

DISASTER PREVENTION GUIDEBOOK

胎内市防災 ガイドブック

災害への備えは大丈夫ですか？
避難場所や安全な避難方法について
話し合っておきましょう。

CONTENTS 目次

はじめに1

改訂にあたって・ご自身で確認！

自分取るべき行動を知る 2

改訂のポイント① 新型コロナウイルス感染症対策

改訂のポイント② 災害リスク(危険性)判定

改訂のポイント③ マイ・タイムライン

改訂のポイント④ 避難情報の入手先

災害の特徴を知る 6

風水害

雨の強さと想定される被害・注意報、警報の種類・
外水氾濫と内水氾濫・水害の対象河川及び想定条件

土砂災害

土砂災害の種類・主な前兆現象・やむなく土砂災害に遭遇した場合・
土砂災害警戒区域、特別警戒区域

地震

震度別の想定される被害・家の中を安全にする・
地震から身を守る行動

津波

津波の特徴・避難のポイント

さらなる減災に向けて10

防災の3要素「自助」「共助」「公助」

- 自分達の地域は自分達で守る ●自主防災組織の役割
- 要配慮者・避難行動要支援者を守りましょう

ハザードマップ11

風水害

風水害ハザードマップ.....11

非常持出品・備蓄品一覧22

土砂災害

土砂災害ハザードマップ23

地震

地震ハザードマップ27

津波

津波ハザードマップ35

避難所について裏表紙

市内避難所一覧・避難所の種類

はじめに

改訂にあたって

毎年のように全国各地で大地震や集中豪雨などの災害が頻発し、甚大な被害が発生しています。当市では、近年、幸いにもそのような災害は発生していませんが、過去には昭和39年6月の「新潟地震」や昭和42年8月の「羽越水害」など、大災害に見舞われた歴史があり、災害はいつでも起きるかわからないことも事実です。

また、新型コロナウイルス感染症の拡大により、今までの、「避難所への避難」という行動の在り方は変わりました。避難は「難」を「避ける」ことであり、避難所へ行くことだけが避難ではありません。多くの方が一つの避難所に集まることにより、避難所での感染拡大という「複合災害」の発生が懸念されるため、感染拡大防止のためには、避難所での「3密」を避けなければなりません。

本誌では新たに、新型コロナウイルス感染症対策についてのページと、避難所での感染拡大を防止するため、ご自宅の浸水想定を確認したうえで、避難先を避難所以外で検討していただくための「リスク判定」のページを設けました。さらに、災害発生前から災害発生までの間のご自身の行動をあらかじめ確認して記入する、「マイ・タイムライン」のページを追加したほか、防災情報の入手先についてのページを設けました。

災害から命を守り、一人の犠牲者も出さないためには、皆様一人ひとりが「自分の命は自分で守る（自助）」、「地域のみんで助け合う（共助）」という意識のもと、災害の特徴や危険箇所等を認識し、適切な避難行動をとる必要があります。

本誌を利用し、皆様一人ひとりが、災害発生時の自身の行動や災害の特徴についての理解を深め、災害が発生した際の「命を守る行動」について、ご家族等で話し合ってください。

ご自身で確認！

①新型コロナウイルス感染症対策

多くの方が生活をする避難所において、一人ひとりが感染症対策に協力することは、災害時に感染症がまん延する「複合災害」を防ぐための重要な行動になります。

②災害リスク判定

災害が発生または発生するおそれがある場合、ご自身がどのような行動をとるか正しく理解しておく必要があります。災害リスク判定を使用し、避難の必要性をはじめ「誰と」、「どこへ」避難するのか確認しましょう。

③マイ・タイムライン

マイ・タイムラインを使用し、時間の流れに沿って「いつ」、「誰が」、「何をしなければならないのか」を整理しましょう。

④自ら情報を収集する

災害の危険が迫っているとき、自らその災害についての情報を収集しなければ、適切な避難行動がとれない場合があります。情報発信先を記入しましたので、様々な手段で情報を入手してください。

⑤ハザードマップの更新

胎内川浸水想定区域の減少や、乙大日川・烏川浸水想定区域の追加など、ハザードマップを最新の情報に変更したほか、お住まいや勤務先等の位置を確認しやすいよう、ハザードマップすべてのページに自治会・集落名を記入しました。

自分が取るべき行動を知る

改訂のポイント①

新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナウイルスの感染経路の中心は、飛沫感染及び接触感染です。日常的にマスクを着用する、人と人との距離をとる(ソーシャルディスタンス)、家や職場などの換気を十分に、手を洗う、複数の人が触れる場所を消毒する、十分な睡眠などで健康管理をしっかりするなど、ご自身が感染しないようにするだけでなく、他人に感染させないように徹底することが大切です。

● 基本的な感染対策 ●

密閉・密集・密接の「3つの密」や、「5つの場面」(飲食を伴う懇親会、大人数や長時間の飲食、マスクなしでの会話、狭い空間での共同生活、居場所の切り替わり)など、感染リスクが高まる場面が生活の中に潜んでいないか確認し、基本的な感染対策に努めましょう。



日常的に
マスクを着用する

他の人と
十分な距離をとる

窓やドアを開け
換気する

手を洗う
消毒をする

発熱などの症状が
ある時は外出を自粛する

● 避難所における感染症対策 ●

不特定多数の人が生活する避難所では、感染症拡大を防止するため、3密の状態を回避しなければなりません。改訂のポイント②「災害リスク(危険性)判定」を使用し、在宅避難や親戚宅への避難(縁故避難)を検討するなど、ご自身が取るべき行動を確認してください。また、避難所では多くの人が集団で生活することが想定されますので、避難所生活をするうえで周りの人に配慮する行動が必要となります。

避難所生活をするうえでのお願い

- 避難所入所時の検温にご協力ください。
- 健康状態(体温、嗅覚異常など)を確認してください。
- 手洗い、消毒、咳エチケットなどの対策を徹底しましょう。
- 換気を実施し、他の人とは十分な距離を取りましょう。
- 食料・飲料水・マスク・体温計・生活用品等を持参してください。



避難所レイアウトの例

避難所では、一人当たりの居住スペースを約4㎡とし、パーティション等により個人のスペースを確保します。

<避難所レイアウトの一例>



[救護室]



[授乳室]

感染者の詮索や誹謗中傷はやめましょう