

●このマップは、想定最大規模の雨（発生確率が1,000年に1回程度の雨※）により、内水氾濫が発生した場合を想定した内水浸水想定区域を着色して表示しています。

●内水氾濫とは、降った雨や周りから流れてきた水が、下水管（雨水管）や側溝等で排水しきれなくなり市街地を浸水させる現象です。

●対象となる区域は公共下水道（雨水）全体計画区域としています。

●内水浸水想定区域に指定されていない地域でも浸水が発生する場合は、想定される水深が実際の浸水深と異なる場合があります。

想定最大規模雨量  
1時間の雨量150mm（令和4年8月豪雨の約2.1倍）

※「1,000年に1回」という表現は、あくまで確率的な表現であり、1,000年毎に1回発生する周期的な降雨ではありません。発生確率は小さいですが、規模の大きな降雨であることを示しています。

凡例

内水浸水想定区域

1.浸水深：～0.5m未満
2.浸水深：0.5～3.0m未満
3.浸水深：3.0～5.0m未満
4.浸水深：5.0～10.0m未満



# 風水害対策について

大雨や強風は、わたしたちに何度も大きな災害をもたらしています。  
ふだんから気象情報に十分注意し、避難の際もみんなで協力しましょう。

## 大雨注意報・警報の発表基準

### レベル2 大雨注意報

大雨によって災害が起こるおそれがあると予想される場合。

### レベル3 大雨警報

大雨によって**重大な災害**が起こるおそれがあると予想される場合。

### レベル4 大雨危険警報

大雨によって**重大な災害**が起こるおそれが高いと予想される場合。

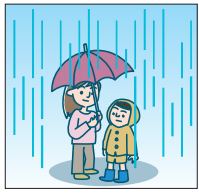
### レベル5 大雨特別警報

数十年に一度の降雨量となる大雨により、**重大な災害が起こるおそれが著しく大きい状況**と予想される場合。

## 雨の強さと降り方

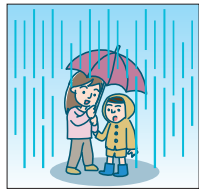
(1時間雨量：mm)

### 10～20の雨



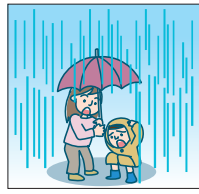
地面一面に水たまりができ、話声が聞き取りにくくなります。

### 20～30の雨



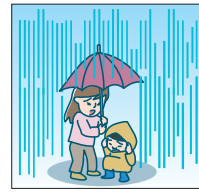
土砂降りの雨のときは、傘をさしていても濡れてしまうほどの雨です。テレビやラジオなどで今後の様子を注意し、長引きそうなら避難の心構えをしましょう。

### 30～50の雨



バケツをひっくり返したような激しい雨のときは、山崩れやがけ崩れが起こりやすくなります。避難の準備をしましょう。

### 50～80の雨



滝のように降り、あたりが水しぶきで白っぽくなります。中小の河川は氾濫し、水害発生の可能性が高まります。

### 80以上の雨



息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。大規模な災害が発生する恐れが強く、**厳重な警戒が必要**です。

## 風の強さと吹き方

(平均風速：m / 秒)

### 10以上～15未満



風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。

### 15以上～20未満



風に向かって歩けない。転倒する人もいる。

### 20以上～25未満



しっかりと身体を確保しないと転倒する。風で飛ばされた物で窓ガラスが割れる。

### 25以上～



立ってられない。屋外での行動は危険。樹木が根こそぎ倒れはじめる。

## 集中豪雨

集中豪雨は、限られた地域に、突発的に短時間に集中して降る豪雨で、梅雨の終わりごろによく発生します。発生の予測は困難で、中小河川の氾濫、土砂崩れ、がけ崩れなどによる大きな被害をもたらすことがありますので、気象情報に十分注意し、万全の対策をとることが必要です。

- テレビ・ラジオなどの気象情報に注意する。
- 早く帰宅し、家族と連絡を取り、非常時に備える。
- 市や防災関係機関の広報をよく聞いておく。
- 飲料水や食料を数日分確保しておく。
- 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオを用意する。
- 浸水に備えて家財道具は高い場所へ移動する。
- 非常時持出品を準備しておく。
- 危険な地域では、いつでも避難できるよう準備をする。

つねに気象情報には、注意しましょう！



## 竜巻から身を守る

### 竜巻とはこのような現象です

- 竜巻は、発達した積乱雲に伴って発生する激しい渦巻きです。
- ろうと状や柱状の雲を伴っています。
- 台風、寒冷前線、低気圧などに伴って発生します。
- 短時間で狭い範囲に集中して甚大な被害をもたらします。被害は、長さ数km、幅数十～数百mの狭い範囲に集中します。
- 移動スピードが非常に速い場合があります。  
過去に発生した竜巻の中には、時速約90km (秒速25m) で移動したものもあります。

### 竜巻の発生時に、よく現れる特徴

- 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。
- ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。
- 大粒の雨や「ひょう」が降り出す。

### 速やかに情報を把握するために

- テレビやラジオの気象情報や市からの防災放送などで提供される防災情報に注意してください！



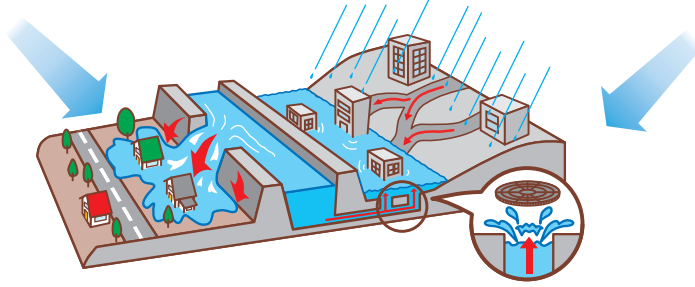
# 氾濫の種類

雨量の増加によってもたらされる氾濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、地下水路などからあふれ出す「内水氾濫」の2タイプがあります。

## 外水氾濫

大雨の水が川に集まり、川の水かさが増し堤防を超える、あるいは堤防を決壊させて川の水が外にあふれておきる洪水。

氾濫が起きると一気に水かさが増すため、最大の注意が必要。



## 内水氾濫

その場所に降った雨水や、周りから流れ込んできた水がはけきれず溜まって起きる洪水。

的確なタイミングで警報や避難指示を出すのが難しいため、注意が必要。

# 説明(外水氾濫)

- この「マップ」で使用しているハザード情報は、各河川が、大雨によって氾濫した場合、洪水が想定される区域とその浸水の深さを示したものです。
- 雨の降り方によっては、想定とは異なる浸水深となったり、地図に表示された浸水区域以外でも浸水することがあります。
- 川が氾濫しない場合でも、低い土地などは浸水被害(床上・床下浸水など)が起こる場合があります。十分注意しましょう。



# 水位にともなう判断基準

- 氾濫危険水位  
避難指示の目安となる水位
- 避難判断水位  
高齢者等避難の目安となる水位
- 氾濫注意水位  
水防団出動の目安となる水位

水位にともなう判断基準	最上川 小出観測所	置賜野川 平山観測所	置賜白川 小白川観測所
氾濫危険水位	12.80m	1.80m	3.00m
避難判断水位	12.60m	1.50m	2.90m
氾濫注意水位	12.00m	1.30m	2.50m
平常水位			

※基準水位や現況水位は、「山形県河川・砂防情報」で確認できます。  
<http://www.kasen.pref.yamagata.jp/bousai/>

# 家屋倒壊等氾濫想定区域とは

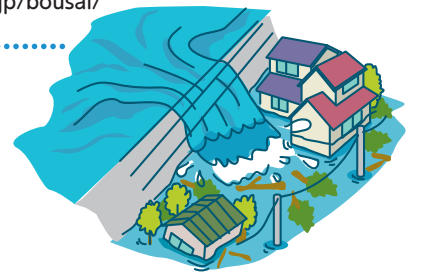
家屋の倒壊・流失をもたらすような堤防決壊が想定される区域です。この「マップ」では以下の要因において表記を分けています。この区域では、早期の立退き避難が必要です。

## ●河岸侵食

河岸が削られる事によって家屋倒壊等の危険がある区域

## ●氾濫流

堤防の決壊等によって川の水が流出し、家屋倒壊等の危険がある区域



# 避難行動のポイント、危険な場所

## ！ 浸水が始まる前に早めの避難を

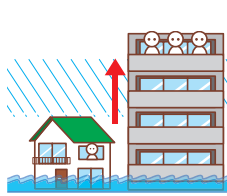
氾濫水は勢いが強く、大人の膝程度の深さで歩行が困難となる。浸水してから自宅外への避難は危険。

気象予報や河川洪水予報などの情報をもとに、身の危険を感じたら自主的に避難を開始する。



## ！ 状況に応じた避難を

周囲の状況が危険で避難場所まで移動できない場合は、自宅や近隣の頑丈な建物のできるだけ高い階に避難する。移動途中であっても、危険を感じた場合は、近隣の建物のできるだけ高い階に退避する。



## ！ やむなく浸水の中を歩く際は

裸足、長靴は厳禁。水中で脱げづらい紐靴などが適している。また、氾濫水は濁っているため、水面下が確認できない。長い棒などを杖替わりとし、側溝やマンホール、障害物に注意する。



## ！ 川や用水路に近づかない

降雨が続き不安に思っても、川や用水路、田畑の様子は見に行かない。やむを得ない場合は複数人で行動する。河川の様子の確認は、ライブカメラ情報を活用する。また、避難の途中も増水した川の近くを通るのは避ける。



## ！ 地下室、地下街は危険

地下にいる場合、地上の様子が把握しづらく、避難経路が限定される。また、地上が冠水すると、一気に水が流れ込んでくる場合もある。停電の可能性も高く、脱出が困難となる。



## ！ アンダーパスは危険

道路や線路の下をくぐるアンダーパスや地下道は、洪水の際、真っ先に浸水する。場所を把握し、迂回路を想定しておく。



(ページ内の図表は気象庁ホームページより抜粋、編集)



# 土砂災害について

## 土砂災害について

土砂災害は大雨や地震などにより山やがけが崩れたり、水と混じりあった土や石、流木などが川から流れ出ることによって家屋や人命に被害を及ぼす自然災害です。主なものとして、がけ崩れ、土石流、地すべりの3種類があります。

## 土砂災害の警戒区域

土砂災害防止法に基づき、県は調査を実施し、土砂災害のおそれのある区域を以下の通り指定しています。

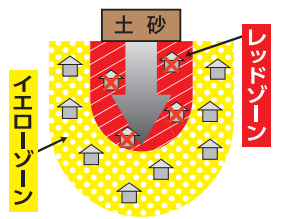
### ●土砂災害 警戒区域(通称：イエローゾーン)

土砂災害が発生した場合、住民の生命または身体に危害が生ずるおそれがあると認められる区域で、警戒避難体制を特に整備すべき区域です。

### ●土砂災害 特別警戒区域(通称：レッドゾーン)

警戒区域のうち土砂災害が発生した場合、建築物に損壊が生じ住民の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる区域で、一定の開発行為の制限や居室を有する建築物の構造が規制されます。

この「マップ」では、下記のとおり示しています。



#### 急傾斜 特別警戒区域

#### 土石流 特別警戒区域

#### 急傾斜 警戒区域

#### 土石流 警戒区域

※「土石流」「急傾斜地の崩壊」について

- 土石流……… 山から崩れた土や石が水と混じり合ってものすごい勢いで流れ下ってくる現象
- 急傾斜地の崩壊… 急な斜面が崩れる現象

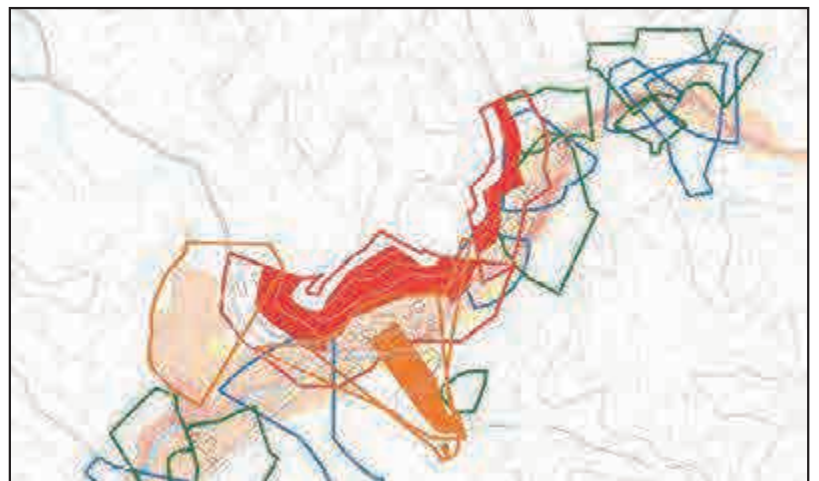
#### 新たな土砂災害が発生するおそれのある箇所

#### 急傾斜地の崩壊

#### 土石流

※「新たな土砂災害が発生するおそれのある箇所」について

土砂災害警戒区域等以外にも新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」として県が抽出した箇所を掲示しています。土砂災害に対する「日頃の備え」を行うためにも併せてご確認ください。



## 避難行動のポイント

土砂災害は突発性が高く、甚大な被害をもたらします。

下記の前兆現象は、経験則として土砂災害発生の前に感じられるものとして知られていますが、特に警戒区域内においては避難の猶予がほとんどないものと考え、「様子がおかしい」と感じたら、ただちに避難行動をとってください。

- 1 土砂災害警戒区域内、また指定が無くとも「谷の出口」や「がけの下」からは、いち早く退避する。
- 2 指定避難所までの移動が困難な際は、近隣の堅牢な建物の高層階へ避難する。



- 3 外出にも危険が伴う状況で、やむなく自宅に留まる場合は、2階以上のできるだけ山側から離れた部屋に移動する。

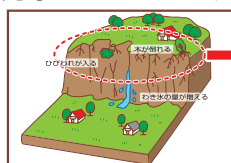


## 土砂災害の前兆現象

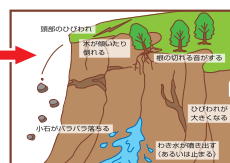
このような現象は土砂災害の前兆現象です。すぐに避難が必要です。

### がけ崩れ

雨や雪どけ水、地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちる現象



がけから小石がばらばらと落ちてくる



がけに割れ目が見える



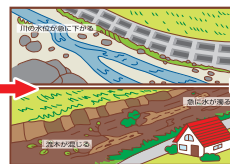
がけ崩れ発生

### 土石流

山や川の石や土砂が大雨などにより水と一緒に激しく流れる現象



急に流木がまざる



急に川の流れる濁る



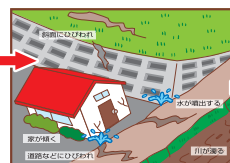
土石流発生

### 地すべり

雨や雪どけ水、地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちる現象



亀裂が発生する



斜面から水が湧き出てくる

建物や電柱、樹木が傾く




地すべり発生




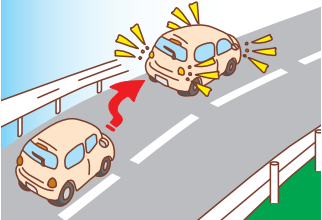
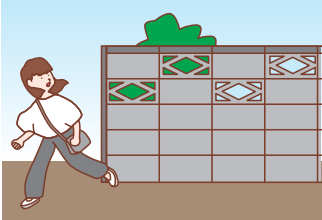


# 地震対策について 地震発生!そんなときどうする

## 地震発生時のタイムライン

◎緊急地震速報	すぐに身を守る行動をとる 身近にあるもので頭を保護し、倒れてくるものから身を守る。		※画像提供 「効果的な防災訓練と 防災啓発提唱会議」
地震発生	最初の大きな揺れは約1分間		
数分	揺れがおさまったら ●火元の確認 火を使っているときは、あわてずに火の始末 ●脱出口の確保 扉や窓を開けて、出口を確保 ●靴・スリッパをはく ガラスの破片や散乱物から足を守る		
5分	みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ ●家族の安全を確認 ●電気のブレーカーをおろす ●ガスの元栓を閉める ●非常用持ち出し袋を用意 すぐに持ち出せる場所に置いておく		
10分	高齢者世帯など隣近所の安否確認 高齢者の世帯、要配慮者のいる世帯などには、積極的に声をかける		
数十分	協力して初期消火、救出・救護活動を 周囲に応援を呼びかけて、できるだけ複数で行う 自身の安全を第一に、無理な救出・消火活動は行わない		
数時間～	自宅と周辺の被害状況を確認 自宅とその周辺が無事であれば、環境変化が比較的少ない自宅で避難生活する 自宅にいられない場合は、避難所に避難		

## 地震の時はどのように行動したらいいか?

地震の揺れを感じた場合、あるいは緊急地震速報を見聞きした場合は、あわてずにまずは身の安全を確保してください。そして、落ち着いてテレビやラジオ、携帯電話やスマートフォンのワンセグやネット通信機能など、様々な手段を使って正確な情報の把握に努めましょう。

<b>家庭で屋内にいるとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●家具の移動や落下物から身を守るため、頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる。</li> <li>●あわてて外に飛び出さない。</li> <li>●料理や暖房などで火を使っている場合、その場で火を消せるときは火の始末、火元から離れているときは無理に火を消しに行かない。</li> </ul> 	<b>人が大勢いる施設(大規模店舗などの集客施設)にいるとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●あわてずに施設の係員や従業員などの指示に従う。</li> <li>●従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる。</li> <li>●吊り下がっている照明などの下から退避する。</li> <li>●あわてて出口や階段に殺到しない。</li> </ul> 	
<b>自動車運転中</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず緩やかに速度を落とす。</li> <li>●ハザードランプを点灯して周りの車に注意を促し、道路の左側に停止する。</li> </ul> 	<b>屋外にいるとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ブロック塀の倒壊や自動販売機の転倒などに注意し、これらのそばから離れる。</li> <li>●ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意して、建物から離れる。</li> </ul> 	
<b>山やがけ付近にいるとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●落石やがけ崩れに注意し、できるだけその場から離れる。</li> </ul> 	<b>鉄道・バスに乗っているとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●つり革や手すりにしっかりつかまる。</li> </ul> 	<b>エレベーターに乗っているとき</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●最寄りの階で停止させて、すぐに降りる。</li> </ul> 

出典：首相官邸ホームページを加工して作成

## 長井盆地西縁断層帯(ながいぼんちせいえんだんそうたい)

- 長井市の西側を南北にのびる活断層です。
- 地震の規模は マグニチュード7クラス (M7.5前後) と想定されており震度6強～7程度 の強い揺れになる可能性があります。
- 古い木造住宅の倒壊、家具の転倒、道路や橋の損傷、土砂災害の発生、停電・断水などの被害が想定されており、非常に強い揺れで立っていることが難しくなります。

# ① 備蓄品および非常時持ち出し品

避難するときに最初に持ち出すのが「非常時持ち出し品」。  
 災害直後から混乱が収まるまでの数日間、自給自足するための物資が「備蓄品」です。  
 以下は一例です。とくに非常時持ち出し品は、持って逃げられる量にしましょう。(男性15kg 女性10kgが目安)

## 非常時持ち出し品 ●事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>貴重品</b><br><input type="checkbox"/> 現金 ※公衆電話用に硬貨も<br><input type="checkbox"/> 印鑑<br><input type="checkbox"/> 家や車の予備鍵<br><input type="checkbox"/> マイナンバーカード<br><input type="checkbox"/> 証書類のコピー<br>(免許証、通帳、保険証書、<br>権利書など)                                                                                                                              | <b>情報収集用品</b><br><input type="checkbox"/> 携帯ラジオ ※予備電池も<br><input type="checkbox"/> 携帯電話(スマートフォン)の充電器<br><input type="checkbox"/> モバイルバッテリー ※ライト付きが便利<br><input type="checkbox"/> 筆記用具<br><input type="checkbox"/> 避難者カード | <b>非常飲食品など</b><br><input type="checkbox"/> 非常食<br>※軽く高カロリーのもの<br><input type="checkbox"/> 飲料水<br><input type="checkbox"/> 給水袋<br><input type="checkbox"/> 万能ナイフ | <b>衛生用品</b><br><input type="checkbox"/> 救急セット<br>※常備薬も<br><input type="checkbox"/> タオル<br><input type="checkbox"/> マスク<br><input type="checkbox"/> 消毒液<br><input type="checkbox"/> 体温計<br><input type="checkbox"/> トイレトペーパー<br><input type="checkbox"/> ウェットティッシュ<br><input type="checkbox"/> ビニール袋<br><input type="checkbox"/> 下着類<br><input type="checkbox"/> オムツ |
| <b>安全用品</b><br><input type="checkbox"/> 懐中電灯<br>※予備電池も<br><input type="checkbox"/> ヘルメット<br><input type="checkbox"/> 防災ずきん<br><input type="checkbox"/> 軍手<br><input type="checkbox"/> スリッパ<br><input type="checkbox"/> 笛やブザー<br>※居場所を知らせるもの<br><input type="checkbox"/> マッチ・ライター<br><input type="checkbox"/> 毛布・保温シート<br><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <b>女性向け</b><br><input type="checkbox"/> 生理用品(生理1周期分)<br><input type="checkbox"/> おりものシート<br><input type="checkbox"/> 携帯用ビデ、軟膏<br><input type="checkbox"/> スキンケア用品<br>基礎化粧品等                                              |                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**定期的に点検を!** いざというときに支障がないように食品類の賞味期限や  
 持出用品の不備を定期的に点検しましょう。

## 備蓄品 ●少なくとも3日(できれば1週間)は自力で生活できるように準備

- |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・飲料水 ※1人1日3ℓ</li> <li>・食品 ※アルファ化米、長期保存食品など専用品の他、<br/>                     下記フェーズフリーの活用を</li> <li>・給水用ポリタンク・バケツ</li> <li>・カセットコンロ・ガスボンベ</li> <li>・使い捨ての食器類</li> <li>・食品用ラップ</li> <li>・ランタン</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・災害用トイレセット</li> <li>・からだ拭きシート</li> <li>・水のいらないシャンプー</li> <li>・ガムテープ</li> <li>・ビニールシート</li> </ul> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



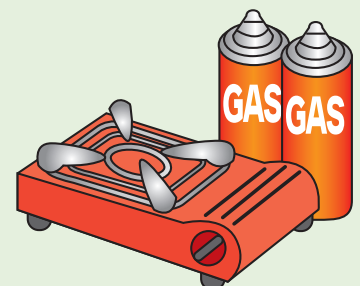
上記リストを参考に、特に乳幼児用品、高齢者用品等、災害時に配慮すべき方の用品も、家族構成に合わせて追加しましょう。

## ◆ フェーズフリーの考え方 ~普段使うモノを非常時に役立てる~

フェーズフリーとは、災害が起きた時のために特別な準備をする、防災用品を備えておくのではなく、日常的に使っているものを非常時にも役立てるという考え方です。

フェーズフリーの具体例

- ・モバイルバッテリー
- ・キャンプで使うテントや寝袋、コンロ
- ・ローリングストック



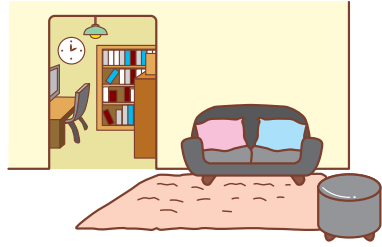
# わが家の防災対策

## 家の中の安全対策

●事前に準備出来ているか、チェックしましょう。

### ！ 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



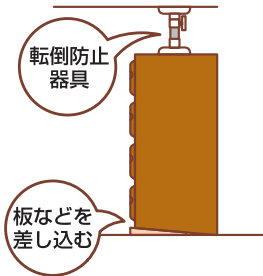
### ！ 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋にはできるだけ家具を置かない

就寝中に地震に襲われると家具が倒れるおそれがあり危険。やむをえず置く場合は、なるべく背の低い家具にするとともに、寝ている場所に倒れないよう、また出入口をふさがないように、向きや配置を工夫する。



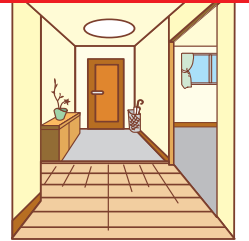
### ！ 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



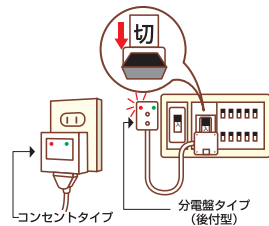
### ！ 安全に避難するため、出入口や通路にもものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



### ！ 電気火災発生の防止

地震による火災の原因の多くは電気が関連。電気ストーブや電気コンロの転倒や、停電復旧時の通電火災(破損した電気コードのショートによる出火など)がある。電気火災を防ぐためには、感震ブレーカーの設置が有効。



### ！ 手の届くところに防災品を備える

夜間就寝時、停電になると周囲の確認ができず危険。地震の場合はガラスが散乱したり、部屋に閉じ込められることもある。普段寝る場所から手の届くところに懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを。

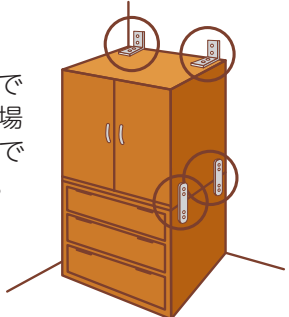


## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

●事前に準備出来ているか、チェックしましょう。

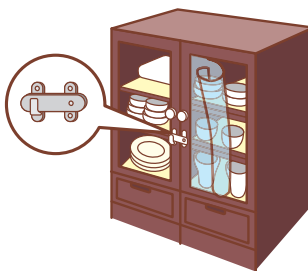
### ダンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



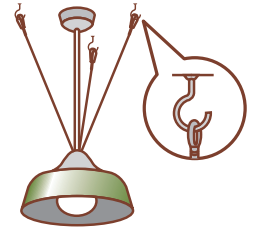
### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



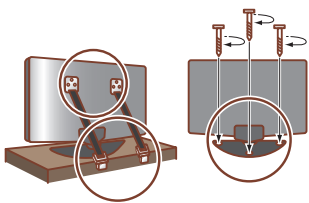
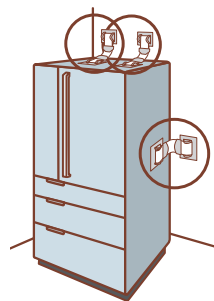
### 照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



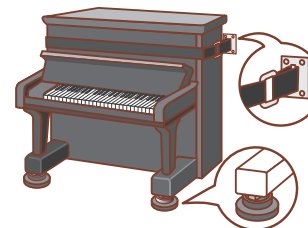
### 冷蔵庫

所定の取り付け場所(運搬用取っ手など)を転倒防止ベルトで壁や柱に固定する。



### テレビ

テレビ台とテレビを直接固定するのが有効。脚などに専用の取り付け箇所がある場合はボルト等で取り付け、そうでないものは転倒防止ベルトなどで固定する。



### ピアノ

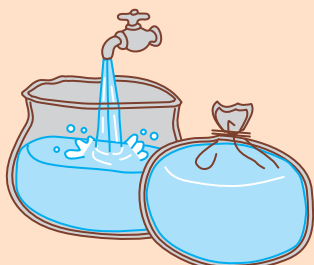
本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。

## 住宅の浸水被害を防ぐには

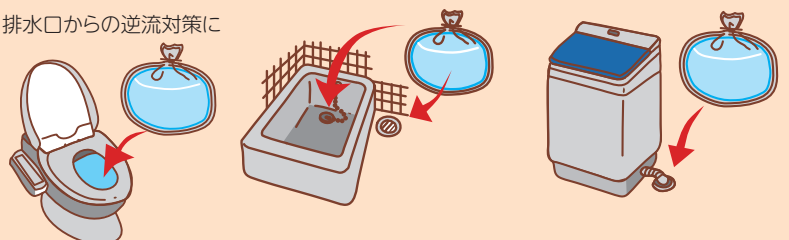
浸水深が小さいときは、家庭にあるものを使って、水の浸入口となるところを塞ぐことで水の侵入を減少させることができます。トイレなどの逆流防止にも有効です。\*実施の際には避難の妨げにならないように気を付けてください。

### 「水のう」の作り方

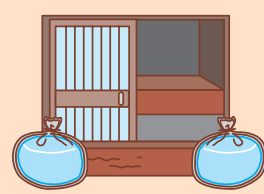
40L程度のゴミ袋を二重にして半分程度の水を入れる  
空気を抜いて口をしぼる



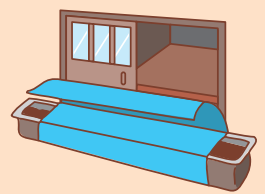
排水口からの逆流対策に



段ボール等に入れて並べる



長めの板状のものと組み合わせる  
せて止水板に



土を入れたプランターをレジャーシートなどで包むのも有効

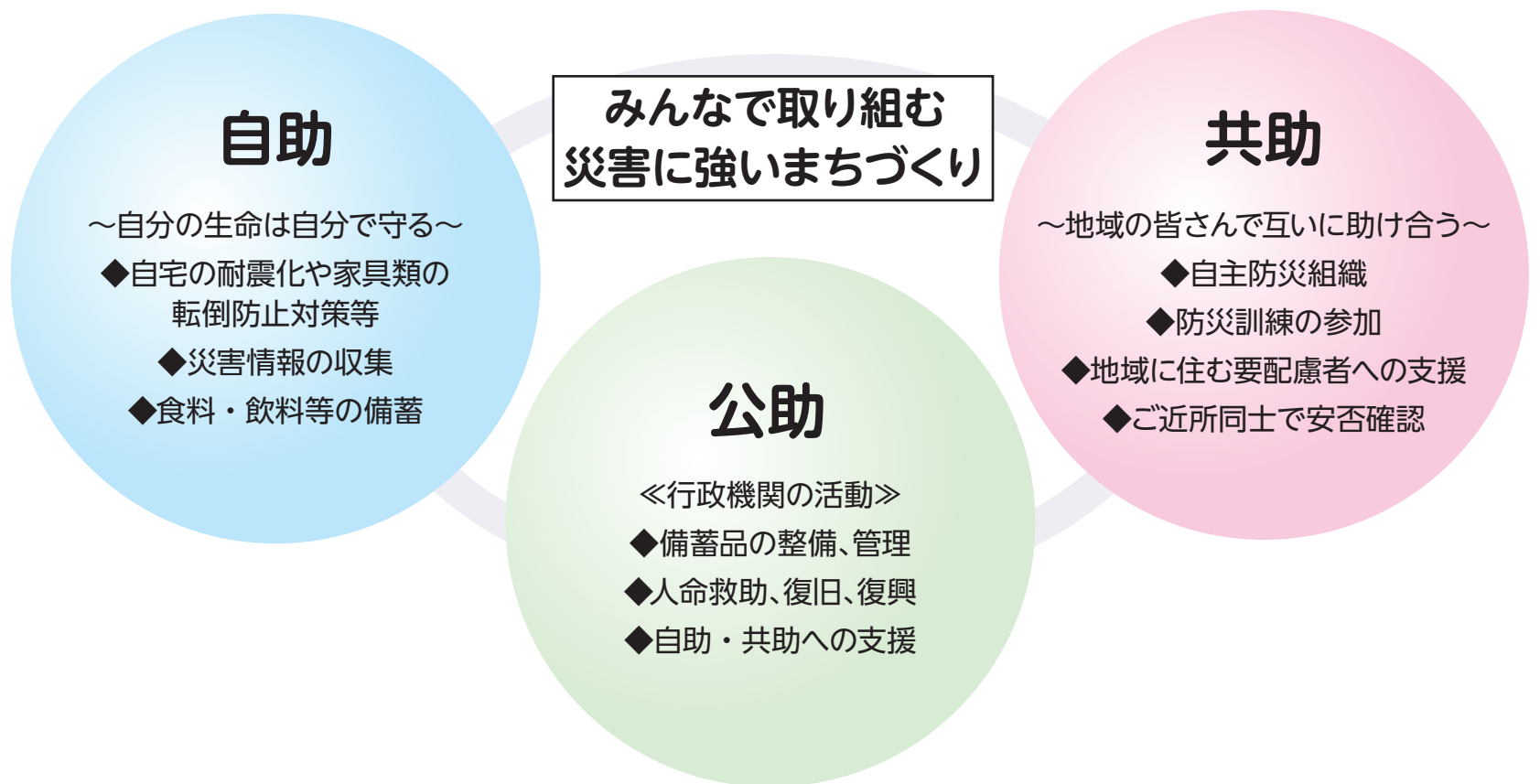
# 災害からあなたを 家族を 地域を まもるために!

## 地域の防災力を高める 自助・共助・公助

地震や洪水、台風等の自然災害による被害を最小限に抑えるためには、自分の生命は自分で守る「自助」、地域で助け合う「共助」、行政の救助・支援「公助」の取り組みが必要です。

大規模災害時では、公助の機能に限界がありますので、「自助・共助・公助」が連携することにより、住民と行政が一体となって地域防災力を高めることが重要となります。

いざという時に備え、自分の住むまちの災害による危険性を知り、適切な行動ができるよう日常的に防災を意識しましょう。



## 家族みんなで防災会議

災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときに慌てず行動できるよう、本書を活用いただき、ご家族で普段から話し合っておきましょう。

<input type="checkbox"/> 家の中で一番安全な場所
<input type="checkbox"/> 家族一人ひとりの役割分担 ・安否確認、非常持出品・備蓄品のチェック、避難経路の確保、隣近所への連絡など
<input type="checkbox"/> 避難場所、避難経路 ・自宅と避難場所を確認し、マップに描き入れましょう ・避難経路を実際に歩いて確認しましょう
<input type="checkbox"/> 自宅付近の災害リスク、危険箇所の確認
<input type="checkbox"/> 災害が起こった時の身の守り方
<input type="checkbox"/> 家族が離ればなれでいたときの連絡手段、集合場所
<input type="checkbox"/> 要配慮者(高齢者、障がい者、乳幼児、妊産婦など)のサポートと避難方法



# 助け合いながら避難行動を!

「地域で防災」を合言葉に、地域の防災力を高めよう!

## 自主防災組織の活動で地域防災力の向上を!

大規模災害が発生したとき、市や消防署・消防団等の防災関係機関は総力を挙げて救援活動を行います。

しかし、大規模災害時には、救援要請の増加や交通事情の悪化等により、防災関係機関が現場に到着するまでにかなりの時間を要する場合があります。

阪神・淡路大震災では、お隣やご近所の方々がお互いに声をかけあい、協力し合いながら多くの人々を救出しました。

各家庭が協力して防災活動をすることで皆さんが住んでいる地域の被害を最小限にすることができます。

災害発生後、直ちに効果的な防災活動を実施するためには、平常時から地域の協力体制などについて、検討したり、定期的な訓練を実施しておく必要があります。

あなた自身とあなたの地域を守るために自主防災組織に積極的に参加して助け合う体制を築きましょう。

自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という連帯意識のもと、地域住民が自主的に防災・減災活動を行う組織です。

### 自主防災組織の活動に参加しましょう

自主防災組織は住民が防災活動を実施するために、自発的に結成する組織です。

地区の代表者や役員が、自主防災組織の代表者や役員を兼ねている場合が多く、地区の活動と一体的に防災活動を行っています。



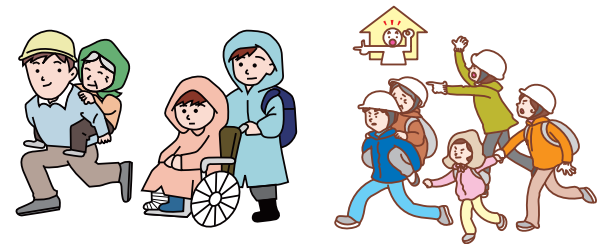
### 自主防災組織の取り組み

平常時	災害時
災害に備えた予防対策についての取り組みを実践します。	災害による被害を最小限に食い止める活動を行います。
<ul style="list-style-type: none"><li>● 地域の危険箇所等の安全点検</li><li>● 避難路・避難場所の確認</li><li>● 地域住民に対する防災知識の普及・啓発</li><li>● 防災資器材の整備・点検</li><li>● 要配慮者の把握</li><li>● 防災訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 避難誘導</li><li>● 初期消火</li><li>● 救出・救護</li><li>● 情報の収集・伝達</li><li>● 給水・給食</li><li>● 避難所の運営</li><li>● 地域の巡回など</li></ul>

## 避難行動要支援者名簿について

高齢者、障がい者など災害時において特に配慮が必要な人（避難行動要支援者）の名簿を作成しています。

この名簿を地域の支援者と共有することで、普段の見守りや災害があったときの手助けなど、地域の助け合い（共助）の力を強くする体制づくりを進めています。



## 個別避難計画について

個別避難計画は、災害時に自力での避難が難しい避難行動要支援者が「だれ」と「どこ」に避難し、「避難時や避難先で配慮が必要なことは何か」をあらかじめ定めておく避難支援のための計画です。

支援してほしい側と支援する側が情報を共有することで災害時だけではなく、日頃の見守りの体制づくりを進めています。

### 要配慮者利用施設について

#### 浸水想定区域内及び土砂災害警戒区域内にある要配慮者利用施設一覧

社会福祉施設、病院、学校など、災害時に配慮が必要な方が利用されている施設です。



# 災害伝言ダイヤル

## 【いざというときの安否確認方法】

地震などの大きな災害が発生すると、被災地への電話が殺到し、回線が大変混雑するため、つながりにくくなります。こうした通信の混雑の影響を避けながら、家族や知人との間で安否の確認や避難場所の連絡等をスムーズに行うため、連絡手段を確認し、複数の方法を使えるようにしておきましょう。

## 災害用伝言サービス

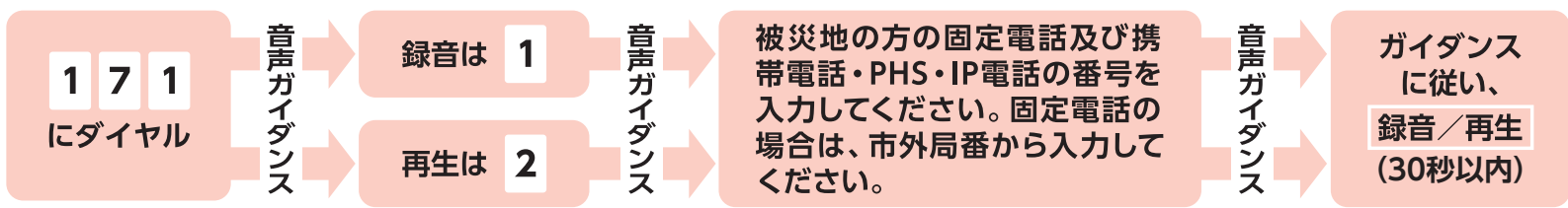
「災害用伝言サービス」では、固定電話・携帯電話・インターネットで伝言を残すことができます。いざという時、戸惑うことなくすぐに使えるよう、災害用伝言サービスの体験利用日(右図参照)を活用して、使い方を確認しておきましょう。

### 【体験利用日】

- 毎月1日・15日
- 正月三が日(1月1日～1月3日)
- 防災週間(8月30日～9月5日)
- 防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)

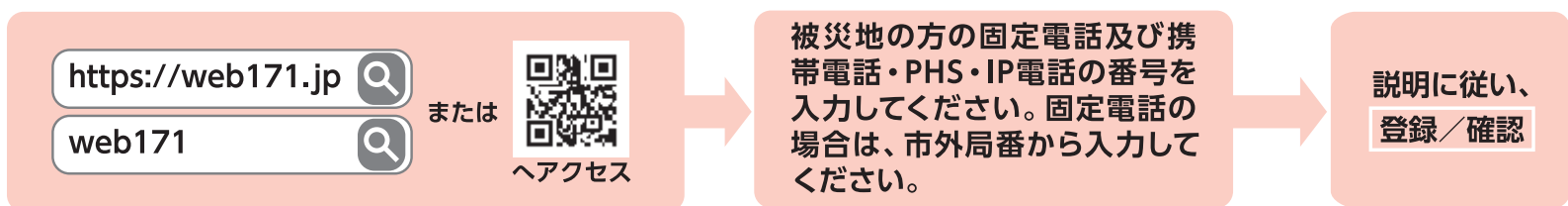
## 災害用伝言ダイヤル(171)

被災地への電話が繋がりにくい状況になった場合、安否などの情報を録音・確認できる声の伝言板です。



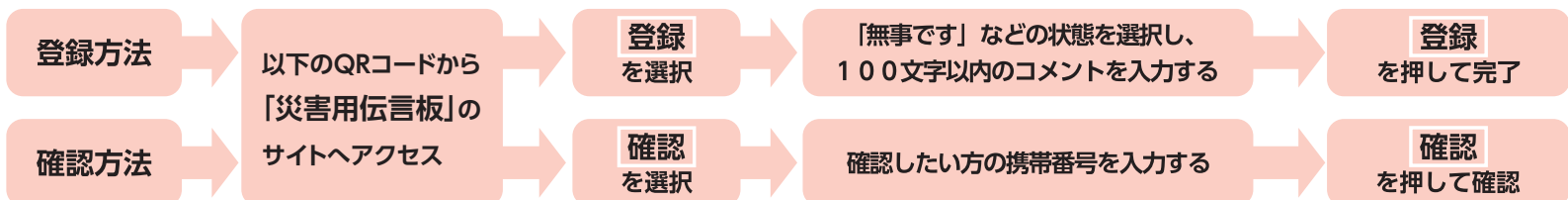
## 災害用伝言板(web171)

インターネットを利用して、被災地にいる方の安否などの情報を登録・確認できる文字の伝言板です。



## 災害用伝言板

災害時、各種携帯会社サイトに開設された災害用伝言板で、被災者の安否などの情報を登録・確認できます。



NTT ドコモ  
http://dengon.docomo.ne.jp/

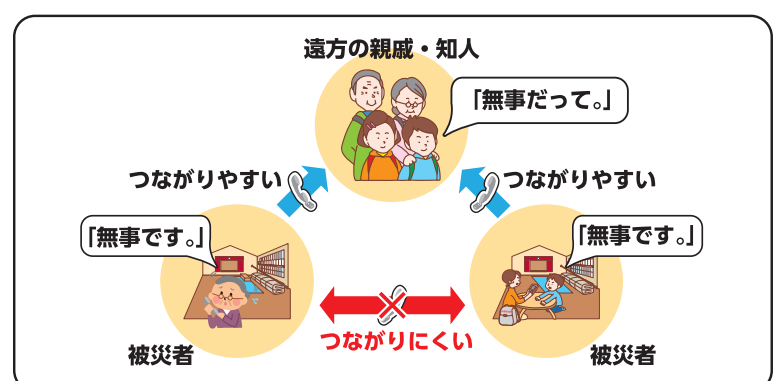
KDDI (au)  
https://dengon.ezweb.ne.jp/

ソフトバンク/ワイモバイル  
http://dengon.softbank.ne.jp/

楽天モバイル  
https://network.mobile.rakuten.co.jp/service/disaster\_board/

## 三角連絡法

被災地にいる方同士が連絡をとろうとした場合、回線の混雑などで連絡が取りにくくなることがあります。そうしたとき、離れた地域に住む知り合いに電話をかけ、その方に伝言を預かってもらうという方法が「三角連絡法」です。誰に電話をかけるか、事前に家族間で決めておきましょう。





# マイ・タイムライン

マイ・タイムラインとは、台風接近時などの災害時における住民一人ひとりのタイムライン（防災行動計画）であり、いざというときにあわてることがないように、避難に備えた行動を一人ひとりがあらかじめ決めておくものです。風水害時には、下記のように平常時から警戒レベルの段階に応じた行動を確認し、早めの避難を心掛けましょう。

必要項目に記載し、チェックしましょう。

## ハザードマップを見て自宅周辺を確認

### ■水害

- ・自宅は浸水想定区域にあるか
  - ある \_\_\_\_\_ m
  - ない
- ・自宅は家屋倒壊等氾濫想定区域にあるか
  - ある
  - ない

### ■土砂災害

- ・自宅は土砂災害警戒区域内にあるか
  - ある
  - ない

## 避難するタイミング、避難する場所

実際に避難するときどこへ避難するのか、危険を感じたらどこへ逃げるのか考えてみましょう。

■風水害に関する情報を収集し、危険を感じたり、避難情報を入手したら、わが家は、

- 自宅に待機し、状況に応じて屋内安全確保します。  \_\_\_\_\_ へ立退き避難します。移動時間： \_\_\_\_\_
- (※むやみに外出せず、情報収集に努める) (指定避難所等)  
※避難所一覧P2を参照ください。

避難情報		避難行動(とるべき行動)	
平常時		<input type="checkbox"/> ハザードマップ等で自らの避難先を確認 <input type="checkbox"/> 避難先・避難経路の確認 <input type="checkbox"/> 非常用持出袋を作成 <input type="checkbox"/> 避難訓練に参加	
警戒レベル 1	早期注意情報 (気象庁)	<input type="checkbox"/> 水位・気象情報の確認 <input type="checkbox"/> 家の周りに不要物がないか確認⇒あれば撤去 <input type="checkbox"/> 避難先の再確認 <input type="checkbox"/> 避難経路の再確認 <input type="checkbox"/> 非常用持出袋を手元に準備	
警戒レベル 2	大雨、氾濫、土砂災害注意報 (気象庁)	<input type="checkbox"/> 避難時に持ち出す貴重品を手元に準備 <input type="checkbox"/> 避難を支援してくれる人に連絡する	
警戒レベル 3	高齢者等避難	<input type="checkbox"/> ガスの元栓を閉めたか確認 <input type="checkbox"/> 戸締りの確認 <input type="checkbox"/> 避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人、心配な人は、早めに危険な場所から避難	
警戒レベル 4	避難指示	<input type="checkbox"/> 危険な場所から安全な場所に全員避難	
~~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~~			
警戒レベル 5	緊急安全確保	<input type="checkbox"/> 災害がすでに発生しており、命を守るための最善の行動をとる <input type="checkbox"/> 直ちに自宅の上階や高くて頑丈な建物に避難	



# 行政関係・ライフライン

## 行政関係機関

No.	施設名	電話番号	所在地
1	長井市役所	84-2111	栄町1-1
2	西置賜行政組合消防本部	88-1212	平山4460
3	長井警察署	84-0110	小出3743-3
4	長井警察署あやめ交番	84-3200	栄町11-11
5	長井警察署西根駐在所	84-2205	草岡1874-1
6	置賜総合支庁西置賜地域振興局	88-8200	高野町2丁目3-1
7	山形河川国道事務所置賜流域治水出張所	88-2310	屋城町4-39
8	長井ダム管理支所	88-5741	平野字北脇ノ沢4164-9
9	中央コミュニティセンター	84-5869	屋城町6-53
10	致芳コミュニティセンター	84-6337	五十川2316
11	西根コミュニティセンター	84-6326	草岡322
12	平野コミュニティセンター	88-2441	九野本3174
13	伊佐沢コミュニティセンター	88-2444	上伊佐沢7312
14	豊田コミュニティセンター	84-3099	時庭254

## ライフライン関係機関

No.	施設名	電話番号	備考・所在地
1	東北電力ネットワークコールセンター	0120-175-366	停電等のお問合せ
2	NTT 東日本(株)山形支店	0120-444-113	電話の故障等の問合せ
3	長井市水道管理センター	88-3051	清水町1丁目18-12

# わが家の「防災・緊急情報」メモ

非常時・緊急時に連絡してほしい方や、利用してもらいたい、わが家の情報です。  
災害時に救助の方や、緊急時に救急隊・医療機関・市に情報を提供します。

氏名		電話	
住所			

避難場所	
家族が離ればなれになった時の避難場所	
地域の自主防災組織	

家族構成 連絡先	氏名	生年月日	電話(携帯・会社・学校)	住所	メモ	

家族の 緊急情報 救急メモ	氏名	血液型	持病・アレルギー	常備薬	かかりつけ医療機関	
【メモ】 ※書ききれなかった内容や、知ってほしい情報(介護情報・救急隊員への伝言など)をお書きください。						
-----						
-----						

緊急時 連絡先	氏名	間柄	電話	住所	メモ	

※ご自宅の状況に合わせて記入しましょう。

作成：令和8年6月

発行：長井市（問い合わせ：防災危機管理課 0238-82-8004）

制作・著作：株式会社ゼンリン山形支店