

東御市

千曲川洪水ハザードマップ



この千曲川洪水ハザードマップ（洪水避難地図）は、千曲川が大雨によって増水し、はん蓋した場合の予測に基づいて、浸水の範囲とその深さ並びに避難所などを示し、市民の皆さんの避難に役立つように作成したものです。

- 洪水の規模は、県が実施したデータ結果に基づき、千曲川流域におおむね100年に1回あると予想される降雨で、2日間で212mmの降雨を想定しています。
- 河川のはん蓋の恐れがあるときは、市から避難勧告や避難命令（指示）を出しますので、すみやかに避難してください。
- いざというときに備え、あらかじめあなたの家から避難所までの経路や、家族の連絡先などを書き込んで、見やすい場所に貼っておきましょう。

平成20年3月



土砂災害

土砂災害の種類を知ろう

土砂災害は、最も注意しなければなりません。普段と変わった現象→すぐに避難を！

<h4>がけ崩れ</h4> <p>がけ崩れは、急な斜面で突発的に起こり、瞬時に崩れ落ちるため、避難が遅れがちになります。</p>	<h4>土石流</h4> <p>土石流は、谷筋で起きますので、土砂などが水といっしょに流れ下り、スピードが速く大きな破壊力を持っています。</p>	<h4>地すべり</h4> <p>地すべりは、一度に広い範囲の地盤が動き出しますので、速度はゆるやかですが、発生すると大きな被害をもたらします。</p>
<h4>前ぶれ</h4> <p>がけから水が湧き出る がけから小石がばらばら落下 湧水の濁り がけから小石がぼろぼろ落下 亀裂の発生</p>	<h4>前ぶれ</h4> <p>山鳴り・地鳴り 流木発生・深流内の転石の音 水位の急激な低下</p>	<h4>前ぶれ</h4> <p>地面にひび割れができる 井戸や沢の水がにごる がけや斜面から水がふき出す 樹木が傾いたり倒れたりする</p>
がけ崩れ発生	土石流発生	地すべり発生

土砂災害防止法の特別警戒区域では以下のことが必要となります

<h4>特定の開発行為に対する許可制</h4> <p>住宅地分譲や災害時要援護者施設の建築のための開発行為については、都道府県知事の許可が必要となります。</p>	<h4>建築物の移転勧告</h4> <p>著しい損傷が生じるおそれのある建築物の所有者等に対し、移転等の勧告が図られます。移転される方に対しては、支援措置があります。</p>	<h4>建築物の構造規制</h4> <p>居室を有する建築物は、作用すると想定される衝撃に対して建築物の構造が安全であるかどうか建築確認が必要となります。</p>
---	---	---

水害

みんなで水害に備えましょう

大雨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。

大雨情報をキャッチ！ こんなときのわが家の安全対策

大雨情報をキャッチしたら、わが家で安全対策を始めましょう。



大雨注意報・警報の発表基準	大雨注意報	大雨警報	以上になると予想される場合
	大雨によって災害が起こるおそれがある場合にその旨を注意する予報	大雨によって重大な災害が起こるおそれがある旨を警告して行う予報	●1時間に雨量が25mm以上、30mm未満 ●3時間に雨量が40mm以上、70mm未満 ●24時間に雨量が70mm以上、110mm未満 ●1時間に雨量が40mm以上、70mm未満 ●3時間に雨量が60mm以上、90mm未満 ●24時間に雨量が110mm以上、150mm未満

《災害の被害が出そうな場合は》

- ラジオやテレビなどの気象情報は注意して聞く。
- 市や防災関係機関等の広報(チラシ等)をよく見ておく。
- 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオ等を用意する。
- 非常持出品を準備する。
- 外出している場合はできるだけ早く帰宅するとともに、家族と連絡を取り合い、非常時に備える。

《日頃から備えておくこと》

- 非常持出品を準備しておく。
- 浸水に備えて家財道具等は安全な場所へ移動しておく。
- 飲料水や食料等を数日分確保しておく。
- 浸水想定区域内にある土地ではいつでも避難できるように避難経路、避難場所を確認しておく。

つねに気象情報には注意しておきましょう！



台風や豪雨の威力は計り知れない反面、事前の対策次第で被害を最小限に抑えることが大切です。いざというときに備え、家庭はもちろん、まちぐるみで日頃から対策をとるようにしましょう。

雨の降り方の程度

★特に、1時間30mm以上、連続100mm以上の雨が降るときには、注意が必要です

発表される気象情報	大雨洪水注意報	大雨洪水警報	記録的短時間大雨情報
1時間雨量	25mm以上	40mm以上	90mm以上



やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間に10mm以上～20mm未満	1時間に20mm以上～30mm未満	1時間に30mm以上～50mm未満	1時間に50mm以上～80mm未満	1時間に80mm以上～
ザーザーと降ります。地面からはね返りて足下が濡れます。この程度の雨でも長く続くときは注意が必要です	どしゃ降りです。傘をささしても濡れます。溝溝や下水、小さな川がふれる、小規模のがけ崩れが始まります。	バケツをひっくり返したように降ります。道路が川のようになり、山崩れ、けがけ崩れが起きやすくなり、危険地帯では避難の準備が必要です。	滝のように降ります。水はふきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなります。土壌が起りやすくなり、多くの災害が発生します。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。雨による大規模な災害が発生する恐れが強く、嚴重な警戒が必要です。

★「記録的短時間大雨情報」とは、数年に一回程度しか発生しないような短時間の大雨を観測したときに気象台から発表されます。

洪水になったときの歩き方



- 歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cm。水深が腰まであるようなら無理は禁物です。高所で救助を待ちましょう。
- 水面下にはどんな危険が潜んでいるかわからないので、長い棒を杖代わりにして、安全を確認しながら歩きます。
- 裸足、長靴は禁物です。ひもでしめられる運動靴がよいでしょう。(意外と知られていないので注意してください。)
- はぐれないように、お互いの身体をロープで結んで避難しましょう。とくに子供が目を離さないようにしましょう。
- お年寄りや身体の不自由な人などは背負いましょう。幼児は浮き袋、乳児はベビーバスを利用して安全を確認して避難します。

応急手当

大きな災害などの場合は、けが人などが同時多発することが予想され、救急車がすぐ来るとは限りません。その場に居合わせた「あなた」の迅速な応急手当が尊い命を救います。まず、症状をよく確かめたら、勇気を持って応急手当を行います。

AEDを使った一次救命処置の流れ

傷病者を発見！

周囲の安全確認をして近づきます
→大出血の有無確認をします

1 反応の有無を確認
2 119番通報する
3 気道の確保
4 呼吸の確認
5 人工呼吸(2回)
6 心肺蘇生

7 AEDの準備
8 ふたを開ける(電源が入る)
9 電極パッドを装着する
10 解析(傷病者から離れる)

11 AEDの指示があれば電気ショック(傷病者から離れる)

12 電気ショック実施後は電気ショックが必要な場合心肺蘇生開始
胸骨圧迫と人工呼吸(30:2) 5サイクル

5サイクル約2分後
10 解析(傷病者から離れる)

●到着した救急隊に引き継ぐまでは電極パッドをはがさず、AEDの電源も入れたままにしておく。AEDは一定時間ごと(おおむね1分間)に心電図の解析を行うため、傷病者から離れるようにとの指示が出るので、出た場面に立それに従う。

わが家の防災メモ

- 電話は、あわてずに落ち着いて
- 住所・氏名・目標物を忘れずに



正しい119番通報

- 1 消火も通報も自分でしようとすると、余計にあわててしまい、結果的にどちらも遅れてしまいます。大声で「119番してー」とアピールするのも大切です。
- 2 ①火事ですか、救急ですか？ ②場所とお名前を ③目標となるものは？ 消防の質問に応じて、冷静にテキパキ答えるのが一番の早道です。

住所	目標物
氏名	電話

警察への急報110番

上田警察署・・・0268-22-0110
望月警察署・・・0267-53-0110
東御市交番・・・0268-62-0104

火事・救急 119番

東御消防署・・・0268-62-0119

東御市役所

0268-62-1111

NTT災害用伝言ダイヤル「171」

- NTT災害用伝言ダイヤルは、地震、豪雨などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、一般電話がつながりにくい状況になった場合に提供が開始されます。
- 被災地の方、被災地以外の方も被災地の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。
- 録音された伝言は被災地の方の電話番号を知っている方が聞くことができます。(一般加入電話・公衆電話・携帯電話等からご利用いただけます。)

伝言の録音方法	伝言の再生方法
171▶▶▶1▶▶▶被災地の人の電話番号(市外局番から)▶▶▶伝言を吹き込む(30秒以内)	171▶▶▶2▶▶▶被災地の人の電話番号(市外局番から)▶▶▶伝言を聞く

家族や親戚などの連絡先

名前	勤務先・学校等	電話番号	備考

避難場所

避難場所名	電話番号
家族が離ればなれになったときの集合場所	電話番号

日頃の備え

非常持ち出し品の準備・点検

非常持ち出し品の大原則

- 男性1人15kg、女性1人10kg程度を目安に
- 非常持ち出し品はリュックで！
- 1人に一個の非常袋を用意する
- 非常袋は何箇所かに分散して保管する
- 「わが家の防災の日」を決めて中身を点検する
- 「わが家の家族」に応じた「無くしてはならない」ものを準備する

<h4>非常時持出品</h4> <p>避難時にまず持ち出す</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生活用品 <ul style="list-style-type: none"> □衣類・下着 □タオル □ティッシュ □懐中電灯 □携帯ラジオ・予備電池など ●貴重品 <ul style="list-style-type: none"> □現金(要10円玉) □通帳・印鑑 □権利証書 □健康保険証など ●非常食関係 <ul style="list-style-type: none"> □飲料水 □乾パン □紙皿など食器 □缶切りなど ●救急医療品 <ul style="list-style-type: none"> □傷薬・包帯・絆創膏 □かぜ薬・胃腸薬 □常備薬 	<h4>非常時備蓄品</h4> <p>災害復旧までの数日間(最低3日)分準備する</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生活用品 <ul style="list-style-type: none"> □毛布・寝袋 □新聞紙 □洗面用具 □鍋・やかん □トイレトイペーパー □筆記用具 □バケツなど ●非常食 <ul style="list-style-type: none"> □飲料水(1人1日3リットルを目安に) □保存食(缶詰やレトルト食品など) □チョコレートなどの菓子類 □調味料など ●燃料 <ul style="list-style-type: none"> □卓上コンロ □携帯コンロ □ガスボンベ □固形燃料
---	---

自分たちの地域は自分たちで守る

- | 自主防災組織の活動(平常時) | 自主防災組織の活動(災害発生時) |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ●防災知識の普及 ●地域の災害危険箇所の把握 ●防災訓練の実施 ●火気使用設備器具等の点検 ●防災資機材の備蓄と整理・点検 | <ul style="list-style-type: none"> ●災害情報の収集、住民への迅速な伝達 ●出火防止と初期消火 ●避難誘導、避難所の管理・運営 ●被災住民の救出・救護 ●給食・給水 |