

武力攻撃やテロなどから身を守るために



内閣官房

目次

1	はじめに	1
2	警報が発令されたら	2
	(1) 武力攻撃やテロなどが迫り又は発生した地域において警報が発令された場合に直ちにとっていただきたい行動	
	(2) 落ち着いて情報収集に努めましょう	
	(3) 避難の指示が出されたら	
3	身の回りで急な爆発が起こったら	5
	(1) 火災が発生した場合	
	(2) 瓦礫に閉じこめられた場合	
4	武力攻撃の種類などに応じた避難などの留意点	6
	(1) ゲリラや特殊部隊による攻撃の場合	
	(2) 弾道ミサイルによる攻撃の場合	
	(3) 着上陸侵攻の場合	
	(4) 航空攻撃の場合	
	(5) 武力攻撃やテロなどの手段として化学剤、生物剤、核物質が用いられた場合	
	i. 化学剤が用いられた場合	
	ii. 生物剤が用いられた場合	
	iii. 核物質が用いられた場合	
5	怪我などに対する応急措置	13
	(1) 切り傷などにより出血している場合	
	(2) 火傷をしている場合	
	(3) 骨折している場合	
	(4) ねんざしている場合	
	(5) かゆみや発疹など皮膚に異常が見られる場合	
	(6) 体に火がついた場合	
	(7) 精神的ショックを受けている場合	
	(8) 人が倒れている場合	
6	日頃からの備え	18
	(1) 備蓄	
	(2) 訓練への参加など	
参考	国民保護あれこれ	20

我が国に対する外部からの武力攻撃やテロなどが万が一起こった場合には、みなさんの安全を守るために、国や都道府県、市町村が連携し、対応することとしています。しかし、こうした事態が、いつ、どこで、どのように発生するのかを事前に予測することは極めて難しいうえに、多くの人々に影響を与えます。

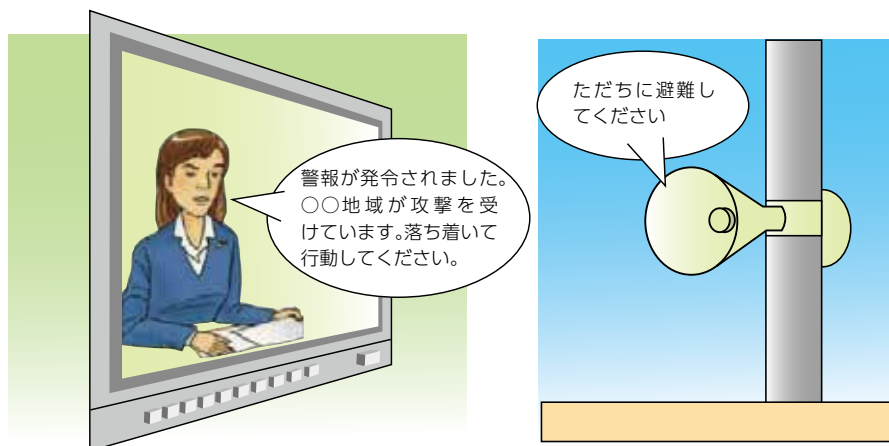
実際にこうした事態に遭遇してしまった場合に、一人ひとりが混乱すると、対応の遅れや新たな危険を生じて、被害を拡大させないとも限りません。行政機関からの伝達事項やテレビ、ラジオの情報を十分に聞き、どのように行動すればよいかを判断するための正しい情報を把握することが重要です。また、地域や職場あるいは外出先の周囲の人々と協力しつつ冷静に行動することが危険を回避するために不可欠です。

そのためには、日頃から、こうした事態に遭遇した場合にどのように対応したらいいのか、その際に必要なものは何かなどについて、家族も含めて心得ておくこと、備えておくことが助けになります。

この冊子は、武力攻撃やテロなどに際して、みなさんがどのように行動すればよいか、あるいは普段から何を備えておけばよいか、などについてとりまとめたものです。こうした対応は、地震などの災害時における対応と共通することも多くあります。この冊子が、地震などの災害時についての行動マニュアルなどと併せて活用されることにより、みなさんのご理解がより一層深まることを期待しています。

みなさんの安全を守るため、武力攻撃やテロなどが迫り又は発生した地域には、市町村から原則として特別なサイレン音^{※1}を使用した防災行政無線により、みなさんに注意を呼びかけることとしています。そして、テレビ、ラジオなどの放送や消防の広報車両などを通して、どのようなことが、どこで発生したあるいは発生するおそれがあるのか、みなさんにどのような行動をとってほしいのかといった警報の内容をお伝えします。

また、住民のみなさんの避難が必要な地域には、同様な方法で避難を呼びかけます。

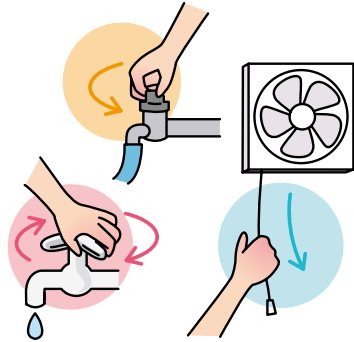


- ※1 特別なサイレン音については、国民保護ポータルサイト (<http://www.kokuminhogo.go.jp/>)にてサンプル音をお聴きいただけます。裏表紙のQRコードをご利用ください。
- ※2 我が国に影響があり得る弾道ミサイルが発射された場合は、J-ALERT(全国瞬時警報システム)とEm-Net(緊急情報ネットワークシステム)によって緊急情報を伝達しますが、この際、特別なサイレン音を使用せず、市町村が通常使用しているサイレン音を使用する場合があります(P31参照)。

(1) 武力攻撃やテロなどが迫り又は発生した地域において警報が発令された場合に直ちにとっていただきたい行動

屋内にいる場合

- ドアや窓を全部閉めましょう。
- ガス、水道、換気扇を止めましょう。
- ドア、壁、窓ガラスから離れて座りましょう。



屋外にいる場合

- 近隣の堅牢な建物や地下街など屋内に避難しましょう。
- 自家用車などを運転している方は、できる限り道路外の場所に車両を止めてください。やむを得ず道路に置いて避難するときは、道路の左側端に沿ってキーを付けたまま駐車するなど緊急通行車両の通行の妨害とならないようにしてください。



(2) 落ち着いて情報収集に努めましょう

- 警報をはじめ、テレビやラジオなどを通じて伝えられる各種情報に耳を傾け、情報収集に努めましょう。



(3) 避難の指示が出されたら

- 行政機関からの避難の指示としては、屋内への避難、近隣の避難所施設への避難、市町村や都道府県の区域を越えた遠方への避難などが考えられます。みなさんの安全を守るため、状況に応じて適切な指示が出されます。
- 行政機関から避難の指示が出された場合は、指示に従って落ち着いて行動しましょう。

避難の指示に基づき、自宅から避難所へ避難する場合には、以下のことに留意しましょう。

- 元栓をしめ、コンセントを抜いておきましょう。冷蔵庫のコンセントは挿したままにしておきましょう。
- 頑丈な靴、長ズボン、長袖シャツ、帽子などを着用し、非常持ち出し品を持参しましょう（非常持ち出し品についてはP18参照）。
- パスポートや運転免許証など、身分を証明できるものを携行しましょう。
- 家の戸じまりをしましょう。
- 近所の人に声をかけましょう。
- 避難の経路や手段などについて行政機関からの指示に従い適切に避難しましょう。



3

身の回りで急な爆発が起ったら

みなさんの身の回りで急な爆発が起こった場合は、警報が発令された、されていないに関わらず、以下のことに留意しましょう。

- とっさに姿勢を低くし、身の安全を守りましょう。
- 周囲で物が落下している場合には、落下が止まるまで、頑丈なテーブルなどの下に身を隠しましょう。
- その後、爆発が起こった建物などからできる限り速やかに離れましょう。
- 警察や消防の指示に従って、落ち着いて行動しましょう。
- テレビやラジオなどを通じて、行政機関からの情報収集に努めましょう。



(1) 火災が発生した場合

- できる限り低い姿勢をとり、急いで建物から出ましょう。
- 口と鼻をハンカチなどで覆いましょう。



(2) 瓦礫がれきに閉じこめられた場合

- 明るくするためにライターなどにより火をつけないようにしましょう。
- 動き回って粉じんをかき立てないようにしましょう。口と鼻をハンカチなどで覆いましょう。
- 自分の居場所をまわりに知らせるために、配管などを叩きましょう。
- 粉じんなどを吸い込む可能性があるため、大声を上げるのは最後の手段としましょう。

(1) ゲリラや特殊部隊による攻撃の場合



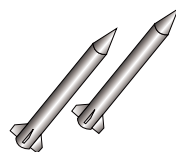
①特徴

- 突発的に被害が発生することもあります。
- 被害は比較的狭い範囲に限定されるのが一般的ですが、攻撃目標となる施設(原子力事業所などの生活関連等施設など)の種類によっては、被害が拡大するおそれがあります。
- 核・生物・化学兵器や、放射性物質を散布することにより放射能汚染を引き起こすことを意図した爆弾(ダーティボム)が使用されることも想定されます。

②留意点

- 突発的に被害が発生することもあるため、攻撃当初は一旦屋内に避難し、その後状況に応じ行政機関からの指示に従い適切に避難しましょう。

(2) 弾道ミサイルによる攻撃の場合



①特徴

- 発射前に着弾地域を特定することが極めて困難であり、短時間での着弾が予想されます。このため、我が国に影響があり得る弾道ミサイルが発射されたときは、市町村から原則として特別なサイレン音(P2参照)を使用した防災行政無線により、発射情報と、領域内に落下する可能性がある場合はその旨を、関係する地域に対して、緊急に伝達することとしています。あわせて、テレビ、ラジオや緊急速報メールなども通じてこれらの情報を伝達します。
- 弾頭の種類(通常弾頭であるのか、核・生物・化学弾頭であるのか)を着弾前に特定するのが困難であり、弾頭の種類に応じて、被害の様相や対応が大きく異なります。

②留意点

- 攻撃当初は屋内へ避難し、その後、状況に応じ行政機関からの指示に従い適切に避難しましょう。屋内への避難にあたっては、近隣の堅牢な建物や地下街などに避難しましょう。

(3) 着上陸侵攻の場合

①特徴

- 船舶により上陸する場合は、沿岸部が当初の侵攻目標となりやすい。
- 航空機による場合は、沿岸部に近い空港が攻撃目標となりやすい。
- 国民保護措置を実施すべき地域が広範囲にわたるとともに、期間が比較的長期に及ぶことも想定されます。



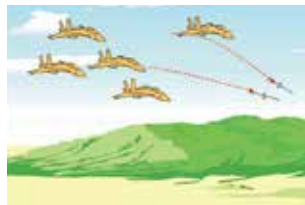
②留意点

- 攻撃が予測された時点においてあらかじめ避難することも想定されます。
- 避難が必要な地域が広範囲にわたり遠方への避難が必要となるとともに、避難の期間が長期間にわたることも想定されます。避難の経路や手段などについて行政機関からの指示に従い適切に避難しましょう。

(4) 航空攻撃の場合

①特徴

- 弾道ミサイル攻撃の場合に比べ、その兆候を察知することは比較的容易ですが、あらかじめ攻撃目標を特定することが困難です。
- 都市部の主要な施設やライフラインのインフラ施設が目標となることも想定されます。



②留意点

- 攻撃の目標地を特定せずに、屋内への避難が広範囲にわたって指示されることが考えられます。屋内への避難にあたっては、近隣の堅牢な建物や地下街などに避難しましょう。その後、状況に応じ行政機関からの指示に従い適切に避難しましょう。

(5) 武力攻撃やテロなどの手段として 化学剤、生物剤、核物質が用いられた場合

武力攻撃やテロなどの手段として化学剤、生物剤、核物質が用いられた場合には、人体の機能障害を発生させるため、被害に対する特別な対応が必要となることから、テレビやラジオなどを通じて、情報収集に努めるとともに、行政機関からの指示に従って行動することが重要です。

i.化学剤が用いられた場合

①特徴

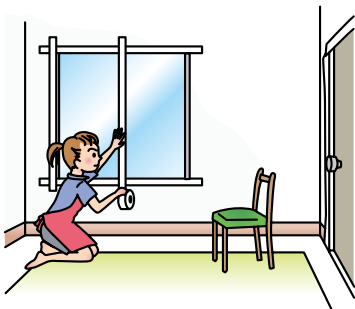
- 化学剤は、その特性により、神経剤、びらん剤、血液剤、窒息剤などに分類されています。一般に地形や気象などの影響を受けて、風下方向に拡散し、空気より重いサリンなどの神経剤は下をほうように広がります。特有のにおいがあるもの、無臭のものなど、その性質は化学剤の種類によって異なります。人から人への感染こそありませんが、比較的早く、目の充血、咳込み、かゆみなどの症状が現れます。
- 触れたり、口に入れたり、吸引することで人体に悪影響を及ぼすことから、飲食物や日用品などへの混入、人体への直接注入、爆発物や噴霧器などを使用した散布などが考えられます。
- 国や都道府県、市町村などは連携して、原因物質の検知及び汚染地域の特定や予測をし、みなさんを安全な風上の高台に誘導するほか、そのままでは分解・消滅しないため、化学剤で汚染された地域を除染して原因物質を取り除く措置などを実施します。
- 汚染された可能性があれば、可能な限り除染して、医師の診断を受ける必要があります。

②留意点

- 口と鼻をハンカチで覆いながら、その場から直ちに離れ、外気から密閉性の高い屋内の部屋または風上の高台など、汚染のおそれのない安全な地域に避難しましょう。



- 屋内では、窓閉め、目張りにより室内を密閉し、できるだけ窓のない中央の部屋に移動しましょう。
- 2階建て以上の建物であれば、なるべく上の階へ避難しましょう。
- 汚染された服、時計、コンタクトレンズなどは速やかに処分する必要がありますが、汚染された衣服などをうかつに脱ぐと、露出している皮膚に衣服の汚染された部分が触れるおそれがあります。特に頭からかぶる服を着ている場合には、はさみを使用して切り裂いてから、ビニール袋に密閉しましょう。その後、水と石けんで手、顔、体をよく洗いましょう。



- 安全が確認できるまでは、汚染された疑いのある水や食物の摂取は避けましょう。
- 行政機関の指示などに従い、医師の診断を受けましょう。
- 化学剤傷病者への治療は一刻を争います。あやしいと感じたらすぐに周囲に知らせる、速やかに警察や消防に通報するといった迅速な対応をとった方が、その後の対処も早くなり、救命率の向上につながります。

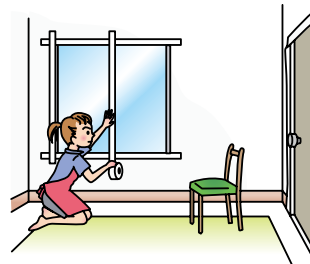
ii.生物剤が用いられた場合

①特徴

- 生物剤は、人や動物を殺傷したり植物を枯らすことなどを目的とした細菌やウイルスなどの微生物及び細菌や動植物などが作り出す毒素のことをいい、人に知られることなく散布することが可能です。触れたり、口に入れたり、吸引することで人体に悪影響を及ぼすことから、化学剤と同様に、飲食物及び日用品などへの混入、人体への直接注入、爆発物や噴霧器などを使用した散布などが考えられます。
- また、発症するまでの潜伏期間に、感染した人々が移動し、後に生物剤が散布されたと判明した場合には、既に広域的に被害が発生している可能性があります。ヒトを媒体とする天然痘などの生物剤による攻撃が行われた場合には、二次感染により被害が拡大することが考えられます。
- 国は、一元的な情報収集、データ解析などにより疾病を監視して、感染源や汚染された地域を特定し、感染源となった病原体の特性に応じた医療を行い、まん延の防止に努めます。
- 行政機関の情報や発生した症状などから感染の疑いがある場合は、医師の診断を受けるとともに、行政機関の行うまん延防止の措置に従うことが重要となります。

②留意点

- 口と鼻をハンカチで覆いながら、その場から直ちに離れ、外気から密閉性の高い屋内の部屋または感染のおそれのない安全な地域に避難しましょう。
- 屋内では、窓閉め、目張りにより室内を密閉し、できるだけ窓のない中央の部屋に移動しましょう。
- 屋外から屋内に戻ってきた場合は、汚染物を身体から取り除くため、衣類を脱いでビニール袋や容器に密閉しましょう。また、水と石けんで手、顔、体をよく洗いましょう。



- 安全が確認できるまでは、汚染された疑いのある水や食物の摂取は避けましょう。
- 行政機関の指示などに従い、医師の診断を受けましょう。
- 身近に感染した可能性のある人がいる際には、その人が使用した家庭用品などに触れないようにし、頻繁に石けんで手を洗いましょう。感染した可能性のある人も自らマスクをすることが大切です。
- 米国で発生した炭そ菌事件のように不審な郵便物が送られてきた場合には、郵便物を振ったり、匂いをかいだり、中身を開けたりせずに可能であればビニール袋で包み、すぐに警察などに通報しましょう。もし開けてしまって不審物質がこぼれ出たような場合には、掃除をするべきではありません。不審物質を直ちに何かで覆い、その部屋を離れて汚染された衣服をできるだけ早く脱ぎ、手を水と石けんで洗い流してすぐに警察などに通報しましょう。

iii.核物質が用いられた場合

①特徴

- 核兵器を用いた攻撃による被害については、当初は主に核爆発に伴う熱線、爆風などによる物質の燃焼、建物の破壊、放射能汚染などの被害が生じ、その後は放射性降下物(放射能をもった灰)が拡散、降下することにより放射線障害などの被害が生じます。
- 一方、放射性物質を散布することにより放射能汚染を引き起こすことを意図した爆弾(ダーティボム)の爆発による被害は、核爆発ほど大きな被害は生じませんが、爆薬による被害と放射能による被害をもたらします。



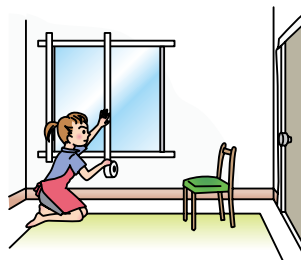
②留意点

◎核爆発の場合

- 閃光や火球が発生した場合には、失明するおそれがあるので見ないでください。
- とっさに遮蔽物の陰に身を隠しましょう。近隣に建物があればその中へ避難しましょう。地下施設やコンクリート建物であればより安全です。
- 上着を頭から被り、口と鼻をハンカチで覆うなどにより、皮膚の露出をなるべく少なくしながら、爆発地点からなるべく遠く離れましょう。その際、風下を避けて風向きとなるべく垂直方向に避難しましょう。



- 屋内では、窓閉め・目張りにより室内を密閉し、できるだけ窓のない中央の部屋に移動しましょう。
- 屋内に地下施設があれば地下へ移動しましょう。
- 屋外から屋内に戻ってきた場合は、汚染物を身体から取り除くため、衣類を脱いでビニール袋や容器に密閉しましょう。その後、水と石けんで手、顔、体をよく洗いましょう。



- 安全が確認できるまでは、汚染された疑いのある水や食物の摂取は避けましょう。
- 被ばくや汚染のおそれがあるため、行政機関の指示などに従い、医師の診断を受けましょう。

◎放射性物質を散布することにより放射能汚染を引き起こすことを意図した爆弾(ダーティボム)の爆発の場合

- P5「身の回りで急な爆発が起こったら」と同様、爆発が起こった建物などからできる限り速やかに離れましょう。
- 爆発において特有の特徴がなく、放射性物質の存在が判明するまでに時間がかかることなどから、たとえ外傷がない場合でも、行政機関の指示などに従い医師の診断を受けましょう。

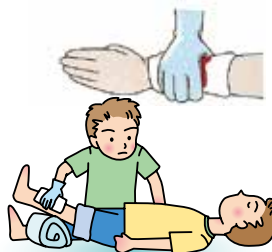
5

怪我などに対する応急措置

武力攻撃やテロなどが発生すると、普段のように救急車がかけつけられないことも考えられます。怪我をしてしまった場合あるいは自分は無事でも家族やまわりの人が怪我をしている場合や応急措置が必要な場合などに備えて、知識を身につけておきましょう。

(1) 切り傷などにより出血している場合

- 傷口が土砂などで汚れているときは、なるべく早くきれいな水で十分に洗い流しましょう。
- 出血が多い場合は清潔なガーゼや布でやや強く押さえ、止血しましょう。
- 骨折がないことを確認した上で、傷口は心臓よりも高くしましょう。
- 包帯を巻くときは患部を清潔に保ちましょう。
- じかに血液に触れないよう、ビニール・ゴム手袋やスーパーの袋などを利用しましょう。



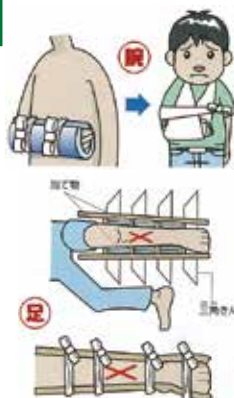
(2) 火傷をしている場合

- 流水で患部を冷やしてください。
- 水ぶくれは破らないよう注意しましょう。
- 消毒ガーゼかきれいな布を当て包帯をしましょう。
- やたらと医薬品を使うのはやめましょう。

(3) 骨折している場合

- 出血している場合はその手当てをしましょう。
- 負傷した箇所はあまり動かさないでください。
- 氷あるいは冷湿布などを利用してハレや痛みをやわらげてください。
- 可能であれば、添え木*を当て、骨折部分の上下を固定します。
- さらに腕の場合は三角巾などで固定します。

※添え木は、棒や板、傘やダンボールなどで代用できます。



(4) ねんざしている場合

- 氷あるいは冷湿布などを利用してハレや痛みをやわらげてください。
- 靴は添え木の替わりになるので脱がずに、その上から三角巾や布で固定します。
- 三角巾を棒状にし、中央を足のうらにあて、足首に引き上げて交差させます(手順①参照)。
- 三角巾の両端を足の甲に回して交差させ、両端をかかとの三角巾の内側に通します(手順②参照)。
- 三角巾の両端を足の甲に回して結びます(手順③参照)。

手順①



手順②



手順③

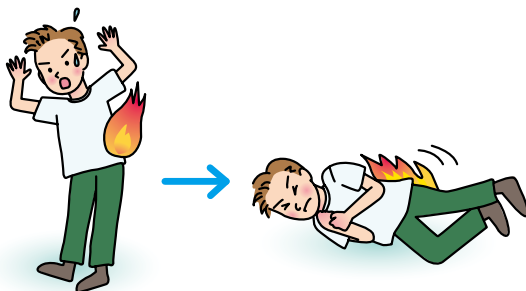


(5) かゆみや発疹など皮膚に異常が見られる場合

- 汚染された衣類は汚染物質が目や鼻と接触しないよう切り取り、ビニール袋に密閉しましょう。
- 水と石鹸で手、顔、体を洗いましょう。

(6) 体に火がついた場合

- 水や消火器により体についた火を消しましょう。これらが無い場合は、決して走ったりせず、手をついて地面に転がりましょう。



(7) 精神的ショックを受けている場合

- 子供やお年寄りの近くには付き添うようにしましょう。
- 無理をせず、休憩や睡眠、家族と過ごす時間をきちんととりましょう。

(8) 人が倒れている場合

周囲の安全を確認し、安全でないと判断した場合は、安全な場所に移動しましょう。

①反応(意識)を確認する

- 傷病者の耳元で「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるかないかをみます。



反応の確認

②助けを呼ぶ

- 反応がなければ、大きな声で「誰か来て!人が倒れています!」と助けを求めます。
- 協力者が来たら、「あなたは119番へ通報してください」「あなたはAEDを持ってきてください」と具体的に依頼します。

※AED到着後は、電源を入れた後に流れる音声メッセージと点滅するランプに従って操作してください。

「あなたは119番へ通報してください!!」
「あなたはAEDを持ってきてください!!」



119番通報とAED手配

③呼吸の確認

- 傷病者のそばに座り、10秒以内で傷病者の胸や腹部の上がり下がりを見て、普段どおりの呼吸をしているかを判断します。



呼吸の確認

④胸骨圧迫

- 傷病者に普段どおりの呼吸がないと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始し、全身に血液を送ります。



胸骨圧迫



胸骨圧迫の姿勢

- 胸の左右真ん中にある胸骨の下半分を、重ねた両手で「強く、速く、絶え間なく」圧迫します。

- ・胸骨の下半分に、片手の手の付け根を置きます
- ・他方の手をその手の上に重ねます。両手の指を互いに組むと、より力が集中します
- ・ひじをまっすぐに伸ばして手の付け根の部分に体重をかけ、傷病者の胸が約5cm沈むまでしっかり圧迫します
- ・1分間に100回～120回の速いテンポで30回連続して絶え間なく圧迫します
- ・圧迫と圧迫の間(圧迫を緩めるとき)は、胸がしっかり戻るまで十分に力を抜きます
- ・小児に対しては、両手または片手で胸の厚さの約1/3が沈むほど強く圧迫します



胸骨圧迫部位



両手の組み方と力を加える部位

⑤人工呼吸(口対口人工呼吸)

- 30回の胸骨圧迫終了後、口対口人工呼吸により息を吹き込みます。

(1)気道確保(☒ 頭部後屈あご先挙上法)

- ・傷病者ののどの奥を広げて空気を肺にとおしやすくします(気道の確保)
- ・片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先(骨のある硬い部分)に当てて頭を後ろにのけぞらせ(頭部後屈)、あご先を上げます(あご先挙上)



頭部後屈あご先挙上法

(2)人工呼吸

- ・気道を確保したまま、額に当てた手の親指と人差し指で傷病者の鼻をつまみます
- ・口を大きく開けて傷病者の口を覆い、空気が漏れないようにして、息を約1秒かけて吹き込みます。傷病者の胸が持ちあがるのを確認します



胸が持ち上がるのを確認する

・いったん口を離し、同じ要領でもう1回吹き込みます。

ポイント

- 傷病者の顔面や口から出血している場合や、口と口を直接接触させて口対口人工呼吸を行うことが求められる場合には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫のみを続けます。

⑥心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)の継続

- 胸骨圧迫を30回連続して行った後に、人工呼吸を2回行います。
- この胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ(30:2のサイクル)を、救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続けます。

ポイント

- 胸骨圧迫を続けるのは疲れるので、もし救助者が二人以上いる場合は、1~2分間程度を目安に、胸骨圧迫の役割を交代するのがよいでしょう。



胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ

(1) 備蓄

地震などの災害に対する日頃からの備えとして、避難しなければならないときに持ち出す非常持ち出し品や、数日間を自足できるようにするための備蓄品が各行政機関により紹介されていますが、これらの備えは、武力攻撃やテロなどが発生し避難をしなければならないなどの場合においても大いに役立つものと考えられます。家族全員で備えましょう。

標準的な対応用品

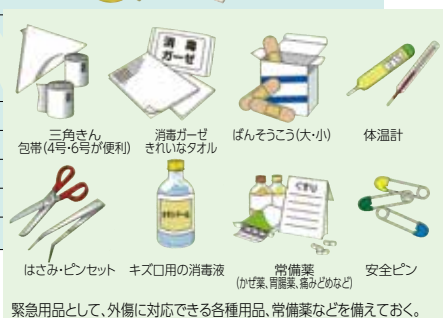
非常持ち出し品

携帯用飲料水
食品(カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど)
貴重品(預金通帳、印鑑、現金など)
パスポートや運転免許証
緊急用品
ヘルメット、防災ずきん
軍手(厚手の手袋)
懐中電灯
衣類(セーター、ジャンパー類)
下着
毛布
携帯ラジオ・予備電池
マッチ、ろうそく(水にぬれないようにビニールでくるむ)
使い捨てカイロ
ウエットティッシュ
筆記用具(ノート、えんぴつ)



小さな子どもがいる家庭は

ミルク
紙おむつ
ほ乳びん



三角きん 消毒ガーゼ ばんそうこう(大・小) 体温計
包帯(4号・6号が便利) きれいなタオル
はさみ・ピンセット キス口用の消毒液 常備薬(かぜ薬、胃腸薬、痛み止めなど) 安全ピン

緊急用品として、外傷に対応できる各種用品、常備薬などを備えておく。

さらに、新聞紙や大きなゴミ袋は、防寒や防水に役立ちますので、備えておくともよいでしょう。

数日間を自足できるようにするための備蓄品(3日分が目安)

普段使っている物と同じ物を用意しておくとう便利です。

飲料水	9リットル(3リットル×3日分)
ご飯(アルファ米*)	4~5食分
ビスケット	1~2箱
板チョコ	2~3枚
缶詰	2~3缶
下着	2~3組
衣類	スウェット上下、セーター、フリースなど



*アルファ米…一度炊いた米を乾燥させたもので、お湯や水を注ぐだけで食べられ、非常食としても活用できる。

攻撃の手段として化学剤、生物剤、核物質が用いられた場合には、皮膚の露出を極力抑えるために、手袋、帽子、ゴーグル、雨ガッパ等を着用するとともに、マスクや折りたたんだハンカチ・タオル等を口及び鼻にあてて避難することが必要となる場合がありますので、これらについても備えておくことが大切です。

(2) 訓練への参加など

国民保護法に基づき、国や地方公共団体などは避難や救援などの国民保護に関する訓練を実施しております。みなさんに、この冊子を十分に活用していただくとともに、訓練に参加いただくことにより、武力攻撃やテロなどにおける避難などについて、より理解を深めることができるものと考えております。

今後とも国民保護についてより一層のご理解をいただけますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

訓練についてはこちらをご覧ください。

国民保護ポータルサイト <http://www.kokuminhogo.go.jp>
裏表紙のQRコードをご利用ください。

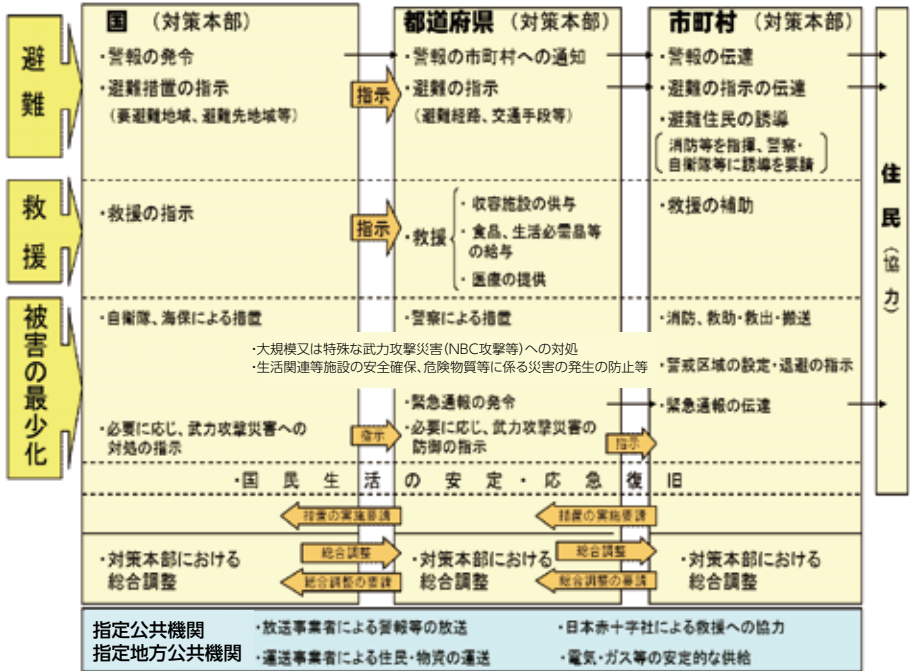
国民保護法とは

平成16年9月、我が国に対する外部からの武力攻撃などにおいて、国民の生命、身体及び財産を保護することなどを目的とした国民保護法（武力攻撃事態等における国民の保護のための措置に関する法律）が施行されました。

国民保護法においては、国は、武力攻撃やテロなどから国民の生命、身体又は財産を保護するため緊急の必要があるときは、警報を発令して、みなさんに危険な状態になったことをお知らせすることとなっています。そして、国をはじめ、都道府県、市町村などの関係機関が、国民の保護のために情報の提供や避難の誘導、避難所の開設、救援物資の配布、救助活動、医療活動などの措置に迅速かつ全力を挙げて対応することとしています。

武力攻撃事態等における国民の保護のための仕組み

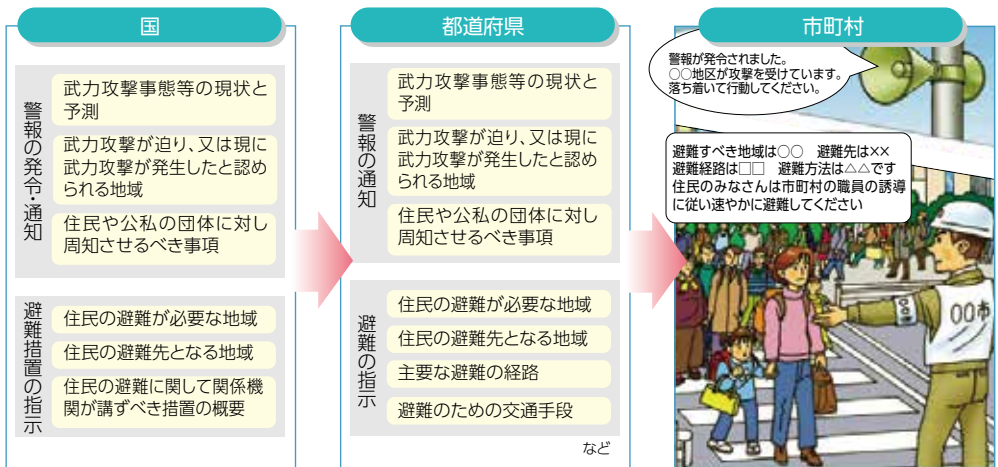
国民の保護のための措置は大きく、避難、救援、被害の最小化の3つから構成されます。



国、地方公共団体、指定公共機関等が相互に連携

避難の仕組み

- 国は、武力攻撃から国民の生命、身体又は財産を保護するため緊急の必要があると認めるときは、警報を発令して、直ちに都道府県知事に通知します。さらに、住民の避難が必要なときは都道府県知事に対して、住民の避難措置を講ずるよう指示します。
- これを受け、都道府県知事は、警報の通知や避難の指示を行います。そして、放送や市町村の防災行政無線を通じて、みなさんに情報が伝達されます。

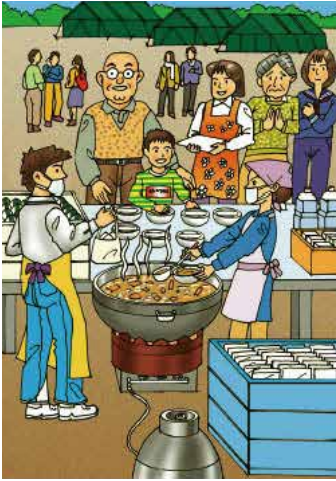


救援の仕組み

- 救援活動は、都道府県知事が中心となって、市町村や日本赤十字社と力を合わせて実施します。

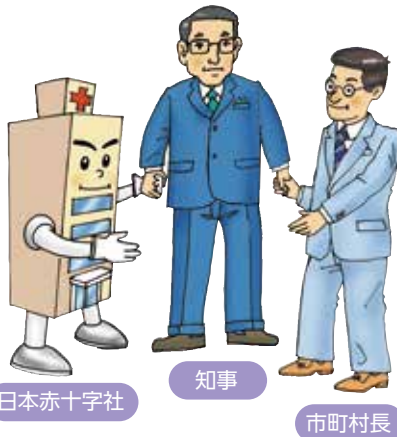
避難場所や医療の提供

避難してきた人々に宿泊場所や食品、医薬品などを提供



安否情報の収集や提供

行方不明になったり家族と離ればなれになった人たちのために安否情報の収集や提供を行う



日本赤十字社

知事

市町村長

被害の最小化

- 武力攻撃に伴う被害をできるだけ小さくするために、国と地方公共団体が一体となって対処します。

ダムや発電所などの
施設の警備



放射性物質などによる
汚染の拡大を防止



警戒区域を設定

住民が危険な場所に入らない
よう警戒区域を設定



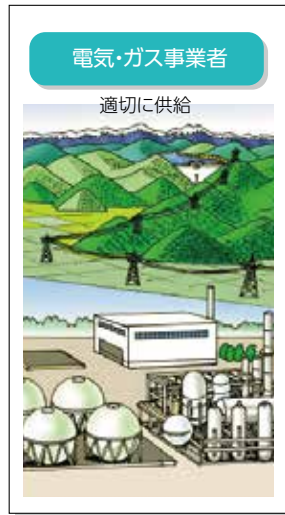
消防活動

消火や被災者の救助などの消
防活動



指定公共機関の役割

- 指定公共機関とは、国や地方公共団体と協力して、国民の保護のための措置を実施する機関のことをいいます。日本赤十字社や日本放送協会（NHK）などの公共的機関や、電力会社やガス会社などの公益的の事業を営む法人が、政令等で指定されています。
- 指定公共機関には、警報の放送や避難住民の運送など各々の業務に係る役割を果たしていただきます。



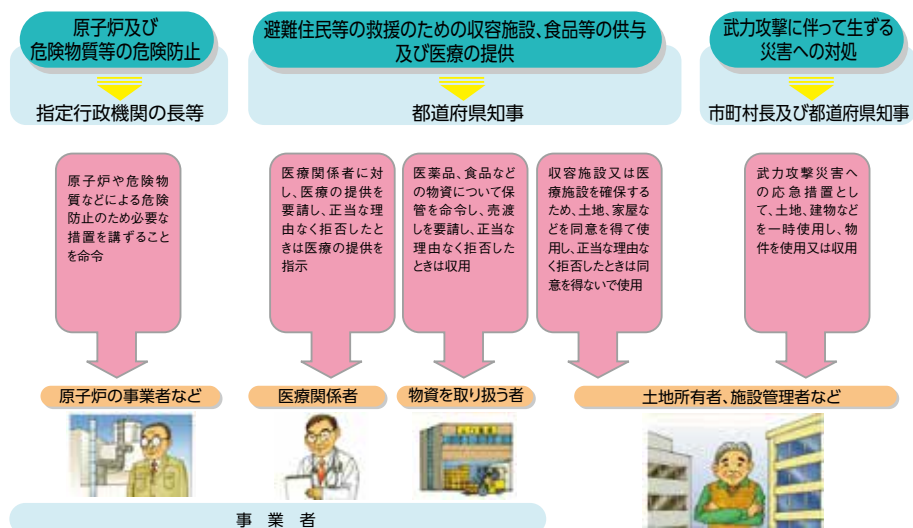
国民の協力

- 国民保護法では、「国民は、国民の保護のための措置の実施に関し協力を要請されたときは、必要な協力をするよう努めるものとする」、「国民の協力は国民の自発的な意思にゆだねられるものであって、その要請に当たって強制にわたることがあってはならない」とされています。
- 国や地方公共団体は、協力の要請を行う場合は、安全の確保に十分配慮しなければなりません。さらに、武力攻撃事態等において要請に基づく協力により国民が死亡・負傷した場合は、その損害を補償します。また、住民の自主的な防災組織やボランティアによる国民の保護のための活動に対し、必要な支援を行います。



国民の権利および義務に関する措置

- 国民保護法においては、「国民の保護のための措置を実施するに当たっては、日本国憲法の保障する国民の自由と権利が尊重されなければならない」、「国民の自由と権利に制限が加えられるときであっても、その制限は当該国民の保護のための措置を実施するため必要最小限のものに限られ、かつ、公正かつ適正な手続の下に行われるものとし、いやくも国民を差別的に取り扱い、並びに思想および良心の自由並びに表現の自由を侵すものであってはならない。」とされており、この原則に基づき、国民の権利および義務に関する措置については、限定的に規定されています。



武力攻撃事態の類型ごとの特徴

武力攻撃事態の想定は、武力攻撃の手段、その規模の大小、攻撃パターンなどにより異なることから、どのようなものとなるかについて一概にはいえませんが、国民の保護に関する基本指針においては、下記の4つの類型を想定し、国民の保護のための措置の実施にあたって留意すべき事項を明らかにしています。

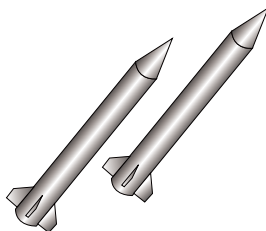
着上陸侵攻



■特徴

- 船舶により上陸する場合は、沿岸部が当初の侵攻目標となりやすい。
- 航空機による場合は、沿岸部に近い空港が攻撃目標となりやすい。
- 国民保護措置を実施すべき地域が広範囲にわたるとともに、期間が比較的長期に及ぶことも想定されます。

弾道ミサイル攻撃



■特徴

- 発射前に着弾地域を特定することが極めて困難であり、短時間での着弾が予想されます。
- 弾頭の種類(通常弾頭であるのか、核・生物・化学弾頭であるのか)を着弾前に特定するのが困難であり、弾頭の種類に応じて、被害の様相や対応が大きく異なります。

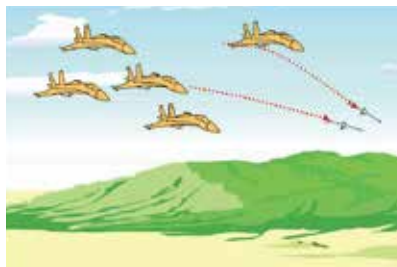
ゲリラ・特殊部隊による攻撃



■特徴

- 突発的に被害が発生すること考えられます。
- 被害は比較的狭い範囲に限定されるのが一般的ですが、攻撃目標となる施設(原子力事業所などの生活関連等施設など)の種類によっては、被害が拡大する恐れがあります。
- 核・生物・化学兵器や放射性物質を散布することにより放射能汚染を引き起こすことを意図した爆弾(ダーティボム)が使用されることも想定されます。

航空攻撃



■特徴

- 弾道ミサイル攻撃の場合に比べ、その兆候を察知することは比較的容易ですが、予め攻撃目標を特定することが困難です。
- 都市部の主要な施設やライフラインのインフラ施設が目標となることも想定されます。

緊急対応事態とは

武力攻撃の手段に準ずる手段を用いて多数の人を殺傷する行為が発生した事態または当該行為が発生する明白な危険が切迫していると認められるに至った事態で、国民の生命、身体及び財産を保護するため、国家として緊急に対処することが必要な事態をいいます。

攻撃の対象施設や攻撃の手段の種類により、以下に示すような事態例が考えられています。

～攻撃対象施設等による分類～

危険性を内在する物質を有する施設等に対する攻撃が行われる事態

〈事態例〉

原子力事業所などの破壊

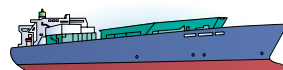
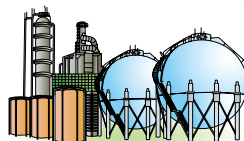
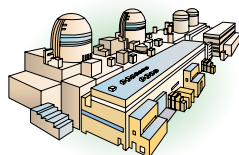
大量の放射性物質などが放出され、周辺住民が被ばくするとともに、汚染された飲食物を摂取した住民が被ばくします。

石油コンビナート、可燃性ガス貯蔵施設などの爆破

爆発・火災の発生により住民に被害が発生するとともに、建物やライフラインなどの被災により、社会経済活動に支障が生じます。

危険物積載船などへの攻撃

危険物の拡散により沿岸住民への被害が発生するとともに、港湾や航路の閉塞、海洋資源の汚染など、社会経済活動に支障が生じます。

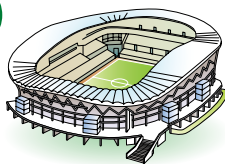


多数の人が集合する施設及び大量輸送機関等に対する攻撃が行われる事態

〈事態例〉

大規模集客施設、ターミナル駅などの爆破

爆破による人的被害が発生し、施設が崩壊した場合は被害が多大なものとなります。



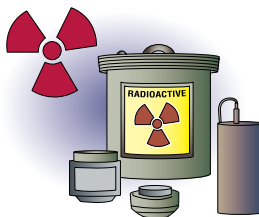
～攻撃手段による分類～

多数の人を殺傷する特性を有する物質等による攻撃が行われる事態

〈事態例〉

放射性物質を散布することにより、放射能汚染を引き起こすことを意図した爆弾（ダーティボム）

爆弾の破片や飛び散った物体による被害、熱や炎による被害などが発生し、放射線によって正常な細胞機能が攪乱されると、後年、ガンを発症することもあります。



生物剤の大量散布

人に知られることなく散布することが可能です。また、発症するまでの潜伏期間に、感染した人々が移動し、後に生物剤が散布されたと判明した場合には、既に広域的に被害が発生している可能性があります。ヒトを媒体とする天然痘などの生物剤による攻撃が行われた場合には、二次感染により被害が拡大することが考えられます。

化学剤の大量散布

地形・気象などの影響を受けて、風下方向に拡散し、空気より重いサリンなどの神経剤は下をほうように広がります。

破壊の手段として交通機関を用いた攻撃等が行われる事態

〈事態例〉

航空機などによる自爆テロ

爆発・火災などの発生により住民に被害が発生するとともに、建物やライフラインなどが被災し、社会経済活動に支障が生じます。



J-ALERTとEm-Net

平成28年2月7日、北朝鮮から「人工衛星」と称する弾道ミサイルが発射され、沖縄県の先島諸島上空を通過し、太平洋上に落下したと推定される事案がありました。

この際、内閣官房は、J-ALERT(全国瞬時警報システム)を活用して、弾道ミサイルの発射情報や通過情報を、沖縄県内の市町村の防災行政無線や緊急速報メール等により、関係のある地域の住民の方々に直接、音声などでお知らせしました。

また、それとあわせて、Em-Net(緊急情報ネットワークシステム)を利用して、全国の地方公共団体などの関係機関に緊急情報を文字情報で伝達しました。

このように我が国に影響があり得る弾道ミサイルが発射された場合は、J-ALERTやEm-Netによって発射情報と、通過した場合は通過情報等の緊急情報(万が一、領域内に落下する可能性がある場合は発射情報と、落下予測情報等)を伝達しますが、この際、防災行政無線については、特別なサイレン音を使用せず、市町村が通常使用しているサイレン音を使用する場合があります。

内閣官房は、武力攻撃事態や緊急対処事態等が発生した場合、J-ALERTとEm-Netを活用して、みなさんに緊急情報を提供いたします。

万が一、弾道ミサイルの着弾が予想される事態が発生した時には、安全のため、近隣の堅牢な建物や地下街などに速やかに避難してください。

この冊子に関するご意見・ご質問は、下記までお寄せください

内閣官房副長官補（事態対処・危機管理担当） 付

電話 03-5253-2111（代）

国民保護ポータルサイト <http://www.kokuminhogo.go.jp/>



平成17年9月9日
(平成18年3月31日 一部改訂)
(平成25年10月1日 一部改訂)
(平成26年7月31日 一部改訂)
(平成28年10月1日 一部改訂)