

～自然災害から身を守るために日頃から備えよう～

# ★ 沖縄防災カレンダー ★ 2025年(令和7年)巳(み)



# 5月

## 皐月(さつき) グングワチ

### 大雨による洪水災害と浸水害

国際通りでも、安里川のおふれた水が道路に流れ込み、地下店舗が水没する被害が発生しました。

石垣島の被害では、1時間に94ミリの猛烈な雨で道路が冠水し、乗用車が水没しました。



2007年8月11日那覇市国際通りの冠水の様子 (沖縄県警察本部提供)



2010年2月22日石垣市で発生した道路冠水(石垣島地方気象台撮影)

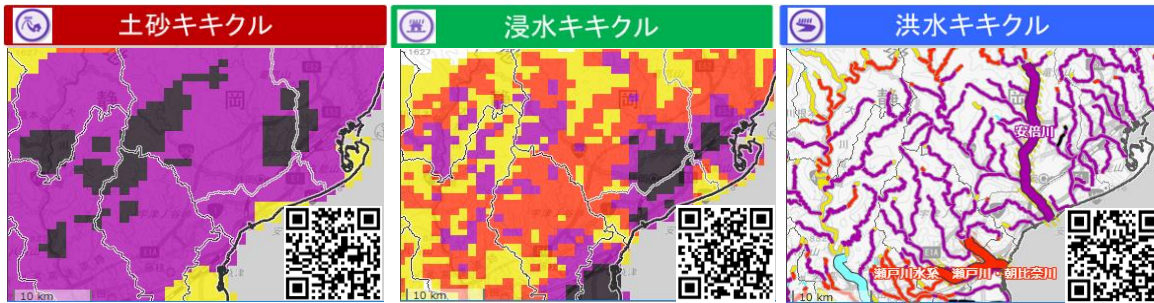
大雨などで川の排水が追いつかなくなると堤防の決壊や越水、氾濫といった洪水災害が発生します。

大雨などで地表水の増加に排水が追いつかず、排水能力を超えると、道路冠水や住宅への浸水等の被害が発生します。

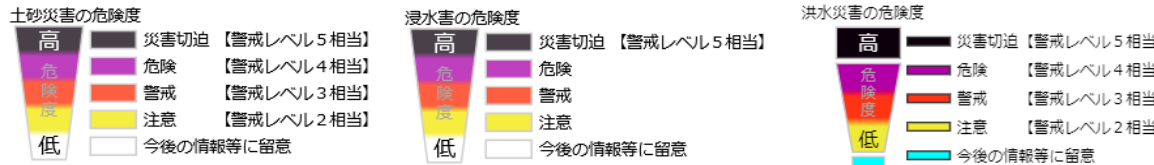
### キキクル(危険度分布)

どこで危険度が高まっているかが一目で分かる地図情報です。

大雨、洪水の警報等が発表されたときや強い雨が降ってきたときに使ってね。



(キキクルの表示例: 2022年9月24日02時 静岡県東の豪雨災害)



土砂災害警戒情報や大雨警報(土砂災害)等が発表されたとき、土砂災害の危険度が高まっている地域を確認

大雨警報(浸水害)等が発表されたとき、浸水害の危険度が高まっている地域を確認

洪水警報等が発表されたとき、洪水災害発生危険度が高まっている中小河川を確認

### 紫外線の影響と対策

太陽から降り注ぐ紫外線は、上空のオゾン層や雲などに吸収されますが、一部は地上に届きます。日焼けなどの紫外線対策をしましょう。

紫外線対策の例

紫外線を浴びすぎるとこんな健康被害のおそれが...

- 肌のシワ・シミの増加
- 皮膚がん
- 目の炎症・病気
- 免疫力の低下

日焼け止めを使う

衣服で肌を覆う

サングラスをかける

帽子をかぶる

日陰を利用する

安心して戶外で過ごせます

11+ 極端に強い

8~10 非常に強い

6~7 強い

3~5 中程度

1~2 弱い

紫外線は、カルシウム代謝に重要な役割を果たすビタミンDを皮膚で合成する手助けをします。しかし、紫外線の浴びすぎは、日焼け、しわ、シミ等の原因になるだけでなく、長年紫外線を浴び続けると、時には良性、悪性の腫瘍や白内障等を引き起こすことなどが示されており、健康への影響も懸念されます。

紫外線環境保健マニュアル2020より

上)UVインデックス下)紫外線の強さ

熱中症対策も忘れずに



元号西暦早見表

- 1868/1/25~
- 1868(明01)
- 1870(明03)
- 1872(明05)
- 1874(明07)
- 1876(明09)
- 1878(明11)
- 1880(明13)
- 1882(明15)
- 1884(明17)
- 1886(明19)
- 1888(明21)
- 1890(明23)
- 1892(明25)
- 1894(明27)
- 1896(明29)
- 1898(明31)
- 1900(明33)
- 1902(明35)
- 1904(明37)
- 1906(明39)
- 1908(明41)
- 1910(明43)
- 1912(明45)
- 1912/7/30~
- 1912(大01)
- 1914(大03)
- 1916(大05)
- 1918(大07)
- 1920(大09)
- 1922(大11)
- 1924(大13)
- 1926(大15)
- 1926/12/25~
- 1926(昭01)
- 1928(昭03)
- 1930(昭05)
- 1932(昭07)
- 1934(昭09)
- 1936(昭11)
- 1938(昭13)
- 1940(昭15)
- 1942(昭17)
- 1944(昭19)
- 1946(昭21)
- 1948(昭23)
- 1950(昭25)
- 1952(昭27)
- 1954(昭29)
- 1956(昭31)
- 1958(昭33)
- 1960(昭35)
- 1962(昭37)
- 1964(昭39)
- 1966(昭41)
- 1968(昭43)
- 1970(昭45)
- 1972(昭47)
- 1974(昭49)

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
<p>4月</p> <p>日 月 火 水 木 金 土</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>6 7 8 9 10 11 12</p> <p>13 14 15 16 17 18 19</p> <p>20 21 22 23 24 25 26</p> <p>27 28 29 30</p>	<p>6月</p> <p>日 月 火 水 木 金 土</p> <p>1 2 3 4 5 6 7</p> <p>8 9 10 11 12 13 14</p> <p>15 16 17 18 19 20 21</p> <p>22 23 24 25 26 27 28</p> <p>29 30</p>	<p>「キキクル」は、どこが危険かわかるんだね。</p>	<p>紫外線情報 (気象庁)</p>	<p>5/1</p> <p>旧 4/4 先勝</p> <p>かのえ うま</p> <p>日出 05:52</p> <p>日入 19:01</p> <p>八十八夜</p>	<p>2</p> <p>旧 4/5 友引</p> <p>かのと ひつじ</p> <p>日出 05:51</p> <p>日入 19:02</p>	<p>3</p> <p>旧 4/6 先負</p> <p>みずのえ さる</p> <p>日出 05:51</p> <p>日入 19:02</p> <p>憲法記念日</p>

<p>4</p> <p>旧 4/7 仏滅</p> <p>みずのと とり</p> <p>日出 05:50</p> <p>日入 19:03</p> <p>みどりの日</p>	<p>5</p> <p>旧 4/8 大安</p> <p>きのえ いぬ</p> <p>日出 05:49</p> <p>日入 19:03</p> <p>こどもの日 立夏</p>	<p>6</p> <p>旧 4/9 赤口</p> <p>きのと い</p> <p>日出 05:48</p> <p>日入 19:04</p> <p>振替休日 東海・関東地方で竜巻被害 2012 本島南部で突風災害2020</p>	<p>7</p> <p>旧 4/10 先勝</p> <p>ひのえ ね</p> <p>日出 05:48</p> <p>日入 19:04</p>	<p>8</p> <p>旧 4/11 友引</p> <p>ひのえ どうし</p> <p>日出 05:47</p> <p>日入 19:05</p> <p>ゴーヤの日</p>	<p>9</p> <p>旧 4/12 先負</p> <p>つちのえ とら</p> <p>日出 05:46</p> <p>日入 19:05</p> <p>奥武島漁船団遭難1951</p>	<p>10</p> <p>旧 4/13 仏滅</p> <p>つちのとう</p> <p>日出 05:46</p> <p>日入 19:06</p> <p>沖縄地方梅雨入り(平年)</p>
--	--	---	--	---	--	---

<p>11</p> <p>旧 4/14 大安</p> <p>かのえ たつ</p> <p>日出 05:45</p> <p>日入 19:07</p> <p>母の日 アジハレ</p>	<p>12</p> <p>旧 4/15 赤口</p> <p>かのと み</p> <p>日出 05:45</p> <p>日入 19:07</p> <p>八重山地方で大雨2020 中国四川省大地震2008</p>	<p>13</p> <p>旧 4/16 先勝</p> <p>みずのえ うま</p> <p>日出 05:44</p> <p>日入 19:08</p> <p>与那国島で大雨2019</p>	<p>14</p> <p>旧 4/17 友引</p> <p>みずのと ひつじ</p> <p>日出 05:43</p> <p>日入 19:08</p>	<p>15</p> <p>旧 4/18 先負</p> <p>きのえ さる</p> <p>日出 05:43</p> <p>日入 19:09</p> <p>沖縄本土復帰記念日</p>	<p>16</p> <p>旧 4/19 仏滅</p> <p>きのと とり</p> <p>日出 05:42</p> <p>日入 19:09</p>	<p>17</p> <p>旧 4/20 大安</p> <p>ひのえ いぬ</p> <p>日出 05:42</p> <p>日入 19:10</p>
--	--	--	--	---	--	--

<p>18</p> <p>旧 4/21 赤口</p> <p>ひのえ と</p> <p>日出 05:41</p> <p>日入 19:10</p> <p>岩崎卓爾没1937 (岩崎御主前)</p>	<p>19</p> <p>旧 4/22 先勝</p> <p>つちのえ ね</p> <p>日出 05:41</p> <p>日入 19:11</p>	<p>20</p> <p>旧 4/23 友引</p> <p>つちのとうし</p> <p>日出 05:41</p> <p>日入 19:11</p>	<p>21</p> <p>旧 4/24 先負</p> <p>かのえ とら</p> <p>日出 05:40</p> <p>日入 19:12</p> <p>小満 雲仙岳噴火1792</p>	<p>22</p> <p>旧 4/25 仏滅</p> <p>かのと う</p> <p>日出 05:40</p> <p>日入 19:12</p>	<p>23</p> <p>旧 4/26 大安</p> <p>みずのえ たつ</p> <p>日出 05:39</p> <p>日入 19:13</p> <p>チリ地震津波1960 口永良部島噴火1841</p>	<p>24</p> <p>旧 4/27 赤口</p> <p>みずのと み</p> <p>日出 05:39</p> <p>日入 19:14</p> <p>十勝岳噴火1926</p>
--	--	--	--	---	---	---

<p>25</p> <p>旧 4/28 先勝</p> <p>きのえ うま</p> <p>日出 05:39</p> <p>日入 19:14</p>	<p>26</p> <p>旧 4/29 友引</p> <p>かのと ひつじ</p> <p>日出 05:38</p> <p>日入 19:15</p> <p>日本海中部地震1983</p>	<p>27</p> <p>旧 5/1 大安</p> <p>ひのえ さる</p> <p>日出 05:38</p> <p>日入 19:15</p>	<p>28</p> <p>旧 5/2 赤口</p> <p>ひのと とり</p> <p>日出 05:38</p> <p>日入 19:16</p>	<p>29</p> <p>旧 5/3 先勝</p> <p>つちのえ いぬ</p> <p>日出 05:38</p> <p>日入 19:16</p>	<p>30</p> <p>旧 5/4 友引</p> <p>つちのとう</p> <p>日出 05:37</p> <p>日入 19:17</p> <p>ユッカホー</p>	<p>31</p> <p>旧 5/5 先負</p> <p>かのえ ね</p> <p>日出 05:37</p> <p>日入 19:17</p> <p>五月五日(ゲンガチゲニチ) 沖縄本島で大雨2022</p>
--	--	---	---	--	---	---

沖縄地方の梅雨(平年値)

梅雨入り	梅雨明け
5月10日ごろ	6月21日ごろ

梅雨の季節は、大雨災害が多発する時期。気象台からの情報に留意しましょう。

スーマンボース

ワンポイントうちなーぐち

小満・芒種：梅雨にあたり雨がよく降る季節をこう呼んでいる

5月の平年値 統計期間：1991年～2020年

	降水量(mm)	気温(℃)			日照時間(時)
		平均	日最高	日最低	
合計					
那覇	245.3	24.2	27.0	22.1	138.2
南大東島	222.0	24.1	26.9	21.5	171.0
宮古島	222.3	25.0	27.7	23.0	149.3
石垣島	190.7	25.9	28.7	23.9	164.3
与那国島	207.3	25.4	28.0	23.4	142.3

【メモ】

防災気象情報等のリンク集を最終ページに掲載!

※1: 旧暦・六曜は「こよみのページ」(http://koyomi8.com/)の値を使用した。※2: 二十四節気、日の出・日の入り(那覇の時刻)は、国立天文台(https://www.nao.ac.jp/)の値を参照した。※3: 月の満ち欠けの図は国立天文台の月齢(21時)を単純に図として表したもので、実際の月の見え方とは違う場合がある。※4: 満潮・干潮欄には、那覇の時刻と天文潮位(カッ内、センチ)を記載した。※5: 生物季節観測は平年日、括弧内は気象官署名略語を示す。※6: 気象官署名略語は、那・那覇、名・名護、久・久米島、宮・宮古島、石・石垣島、西・西表島、南・南大東島、与・与那国島を表す。※7: 天気出現率は那覇のデータを使用した。天気出現率の橙色は晴、灰色は曇り、青色は雨を示す。