きた時どのようにすればよいかをわかりやすく画像にまとめていきました。プロジェクトが始まってから、毎週2時間ほどオンラインミーティングを実施し、立場を超えて、みんなでああでもない、こうでもない議論しながら進んでいきました。

新型コロナウイルスがどのようなものか完全にわかっていない状況で、これで完璧だといえるものは当然作ることができません。しかし、自然災害の経験がない方々は、いまこの瞬間に自然災害が起きたらどのようにすべきかわからず思考が停止してしまうかもしれません。そこで、現状において私たちがわかる範囲で情報を集め、誰でもわかるように可能な限りわかりやすくまとめました。行政などでは言いづらい判断の難しい内容も、あえてはっきりと記載しました。コロナ禍での自然災害を不安に思っている多くの方々に、ぜひ活用いただければと思いますし、少しでも多くの方々にシェアいただければと思います。

### プロジェクトメンバー

プロジェクトリーダー：木村充慶（TBWA\HAKUHODO 兼 FUKKO DESIGN）

アートディレクター：浜田智子（TBWA\HAKUHODO）

コピーライター：大嶋美月（TBWA\HAKUHODO）

専門家：佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）、明城哲也（NPO 法人全国災害ボランティアネットワーク<JVOAD>事務局長）ほか

#### TBWA\HAKUHODO (TBWA 博報堂) について

2006年に博報堂、TBWA ワールドワイドのジョイントベンチャーとして設立された総合広告会社です。博報堂のフィロソフィーである「生活者発想」「パートナー主義」とTBWA がグローバル市場で駆使してきた「DISRUPTION®」メソッドを中心とした独自のノウハウを融合。質の高いソリューションを創造し、クライアントのビジネスの成長に貢献します。「DISRUPTION®」は既成概念に縛られず、常識を壊し、新しいヴィジョンを見いだすTBWA\HAKUHODOの哲学です。マーケティングに限らず、ビジネスにおけるすべての局面でディスラプションという新しい視点を武器に事業やブランドを進化させるアイデアを生み出します。

<http://www.tbwahakuhodo.co.jp>

#### FUKKO DESIGN について

一般社団法人 FUKKO DESIGN は、「民間ビジネスの力を結集して新たな“復興”をつくる」を活動テーマに、平時のときから行政、民間企業、メディアとのネットワークを構築し、有事の時にすぐにサポートする体制をつくるほか、有事の際の被災地に関する情報発信の支援、復興タイミングにおける地域の魅力発信、企業のマッチングサポート支援などをトータルにデザインしていく団体として活動していきます。

<https://fukko-design.jp/>