

保存版



総合防災 ハザードマップ

～大切な命を守るために～



洪水



土石流



崖崩れ・地すべり



大規模な火災



地震

長野原町

NAGANOHARA TOWN

はじめに

本書は、いつ起こるかもしれない様々な災害に対し、事前に備えることを目的として作成しました。

予測不可能な災害の被害を最小限にとどめるため、日ごろから内容に目を通し理解を深めていきましょう。また、本書の特徴として、災害時に持ち運びができるように冊子型としています。ヒモなどをつけるし身近に置き、緊急時に持ち出すご活用ください。

総合防災ハザードマップの活用方法について

- ①住んでいる場所と予想される危険箇所を地図上で確認しましょう
- ②避難場所を確認しましょう
- ③避難経路を考えてみましょう
- ④家族や周辺住民と情報を共有しましょう

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、家族で普段から話し合っておきましょう。

- ☐ 家の中で一番安全な場所
- ☐ 家族一人ひとりの役割分担（安否確認、非常時持出品・備蓄品のチェック）
- ☐ 避難場所、避難経路（自宅と避難場所を確認）
- ☐ 自宅付近の災害リスク、危険箇所の確認
- ☐ 災害が起こった時の身の守り方
- ☐ 家族が離ればなれでいたときの連絡手段、集合場所
- ☐ 要配慮者（乳幼児、高齢者、障がい者、妊産婦など）のサポートと避難方法

1	はじめに
2	5段階の警戒レベル
3	避難行動判定フロー
4	マイ・タイムライン
5	災害時の情報伝達
6	自宅にとどまった場合の備え
7	避難の方法
8	感染症対策
9	ハザードマップの見方
10	避難所一覧・全体索引図
11～22	詳細図1～6
23・24	風水害対策
25・26	土砂災害対策
27	地震対策
28	揺れやすさマップ
29	火山対策（浅間山）
30	小～中・大規模の噴火
31	火災対策
32	竜巻・雷対策
33	雪害対策
34	非常時持出品・備蓄品
裏表紙	わが家の「緊急・救急情報」防災メモ

5段階の警戒レベル

高 ↑ 警戒レベル	避難情報等(警戒レベル)			河川水位や雨の情報(警戒レベル相当情報)		
	警戒レベル状況	住民がとるべき行動	避難情報等	防災気象情報(警戒レベル相当情報)		
				洪水の情報(河川)	土砂災害の情報(雨)	
	5 災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに 安全確保！	きんきゅう 緊急 あんぜんかくほ 安全確保 ※1	5 相当 氾濫発生 情報	大雨特別 警報 (土砂災害)	
	〰〰警戒レベル4までに必ず避難！〰〰					
	4 災害の おそれ 高い	危険な場所 から全員避難	ひなんしじ 避難指示 ※2	4 相当 氾濫危険 情報	土砂災害 警戒情報	
	3 災害の おそれ あり	危険な場所から 高齢者等は避難 ●避難に時間のかかる要 配慮者(高齢者・障がい 者・乳幼児等)とその支 援者は避難 ●高齢者等以外の人も危険 を感じたら自主的に避難	こうれいしゃとう 高齢者等 ひなん 避難 ※3	3 相当 氾濫警戒 情報 洪水警報	大雨警報	
	2 気象状況 悪化	自らの避難 行動を確認	大雨注意報 洪水注意報	2 相当 氾濫注意 情報	—	
	1 今後気象 状況悪化の おそれ	災害への心構えを 高めましょう	早期注意 情報	1 相当 —	—	

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、
すでに安全な避難ができず
命が危険な状況です。
**警戒レベル5 緊急安全確保の
発令を待ってはいけません！**

避難勧告は廃止されました。
これからは、
**警戒レベル4避難指示で
危険な場所から全員避難
しましょう。**

避難に時間のかかる
高齢者や障がいのある人は、
**警戒レベル3高齢者等避難で
危険な場所から避難
しましょう。**

避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？必ず取り組みましょう！

自分の家がどこにあるか確認し、印をつけてみましょう。

該当の場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周りと比べて低い土地などにお住まいの方は、町からの避難情報を参考に、必要に応じて避難してください。

はい

災害の危険があるので、原則として、立退き避難(自宅の外に避難)が必要です。

例外

※土砂災害の危険があっても、
①土砂災害により家屋が倒壊または崩落してしまうおそれの高い区域の外側である。
②水・食料などの備えが十分にある場合は、屋内安全確保(自宅にとどまり安全確保をすること)も可能です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

警戒レベル3高齢者等避難が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日ごろから相談しておきましょう)。

いいえ

警戒レベル3高齢者等避難が出たら、長野原町が指定している避難所または避難場所に避難しましょう。

いいえ

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

はい

警戒レベル4避難指示が出たら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう(日ごろから相談しておきましょう)。

いいえ

警戒レベル4避難指示が出たら、長野原町が指定している避難所または避難場所に避難しましょう。

いずれの場合も、安全な避難経路を普段から確認しておきましょう！

避難する場合は以下のポイントを確認し安全に避難しましょう！

- ❗ 警戒レベル3や警戒レベル4が出たら、危険な場所から避難しましょう。
- ❗ 「避難」とは「難」を「避」けることです。安全な場所にいる人は、避難所に行く必要はありません。
- ❗ 避難先は小中学校・公民館だけではありません。安全な親戚・知人宅やホテル・旅館に避難することも考えてみましょう。

避難する際は、近所の方にも声を掛け、お互いに助け合いましょう！

マイ・タイムライン

災害時のあなたの行動を書きましょう。

家族で決めた連絡方法、集合場所は裏表紙のメモに書き込みましょう。

災害発生
までの時間

5
日
前

気象・避難情報

警戒レベル1

早期注意情報

- ・大雨発生の可能性
- ・重大災害の兆候

警戒レベル2

大雨注意報・
洪水注意報

- ・大雨・洪水警報等
- ・重大災害の兆候

半
日
前

避難の準備・確認

総合防災ハザードマップ 警戒レベル1で確認

総合防災ハザードマップで自宅周辺の
災害リスクを確認しましょう。

自宅が「早期立ち退き避難が必要な区域」の
エリア内にある

☐ はい ☐ いいえ

避難する場所

警戒レベル2で確認

大雨のときに避難することを踏まえ、事前に
避難先や避難方法を考えましょう

避難場所	
避難方法	
避難に 要する時間	

避難開始のタイミング

警戒レベル2で確認

- ☐ 自宅が「早期立ち退きが必要な区域」の
エリア内にある場合
- ☐ 障がい者やその支援者、高齢者、妊娠中
の人や小さな子どもがいる人など避難
に時間を要する場合

警戒レベル3
高齢者等避難

- ☐ 上記以外の方は安全な場所へ避難開始

警戒レベル4
避難指示

避難情報の収集手段

警戒レベル2で確認

- ☐ テレビ
- ☐ 町のホームページの防災情報
- ☐ 町の防災情報メール
- ☐ その他

- ☐ 障がい者やその支援者、高齢者、妊娠中
の人や小さな子どもがいる人など
避難に時間を要する人は避難を開始
しましょう

- ☐ 安全なところへ避難する

全員避難完了!!

- ☐ 命の危険 直ちに安全確保

避難のポイント

いざ避難というときに、慌てる
ことがないように具体的な行動
をまとめましょう。

・事前準備するもの

- ☐ 避難場所、避難経路の再確認
- ☐ 家族の予定を確認
- ☐ 家の周辺の片付け
- ☐ 携帯電話の充電
- ☐ 避難の服装準備と確認
- ☐ 非常用持出袋の再確認
- ☐ 窓の施錠の確認
- ☐ モバイルバッテリーの確認
- ☐
- ☐

避難所に向かうなど、自宅の外に
避難する場合は、雨が強くなる
前に早めに避難することを心が
けましょう。

・避難する際の注意点

- ☐ 避難所の開設状況を確認
- ☐ 火の元、戸締りの確認
- ☐ 避難先を家族に連絡
- ☐ 非常用持出品を持って避難
- ☐ 暗くなる前に避難
- ☐ 雨が強くなる前に避難
- ☐
- ☐
- ☐

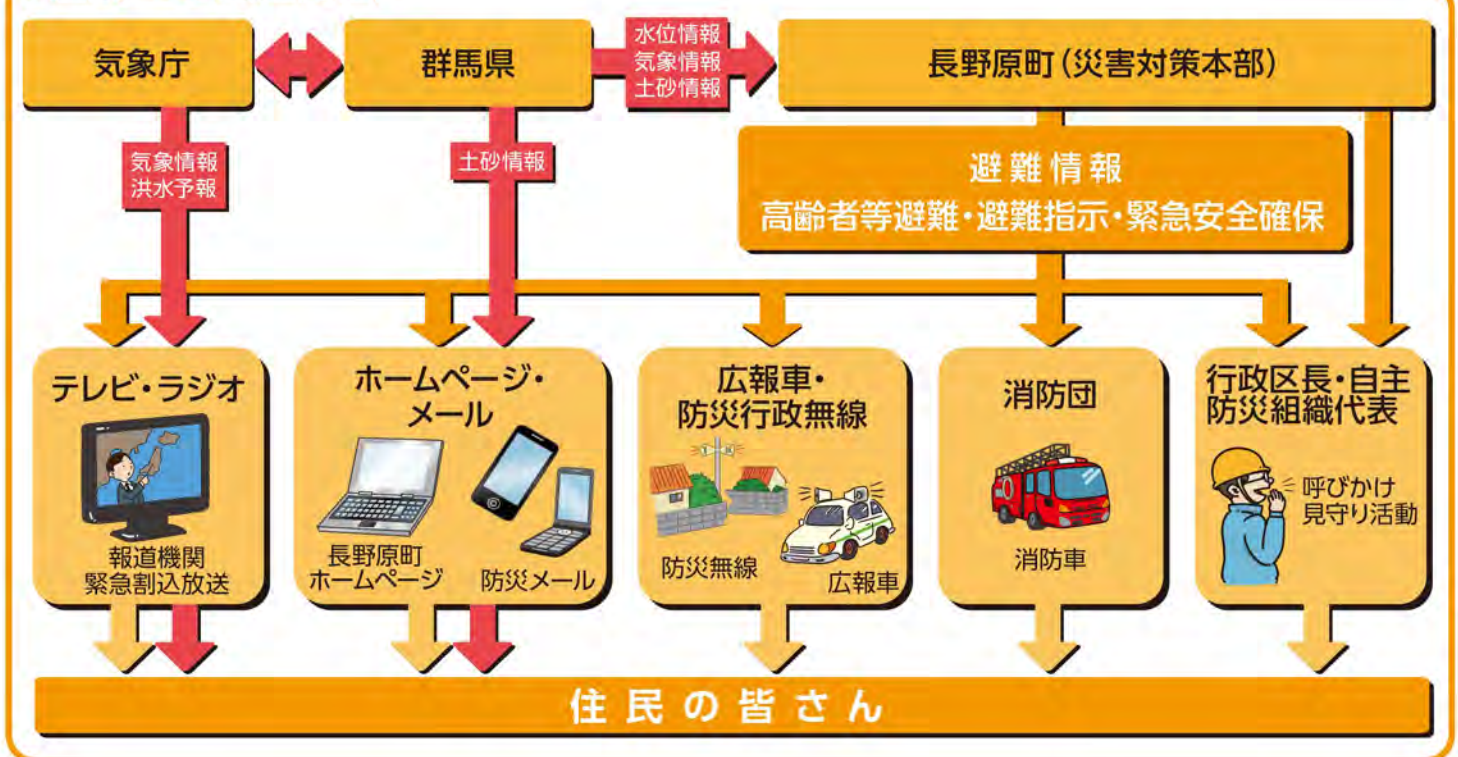
・行動する際の注意点

- ☐ 車での移動はやめましょう
- ☐ 外に避難することが危険な場
合は、建物内の安全な場所
(2階など)に垂直避難しま
しょう

避難対象区域の人は
この時点までに全員避難

災害時の情報伝達

▼住民への伝達方法



▼「全国瞬時警報システム (J-ALERT)」について

噴火警報や緊急地震速報、弾道ミサイル情報といった対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に国が人工衛星を用いて情報を発信し、防災行政無線で直接住民に伝達するシステムです。

▼「登録制メール」に登録を！

防災行政無線で放送する町からのお知らせをメール配信しています。登録料・情報料は無料となっておりますので、ご活用ください。

1. 登録二次元コードにアクセスし空メールを送信して下さい。[naganohara@pasmail.jp]
2. 空メール送信後、およそ5分以内にメールが返信されます。
3. メール本文に記載されているhttpsから始まるURLを押し、インターネットに接続して下さい。
4. 「利用同意書」の内容を確認し、「同意する」を押して下さい。
5. 登録完了メールが届いたら登録完了です。



◆情報を集めましょう◆

▼テレビ

- ① リモコンのdボタンを押す
- ② 「防災・生活情報」を選択する



災害情報が確認できます

▼群馬県

水位雨量情報システム

群馬県内の雨量・水位・ダム情報など



▼気象庁

防災情報、天気、キキクル（危険度分布）、大雨・大雪、地震・火山情報など



▼川の防災情報

カメラ画像、河川の観測水位、水位予測など



▼防災情報提供センター

リアルタイム雨量、リアルタイムレーダーなど



自宅にとどまった場合の備え

自宅で避難生活を送る場合、まずは **水・食料・トイレ** の備えが必要です。

水 飲料水の備え

1人1日3リットルを目安に最低3日分、できれば7日分用意しておきましょう

必要な備蓄量を計算してみましょう

$$3 \text{ リットル} \times \begin{array}{|c|} \hline \text{家族の人数} \\ \hline \end{array} \times 7 \text{ 日分} = \begin{array}{|c|} \hline \text{必要な量} \\ \hline \end{array} \text{ リットル}$$

食料 食料の備え



日常の備え

- (1) 食材を少し多めに買い置きしておき、合わせてレトルト食品や缶詰なども買い置きしておきます(7日以上)
- (2) レトルト食品や缶詰は古いものから定期的に食べましょう
- (3) 食べた分を補充して(1)に戻る

災害時

- (1) 停電した場合は冷蔵庫にある食料をクーラーボックスに移す
- (2) 傷みやすいもの、要冷蔵のものを優先して食べましょう
- (3) 普段から備えておいたレトルト食品や缶詰などを食べましょう



トイレ

災害時の
トイレ対策



携帯トイレは1人1日5枚程度使うと想定して7日分ほど用意

$$5 \text{ 回} \times \begin{array}{|c|} \hline \text{家族の人数} \\ \hline \end{array} \times 7 \text{ 日分} = \begin{array}{|c|} \hline \text{必要な数} \\ \hline \end{array} \text{ 枚}$$

家財被害対策

家庭にある物を使って家屋への浸水や流入を防ぐ方法(簡易水防工法)は、水深が浅い段階では有効です。

浸水を防ぐ!

■ゴミ袋による簡易水のう

ゴミ袋などの大きめ(45リットル程度)のビニール袋を二重、三重に重ね、半分(20リットル程度)ぐらいの水を入れ、口をきつく縛る。



■簡易水のうと段ボール等との併用

簡易水のうを段ボール箱に入れて連結させれば強度が増し、水のうを積み重ねることもできます。



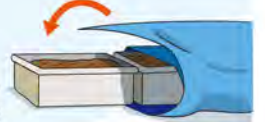
■止水板

長い板、鉄板、畳、テーブル、ロッカーなどを出入口に設置します。



■プランター

土を入れたプランターをレジャーシートで巻き込んで使用します。



水のうで逆流防止

豪雨のときなど、急激な水位の上昇により下水管が満水の状態となると、下水が逆流し、トイレや風呂場、洗濯機の排水口などから、水が吹き出ることがあります。そのようなときは、ビニール袋に水を入れた「水のう」を置くと、逆流を抑える効果があります。



避難の方法

避難は学校や公民館といった指定緊急避難場所への移動ではありません。住んでいる地域やその時の状況、人によって方法は異なります。普段からどう行動するか決めておきましょう

■立退き避難

- ・町が指定した避難場所
- ・安全な親戚・知人宅
- ・安全なホテル・旅館
(通常の宿泊料が必要です。本書(総合防災ハザードマップ)で安全かどうかを確認し、予約しましょう。)



■屋内安全確保

本書(総合防災ハザードマップ)で自宅にいても問題がないか確認する必要があります。

- ・家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないこと
- ・浸水深より居室が高いこと
- ・水が引くまで我慢でき、水・食料などの備えが十分にあること



ここなら安全！



■緊急安全確保

「立退き避難」を行う必要がある居住者等が、適切なタイミングで避難をしなかった等により避難し遅れたために、災害が発生・切迫し、立退き避難を安全にできない状況に至ってしまった場合に、命の危険から身の安全を可能な限り確保するため、その時点での場所よりも相対的に安全である場所へ直ちに移動等することが「緊急安全確保」です。



- ・自宅の少しでも高い場所に移動
- ・近隣の少しでも高い建物に移動
- ・崖から離れた部屋に移動

避難所について

避難所では生活ルールを守りましょう

- 起床や就寝の時間、トイレの使い方、喫煙場所、ペット同伴の可否など避難所のルールを守りましょう。
- ほかの人の居住スペースに立ち入ったり、のぞいたり、大声をあげたりするのはマナー違反です。

役割分担して運営に参加しましょう

- 避難者もできる範囲で、受付や清掃、炊き出し、物資の配布など役割分担をしましょう。
- みなさんで助け合いながら避難所運営に参加しましょう。



ベッドやプライバシー確保に努めましょう

- 段ボール型のベッドの設置は足腰の弱い方に有効です。
- プライバシーの確保のために間仕切り(パーティション)などがあると便利です。



ペットの避難 ～飼い主が備えておくべきこと～

ペットの避難

ペットの同行避難は各避難所に定められたルールに従いましょう。避難者がいるスペースから離れ、決められた場所につないだり、持参したケージ(おり)等に入れたりするなど、飼い主が責任を持って世話をしましょう。

■災害時の心構え

避難所には、動物が苦手な人やアレルギーを持っている人など様々な人がいるので、周りの人に配慮しましょう。



■ペットのしつけと健康管理

普段からケージやキャリーバッグ等に慣れさせておき、決められた場所で排泄ができるようにしておきましょう。予防接種や寄生虫の駆除をしておきましょう。

■ペットの避難用具・備蓄品の用意

食料、リードやキャリーバッグ等、避難先での飼育に必要なものを予め用意しておき、持参しましょう。ペット用の避難物資が届くまでには時間がかかる場合があるので7日分は用意しておきましょう。



ウイルス等の感染症が収束しない中でも、**災害時には** **危険な場所にいる人は避難することが原則**

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、適切な行動をとりましょう。

知っておくべき **5** つのポイント

- 1 避難とは『難』を『避』けること**
自宅での安全確保が可能な人は、感染のリスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。
- 2 避難先は学校・公民館だけではありません**
避難所が過密状態となることを防ぐため、安全な場所に住む親戚・知人宅に避難することも検討しましょう。
- 3 マスク・消毒液・体温計を自ら準備**
避難所の備蓄には限りがあるため、できるだけ**自ら携行**してください。
(マスクがない場合にはタオル・ハンカチ等、消毒液はウェットティッシュでも代用できます)
- 4 避難場所、避難所の変更・増設を確認**
本書発行後に情報が変わる可能性もあります。あらかじめ**町のホームページ**等で確認してください。
- 5 豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です**
避難場所への経路など**周囲の安全確認**を十分に行ってください。

避難先では感染症予防に努めましょう

● 避難所に入る前に

感染の拡大を未然に防ぐことが非常に重要です。
避難所に入る前に、発熱の有無など体調チェックを行いましょう。

● 手洗い、うがいをこまめに

食事前や、トイレなど共有部分に触れた後は、石けんと水で手洗いを。水を十分に確保できない場合は、アルコール消毒液などで代用しましょう。

● 咳エチケットの徹底

飛沫感染の予防のため、咳などが出ていなくてもマスクを着用しましょう。

● 換気の実施

可能な限り、定期的に換気を行いましょう。
換気は季節を問わないので、寒暖差への防寒対策も必要です。

● 「3密」(密閉・密集・密接)の回避

避難者同士2m程度の距離を保ちましょう。向かい合わせではなく背中合わせに座ったり、段ボールなどの間仕切りを利用すると、飛沫感染の予防になります。また食事時間をずらすなどして、密集・密接を避けましょう。

● 日々の健康状態をチェック

定期的に体温を測定し、体調の変化を感じた場合にはすぐに避難所のスタッフに相談しましょう。



ハザードマップの見方

▼土砂災害(特別)警戒区域について

- 土砂災害(特別)警戒区域は群馬県と国(国土交通省)で急傾斜地と土石流について調査した結果を基に掲載しています。
- 土砂災害(特別)警戒区域は、現地調査などにより把握されたものです。地図に表示されている箇所以外でも土砂災害が発生する可能性があります。



▼洪水浸水想定区域について

- この洪水浸水想定区域図は、吾妻川圏域の洪水予報区間について、想定最大規模降雨(491mm/3日(八斗島上流))による洪水浸水想定区域、浸水した場合に想定される水深を表示したものです。
- この洪水浸水想定区域は、現時点の吾妻川圏域の河道及び洪水調節施設の整備状況を勘案して、想定最大規模降雨に伴う洪水によりはん濫した場合の浸水の状況をシミュレーションにより予測したものです。
- このシミュレーションの実施にあたっては、**支川の決壊によるはん濫、想定を超える降雨、内水によるはん濫等を考慮していません**ので、この洪水浸水想定区域に指定されていない区域においても浸水が発生する場合や、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。
- なお、この洪水浸水想定区域は、吾妻川圏域のはん濫により生じる洪水浸水想定区域と想定される水深等を示した図であるため、隣接する河川のはん濫の影響が考えられる区域では、別途、当該河川の洪水浸水想定区域を参照する必要があります。

◆ハザード情報の見方◆

土砂災害



※ハザードマップの着色や凡例は町によって異なる場合があります

土砂災害警戒区域

土砂災害による被害のおそれがある区域

土砂災害(特別)警戒区域

建造物に損壊が生じ、住民などの生命または身体に著しい危険が生じるおそれがある区域

ハザードマップポータルサイト 検索



水害 洪水浸水想定区域(浸水深)

浸水(想定最大)情報 凡例	
浸水想定区域・想定水深	10.0m 以上の区域
	5.0 ~ 10.0m 未満の区域
	3.0 ~ 5.0m 未満の区域
	0.5 ~ 3.0m 未満の区域
	0.0 ~ 0.5m 未満の区域
その他	家屋倒壊の危険性のある区域



家屋倒壊 家屋倒壊等はん濫想定区域(河岸浸食)

洪水時の河岸浸食により、木造・非木造の家屋倒壊のおそれがある区域

水の流れが速いため、木造家屋は倒壊するおそれがあります。

地面が削られ家屋は建物ごと崩落するおそれがあります。



避難所一覧・全体索引図

避難所等の種類

「町が指定」

土砂災害及び内水氾濫

地震

火山現象

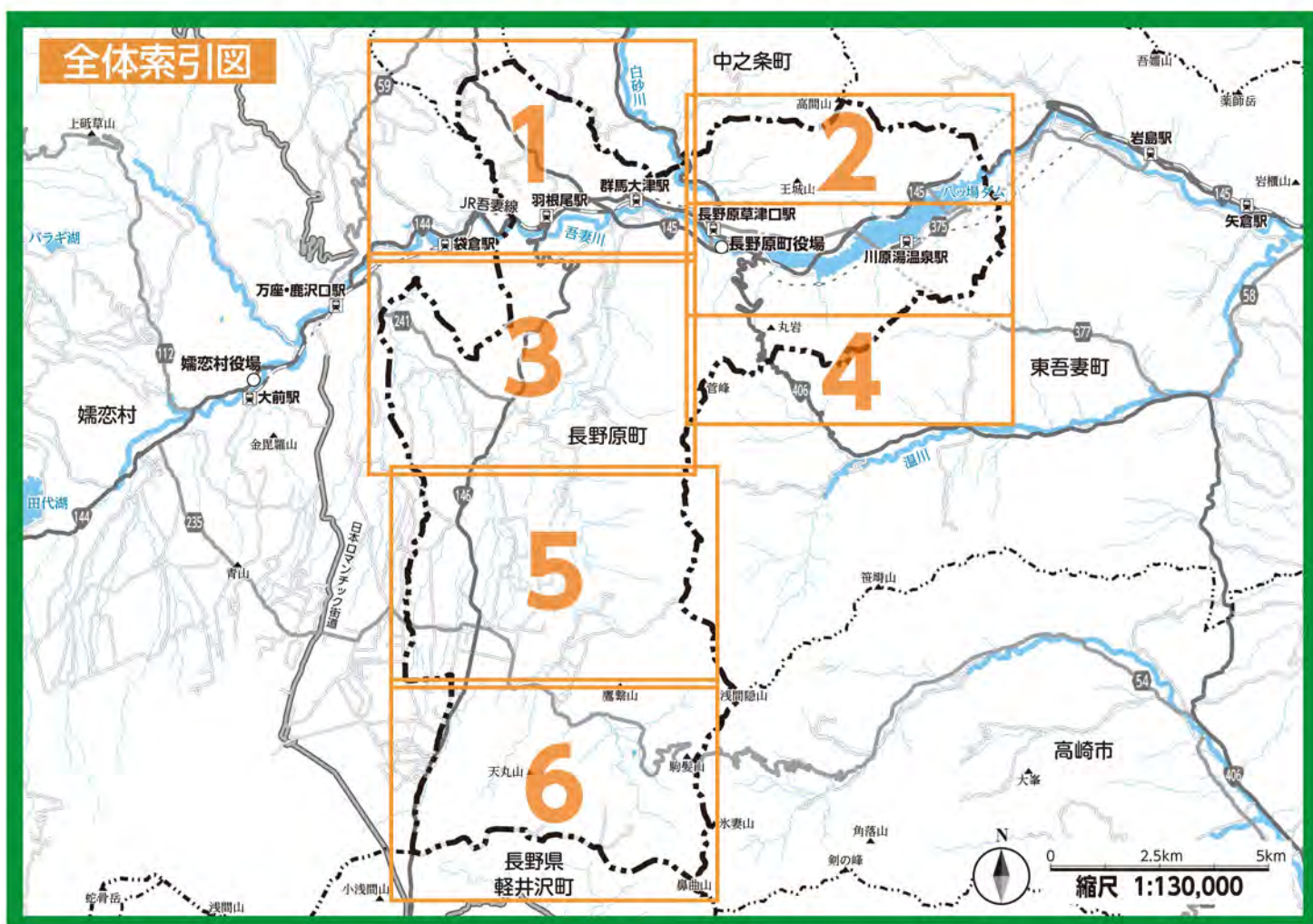
福祉避難所

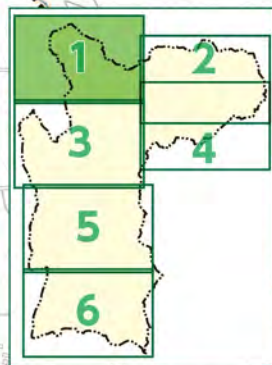
指定避難所 避難した居住者等が災害の危険がなくなるまで一定期間滞在し、又は災害により自宅へ戻れなくなった居住者等が一時的に滞在する施設です。

指定緊急避難場所 居住者等が災害から命を守るために、緊急的に避難する施設又は場所です。

福祉避難所 高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児等、配慮が必要な方が避難することができる施設です。

一般災害	地震災害	火山災害	避難区域	名称	所在地	一般災害	地震災害	火山災害	座標
1	1	1	川原畑	川原畑住民センター	川原畑566-1	○	○	○	2-E-2
2	2	2	川原湯	川原湯(打越)住民センター	川原湯454-45	○	○	○	2-F-3
3	3	3	横壁	横壁住民センター	横壁537-17	○	○	○	4-B-2
4	4	4	林	旧町立第一小学校	林1394-5	○	○	○	2-C-3
5	5	5		林住民センター	林570-2	○	○	○	2-C-3
6	6	6	長野原	町立東中学校	長野原1110-1	○	○	○	2-B-3
7	7	7		長野原区住民センター	長野原239-2	○	○	○	2-A-3
8	8	8		住民総合センター@長野原	長野原1340-1	○	○	○	2-A-3
9	9	9	大津	町立中央小学校	大津4	○	○	○	1-E-3
10	10	10		大津地区多目的集会施設	大津244-2	○	○	○	1-E-3
11	11	11	羽根尾	羽根尾生活改善センター	羽根尾241-3	○	○	○	1-D-4
12	12	12	与喜屋	若人の館	与喜屋270-3	○	○	○	1-E-4
13	—	13		与喜屋公民館	与喜屋956-1	○	—	○	3-E-1
14	—	14		与喜屋地区多目的集会施設	与喜屋326-4	○	—	○	1-E-4
15	13	15		屋内運動場	与喜屋270-1	○	○	○	1-E-4
16	14	16	応桑	町立応桑小学校	応桑20-2	○	○	○	3-C-3
17	—	17		応桑地区多目的集会施設	応桑271-6	○	—	○	3-C-3
18	15	18	応桑・北軽井沢	町立西中学校	応桑1543-310	○	○	○	3-C-4
19	16	19	北軽井沢	町立北軽井沢小学校	北軽井沢1924	○	○	○	5-B-4
20	—	20		北軽井沢住民センター	北軽井沢1988-775	○	—	○	5-B-3
1	—	—	町内全域	長野原町老人福祉センター	与喜屋1624	—	—	—	1-E-4





土砂災害警戒区域等

土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域

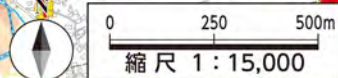
浸水(想定最大)情報 凡例

浸水想定区域・想定水深	10.0m 以上の区域
	5.0 ～ 10.0m 未満の区域
	3.0 ～ 5.0m 未満の区域
	0.5 ～ 3.0m 未満の区域
	0.0 ～ 0.5m 未満の区域

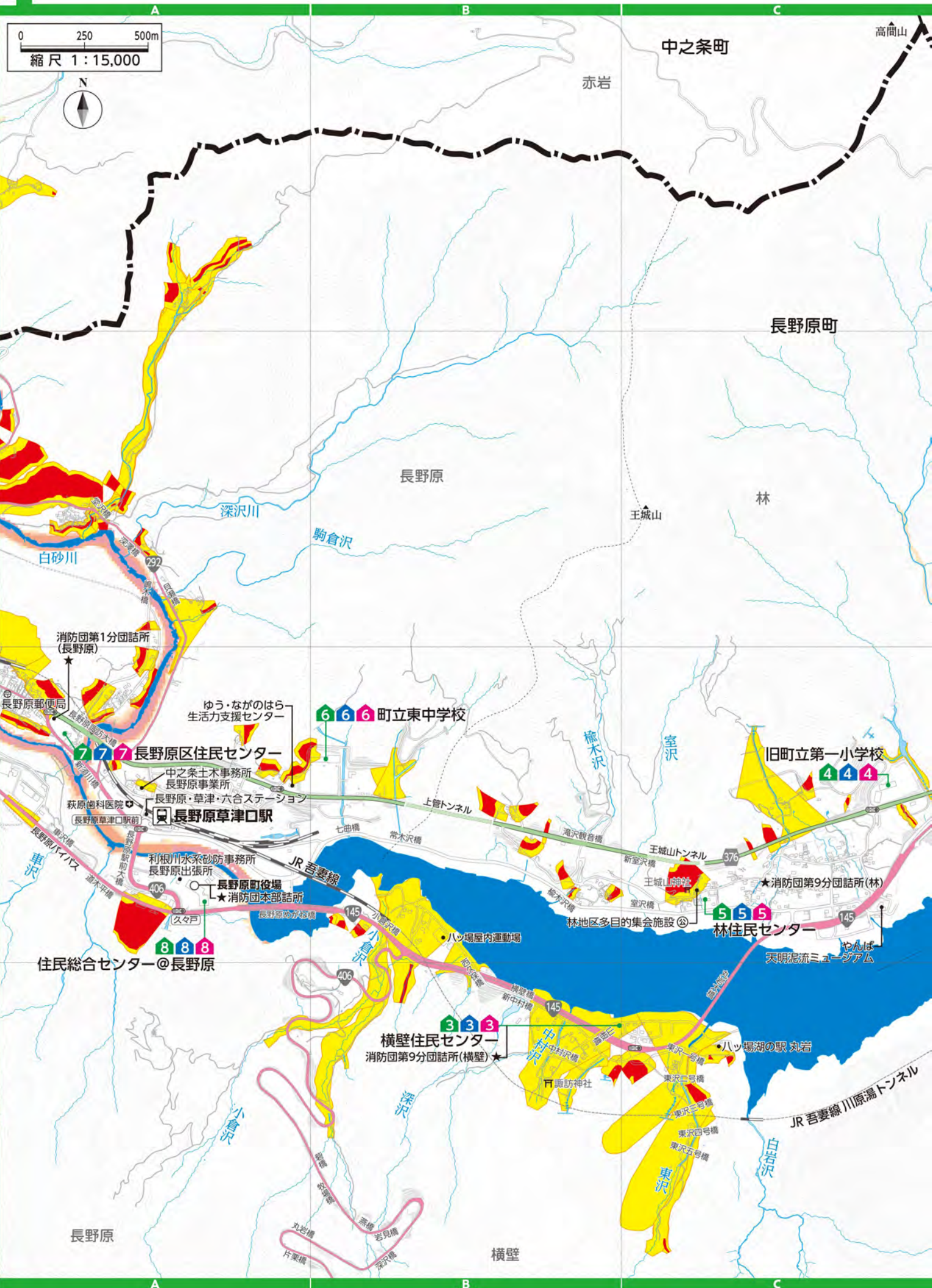
その他 家屋倒壊の危険性のある区域

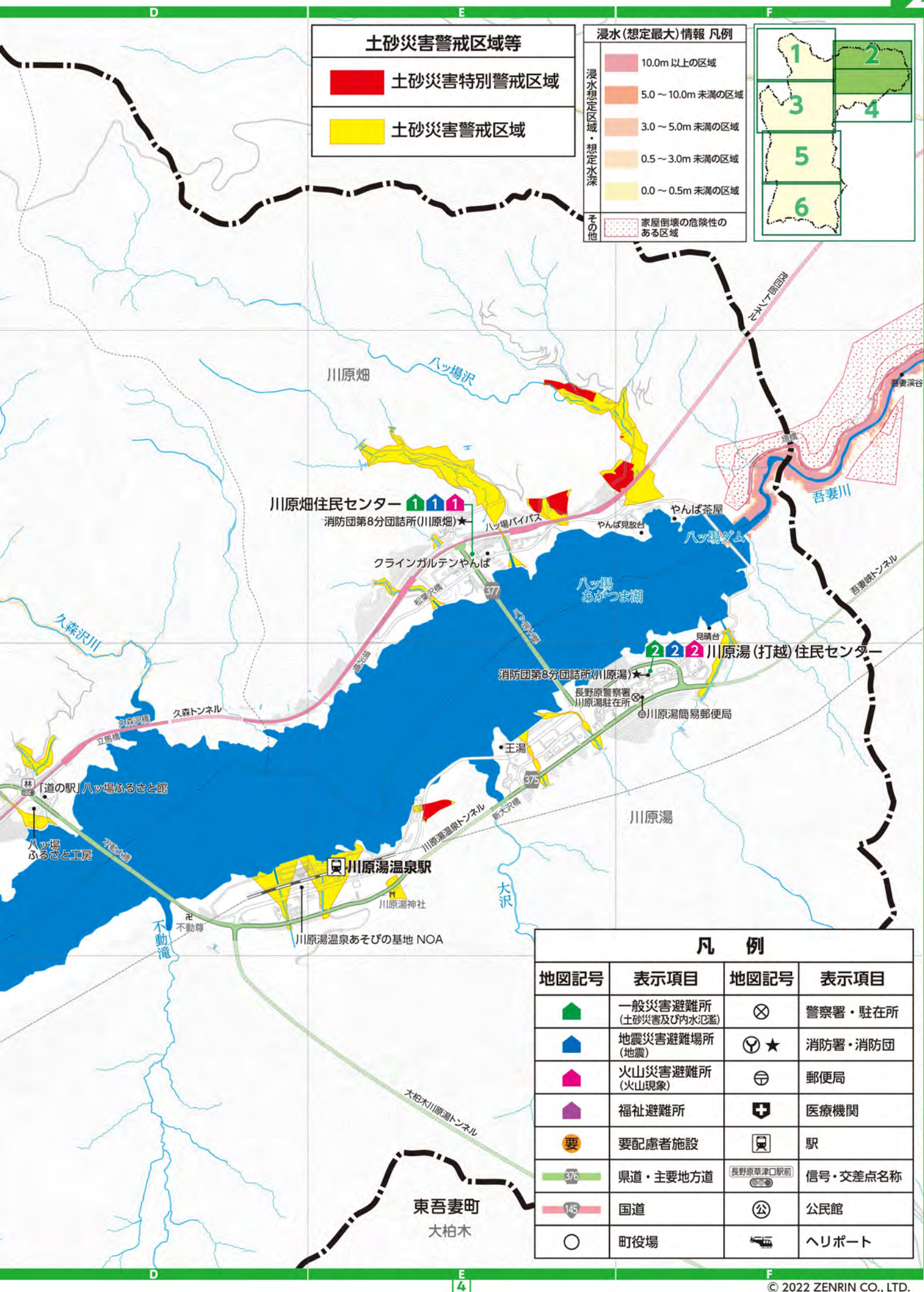
凡 例

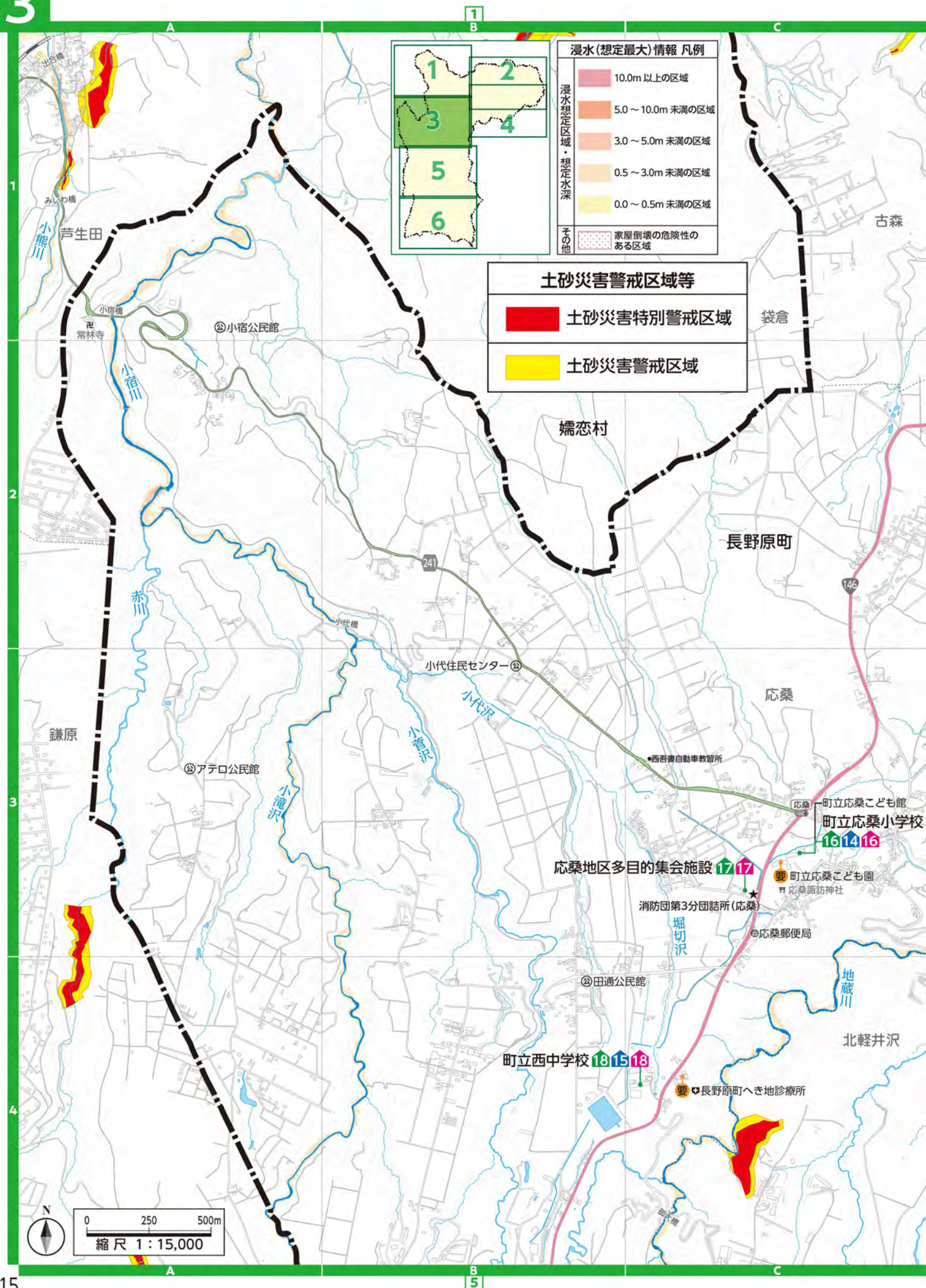
地図記号	表示項目	地図記号	表示項目
	一般災害避難所 (土砂災害及び内水氾濫)		警察署・駐在所
	地震災害避難場所 (地震)		消防署・消防団
	火山災害避難所 (火山現象)		郵便局
	福祉避難所		医療機関
	要配慮者施設		駅
	県道・主要地方道 (長野原草津口駅前)		信号・交差点名称
	国道		公民館
	町役場		ヘリポート

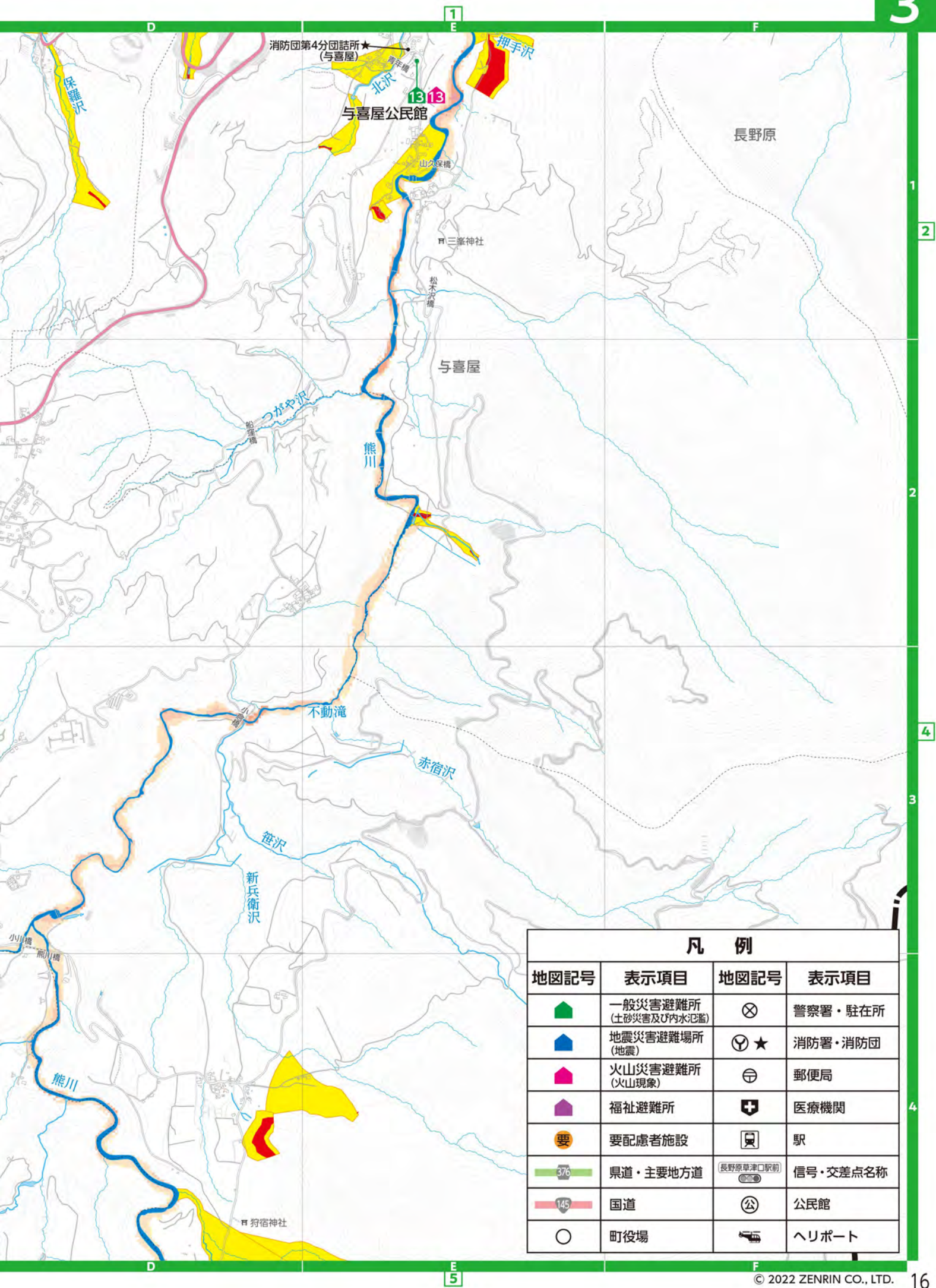






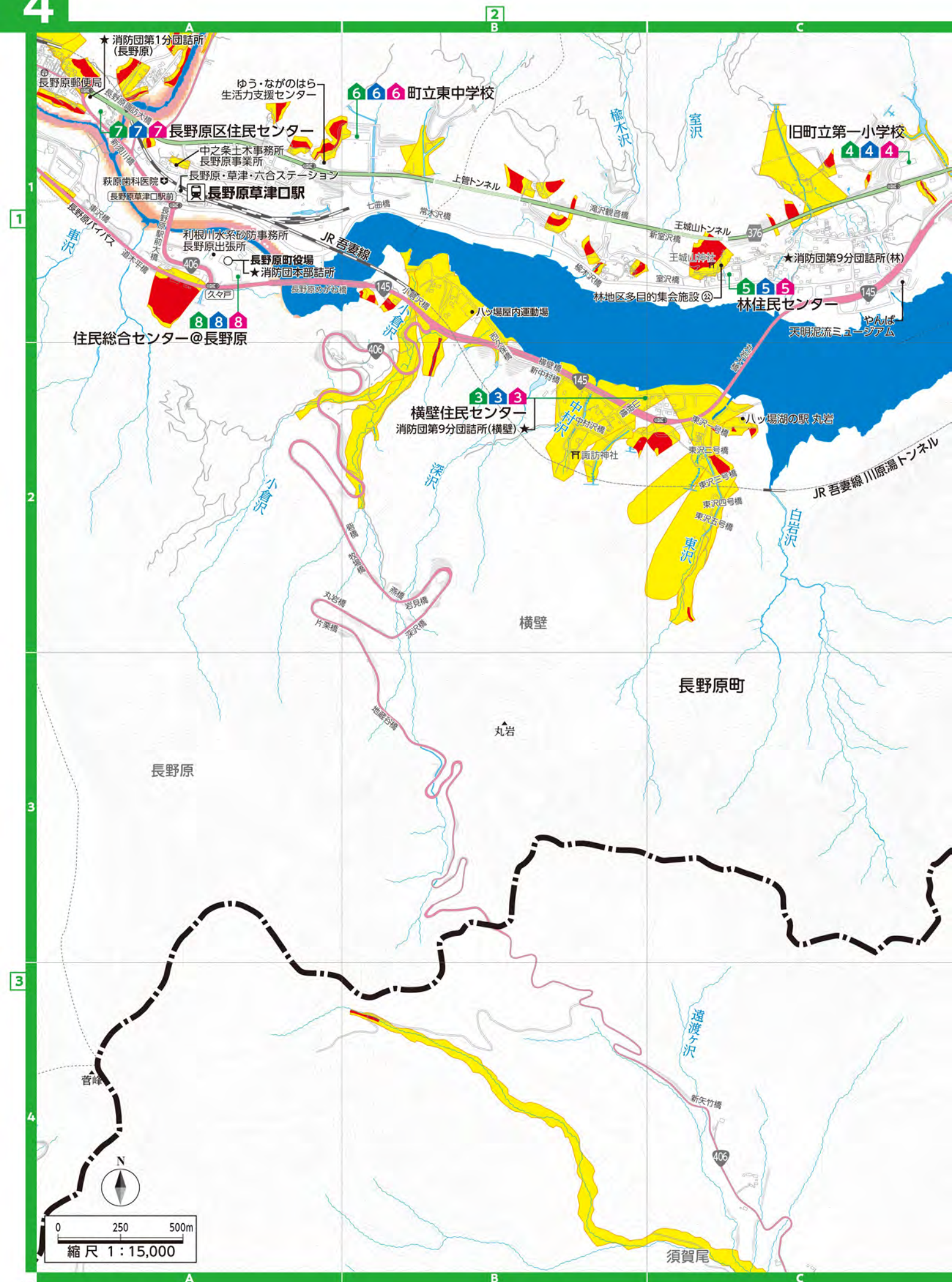


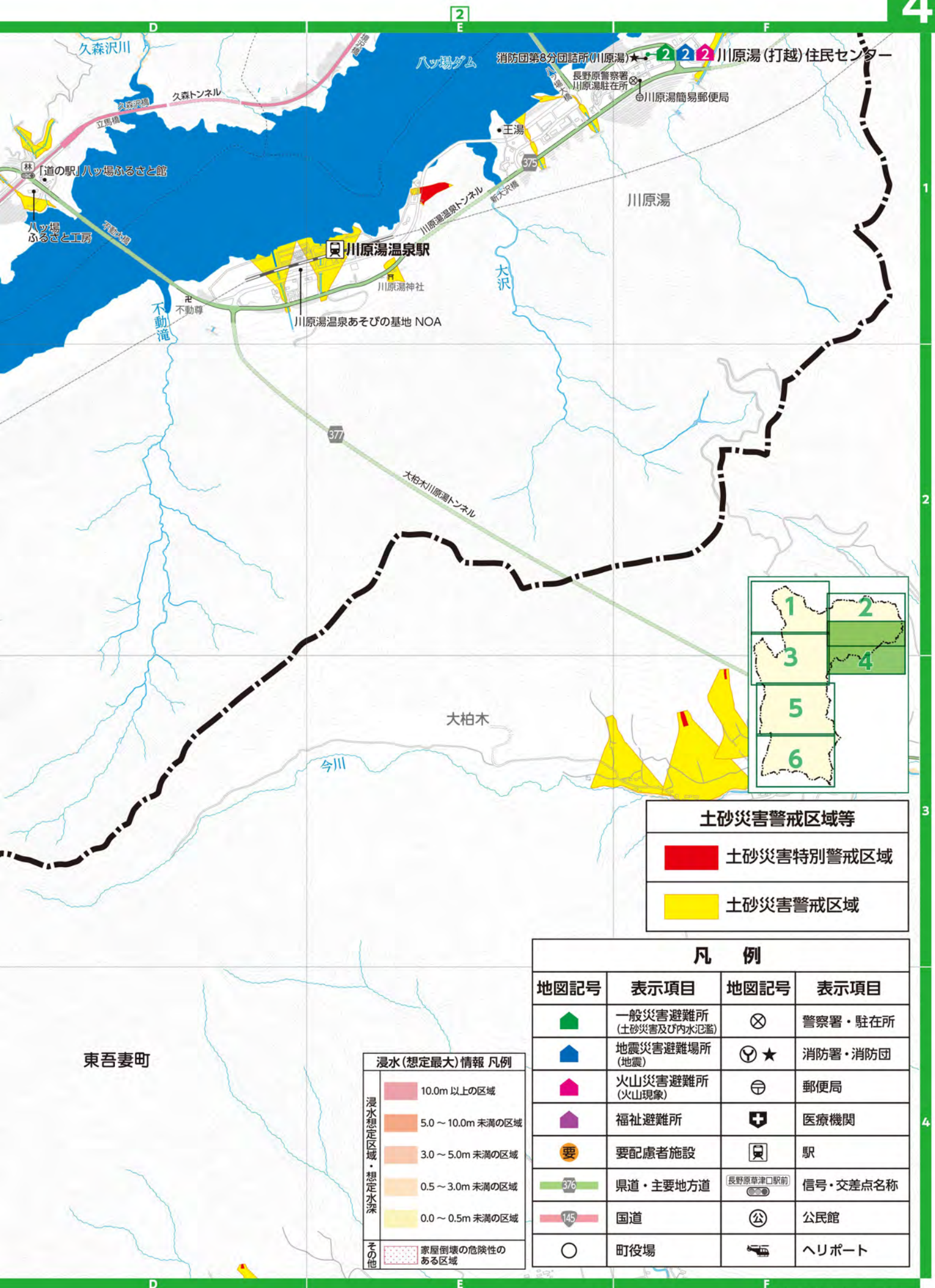


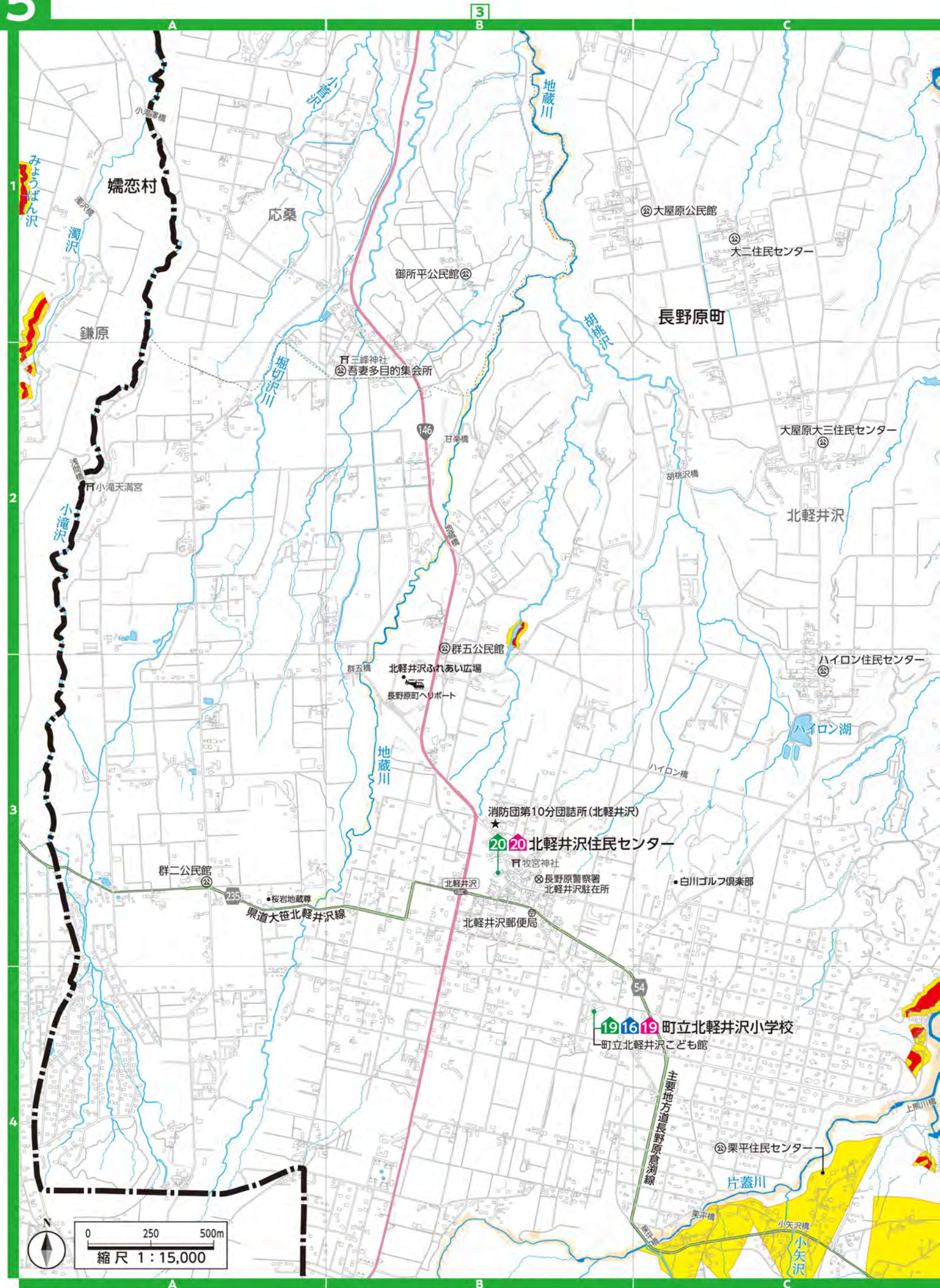


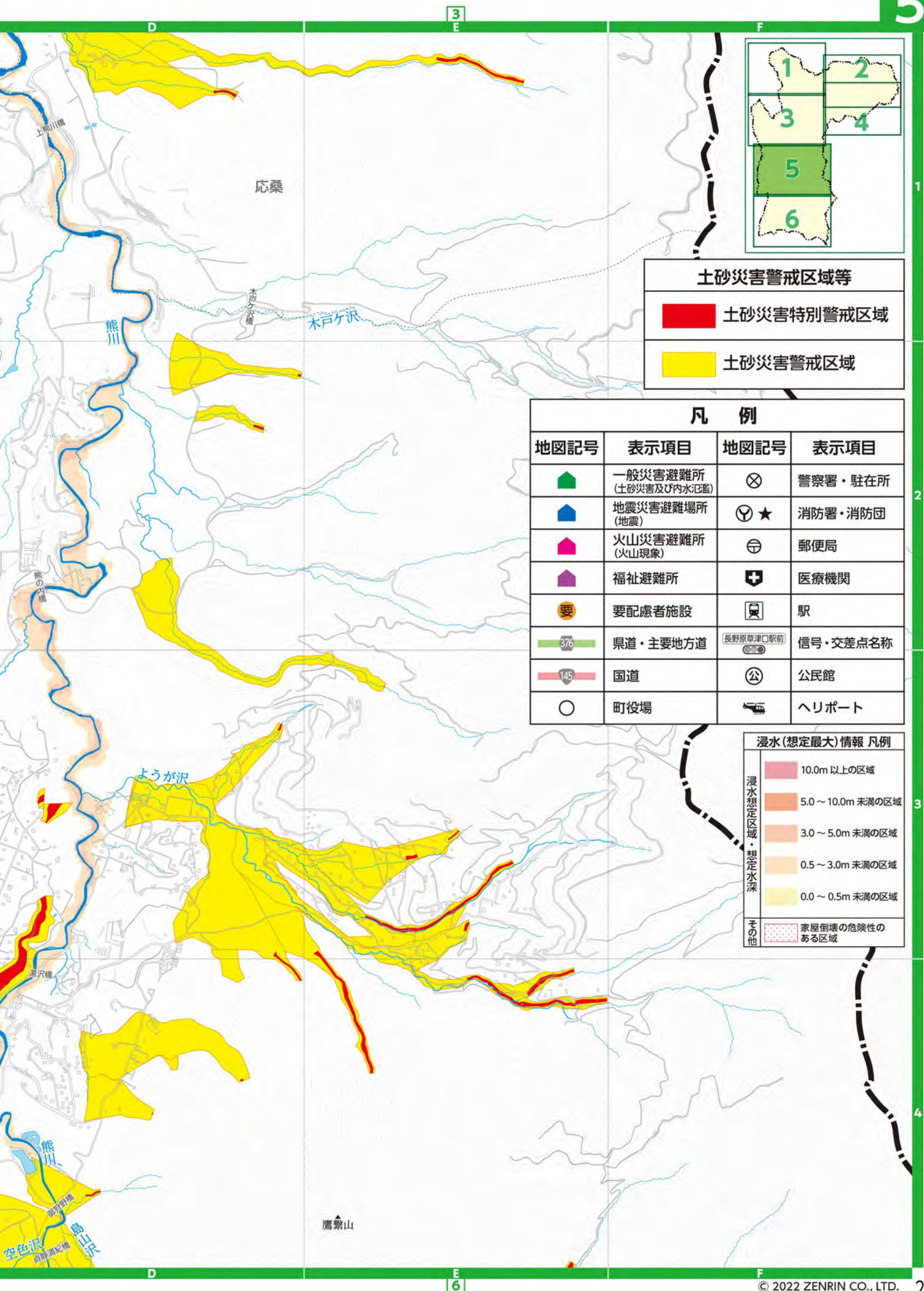
凡 例

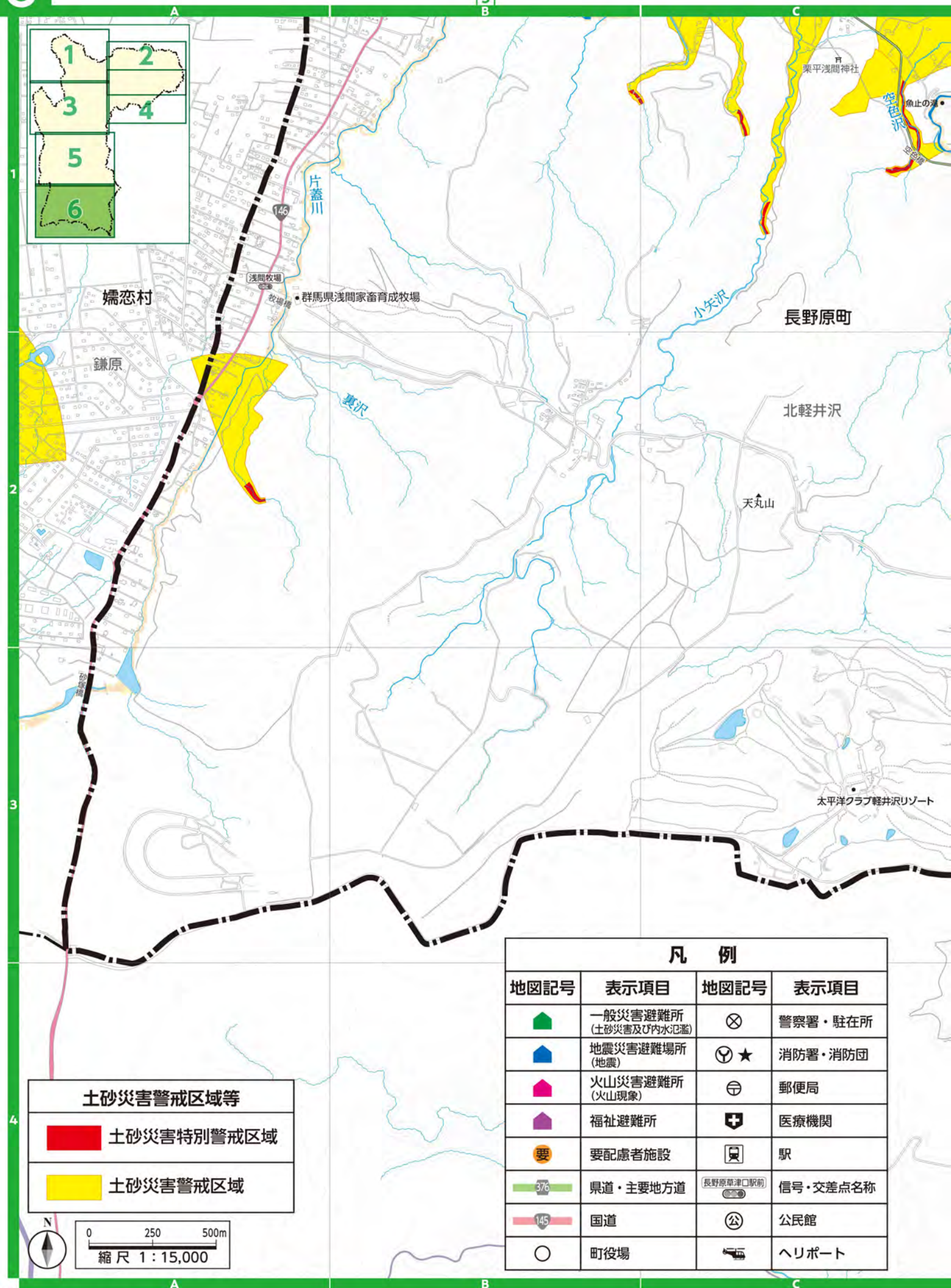
地図記号	表示項目	地図記号	表示項目
	一般災害避難所 (土砂災害及び内水氾濫)		警察署・駐在所
	地震災害避難場所 (地震)		消防署・消防団
	火山災害避難所 (火山現象)		郵便局
	福祉避難所		医療機関
	要配慮者施設		駅
	県道・主要地方道		信号・交差点名称
	国道		公民館
	町役場		ヘリポート

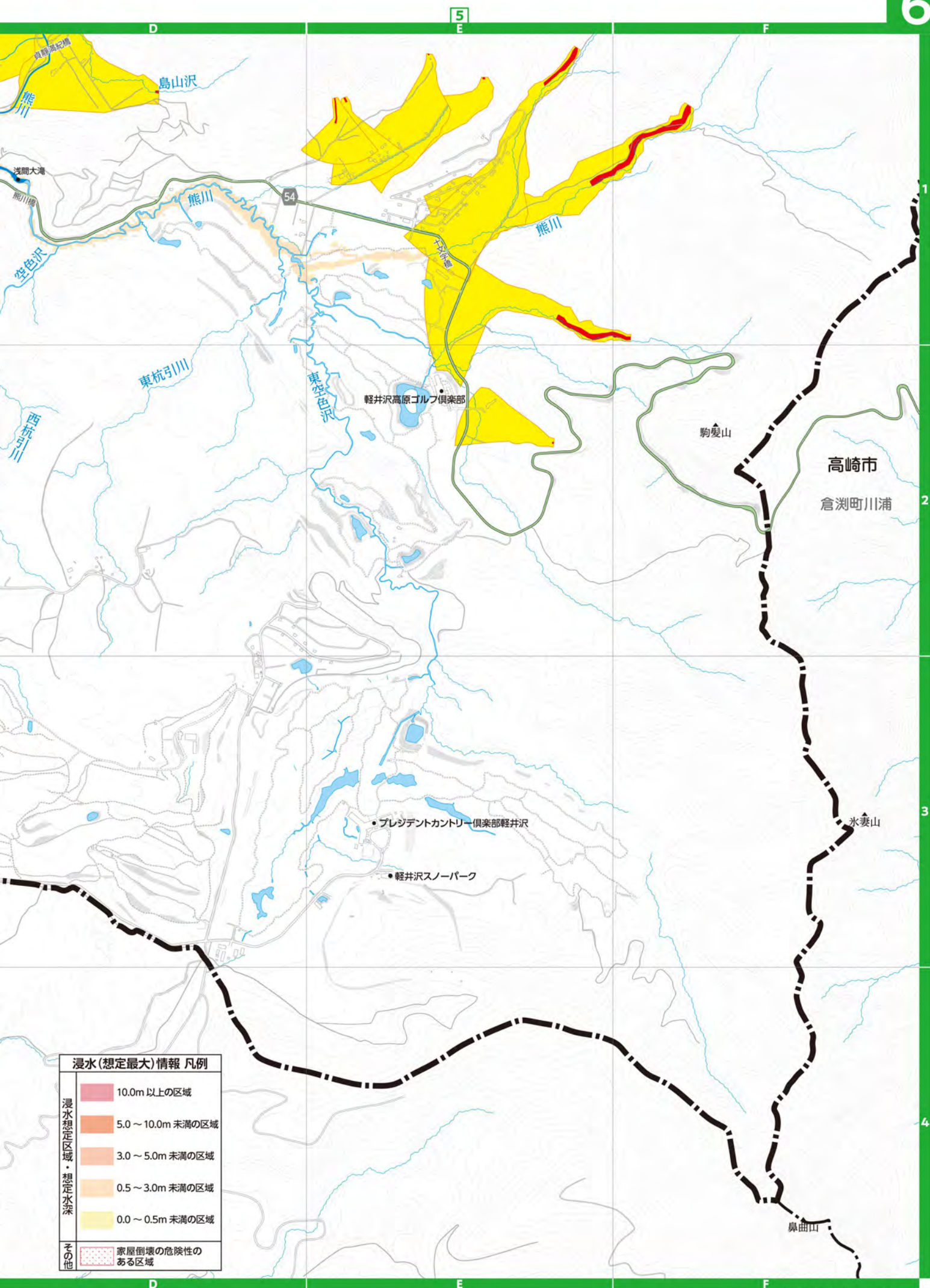












風水害対策

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、避難の際もみんなが協力しましょう。

注意報

災害のおそれがあるときに発表されます。本書などで避難行動を確認しましょう。

警報

重大な災害のおそれがあるときに発表されます。

特別警報

数十年に一度の大災害が起きると予想される場合に発表されます。危険な区域から避難できていない方は、命を守るための最善の行動をとりましょう。

雨の強さと降り方

1時間雨量 (mm)	予報用語	人の受けるイメージ	人への影響	屋内 (木造住宅を想定)	屋外の様子	車に乗っていて
10以上 20未満	やや強い雨	ザーザーと降る	地面からの跳ね返りで足元がぬれる	雨の音で話し声が良く聞き取れない	地面一面に水たまりができる	
20以上 30未満	強い雨	どしゃ降り	傘をさしていてもぬれる			ワイパーを速くしても見づらい
30以上 50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る		寝ている人の半数くらいが雨に気がつく	道路がリリリになる	高速走行時、車輪と路面の間に水膜が生じブレーキが効かなくなる(ハイドロプレーニング現象)
50以上 80未満	非常に激しい雨	滝のように降る(ゴーゴーと降り続く)	傘は全く役に立たなくなる		水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる	車の運転は危険
80以上	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある恐怖を感じる				

風の強さと吹き方

平均風速(m/s)	およその時速	風の強さ (予報用語)	速さの目安	人への影響	屋外・樹木の様子	走行中の車	建造物の被害	およその瞬間風速(m/s)
10以上 15未満	~50km	やや強い風	一般道路の自動車	風に向かって歩みにくくなる。傘がさせない。 	樹木全体が揺れ始める。電線が揺れ始める。	道路の吹流しの角度が水平になり、高速運転中では横風に流される感覚を受ける。	樋(とい)が揺れ始める。	20
15以上 20未満	~70km	強い風		風に向かって歩けなくなり、転倒する人も出る。高所での作業はきわめて危険。	電線が鳴り始める。看板やトタン板が外れ始める。	高速運転中では、横風に流される感覚が大きくなる。	屋根瓦・屋根葺材がはがれるものがある。雨戸やシャッターが揺れる。	30
20以上 25未満	~90km	非常に強い風	高速道路の自動車	何かにつかまっていけないと立ってられない。飛来物によって負傷するおそれがある。 	細い木の幹が折れたり、根の張っていない木が倒れ始める。看板が落下・飛散する。道路標識が傾く。 	通常の速度で運転するのが困難になる。	屋根瓦・屋根葺材が飛散するものがある。固定されていないプレハブ小屋が移動、転倒する。ビニールハウスのフィルム(被覆材)が広範囲に破れる。	40
25以上 30未満	~110km			屋外での行動はきわめて危険。 		走行中のトラックが横転する。	固定の不十分な金属屋根の葺材がめくれる。養生の不十分な仮設足場が崩落する。	50
30以上 35未満	~125km		特急電車				外装材が広範囲にわたって飛散し、下地材が露出するものがある。	60
35以上 40未満	~140km	猛烈な風			多くの樹木が倒れる。電柱や街灯が倒れるものがある。ブロック壁で倒壊するものがある。		住家で倒壊するものがある。鉄骨構造物で変形するものがある。	
40以上	140km~							

台風について

◆熱帯の海上で発生する低気圧を「熱帯低気圧」と呼びますが、このうち北西太平洋または南シナ海に存在し、なおかつ低気圧域内の最大風速（10 分間平均）がおよそ 17m/s（34 ノット、風力 8）以上のものを「台風」と呼びます。

■台風の大きさと強さ■

◆台風のおおよその勢力を示す目安として、風速（10 分間平均）をもとに台風の「大きさ」と「強さ」を表現します。「大きさ」は強風域（風速 15m/s 以上の風が吹いているか、吹く可能性がある範囲）の半径で、「強さ」は最大風速で区分しています。さらに、風速 25m/s 以上の風が吹いているか、吹く可能性がある範囲を暴風域と呼びます。

■大きさの階級分け■

大きさ	風速15m/s以上の半径
大型（大きい）	500km以上800km未満
超大型（非常に大きい）	800km以上

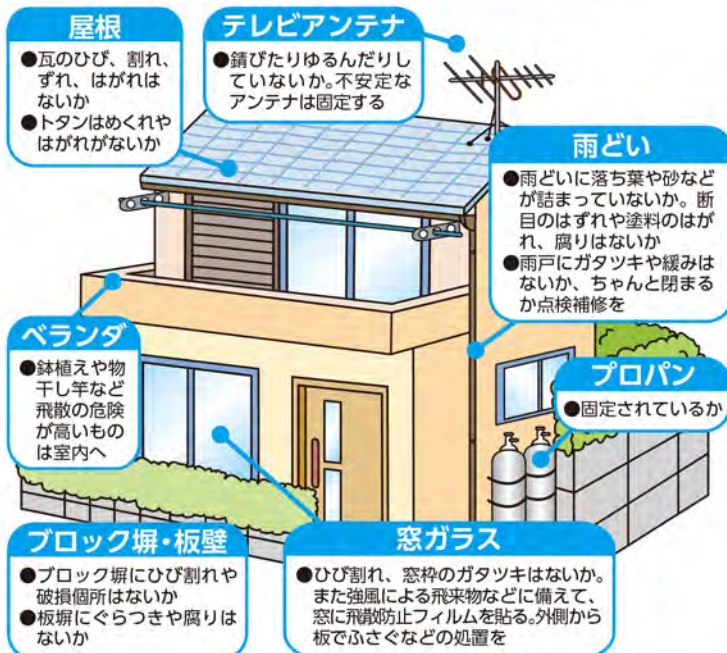
■強さの階級分け■

強さ	最大風速
強い	33m/s以上44m/s未満
非常に強い	44m/s以上54m/s未満
猛烈な	54m/s以上

■台風への備え■

家屋周辺

- 商店などでは看板のぐらつきにも注意
- 庭の鉢植えに注意。室内に入れておく
- 家の周りを一周し、飛ばされそうなものは全て室内に取り込むか固定するなどの飛散防止を



避難の

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ります。浸水してから自宅外への避難は危険です。危険を感じたら自主的に避難を開始しましょう。



！ 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しましょう。移動途中であっても、危険を感じたら近隣の建物へ。



！ 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通っています。また、氾濫水は濁っているため、水面下が確認できません。長い棒などを杖替わりとし、側溝やマンホール、障害物に注意しましょう。



！ 川や用水路に近づかない

降雨が続く不安に思っても、川や用水路、田畑の用水は見に行かず、やむを得ない場合は複数人で行動しましょう。避難の途中でも増水した川の近くを通るは避けましょう。



！ 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ます。また、地上が冠水すると一気に水が流れこんでくる場合もあり、脱出が困難となります。



！ 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、真っ先に浸水します。場所を把握し、迂回路を想定しておきましょう。



！ 避難は徒歩で！

車での避難は、緊急車両の通行の妨げになります。また、交通渋滞をまねき、浸水するので、徒歩で避難しましょう。



避難時 8 の心得



ハザードマップ（本書）で避難所の位置や土砂災害警戒区域等を前もって確認しておきましょう。備蓄品もチェックしましょう。



テレビ・ラジオで最新の気象情報に注意しましょう。



町や消防からの避難の呼びかけに注意し早めに避難しましょう。



避難する前に電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉め、必要なものをまとめておきましょう。



土砂災害は予測が難しく、避難指示の発令が間に合わないこともあります。少しでも危険を感じたら迷わず避難しましょう。



避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難しましょう。



高齢者や障がい者など、配慮を要する方の逃げ遅れが無いように協力して助けあいましょう。



避難が難しい時は、2階以上のできるだけ山から離れた部屋に移動しましょう。

土砂災害対策

土砂災害とは？

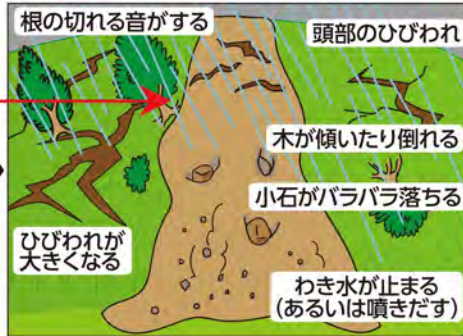
土砂災害は、台風、大雨、地震などにより発生しやすくなります。斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震等でゆるみ、突然、崩れ落ちる「がけ崩れ」、斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する「地すべり」、山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨等によって一気に下流へと押し流される「土石流」があります。また、土砂災害が発生する前には、様々な前兆現象が起こる時があります。

土砂災害の前兆・種類

※下記は一般的な前兆現象です。すべての場合において必ず起きるというものではありません。ふだんと違い、少しでも身に危険を感じたら避難するようにしましょう。

がけ崩れ

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く、被害が発生する割合も高くなっています。



土石流

山腹・川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流されることをいいます。その流れの速さは規模によって異なりますが、時速20～40kmという速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。



地すべり

斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象のことをいいます。一般的に移動土塊量が大きいため、甚大な被害を及ぼします。また一旦動き出すと、これを完全に停止させることは非常に困難です。



土砂災害の予防策

日ごろから避難する場所や道路などを確認しておきましょう。家の近くががけのある方は、がけの周辺を見回り、次のようなことを心がけましょう。

斜面の状態の変化に十分注意しましょう

風でゆるむ大きな木は地面をゆさぶらないよう枝を切りましょう

落ちそうな岩や土のかたまりは除きましょう

崩れそうな所は木や板の柵、石積をしましょう



水路はゴミを掃除しておきましょう

雨水をがけに流さないよう水路を造りましょう



がけの危険な部分はビニールなどで覆い、雨水の浸みこみを防ぎましょう

こわれた塀などは修理や補強をしましょう



とっさの避難！

がけの近くの家にいる場合は、できるだけがけから離れた部屋へすぐに移動！



土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域について

土砂災害防止法に基づき群馬県が計画的に基礎調査を実施して、「土砂災害特別警戒区域」と「土砂災害警戒区域」の指定及び見直しを行っています。

急傾斜地の崩壊（がけ崩れ）



土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

- ・傾斜度が30度以上で高さが5m以上の区域
- ・急傾斜地の上端から水平距離が10m以内の区域
- ・急傾斜地の下端から急傾斜地の高さの2倍（50mを超える場合は50m）以内の区域

土石流



土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

- ・土石流の発生のおそれがある溪流において、扇頂部から下流で勾配が2度以上の区域

地すべり



土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

- ・地すべり区域
- ・地すべり区域下端から、地すべりの地塊の長さに相当する距離（250mを超える場合は250m）の範囲内の区域

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）

土砂災害が発生した場合に、建築物の損壊が生じ住民等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（土石等の移動等により建築物に作用する力の大きさが、通常の建築物が土石等の移動に対して住民の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれのある損壊を生ずることなく耐えることのできる力の大きさを上回る区域）

土砂災害から身を守るために

土砂災害は一瞬のうちに多くの人命や財産を奪う恐ろしい災害です。しかも、その発生を事前に予測することは非常に難しいです。土砂災害から身を守るためには、日ごろからの備えが大切です。

●住んでいる場所が「土砂災害警戒区域」かどうか確認！

自分の家が土砂災害のおそれのある地区にあるかどうか、確認しましょう。

また、避難の際にどこにどのように逃げるのか知っておくことが大事です。避難場所や避難経路を確認しましょう。

※ただし、土砂災害警戒区域等でなくても、土砂災害が発生する場合があります。付近に「がけ地」や「小さな沢」などがあれば注意しましょう。



●雨が降り出したら土砂災害警戒情報に注意！

雨が降り出したら、「土砂災害警戒情報」に注意しましょう。

土砂災害警戒情報は、大雨による土砂災害発生の危険度が高まったときに、町が避難指示などを発令する際の判断や住民の自主避難の参考となるよう、都道府県と気象庁が共同で発表する防災情報です。これは、市町村が警戒レベル4避難指示を発令する目安となる情報で、災害の切迫度が高まっていることを示しています。



●警戒レベル4で全員避難！

土砂災害警戒情報（警戒レベル4相当情報）が発表されたら、避難指示が発令されていなくても、土砂災害警戒判定メッシュ情報などを参考にし、家族・親戚や地域内の方々に声をかけあい、早めに近くの避難場所など、安全な場所に避難しましょう。特に、お年寄りや障がいのある人など避難に時間がかかる人は、移動時間を考えて早めに避難させることが大切です。夜中に大雨が予想される場合には、暗くなる前に避難することがより安全です。また、土砂災害の多くは木造の1階で被災しています。どうしても避難場所への避難が困難なときは、次善の策として、近くの頑丈な建物の2階以上に緊急避難するか、それも難しい場合は家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や2階など）に避難しましょう。



地震対策

地震災害とは？

地震による災害は、津波をはじめ、建物倒壊、火災の発生、土砂崩れ、液状化現象などがあります。建物の倒壊や土砂崩れなどによって道路が通れなくなる交通障害や、線路の安全確認により電車が動かなくなる場合もあります。また停電や都市ガスの停止、水道の断水が起こる場合もあり、電話やインターネットもつながりにくくなります。

地震の時の行動は？

地震の揺れを感じた場合や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などで正確な情報の把握に努めましょう。

地震発生

1~2分

最初の大きな揺れは約1分間

- 身の安全を確保する

揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦の落下・ブロック塀の倒壊・自動販売機などの転倒に注意



3分

みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に 声をかけよう

- 要配慮者の安全確保
- 隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないかの確認
- ケガ人はいないかの確認

出火防止 初期消火

- 消火器を使う
- 余震に注意
- 漏電・ガス漏れに注意 電気のブレーカーをおろす・ガスの元栓を閉める



5分

ラジオなどで正しい情報を

- 防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないようにする
- 避難時に車は極力使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する



10分

数時間
3日

協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう
- 災害・被害情報の収集
- 壊れた家に入らない
- 近くの人救出・救護



屋内にいた場合

家の中

- 頭を保護しながら丈夫な机の下などに隠れる
- 火の確認はすみやかにする（コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに）
- 乳幼児や病人、高齢者など災害弱者の安全を確保する
- 裸足で歩き回らないようにする（ガラスの破片などでケガをする）

大規模店舗や集客施設にいるとき

- 吊り下がっている照明などの下から避難する
- あわてて出口や階段に殺到しない

エレベーターに乗っているとき

- 最寄りの階で停止させて、すぐに降りる

屋外にいた場合

路上

- ブロック塀や自動販売機には近づかず、ビルの壁、看板や割れた窓ガラスなどの落下に注意する。頭をカバンなどで保護する

車を運転中

- あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず徐々に速度を落とす
- 避難するときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出す

山やがけ付近にいるとき

- 落石やがけ崩れに注意し、できるだけその場から離れる

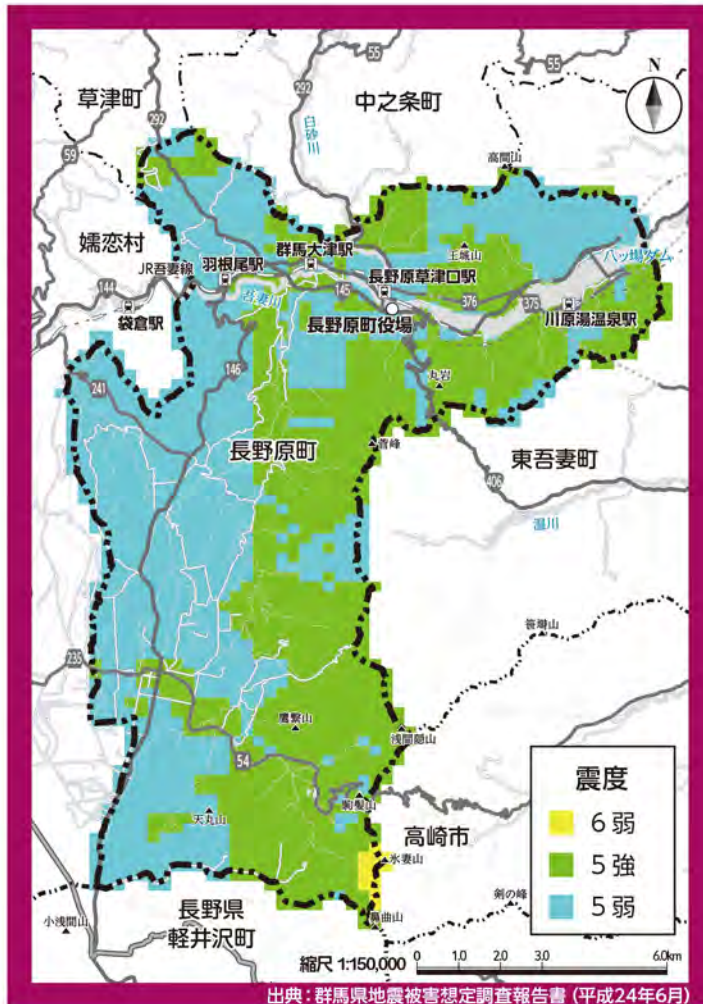


揺れやすさマップ

群馬県は地震防災対策として、現時点で最新の予測手法で被害予想調査を行っています。実際の震災では常に想定を超える可能性があるという意識を持ち、日ごろから大震災への備えをしておきましょう。

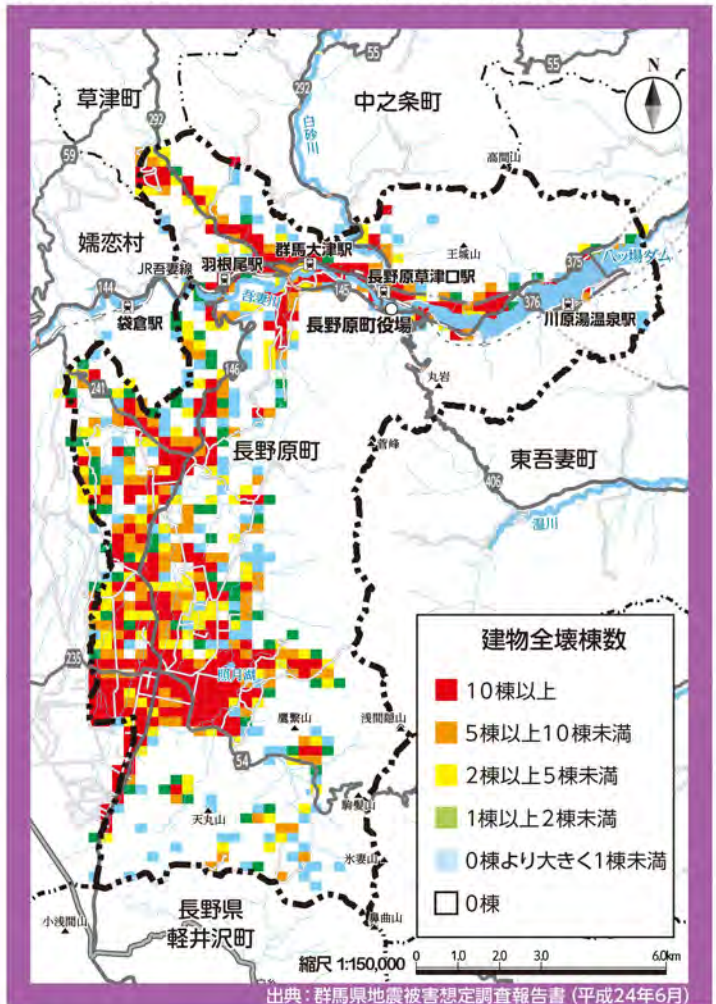
地震分布図

この地図は、群馬県が行った地震被害想定調査において、長野原町の被害が最も大きくなる関東平野北西縁断層帯地震が発生した場合の震度分布を250mメッシュで表示したものです。



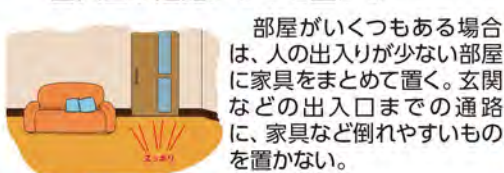
建物全壊棟数図

この地図は、群馬県が地表震度分布図の震度分布をもとに、構造別・建築年次別の建物データから倒壊被害の危険度を予測し250mメッシュで表示したものです。昭和56年5月31日以前の建物の割合が多い区域は、危険度が高く表示されます。



わが家の安全対策

- 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる
出入口や通路にものを置かない



- 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない



就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。枕元には靴、懐中電灯、笛などを入れた袋を用意する。倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れる可能性があるため倒れそうな家具は置かない。



家の中の転倒落下を防ぐポイント

タンス・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。



テレビ

できるだけ低い位置に固定しておく。家具の上はさける。



冷蔵庫

ベルトなどで背面と壁を固定する。背面上部のベルト取付部分と壁とをベルトで連結すると効果が高くなる。



火山対策(浅間山)

火山について

火砕流

火口から噴出した高温の岩塊、火山灰、軽石などが高温のガスと融合し、それが一体となって地表を逆走する現象。

融雪型 火山泥流

雪が積もっている時期に高温の火砕流が発生すると雪が解け、土砂、火山灰等と一緒に、斜面を高速で流れ下る現象。

その他の 火山現象

地震・空振・噴石・火山灰・火山ガス・溶岩流・土石流など

浅間山では、極小規模の噴火、小～中規模の噴火、大規模の噴火の発生が想定されています。極小規模や小～中規模の噴火が発生すると、そのまま活動が沈静化することが多いですが、場合によっては大規模な噴火に発展することもあります。火山活動の状況に応じて「警戒が必要な範囲」と住民などの「とるべき防災対応」を5段階に区分しています。町からの情報にしたがって落ち着いて行動しましょう。



レベル (キーワード)	対象範囲	火山活動の状況	住民等の行動	名称
5 (避難)	居住地域及びそれより火口側	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生、あるいは切迫している状態にある。	危険な居住地域からの避難等が必要	噴火警報 (居住地域)
4 (高齢者等避難)	居住地域及びそれより火口側	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生すると予想される(可能性が高まっている)。	警戒が必要な居住地域での高齢者等避難、要配慮者の避難等が必要	噴火警報 (居住地域)
3 (入山規制)	火口から居住地域近くまで	居住地域の近くまで重大な影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	通常の生活状況に応じて要配慮者の避難準備	噴火警報 (火口周辺) 又は 火口周辺警報
2 (火口周辺規制)	火口周辺	火口周辺に影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	通常の生活	噴火警報 (火口周辺) 又は 火口周辺警報
1 (活火山であることに留意)	火口周辺	火山活動は静穏。火山活動の状態によって、火口内で火山灰の噴出等が見られる(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)。	通常の生活	噴火予報

噴火レベル 4～5(噴火警報)

噴火警戒レベル4～5では、居住地域まで被害が及ぶ恐れがあるため、避難準備や避難をする必要があります。レベル4～5が発表された場合は、地元防災機関(町・警察・消防)の指示に従ってください。

噴火レベル 2～3(火口周辺警報)

噴火警戒レベル2～3では登山道の規制地点が変わります。規制範囲内では、噴火に伴い直接人命に危険が及ぶ火山現象が発生するおそれがあります。一時的に道路を規制することがあります。

日ごろの火山噴火対策

火山・防災情報に注意する

- 「火山に関する情報」等を日ごろからチェックしましょう。
- 防災行政無線やメール配信サービスなどの噴火に関する情報に注意しましょう。
- 迷信やSNSのデマに惑わされないようにしましょう。

噴火が起きたときのことを考える

- 浅間山ではどのような噴火災害が考えられるのか、知っておきましょう。
- 家族みんなで避難する場所を確認しておきましょう。

防災用品を準備する

- 小さな噴石にはヘルメット、降灰があるときはマスクやゴーグルが効果的です。

浅間山の噴煙を見る習慣をつける

- 「噴煙に色はついていないか」「火山ガス特有のにおい(卵が腐ったようなにおい)はしないか」などが目安となります。

小～中・大規模の噴火

小～中規模の噴火

これまでの小～中規模の噴火では、降灰や噴石、空振、ときには小規模な火砕流などの現象が発生しました。

小～中規模の噴火は、今後も起こりやすいと予想されます。噴火した場合、火口から4km以内では、大きな噴石が飛んでくる可能性があります。噴火時は危険ですので火口から4km以内に近づいてはいけません。噴火していないときでも、指定された登山道以外は立ち入り禁止です。

融雪型火山泥流

- ①噴火 高温の岩塊や軽石が噴出
- ②火砕流 数百度の高温、時速100km近い速度で流走
- ③融雪型火山泥流 雪がとけて土砂等と一緒に時速60km近い速度で流下

融雪型火山泥流からの避難に関する心得

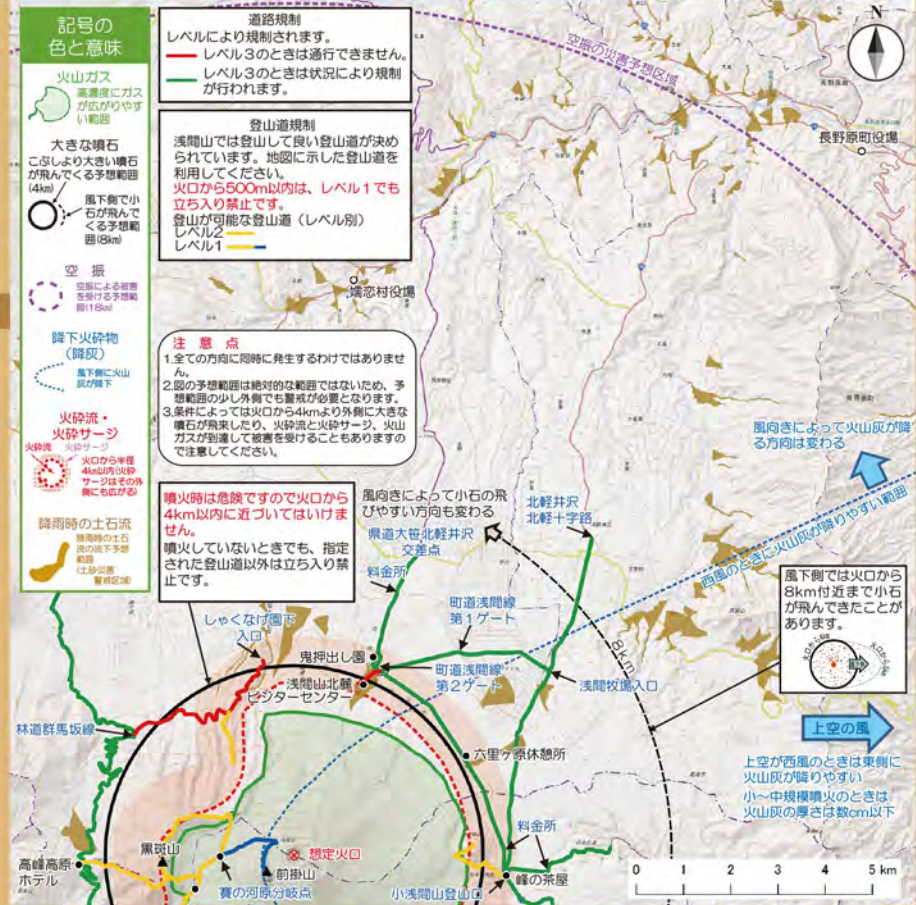
- 沢筋や低地等危険度が高い地域では、**早めに避難**する。（自らの判断に基づく自主避難）
- 危険箇所を通らず**谷から離れ**、近くの**高台等**に避難する。
- 屋外に泥流が到達している場合又はすぐそばまで迫っている場合は、屋外には**出ず**建物の**2階以上**に避難する。
- 近くに高台等**高所がない場合は**、頑丈な建物の**高いところ（2階以上）**に避難する。

◆ 積雪期に火砕流が発生すると、その熱によって火口周辺の雪が解け、渓流沿いの土砂や樹木と一緒に泥水となって斜面を高速で流れ下ります。

◆ 速さは時速約60kmにも達すると言われ、15分程度で居住地や住宅地に到達する可能性があります。破壊力が大きく、広範囲に波及しやすいため大きな被害が発生します。



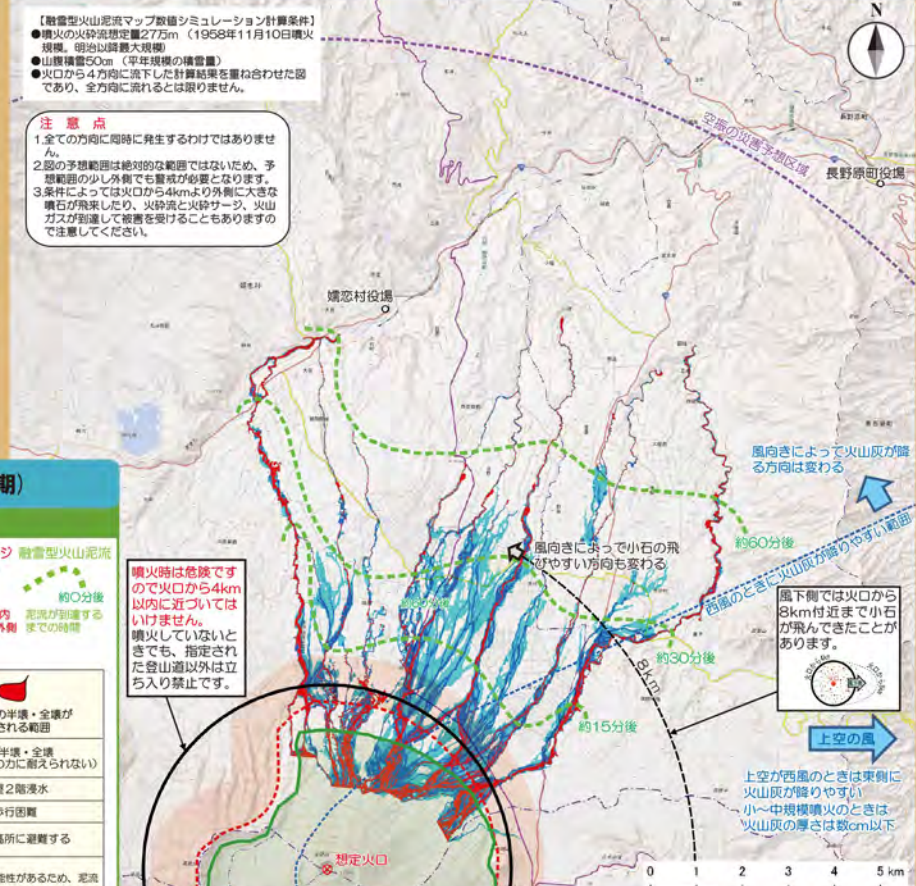
このハザードマップは **火口周辺警報（噴火警戒レベル2～3）** に相当します。



大規模の噴火

このハザードマップは **噴火警報（噴火警戒レベル4・5）※積雪期** に相当します。

これまで大規模噴火では大量の軽石や火山灰の降下、吾妻火砕流、鬼押し出し溶岩の流下が発生し、鎌原火砕流・岩屑雪崩では大きな被害を受けました。火山灰や軽石が風下側の地上に積もり、火山灰を吸い込んだ精密機械が故障したり、木造家屋は屋根に積もった火山灰・軽石の重さで倒壊したり、高熱によって火事になるおそれがあります。広域避難の必要がありますので、火砕流や火砕サージの影響を受ける可能性がある周囲では、事前に安全な場所へ避難する必要があります。



小～中規模噴火のハザードマップ（積雪期）

記号の色と意味

	火山ガス	大きな噴石	空振	降下火砕物（降灰）	火砕流と火砕サージ	融雪型火山泥流
記号	火山ガスが広がる範囲	こぶしより大きい噴石が飛んでくる予想範囲（4km） 風下側で小石が飛んでくる予想範囲（8km）	空振による被害を受ける予想範囲（15km）	風下側で火山灰が降下する範囲（18km）	火砕流と火砕サージの予想範囲（4km以内） 火砕サージはそれの外にも広がる	約10分後 泥流が到達するまでの時間
融雪型火山泥流（詳細）						
区分条件						
家屋被害	なし	床下浸水が想定される範囲	木造家屋の損壊と床上浸水が想定される範囲	木造家屋の半壊・全壊（建物に泥流の力に耐えられない）		
浸水被害	床下浸水	床上浸水（家屋1階浸水）	家屋2階浸水			
歩行避難への影響	歩行可能	歩行困難	歩行困難	歩行困難		
避難行動						
泥流が到達する前		高台等高所または丈夫な建物の2階以上に避難する	高台等高所または丈夫な建物の2階以上に避難する	高台等高所に避難する		
泥流が到達してしまっている場合		高台等高所または丈夫な建物の2階以上に避難する（泥流が家を突き破って家の中に入ってくる可能性があるため、泥流の反対側に避難する）				

火災対策

初期消火の3原則！1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を知らせ、すみやかに119番通報を。初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

1 早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければやかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



2 早く消火する

- 出火から3分以内が消火できる限度。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなど手近のものを活用する。

火元別初期消火のコツ

油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて（できればブレーカーも切る）消火を。

衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。髪の毛の場合なら衣類（化繊は避ける）やタオルなどを頭からかぶる。

浴室

浴室からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を閉め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火（斜めにかけてと石油が飛び散って危険）。石油が流れて広がっていくようなら毛布などで覆い、その上から水をかけて消火を。

カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃え広がったら、もう余裕はない。火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

3 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、すみやかに避難する。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を断つ。



消火器の使い方

粉末・強化液消火器の場合



自宅の火災予防

火災警報器の設置義務化

消防法の改正により、住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。火災による死傷者を無くすためにも設置しましょう。

火災警報器の設置場所

寝室

すべての寝室（子ども部屋や高齢者の部屋など就寝に使われている場合は対象となります）への設置が必要です。

階段

寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。

消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。火災にはまともに正面から立ち向かわないように。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火元に向かって左右に振る。



住宅内取付位置図



注意：住宅用火災警報器は電池式のもが主流です。電池の寿命は5年から10年とされていますので、早めの交換をお願いします。

竜巻対策

発達した積乱雲からは、竜巻、ダウンバースト、ガストフロントといった、激しい突風や雷をもたらす現象が発生します。竜巻は、積乱雲に伴う強い上昇気流により発生する激しい渦巻きで、多くの場合、漏斗(ろうと)状または柱状の雲を伴います。直径は数10～数100mで、数kmに渡って移動し、被害地域は帯状になる特徴があります。



積乱雲が近づくサイン

真っ黒い雲が近づいてきた

急に暗くなった

雷の音が聞こえてきた

急に冷たい風が吹いてきた

大粒の雨やひょうが降り出した

「竜巻」が間近に迫ったら…

いろいろな物が猛スピードで飛んできます！

屋外では

- ・頑丈な構造物の物陰に入って、身を小さくする
- ・物置や車庫、プレハブの中には入らない
- ・シャッターを閉める
- ・電柱や太い木には近づかない

屋内では

- ・窓から離れる
- ・窓やカーテンを閉める
- ・丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭を守る
- ・家の1階の窓の少ない部屋に移動する

竜巻に遭遇した人からは次のような声を聞きます。このような場合には、あなたの身に危険が迫っています。

- ・雲の底から地上に伸びる漏斗(ろうと)状の雲を見た。
- ・飛散物が筒状に舞い上がるのを見た。
- ・ゴーという音がしたのでいつもと違うと感じた。
- ・気圧の変化で耳に異常を感じた。

竜巻注意情報(気象庁)

<http://www.jma.go.jp/jp/tatsumaki/>



雷対策

雷は、大気中で大量の正負の電荷分離が起こり、放電する現象です。

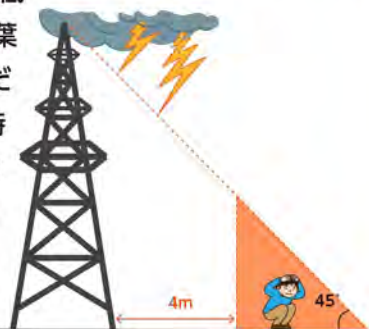
「雷」から身を守るには…

雷は、雷雲の位置次第で、海面、平野、山岳など場所を選ばずに落ちます。近くに高いものがあると、これを通して落ちる傾向があります。グラウンドやゴルフ場、屋外プール、堤防や砂浜、海上などの開けた場所や、山頂や尾根などの高いところなどでは、人に落雷しやすくなるので、できるだけ早く安全な空間に避難して下さい。鉄筋コンクリートの建物、自動車(オープンカーは不可)、バス、列車の内部は比較的安全な空間です。



安全な空間に避難できない場合は…

近くに安全な空間が無い場合は、電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを45度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から4m以上離れたところ(保護範囲)に退避します。高い木の近くは危険ですから、最低でも木の全ての幹、枝、葉から2m以上は離れてください。姿勢を低くして、持ち物は体より高く突き出さないようにします。雷の活動が止み、20分以上経過してから安全な空間へ移動します。



遠くで音がしたら
すでに危険な
状態です！
安全な場所へ
移動しましょう。



雷ナウキャスト(気象庁)

<https://www.jma.go.jp/bosai/nowc/>



雪害対策

大雪対策

大雪災害が発生した場合には公助だけでは対応が困難なことから、**自助・共助での取り組みが非常に重要**になります。まずは、家庭内や地域で大雪時の対応について話し合い、あらかじめ大雪に備えましょう。

車で外出する場合の備え

運転中に吹雪や地吹雪等により視界が悪くなったときや視界が真っ白になり何も見えない状況（ホワイトアウト）になった場合は、早めに停車帯やコンビニエンスストアなどへ移動しましょう。

雪道を運転する際には、スコップやバッテリーのブースターケーブル、スタック時のための牽引用ロープの他、事故などにより車に閉じ込められた場合に備え、防寒用にブランケットなども入れておく心安いです。車内で救助を待つときには、マフラー周辺に雪が積もったままエンジンをかけると、排気ガスが車の中に入り一酸化炭素中毒の危険性が生じるので原則エンジンを切りましょう。

路面凍結に注意

信号交差点

信号交差点のある箇所では、車が発進や停止を繰り返すことによって、圧雪や凍結路面が摩擦熱で解けて、タイヤとの間に水滴ができるため、路面が非常に滑りやすくなる場合があります。

橋梁（橋げた）

橋梁区間では、ほかの区間と異なり夜間には橋の下からも熱が奪われるので、路面の温度が低下しやすく、ほかの路面が凍っていないくても橋の上だけは凍結していることがあります。



トンネルなどの出入口

トンネルなどの出入口は日陰になることが多く、局所的に路面が凍結している場合があります。周囲が雪景色の場合には、トンネルの中と外での明るさが極端に異なることで状況が見えにくくなることを踏まえ、トンネル出入口付近での突然の路面変化に備え、走行には注意しましょう。

冬道の歩き方

坂道や横断歩道、バスやタクシーの乗降場所は特に注意！！

重心をやや前に、なるべく両手をあげて体のバランスを安定させることで転倒を防ぐことができます。急に走ったり、歩く速度を変えるときは特に滑りやすくなるので気を付けましょう。

降り積もった雪よりも踏み固められて圧雪や氷となった道のほうが滑りやすくなっています。そのため、たくさんの人や車が通る場所は特に注意が必要です。スニーカーや革靴、ハイヒールは雪道で滑りやすいためとても危険です。雪道では、撥水性・防水性に優れており、底が軟らかいゴム製で深い溝がある滑りにくい靴を履くことが大切です。

大雪が降った場合

除雪作業の注意点

雪かきスコップなどの除雪用具を用意しましょう。また、作業中は転倒や屋根雪の落下に注意しましょう。県・町は、所管する幹線道路を中心に、除雪作業を行います。

町民の皆さんは、**自助・共助の精神に基づき自宅付近の除雪を行うなど通行の確保、孤立・閉じ込め状況の解消に協力してください。**ただし、個人敷地内も含め、除雪した雪は事故やケガの元になりますので道路に出さないでください。

落雪に注意

屋根の雪が解けはじめ、**大きなかたまりになって落下する場合があります。可能な限り屋根の雪を下ろすか、下に物を置かないようにしたり、通行者に注意を呼び掛ける表示をしましょう。**

歩行等通行中は足元に注意するとともに、頭上にも十分注意してください。



備蓄をしましょう

積雪により外出できなくなる場合に備え、水（1人1日3リットルが目安）、食糧、灯油等の備蓄を確認しましょう。特別な非常食に限らず、普段から購入しているものを少し多く買い置きすることで十分です（最低3日分・推奨7日分）。



外出は控えましょう

積雪時には不要不急の外出は極力控えてください。

自動車等により雪が踏み固められると除雪が遅れ、交通障害の原因となります。



地域で助け合おう

近所に1人暮らしの高齢者や障がいのある方がいる場合は、地域で協力して助け合いましょう。



非常時持出品・備蓄品

非常時持出品(例)

いざというときにすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。

携帯ラジオ



- ☐ ラジオ
- ☐ 電池(多めに用意)

救急医療品



- ☐ 救急セット
- ☐ 常備薬(持病の薬等)

感染症対策

- ☐ マスク
- ☐ 手指の消毒液
- ☐ 体温計

非常食品



火を通さないで食べられるもの

- ☐ 飲料水
- ☐ 乾パン
- ☐ 缶詰
- ☐ アルファ米
- ☐ 飴・チョコなど

ライト類



- ☐ LEDランタン
- ☐ 懐中電灯
- ☐ 電池(多めに用意)

その他



- ☐ 現金(小銭多めに)
- ☐ ホイッスル(助けを呼ぶため)
- ☐ 着替え
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 歯ブラシ

- ☐ 携帯電話の充電器
- ☐ タオル
- ☐ ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)
- ☐ 割りばし

- ☐ 紙皿・紙コップ
- ☐ 携帯トイレ
- ☐ 新聞紙
- ☐ ポリ袋
- ☐ 耳栓・アイマスク

各家庭で必要なもの

- ☐ 赤ちゃん用品(ミルク、離乳食、おむつ等)
- ☐ 生理用品
- ☐ コンタクトレンズ、めがね

- ☐ 入れ歯や補聴器
- ☐ リュックサック

非常時備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低限3日、推奨7日)を生活できるようにしましょう。

飲料水



- ☐ 飲料水(1人1日3リットルを目安に)
- ☐ 貯水したタンクなど

非常食品



- ☐ お米(アルファ米も便利)
- ☐ 缶詰・レトルト食品
- ☐ 梅干し・調味料など
- ☐ ドライフーズ・飴・チョコ(菓子類など)

燃料



- ☐ 卓上コンロ
- ☐ ガスボンベ
- ☐ 固形燃料

その他



- ☐ 生活用水(風呂などに貯水)
- ☐ 毛布・寝袋・洗面用具など
- ☐ 調理器具(なべ・やかんなど)
- ☐ バケツ・各種アウトドア用品など
- ☐ 歯みがきセット・ひげそりなど

避難するときはこんな格好で

ヘルメット(防災ずきん)をかぶる

軍手や手袋をはめる

長そで・長ズボン着用
燃えにくい木綿製品が良い

非常時持出品はリュックサックに入れて背負う

靴は底の厚い、はき慣れたものをはく

帰宅困難に備えよう

昼間、大地震が発生した場合、交通機関の途絶によって自宅に戻れない「帰宅困難者」になる可能性があります。勤務先や学校から徒歩で帰宅することを想定し、日ごろから準備をしておきましょう。

防災グッズを用意する

携帯ラジオ、ヘルメット(防災ずきん)、スニーカー、非常食品、懐中電灯、革手袋、地図、寒暖対策用品など。

帰宅地図を用意する

災害の状況によっては、道路が通行不能になる場合もあるので、複数の帰宅ルートを決めておくとういでしょう。

家族との連絡方法を決めておく

地震が発生すると、家族や親類とは簡単に連絡をとることができません。事前に以下のような項目に関して、家族全員で確認しておくことが重要です。

- ☐ 災害時の安否確認の方法
- ☐ 家族の集合場所
- ☐ 徒歩帰宅する場合のルート



わが家の「緊急・救急情報」防災メモ

非常時・緊急時に連絡してほしい方など、非常時・緊急時に活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・医療機関などに情報を提供します。

わが家の 避難先	土砂災害・洪水時	地震時
家族が離れて いる時の 集合場所	土砂災害・洪水時	地震時

氏名	連絡先	会社・学校	血液型	かかりつけ医・常備薬

【メモ】※知ってほしい情報(介護情報・救急隊員への伝言など)をご自由にお書きください。

緊急ダイヤル

消防へ火事・救急・
救助の連絡

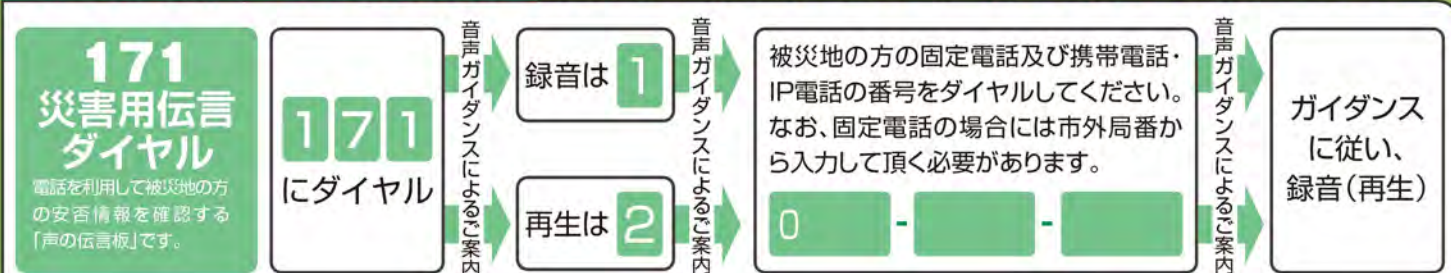
119

警察へ事件・
事故の連絡

110

あなたの無事を伝えましょう

体験利用日:「毎月1日及び15日」、「正月三が日」、「防災週間」、「防災とボランティア週間」



災害用伝言板(パソコン・スマホ用)



発行 長野原町

総務課 総務係 TEL 0279-82-2244 FAX 0279-82-3115

「この地図は、長野原町都市計画図(縮尺1/2,500)を使用し、調整したものです。」

「測量法に基づく国土地理院長承認(使用)R-2JHs 293-503号」

※使用ビクトグラム…「JIS Z8210」洪水/内水氾濫「土石流」「崖崩れ・地滑り」「大規模な火災」「鉄道/鉄道駅」

令和4年1月発行