

住宅火災からの 避難について考える



STEP
1

知る



STEP
2

作る



STEP
3

実践する

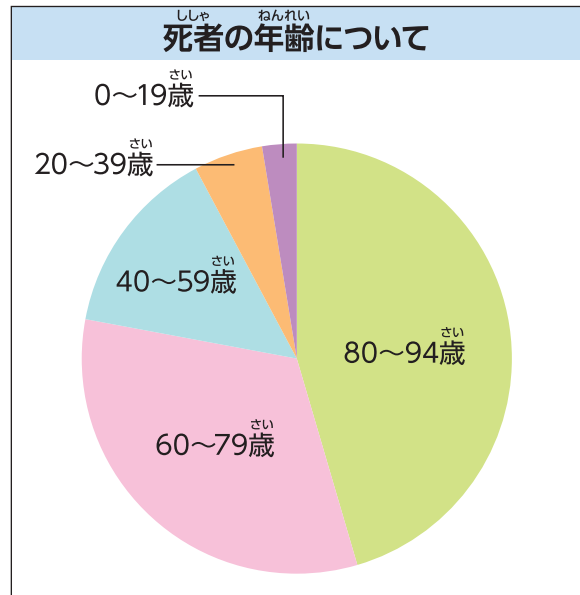
3つの自分事

1 なぜ住宅火災で犠牲に？

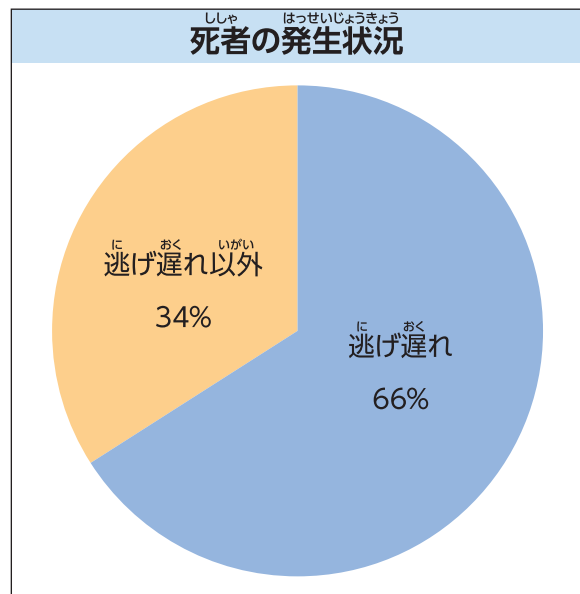
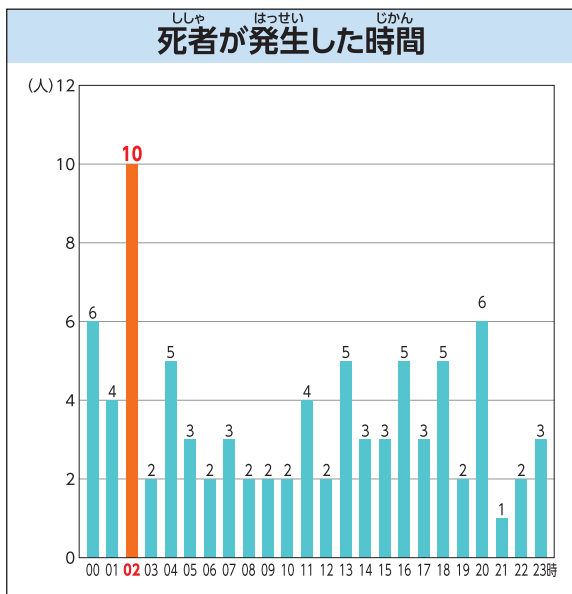
岡山市では、火災の件数は徐々に減少している中で、毎年10人前後の方が火災で亡くなっています。(グラフは平成21年から令和2年までのデータ)

	全火災数	住宅火災件数	全火災死者数
平成21年	275件	92件	13人
平成24年	254件	88件	9人
平成27年	187件	65件	14人
平成30年	182件	57件	7人
令和3年	193件	51件	11人

※3年毎の統計



住宅火災10件に、1人の割合で命が失われているわ。火災は減っているのに、亡くなる方は減らないのね。たくさんのお年寄りが亡くなっている中で、私の世代や子どもたちの世代も亡くなっているのね。こわい。



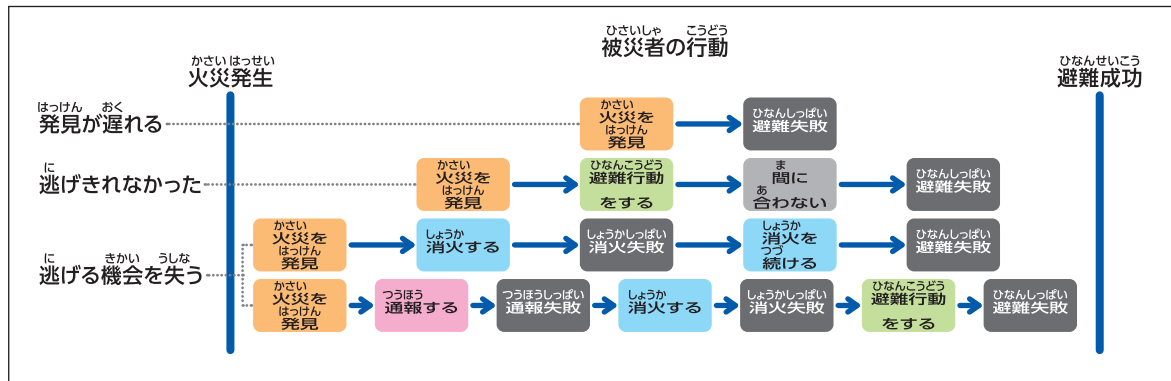
夜中2時に火災に気づいたら驚くだろうな。半分以上が逃げ遅れで犠牲になっているんだな。



※データには吉備中央町を含みます。

2 なぜ逃げ遅れてしまうのか？

岡山市で発生した火災の中で、避難することができなかった被災者の行動を見てみましょう。



【避難以外の行動を選んだ人の声】

- 火災発見時、「消火をしないとイケない。」「大ごとにしたくない。」と思った。
- 何度も119番通報したつもりが、一向につながらなかった。



火災発生時の状況は、様々だけど、慌てていろんな行動をしているみたい。逃げ遅れないためには火災にどう気づき、どこに避難するか、また消火に失敗した後はどうするかなど、想定しておくことが大切だ。

3 つの自分事 ～避難行動を起こすための具体策～

「住宅火災から避難する」といっても、発生する時間や、家族構成、家の間取り等、様態は異なります。そこで、自宅で火災が発生した際に、慌てず避難するために、3つのSTEPを踏んで、各家庭に応じた避難方法を見つけましょう。

STEP 1

知る

(火災から命を守る4タイプ診断テスト)… P3～P4



STEP 2

作る

(マイタイムライン)… P5～P6、P9



STEP 3

実践する

(自宅で避難訓練)… P7～P8



「知る」・「作る」・「実践する」の3つのステップで、各家庭の避難方法を作るのね!!

STEP 1

知る

火災から命を守る4タイプ診断テスト

ここでは、みなさんの行動面及び心理面から4タイプに分けて、特徴や傾向を知ってもらいます。まずは、下の診断テストをやってみましょう。★直感で書いてください。

質問【「行動」パート】	チェック項目	点数
① 何人で住んでいますか。	<input type="checkbox"/> 1人 (1点)、 <input type="checkbox"/> 2人 (3点)、 <input type="checkbox"/> 3人 (3点) <input type="checkbox"/> 4人 (4点) <input type="checkbox"/> 5人 (5点)、 <input type="checkbox"/> 6人以上 (6点)	<input type="text"/> 点
② 寝室は何階にありますか。(マンションやアパートなど居住空間に階層がない場合は、1階としてください。複数のケースがある場合は、上階を選んでください。)	<input type="checkbox"/> 1階 (0点)、 <input type="checkbox"/> 2階以上 (2点)	<input type="text"/> 点
③ 階段に手すりがついていますか。	<input type="checkbox"/> 階段なし (0点)、 <input type="checkbox"/> ある (0点) <input type="checkbox"/> ない (3点)	<input type="text"/> 点
④ 室内でペットを飼っていますか。	<input type="checkbox"/> 飼っていない (0点)、 <input type="checkbox"/> 飼っている (2点)	<input type="text"/> 点
⑤ 1人で避難が困難な人はいますか。	<input type="checkbox"/> いない (0点)、 <input type="checkbox"/> いる (6点)	<input type="text"/> 点
⑥ あなたは、聴覚に障害がありますか。(高齢により聞こえづらい方も含む。)	<input type="checkbox"/> ない (0点)、 <input type="checkbox"/> ある (3点)	<input type="text"/> 点
⑦ 避難通路(廊下や階段)に避難に支障となる物品がある又は築34年以上の家。	<input type="checkbox"/> ない (0点)、 <input type="checkbox"/> ある (3点) <input type="checkbox"/> 築34年以上の家 (3点)	<input type="text"/> 点

【「行動」パート】の合計点数 点

質問【「心理」パート】	チェック項目	点数
① 65歳以上ですか。	<input type="checkbox"/> 65歳未満 (1点)、 <input type="checkbox"/> 65歳以上 (8点)	<input type="text"/> 点
② 目の前で火事(小さな炎:10センチ程度炎があがっている。)が起こった時、右の選択肢の中から何を選びますか。(1つ選んでください。)	<input type="checkbox"/> 消火 (2点)、 <input type="checkbox"/> 避難 (1点) <input type="checkbox"/> 119通報 (1点)	<input type="text"/> 点
③ 目の前で火事(大きな炎:背丈より炎があがっている。)が起こった時、右の選択肢の中から何を選びますか。(1つ選んでください。)	<input type="checkbox"/> 消火 (4点)、 <input type="checkbox"/> 避難 (0点) <input type="checkbox"/> 119通報 (2点)	<input type="text"/> 点
④ 住宅用火災警報器の音を聞いたことはありますか。(自動火災報知設備を含む。)	<input type="checkbox"/> ある (0点)、 <input type="checkbox"/> ない (2点)	<input type="text"/> 点
⑤ 目の前で火事(大きな炎)が起こった時、消火するためにどのような行動をとりますか。(自宅に備わっているもので1つ選んでください。)	<input type="checkbox"/> 水 (2点)、 <input type="checkbox"/> 消火器 (0点) <input type="checkbox"/> 毛布や衣服をかける (3点)	<input type="text"/> 点
⑥ 町内会などで行う消火訓練に参加したことがありますか。	<input type="checkbox"/> ある (0点)、 <input type="checkbox"/> ない (1点)	<input type="text"/> 点
⑦ 自分が着ている衣服(上着の袖部分)に火がついた場合(着衣着火)どのような行動をとりますか。(1つ選んでください。)	<input type="checkbox"/> 水をかぶる (1点) <input type="checkbox"/> 走って助けを呼ぶ (2点) <input type="checkbox"/> 床で転がる (0点)	<input type="text"/> 点

【「心理」パート】の合計点数 点



ヒントはこちら

左の表から、各パートごとの自分の合計点数がわかったら、
下記の表から自分のタイプを調べてみましょう。

行動パート点数 8~25点 心理パート点数 10~22点	➔	Aタイプ
行動パート点数 8~25点 心理パート点数 1~9点	➔	Bタイプ
行動パート点数 1~7点 心理パート点数 10~22点	➔	Cタイプ
行動パート点数 1~7点 心理パート点数 1~9点	➔	Dタイプ

僕は、「Bタイプ」だったよ。僕には、どんな特徴があるんだろう？



タイプ名	特徴
Aタイプ 避難に時間がかかり 判断が遅れる	避難が遅れる傾向がある。避難には時間がかかり、判断すべきことも多く避難の障害となっている。避難よりも消火を優先する傾向にある。
Bタイプ 避難に 時間がかかる	避難の行動に時間がかかる傾向にある。
Cタイプ 判断が 遅れる	避難の判断に時間がかかる傾向にある。
Dタイプ 避難も判断も 早い	避難の行動にかかる時間及び判断にかかる時間はいずれも短い。消火よりも避難を優先する傾向にある。



なるほど！「行動」と「判断」のどちらに時間がかかるタイプなのかが、わかるのね！

STEP 2

作る

マイタイムライン

次に、「マイタイムライン」を作りましょう。この「マイタイムライン」の目的は、火災が発生した時に、自分がどのような行動をとって、避難するのかをあらかじめ考えておくことです。

そうすることにより、火災発生時のパニックを防ぐことができ、逃げ遅れる可能性が減少します。

被災者の行動 (P2参照) でも、火災発生時に慌てて、いろいろな行動をしてしまうことがあったからね。事前に行動を考えておくことは、大事だね!



(1) マイタイムラインシートの事前準備

- まずは、シナリオ1か2を選択してください。
次に、スタートとゴールを決めます。
- スタートは、選んだシナリオの火災にどうやって気づくかをチェックしてください。
- ゴールは、選んだシナリオの火災に対して、どこから避難するかをチェックしてください。

マイタイムライン

自宅を想定し、下のシナリオ1か2を選んでください。
(消火は失敗する想定です)

A・Bタイプは避難時間100秒以内を想定
C・Dタイプは避難時間200秒以内を想定

シナリオ1 夜中2時に火災が発生し、火元は台所で、あなたは寝室にいます。

シナリオ2 20時に火災が発生し、火元はリビングで、あなたはリビングにいます。

スタート (覚知) あなたは どうやって 火災に気づき ますか。	1 部屋のドアを開ける	2 部屋のドアを閉める	3 階段をおりる	4 階段をあがる	ゴール (避難) あなたは どこから 避難 しますか。
	5 火元を確認する	6 大声をだす	7 家族に知らせる	8 人をかかえる	
	9 家族を引きずる	10 ペットをかかえる	11 ペットを逃がす	12 台所の水をかける	
	13 洗面所の水をかける	14 ペットボトルの水をかける	15 シャワーの水をかける	16 火元に座布団や毛布をかける	
	17 消火器を使う	18 スプレー式消火器具を使う	19 燃えている物を持ち出す	20 貴重品をとりに行く	
21 携帯電話をとりに行く	22 家財を引きずり出す	23 低い姿勢になる	24 口と鼻をタオルでふさぐ	確認してから ● 連絡をする ● 近所の人に火事であることを伝える	
25 窓を開ける	26	27	28 29 の空白は自由にご記入ください。		

えらぶ(上のアクションを○で囲む) → ならべる(下の□に番号を記入)

A・Cタイプは5個選んで番号を記入

B・Dタイプは7個選んで番号を記入



ヒントはこちら

(2) 行動をえらぶ

下記の図のように、火災が起きた際に自分が起こしそうな行動を選択します。(シナリオ1及び2がありますので、選んだシナリオでの行動を選択してください。)

左ページの(1)で
選んだシナリオ。

A・Cタイプの方は5つ
B・Dタイプの方は7つ
選んでください。

マイタイムライン 自宅を想定し、下のシナリオ1か2を選んでください。 A・Bタイプは避難時間100秒以内を想定 (消火は失敗する想定です) C・Dタイプは避難時間200秒以内を想定

シナリオ1 夜中2時に火災が発生し、火元は台所であなたは寝室にいます。 シナリオ2 20時に火災が発生し、火元はリビングで、あなたはリビングにいます。

スタート (覚知) あなたは どうやって 火災に気づき ますか。 <input type="checkbox"/> 住宅用火災警報 器等の光 <input checked="" type="checkbox"/> 住宅用火災警報 器等の音 <input checked="" type="checkbox"/> 家族の声 <input type="checkbox"/> 大きな音 <input type="checkbox"/> におい <input type="checkbox"/> その他	1 部屋のドアを開ける	2 部屋のドアを閉める	3 階段をおりる	4 階段をあがる	ゴール (避難) あなたは どこから 避難 しますか。 <input checked="" type="checkbox"/> 玄関 <input type="checkbox"/> 勝手口 <input type="checkbox"/> 掃き出し窓 <input type="checkbox"/> ベランダ <input type="checkbox"/> その他 避難してから <input checked="" type="checkbox"/> 通報をする <input checked="" type="checkbox"/> 近所の人に 火事である ことを伝える
	5 火元を確認する	6 大声をだす	7 家族に知らせる	8 人をかかえる	
	9 家族を引きずる	10 ペットをかかえる	11 ペットを逃がす	12 台所の水をかける	
	13 洗面所の水をかける	14 ペットボトルの水をかける	15 シャワーの水をかける	16 火元に座布団や毛布をかける	
	17 消火器を使う	18 スプレー式消火器具を使う	19 燃えている物を持ち出す	20 貴重品をとりぬく	
21 携帯電話をとりぬく	22 家財を引きずり出す	23 低い姿勢になる	24 口と鼻をタオルでふさぐ		
25 窓を開ける	26	27	28 29の空白は自由に記入ください。		

えらぶ(上のアクションを○で囲む) → ならべる(下の□に番号を記入)

A・Cタイプは5個選んで番号を記入 B-Dタイプは7個選んで番号を記入

(3) 行動をならべる

選んだ5つ又は7つの番号を行動する順番に並べて □ □ に記入しましょう。

A・Cタイプの方は5つ
B・Dタイプの方は7つの
番号を記入してください。

マイタイムライン 自宅を想定し、下のシナリオ1か2を選んでください。 A・Bタイプは避難時間100秒以内を想定 (消火は失敗する想定です) C・Dタイプは避難時間200秒以内を想定

シナリオ1 夜中2時に火災が発生し、火元は台所で、あなたは寝室にいます。 シナリオ2 20時に火災が発生し、火元はリビングで、あなたはリビングにいます。

スタート (覚知) あなたは どうやって 火災に気づき ますか。 <input type="checkbox"/> 住宅用火災警報 器等の光 <input checked="" type="checkbox"/> 住宅用火災警報 器等の音 <input checked="" type="checkbox"/> 家族の声 <input type="checkbox"/> 大きな音 <input type="checkbox"/> におい <input type="checkbox"/> その他	1 部屋のドアを開ける	2 部屋のドアを閉める	3 階段をおりる	4 階段をあがる	ゴール (避難) あなたは どこから 避難 しますか。 <input checked="" type="checkbox"/> 玄関 <input type="checkbox"/> 勝手口 <input type="checkbox"/> 掃き出し窓 <input type="checkbox"/> ベランダ <input type="checkbox"/> その他 避難してから <input checked="" type="checkbox"/> 通報をする <input checked="" type="checkbox"/> 近所の人に 火事である ことを伝える
	5 火元を確認する	6 大声をだす	7 家族に知らせる	8 人をかかえる	
	9 家族を引きずる	10 ペットをかかえる	11 ペットを逃がす	12 台所の水をかける	
	13 洗面所の水をかける	14 ペットボトルの水をかける	15 シャワーの水をかける	16 火元に座布団や毛布をかける	
	17 消火器を使う	18 スプレー式消火器具を使う	19 燃えている物を持ち出す	20 貴重品をとりぬく	
21 携帯電話をとりぬく	22 家財を引きずり出す	23 低い姿勢になる	24 口と鼻をタオルでふさぐ		
25 窓を開ける	26	27	28 29の空白は自由に記入ください。		

えらぶ(上のアクションを○で囲む) → ならべる(下の□に番号を記入)

A・Cタイプは5個選んで番号を記入 B-Dタイプは7個選んで番号を記入

6 → 1 → 5 → 21 → 20 → 24 → 17



シートに、自分の行動を書き出してみると、いざ自分がとるべき行動が明確になるわ。時間や、自分のいる場所で、行動が変わるから色々考えてみなきゃ!

STEP 3

実践する

自宅で避難訓練

最後に、マイタイムラインに沿って、自宅で避難訓練をしてみましょう。タイプ別に、与えられた時間は、次のとおりです。

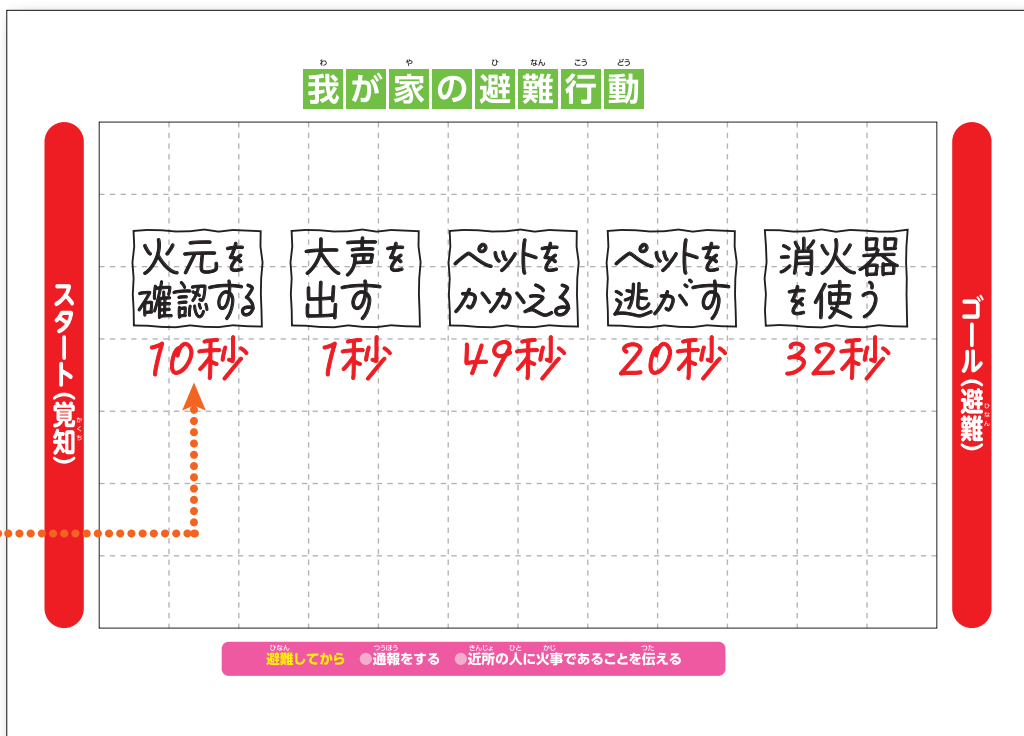
タイプ	行動数	避難時間
A	5つ	100秒
B	7つ	100秒
C	5つ	200秒
D	7つ	200秒

ぼくは、Bタイプだから、100秒で避難しなきゃいけないのか。7つの行動全てできるかなあ。



避難訓練について

自分の持ち時間以内で、避難が完了するか計測してみましょう。可能なら、行動ごとの時間も計測してみましょう。



行動ごとに
かかった時間も
記入しましょう。



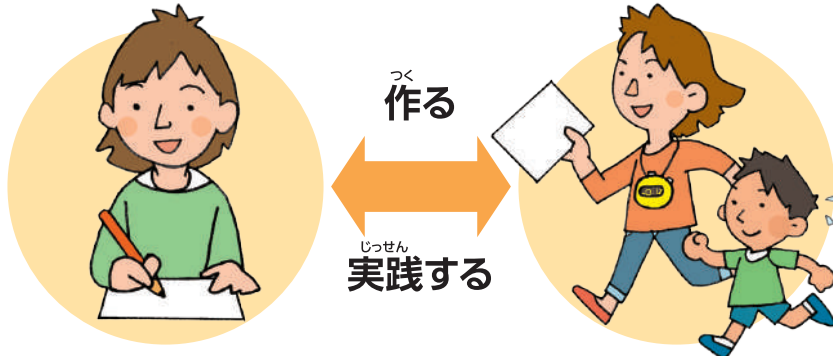
私は、Aタイプだったから、持ち時間100秒だったけど、実際に訓練してみたら、112秒かかったわ。何ができなかったのかしら。

くり返す

避難訓練をやってみて、持ち時間以内に避難できなかった人は、マイタイムラインを見返して、どの行動に時間がかかったのか考えてみましょう。また、その行動が必要な行動なのか、どうすれば早く行動できるのかを考えてください。

マイタイムラインの見直しができたら、再度避難訓練をしましょう。

このくり返しにより、各家庭の最適な避難方法が完成します。



応用編 1

昼と夜でそれぞれどのくらい時間がかかるかやってみましょう。

昼と夜で時間差があることを確認しましょう。

我が家の避難行動					
スタート(覚知)	昼間				ゴール(避難)
	火元を確認する 10秒	大声を出す 1秒	ペットをかかえる 15秒	ペットを逃がす 20秒	
スタート(覚知)	夜間				ゴール(避難)
	火元を確認する 20秒	大声を出す 1秒	ペットをかかえる 49秒	ペットを逃がす 30秒	

避難してから ● 通報をする ● 近所の人に火事であることを伝える

応用編 2

それぞれ家族の役割でマイタイムラインを重ね合わせて書いてみましょう。
※役割を決めることで行動を減らすことができます。

役割分担を決めておきましょう。

我が家の避難行動					
スタート(覚知)	父	寝室のドアを開ける	階段をおりる	火元に行く	消火器を使う
	母	火元の確認に行く			
	子ども	大声を出す			

避難してから ● 通報をする ● 近所の人に火事であることを伝える

マイタイムライン

自宅を想定し、下のシナリオ1か2を選んでください。
(消火は失敗する想定です)

A・Bタイプは避難時間100秒以内を想定
C・Dタイプは避難時間200秒以内を想定

シナリオ1 夜中2時に火災が発生し、火元は台所で、あなたは寝室にいます。

スタート (覚知)

あなたは
どうやって
火災に気づき
ますか。

- 住宅用火災警報器等の光
- 住宅用火災警報器等の音
- 家族の声
- 大きな音
- におい
- その他

シナリオ2 20時に火災が発生し、火元はリビングで、あなたはリビングにいます。

- 1 部屋のドアを開ける
- 2 部屋のドアを閉める
- 3 階段をおりる
- 4 階段をあがる
- 5 火元を確認する
- 6 大声をだす
- 7 家族に知らせる
- 8 人をかかえる
- 9 家族を引きずる
- 10 ペットをかかえる
- 11 ペットを逃がす
- 12 台所の水をかける
- 13 洗面所の水をかける
- 14 ペットボトルの水をかける
- 15 シャワーの水をかける
- 16 火元に座布団や毛布をかける
- 17 消火器を使う
- 18 スプレー式消火器具を使う
- 19 燃えている物を持ち出す
- 20 貴重品をとりにいく
- 21 携帯電話をとりにいく
- 22 家財を引きずり出す
- 23 低い姿勢になる
- 24 口と鼻をタオルでふさぐ
- 25 窓を開ける
- 26
- 27

- 3 階段をおりる
- 7 家族に知らせる
- 11 ペットを逃がす
- 15 シャワーの水をかける
- 19 燃えている物を持ち出す
- 23 低い姿勢になる
- 27

- 4 階段をあがる
- 8 人をかかえる
- 12 台所の水をかける
- 16 火元に座布団や毛布をかける
- 20 貴重品をとりにいく
- 24 口と鼻をタオルでふさぐ
- 26 27の空白は自由にご記入ください。

ゴール (避難)

あなたは
どこから
避難
しますか。

- 玄関
- 勝手口
- 掃き出し窓
- ベランダ
- その他

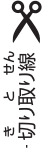
避難してから
通報をする
近所の人に
火事であることを伝える

えらぶ(上のアクションを○で囲む) → ならべる(下の□に番号を記入)

A・Cタイプは5個選んで番号を記入
B・Dタイプは7個選んで番号を記入

記入欄 (A・Cタイプは5個記入、B・Dタイプは7個記入)

この用紙は、マイタイムラインに沿って実際の避難訓練の結果を記入するものです。
 P7とP8を参考に、「我が家の避難行動」を作り、冷蔵庫などよく見える場所に貼っておきましょう。



我が家の避難行動

スタート(感知)

ゴール(避難)

避難してから ●通報をする ●近所の人に火事であることを伝える



おかやまし しょうぼうきょく
岡山市消防局

このパンフレットは、令和3年度に「住宅火災における避難に関する検討会」にて作成した、
ほうこくしょ おかやまししょうぼうきょく さくせい
報告書をもとに岡山市消防局が作成したものです。

おかやまし しょうぼうきょく しょうぼうそうむぶ よぼうか
岡山市消防局消防総務部予防課 TEL.086-234-1199

発行：令和5年2月



ご感想はこちらまで