

デジタル版

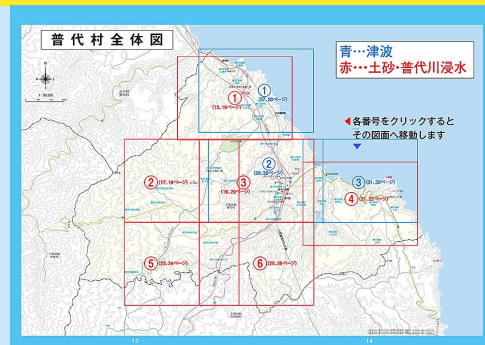
普代村

防災 マップ

保存版

▼ 下記項目をクリックすると最初のページに移動します ▼

 はじめに	1	 避難行動ガイド	11
 警戒レベルを用いた避難情報	2	 避難施設一覧	12
 防災気象情報	3	 普代村全図	13・14
 洪水・浸水害について	4	普代村土砂災害・ 普代川浸水マップ①～⑥	
 土砂災害について	5	普代村津波マップ①～③	
 地震対策について	6	 備蓄品および非常持ち出し品	33
 津波対策について	7	 わが家の「緊急・救急情報」防災メモ	34
 火災対策について	8	 各種情報	巻末
 わが家の防災対策	9・10		



デジタル版

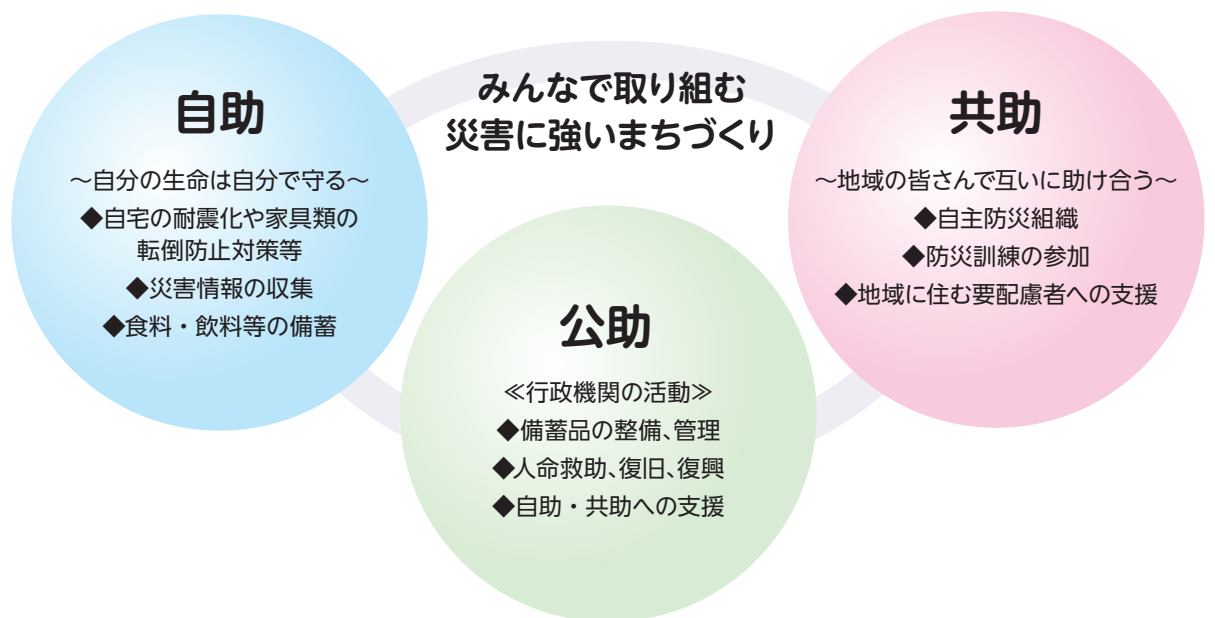
村民の皆様へ

この普代村防災マップには「災害から身を守るために必要な各種防災情報」と「津波・洪水・土砂災害を示した地図」を掲載しています。普代村で起こり得る災害や防災情報を、村民の皆様の防災意識の向上、地域の防災力強化に役立てていただくために整理いたしました。また、より見やすく最新の災害対策情報を村民の皆様にお届けできるよう、掲載情報を「土砂災害」「普代川の氾濫に伴う洪水災害」と「津波災害」の2種に分けて作成しております。それぞれの掲載情報をご覧ください、皆様のご家庭や地域において、災害への心構えや、防災活動の取組にご活用ください。

普代村

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、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、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、危険個所の確認
<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（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



！警戒レベルを用いた避難情報

警戒レベルについて 警戒レベルは、水害や土砂災害に備えて住民がとるべき行動をお知らせするために5段階にレベル分けしたもので、市区町村が避難情報と合わせて出す情報です。

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)	
				浸水の情報(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! ・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! ・ただし、警戒レベル5は、市区町村が災害の発生・切迫を把握できた場合に、可能な範囲で発令される情報であり、必ず発令される情報ではありません。	緊急安全確保	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	<b>危険な場所から全員避難</b> ・警戒レベル4避難指示は、立退き避難に必要な時間や日没時間等を考慮して発令される情報で、このタイミングで危険な場所から避難する必要があります。	避難指示	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	<b>危険な場所から高齢者等は避難</b> ・「高齢者等」は障害のある人や避難を支援する者も含んでいます。 ・さらに、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、自主的に避難するタイミングです。	高齢者等避難	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・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る	早期注意情報	1相当 —	—

※市区町村長は、河川や雨の情報(警戒レベル相当情報)のほか、地域の土地利用や災害実績なども踏まえ総合的に避難情報等(警戒レベル)の発令判断をすることから、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。

避難指示等が発令されたら速やかに避難行動をとる必要がありますが、突発的な災害では、発令が間に合わないこともあります。避難指示等が発令されていなくても、警戒レベルに相当する気象情報を認識し、危険を感じたら早めに避難行動をとってください。大切なことは「自分で判断する」ということです。

**警戒レベル5はすでに災害が発生・切迫している状況です。また、必ず発令されるものではありません。**

**警戒レベル3 高齢者等避難**や**警戒レベル4 避難指示**で、地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。



(ページ内の図表は内閣府・気象庁ホームページより抜粋、編集)

# i 防災気象情報

## 特別警報

警報の発表基準をはるかに超える大雨や大津波等が予想され、重大な災害の起こるおそれ著しく高まっている場合、気象庁は「特別警報」を発表し最大級の警戒を呼びかけます。

### ◆気象等に関する特別警報の発表基準

現象の種類	基準
大雨	台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合
暴風	暴風が吹くと予想される場合
高潮	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により高潮になると予想される場合
波浪	高波になると予想される場合
暴風雪	数十年に一度の強度の台風と同程度の温帯低気圧により雪を伴う暴風が吹くと予想される場合
大雪	数十年に一度の降雪量となる大雪が予想される場合

※発表にあたっては、降水量、積雪量、台風の中心気圧、最大風速などについて過去の災害事例に照らして算出した客観的な指標が設けられており、これらの実況および予想に基づいて気象庁が判断します。

### ◆地震(地震動)・火山・津波に関する特別警報の発表基準

現象の種類	基準
地震(地震動)	震度6弱以上または長周期地震動階級4の大きさの地震動が予想される場合(緊急地震速報(震度6弱以上または長周期地震動階級4)を特別警報に位置づける)
火山噴火	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が予想される場合(噴火警報(噴火警戒レベル4以上)及び噴火警報(居住地域)を特別警報に位置づける)
津波	高いところで3メートルを超える津波が予想される場合(大津波警報を特別警報に位置づける)

※これらの特別警報は、名称に「特別警報」は用いず、従来どおりの名称で発表します。

## 特別警報が発表されたら

- ⚠ 尋常でない大雨や暴風等が予想されています。
- ⚠ 重大な災害が起こる可能性が非常に高まっています。
- ⚠ ただちに身を守るために最善を尽くしてください。

## 雨の強さと降り方


予報用語	1時間雨量(mm)	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
やや強い雨	10以上 20未満	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。	—
強い雨	20以上 30未満	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。
激しい雨	30以上 50未満	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。	道路が川のようになる。	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)
非常に激しい雨	50以上 80未満	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。
猛烈な雨	80以上	息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる。				

## キキクル(危険度分布)

どこで土砂災害や浸水害、洪水災害の危険度が高まっているかを知ることができる、命を守るための情報です。

### 土砂キキクル 大雨警報(土砂災害)の危険度分布

画像クリックでキキクルへ移動




<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/#elements:land/>

紫：崖・溪流の近くは危険

高	■ 災害切迫	【警戒レベル5相当】
危険度	■ 危険	【警戒レベル4相当】
	■ 警戒	【警戒レベル3相当】
	■ 注意	【警戒レベル2相当】
低	□ 今後の情報等に留意	

### 浸水キキクル 大雨警報(浸水害)の危険度分布

画像クリックでキキクルへ移動




<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/#elements:inund/>

紫：低地は危険

高	■ 災害切迫	【警戒レベル5相当】
危険度	■ 危険	【警戒レベル4相当】
	■ 警戒	【警戒レベル3相当】
	■ 注意	【警戒レベル2相当】
低	□ 今後の情報等に留意	

### 洪水キキクル 洪水警報の危険度分布

画像クリックでキキクルへ移動



<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/#elements:flood/>

紫：河川沿いは危険

高	■ 災害切迫	【警戒レベル5相当】
危険度	■ 危険	【警戒レベル4相当】
	■ 警戒	【警戒レベル3相当】
	■ 注意	【警戒レベル2相当】
低	□ 今後の情報等に留意	

※使用している携帯電話・アプリケーションによっては二次元バーコードの読み取りができない場合があります。

(ページ内の図表は気象庁ホームページより抜粋、編集)



# 洪水・浸水害について

## 防災マップの見方

必ず確認してください



**凡例**

**水害**  
洪水浸水想定区域 (浸水深)  
最大規模での浸水範囲・浸水深  
浸水深20.0m以上  
浸水深10.0~20.0m未満  
浸水深5.0~10.0m未満  
浸水深3.0~5.0m未満  
浸水深0.5~3.0m未満  
浸水深0.5m未満

**土砂災害**  
土砂災害警戒区域： 土砂災害のおそれがある区域  
新たに土砂災害警戒区域等に指定される可能性のある箇所：   
土砂災害特別警戒区域： 建造物に損壊が生じ、住民等の生命又は身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

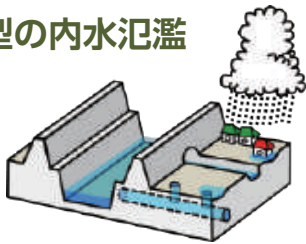
QRと検索窓をクリックするとハザードマップサイトへ移動します▼

ハザードマップポータルサイト

## ● 氾濫の種類

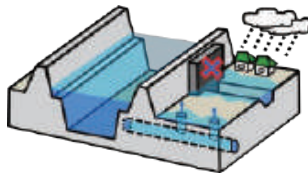
雨量の増加によってもたらされる氾濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、地下水路からあふれ出す「内水氾濫」があります。

### 氾濫型の内水氾濫



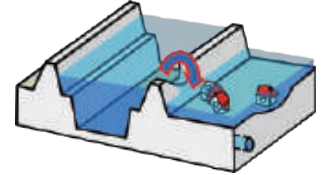
- ✓ 短時間強雨等により排水能力が追いつかず、発生する浸水。
- ✓ 河川周辺地域とは異なる場所でも発生する。

### 湛水型の内水氾濫



- ✓ 河川周辺の雨水が河川の水位が高くなったため排水できずに発生。
- ✓ 発生地域は堤防の高い河川の周辺に限定される。

### 外水氾濫



- ✓ 河川の水位が上昇し、堤防を越えたり破堤するなどして堤防から水があふれ出す。

河川の増水によらない

大雨警報(浸水害)の対象

河川の増水に起因

洪水警報の対象

気象庁「避難勧告等に関する諸情報の技術について」より抜粋

## ● 避難行動のポイント

### 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、田畑の用水は見に行かない。やむを得ない場合は複数人で行動する。河川の様子を確認は、自治体などのライブカメラ情報を活用する。また、避難の途中でも増水した川の近くを通るのは避ける。





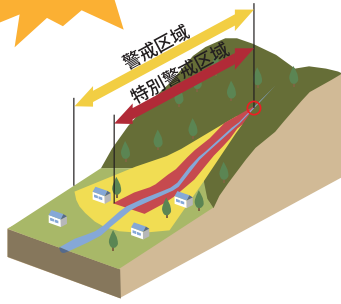
# 土砂災害について

## 土砂災害の種類について

土砂災害の前兆現象に気づく

### 土石流

谷や斜面に溜まった石、土砂などが、水と一緒に一気に下流に押し流される現象



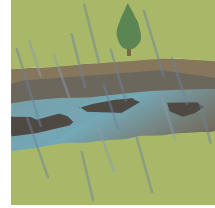
山鳴りや立ち木の裂ける音、石のぶつかりあう音が聞こえる



川の水が急に濁ったり、流木が混ざり始める

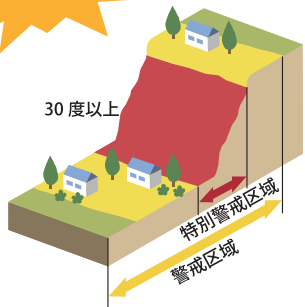


雨が降り続けているのに、川の水位が下がる



### 急傾斜地

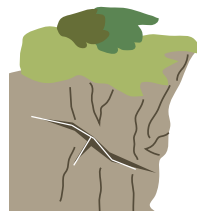
地中にしみ込んだ雨水で斜面がゆるみ、突然くずれ落ちる現象



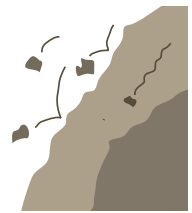
がけから水が湧き出る



がけに亀裂が入る



小石がばらばら落ちてくる



気づいたらすぐに避難！！

屋外の状況に注意し、声を掛け合ってみんなで避難！

## 土砂災害警戒情報について

### ●土砂災害警戒情報とは

大雨による土砂災害発生が高まった時に、村が防災活動や住民等への避難指示等の災害応急対応を適時適切に行えるように支援すること、また住民の自主避難判断に役立つことを目的として、県と盛岡地方气象台が共同し作成・発表する情報です。

### ●土砂災害警戒情報の発表

県等が発表する土砂災害警戒情報を受け、村は、気象状況、前兆現象、岩手県土砂災害危険箇所図(県の補足情報)や土砂災害警戒判定メッシュ情報(補足情報)の危険度指数等も併せて総合的に判断し、住民への避難情報等を提供します。また、住民への情報伝達は、緊急告知放送や緊急速報メール(エリアメール)等を活用し、速やかに伝達します。

## 危険箇所内の重要性の高い箇所について

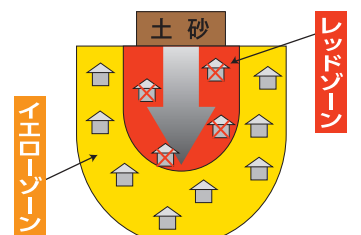
土砂災害防止法に基づき、岩手県が計画的に基礎調査を実施し、危険箇所内の重要性の高い箇所について、「土砂災害特別警戒区域」と「土砂災害警戒区域」の指定が行われています。

土砂災害 特別警戒区域(レッドゾーン)

建築物に損壊が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれがある区域

土砂災害 警戒区域(イエローゾーン)

土砂災害のおそれがある区域





# 地震対策について

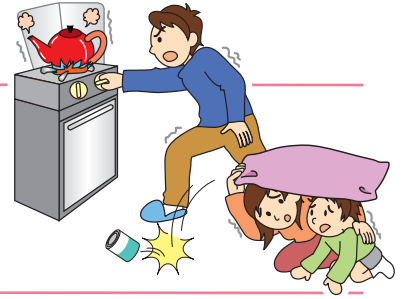
## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル

### 地震発生

1~2分

### 最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保（手近な座布団などで頭を保護）
- すぐに火を消せるときは火を消す
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する



### 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
- 非常時持出品を準備する



### 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
- ケガ人はいないか

#### 出火防止 初期消火

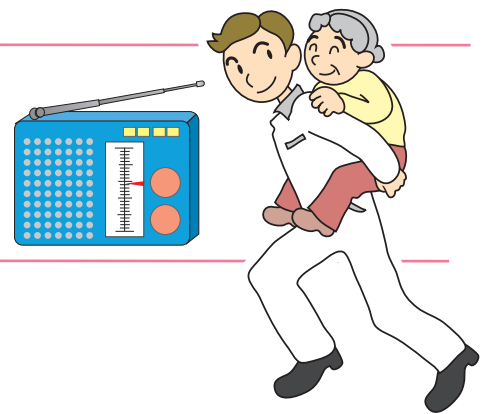
- 漏電・ガス漏れに注意 電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める
- 消火器を使う ●バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく

3分

5分

### ラジオなどで正しい情報を

- 大声で知らせる ●災害・被害情報の収集
- 余震に注意する ●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 3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく
- 救出・救護活動 ●無理な行動はやめよう
- 助け合いの心が大切 ●壊れた家に入らない

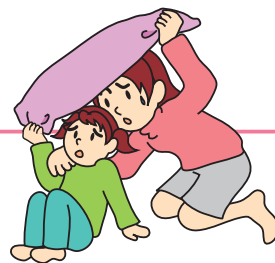
## 屋内にいた場合

### 家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかに（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、高齢者など要配慮者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない（ガラスの破片などでケガをする）。

### デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウやショーケースなどから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

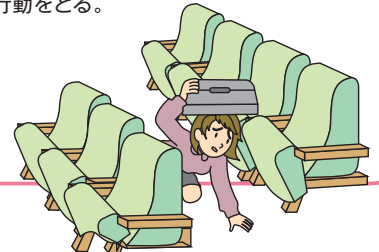


### 集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対に使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

### 劇場・ホール

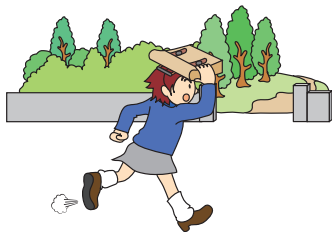
- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示に従う。あわてずに冷静な行動をとる。



## 屋外にいた場合

### 路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などがないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に近づかない。

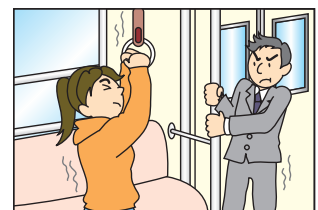


### 車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 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、徒歩で避難する。

### 電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。



# 津波対策について

## 津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

種類	発表基準	発表される津波の高さ		想定される被害と取るべき行動
		数値での発表 (津波の高さ予想の区分)	巨大地震の場合の発表	
大津波警報	予想される津波の高さが高いところで3mを超える場合。	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。 <b>ただちに高台や高く丈夫な建物などの安全な場所へ避難してください。</b>
		10m (5m<予想高さ≤10m)		
		5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	予想される津波の高さが高いところで1mを超え、3m以下の場合。	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。 <b>ただちに高台や高く丈夫な建物などの安全な場所へ避難してください。</b>
津波注意報	予想される津波の高さが高いところで0.2m以上、1m以下の場合であって、津波による災害のおそれがある場合。	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、養殖いかだが流失し小型船舶が転覆します。 <b>ただちに高台や高く丈夫な建物などの安全な場所へ避難してください。</b>

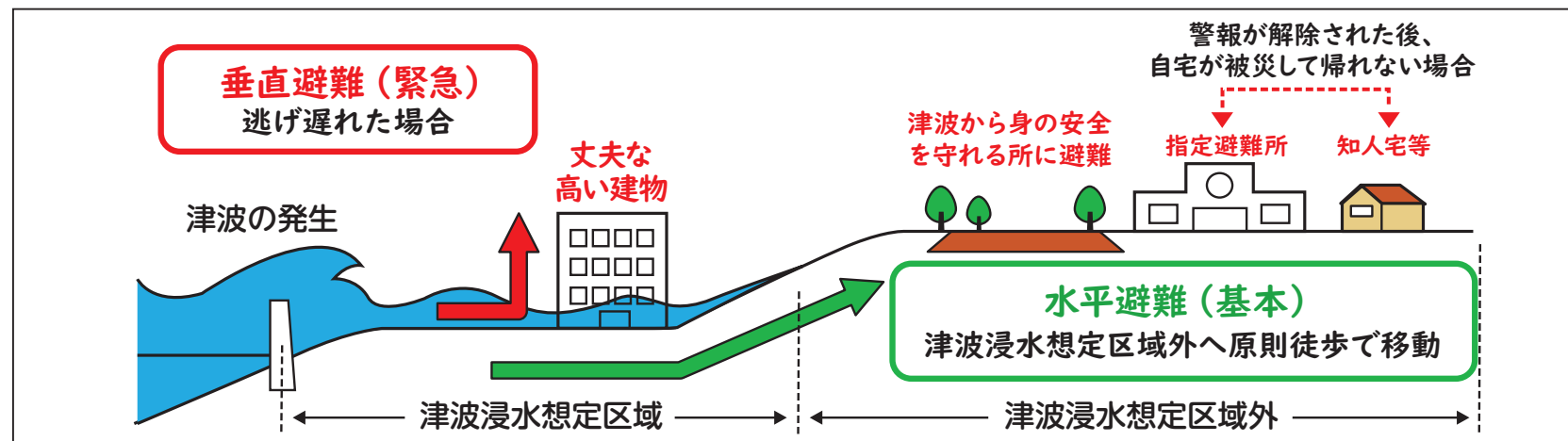
## 津波からの避難

木造家屋には避難しない

- 10m以上
- 5m~10m未満
- 3m~5m未満
- 1m~3m未満
- 0.5m~1m未満
- 0.3m~0.5m未満
- 0m~0.3m未満

- 3階建ての建物（あるいは3階部分まで）が完全に水没する
- 2階建ての建物（あるいは2階部分まで）が水没する
- 2m以上から木造家屋のほとんどが全壊する
- 津波に巻き込まれた場合、ほとんどの人が亡くなる
- 避難行動がとれなく（動けなく）なる

## 津波の特性と避難行動のポイント



### 津波から命を守るためのポイント

- ・震源が陸地に近いと津波警報・注意報が津波の襲来に間に合わないことがあります。強い揺れや弱くても長い揺れを感じたときは、すぐに避難を開始しましょう。
- ・津波の高さを「巨大」と予想する大津波警報が発表された場合は、東日本大震災のような巨大な津波が襲うおそれがあります。直ちにできる限りの避難をしましょう。
- ・津波は沿岸の地形等の影響により、局所的に予想より高くなる場合があります。ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう。
- ・津波は長い時間くり返し襲ってきます。津波警報・注意報が解除されるまでは、避難を続けましょう。

参考：気象庁 HP (<https://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/joho/tsunamiinfo.html>)





# 火災対策について

## 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。

#### 石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけてると石油が飛び散って危険)。石油が流れてひろ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。

#### 衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すの方法。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。

#### 風呂場

風呂場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。徐々に戸を開けて一気に消火を。

#### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険。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。

#### 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。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

# 3

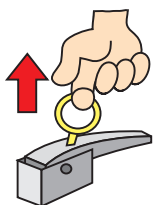
### 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 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絶つ。



## 消火器の使い方

粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指をかける上に引き抜く。



ホースをはずして火元に向ける。



レバーを強く握って噴射する。

### 消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。火元にはまともに正対しないように。
- 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、火の根元を掃くように左右に振る。



# 火災予防が一番!!

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。

### 住宅用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。
- 台所…台所へ火災警報器の設置は義務付けられていませんが、取付けをおすすめします。

注意：種類によって異なりますが、住宅用火災警報器の交換時期は、おおむね10年です。早めの交換をお願いします。



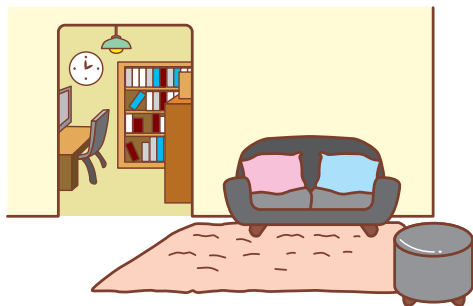
# わが家の防災対策

## 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。



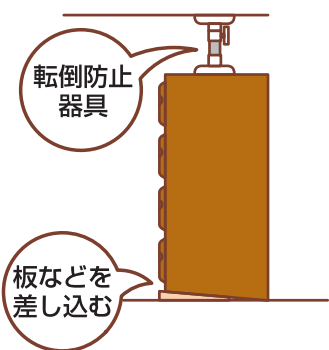
### ！ 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋にはできるだけ家具を置かない

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。



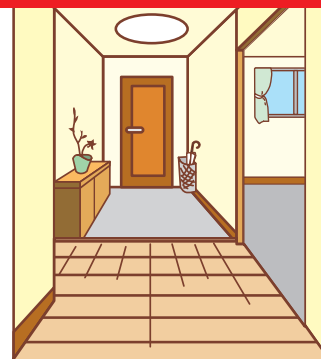
### ！ 家具の転倒を防ぐ

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

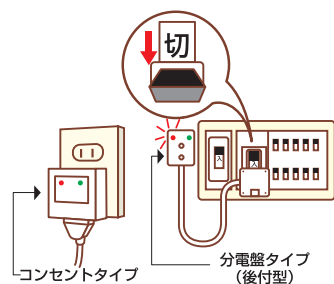
玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



### ！ 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。

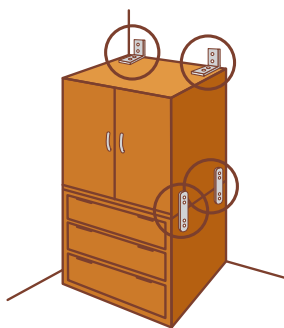


## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

●事前に準備出来ているか、チェックしましょう。

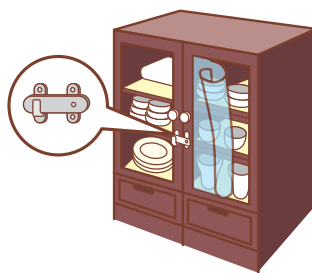
### タンス・本棚

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。



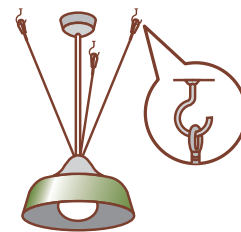
### 食器棚

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。



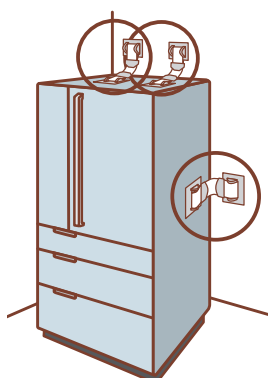
### 照明

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。



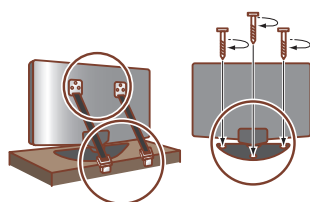
### 冷蔵庫

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。



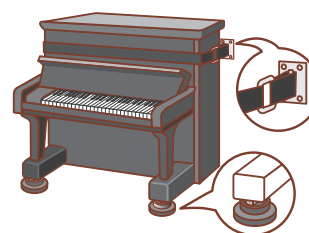
### テレビ

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。



## 家の周囲の安全対策

●以下のポイントをチェックし、適切に補修を行ってください。

### 屋根

不安定な屋根のアンテナの補強。  
瓦のひび、割れ、ずれ、はがれがないか。  
トタンのめくれ、はがれはないか。

### 雨どい・雨戸

雨どいに落ち葉や砂が詰まっているか。  
雨戸にガタツキやゆるみはないか。  
継ぎ目の外れや塗装のはがれ、腐りはないか。

### ブロック塀・門柱

土中にしっかりした基礎、控え壁のないものは補強。  
ひび割れや鉄筋のサビはないか。

### 外壁

板壁に腐りや浮きはないか。  
モルタルの壁に亀裂はないか。

### 側溝

側溝が詰まると、道路冠水や浸水の原因に。日頃からの清掃を。

### 窓ガラス

強風による飛来物などに備え、外側から板でふさぐ、飛散防止フィルムを貼るなどの処置を。ひび割れ、窓枠のガタツキはないか。

### ベランダ

鉢植えや物干し竿など飛散の可能性が高いものは室内へ。

### 非常口の確保

通路や出入口には、避難の際の妨げにならないよう、できるだけ自転車やベビーカーなどの物は置かない。

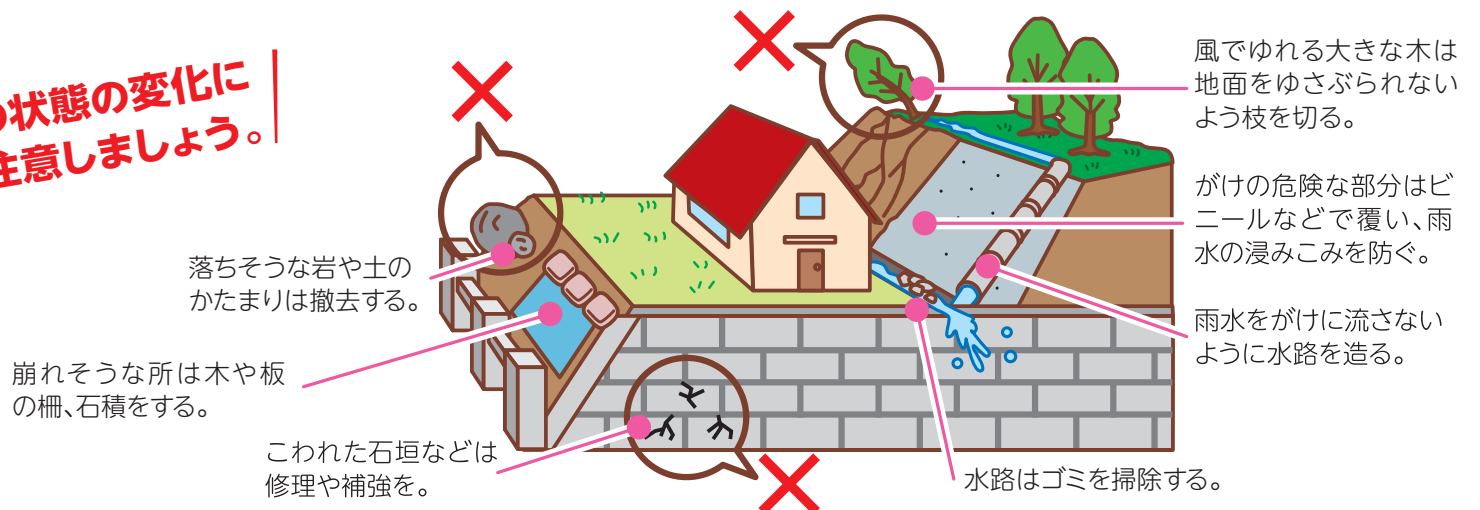
### 家の周りのもの

プロパンガスのボンベはしっかり固定されているか。  
植木鉢などは整理整頓を。  
風に飛ばされそうなものは事前に屋内へ。

## 土砂災害の予防策

●がけや斜面の近くでは特に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。

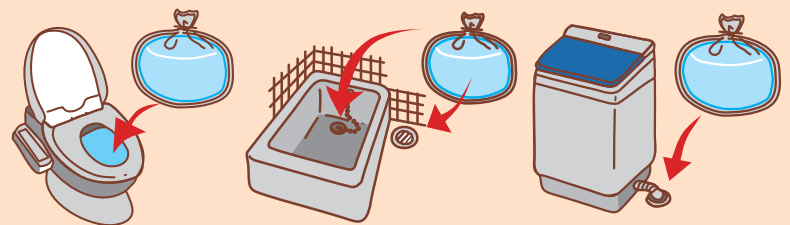
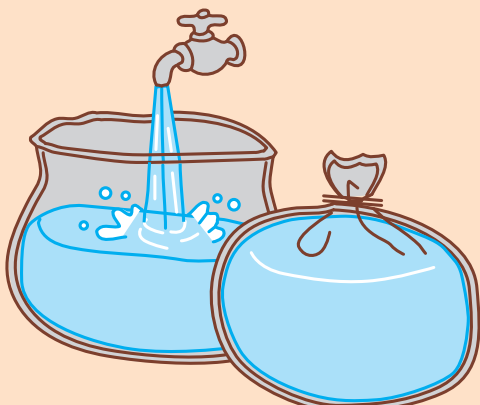


## 住宅の浸水被害を防ぐには

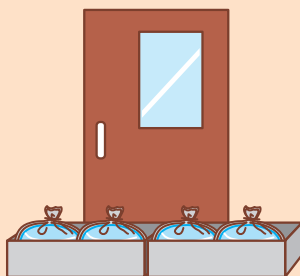
浸水深が小さいときは、家庭にあるものを使って、水の浸入口となるところを塞ぐことで水の侵入を減少させることができます。トイレなどの逆流防止にも有効です。  
※実施の際には避難の妨げにならないように気を付けてください。

### 「水のう」の作り方

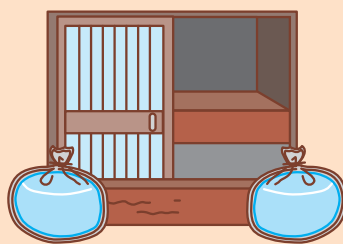
40L程度のごみ袋を二重にして半分程度の水を入れる  
空気を抜いて口をしぼる



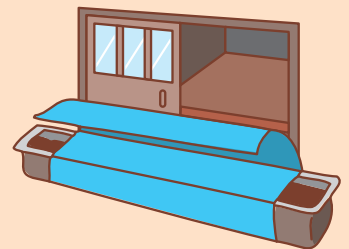
排水口からの逆流対策に



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

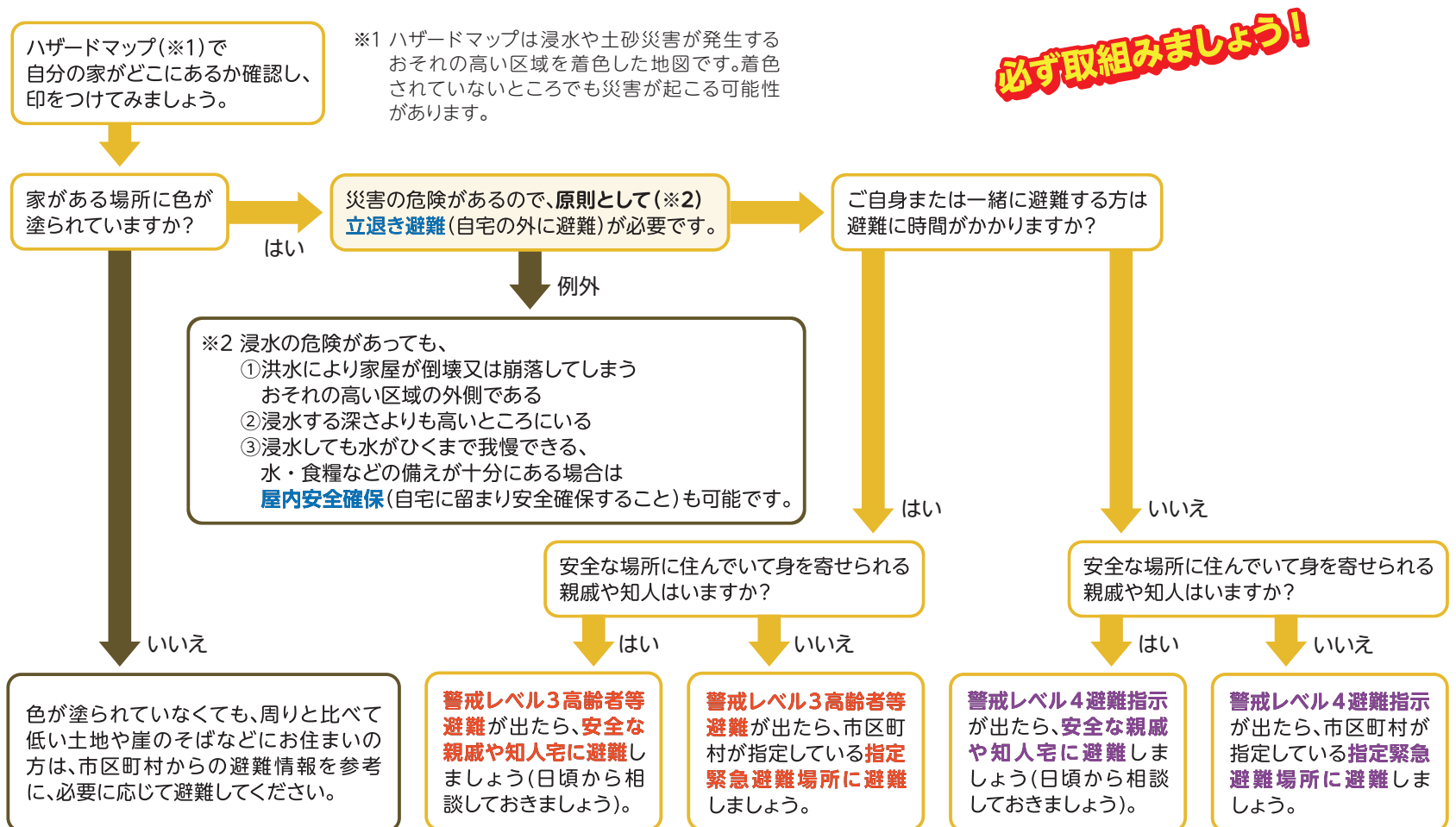
# 避難行動ガイド

- ！ 警戒レベル3 高齢者等避難や警戒レベル4 避難指示が出たら、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、避難場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。

## ◆避難行動判定フロー

普段から確認 「自らの命は自らが守る」意識を持ち、自宅の災害リスクと、とるべき行動を確認しましょう。

### ●あなたがとるべき避難行動は？



## 自宅の外へ避難する際の留意点

### ！ 避難するときの服装

- ヘルメット、帽子等をかぶる。
- 非常持ち出し袋はリュックサックに入れて背負う。(両手が使えるように)
- 長袖・長ズボンを着用する。
- 軍手や手袋をはめる。
- 靴は底の厚い、履き慣れたものを着用する。
- やむをえず夜間に移動の際は懐中電灯を持つ。

### ！ 避難時のポイント

- 自宅を離れる前にもう一度火元を確認する。
- ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。
- 持ち出す荷物は最小限にする。
- 近所の人に声をかけ、複数人で行動する。
- 避難先へは、徒歩で移動する。(自動車、自転車はできる限り使用しない)
- 狭い道やブロック塀、自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所を避ける。
- 子ども、障がい者、高齢者など避難行動要支援者がはぐれないよう配慮をしながら避難する。

上記は一般的な避難留意点です。各災害に応じた留意点も、個別ページでご確認ください。

# 避難施設一覧

## 避難施設の種類

### 指定緊急避難場所

災害発生後の一時避難場所として、公園・公共施設などを指定しています。

### 指定避難所

災害による家屋の倒壊などで、居住場所を確保できなかった人たちの収容保護を目的として、物資の運搬・集積・炊事・宿泊などの利便性を考慮したうえで、学校・公民館・公共建築物などを指定しています。

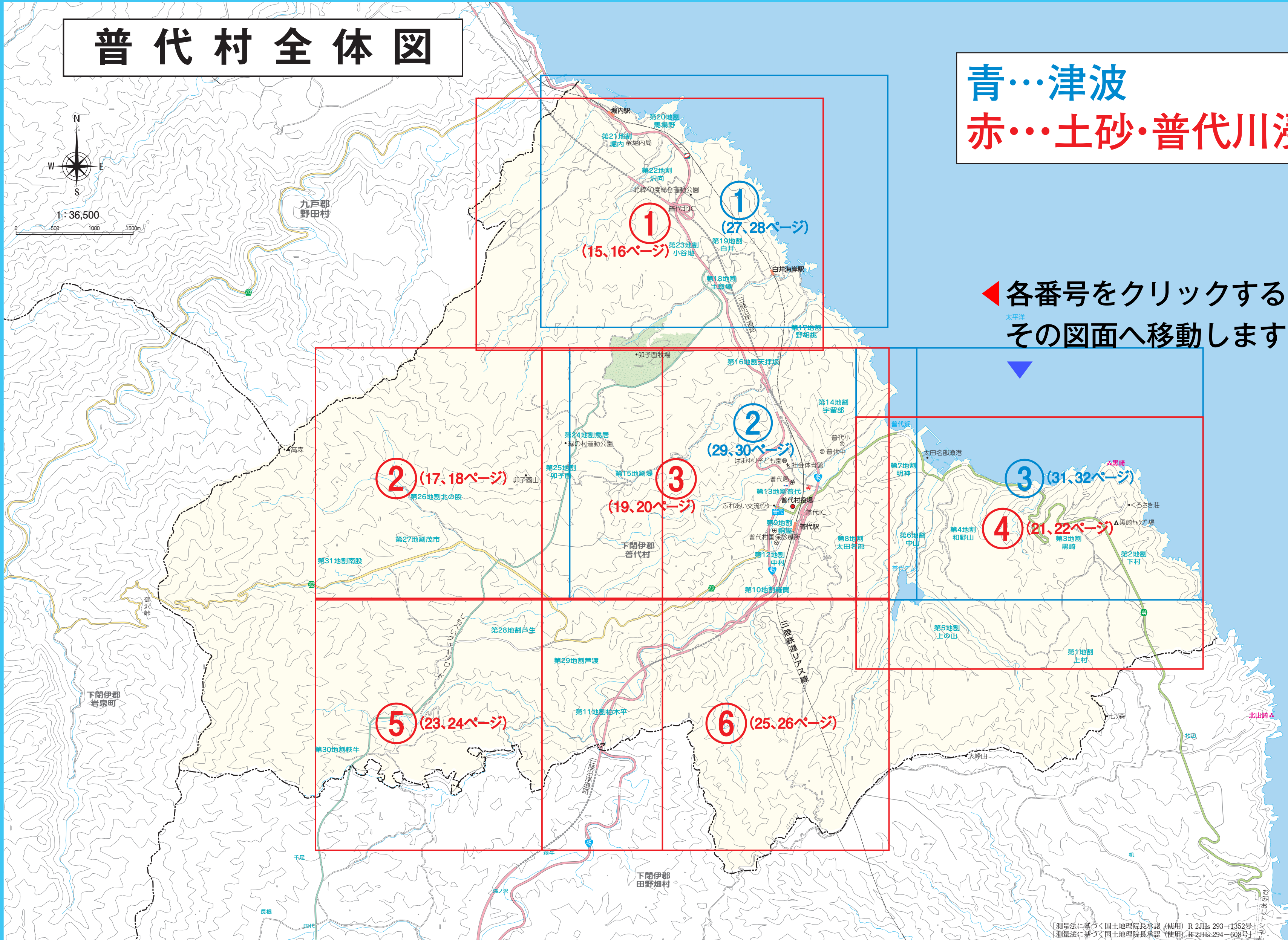
## 避難所・福祉避難所・避難場所一覧

No	施設名	住所	掲載ページ	対象とする災害区分				
				津波	普代川 氾濫	がけ崩れ 土石流	地震	大規模な 火災
<b>避難所</b>								
①	普代村役場 (津波・洪水の場合は2階以上)	第9地割字銅屋 13番地2	20、30	○	○	○	○	○
②	自然休養村管理センター (洪水の場合は2階以上)	第13地割字普代 169番地1	20、30		○	○	○	○
③	B&G 海洋センター	第19地割字白井 71番地3	16、27	○	○	○	○	○
④	国民宿舎くろさき荘	第2地割字下村 84番地4	22、32	○	○	○	○	○
<b>福祉避難所</b>								
①	うねとり荘	第24地割字鳥居 5番地1	18、19、29					
②	くろさき小規模多機能ホーム	第1地割字上村 4番地1	22、32					
<b>避難場所</b>								
①	普代道路避難場所	第14地割字宇留部 44番地17	20、30	○	○			
②	北の股神社	第15地割字堤 41番地1	20、30	○	○			
③	大崎様宅付近	第13地割字普代 89番地47	20、30	○			○	○
④	八幡神社	第13地割字普代 110番地1	20、30	○	○			
⑤	県道普代小屋瀬線待避所付近	第13地割字普代 2番地2	20、30	○			○	
⑥	普代駅裏高台	第8地割字太田名部 84番地31	20、30	○	○			
⑦	村道明神線待避所	第8地割字太田名部 84番地30	20、30	○	○		○	
⑧	深渡武治様宅付近	第10地割字羅賀 22番地8	20、30	○			○	○
⑨	日向典義様宅付近	第21地割字堀内 110番地	16、27	○				○
⑩	村営バス「松磯」バス停付近広場	第20地割字馬場野 7番地19	16、27	○			○	○
⑪	2分団屯所付近駐車場	第20地割字馬場野 83番地4	15、27	○			○	○
⑫	太田名部砂防堰堤前広場	第8地割字太田名部 82番地6	20、21、30、31	○			○	○
⑬	太田安男様倉庫付近	第6地割字中山 15番地22	21、30、31、32	○			○	○
⑭	大久保霊園広場	第5地割字上の山 7番地46	21、31、32	○			○	○
⑮	普代ダム	第5地割字上の山 28番地4	21、30	○				○
⑯	黒崎地域活動拠点施設	第1地割字上村 4番地1	22、32			○		○
⑰	国民宿舎くろさき荘	第2地割字下村 84番地4	22、32	○	○	○	○	○
⑱	太田名部地域活動拠点施設	第8地割字太田名部 71番地1	21、30、31、32					○
⑲	自然休養村管理センター (洪水の場合は2階以上)	第13地割字普代 169番地1	20、30		○	○	○	○
⑳	高齢者活動施設	第10地割字羅賀 3番地10	20、30			○	○	○
㉑	普代村役場 (津波・洪水の場合は2階以上)	第9地割字銅屋 13番地2	20、30	○	○	○	○	○
㉒	力持地区多目的集会施設	第16地割字天拝坂 3番1号	20、30				○	○
㉓	白井地区漁業研修施設	第19地割字白井 27番地1	16、28	○		○	○	○
㉔	堀内地区漁村センター	第20地割字馬場野 77番地1	16、27	○			○	○
㉕	沢向地区コミュニティセンター	第22地割字沢向 5番地1	16、27	○			○	○
㉖	堀内机地区構造改善センター	第21地割字堀内 289番地2	15			○	○	○
㉗	鳥居地域活動拠点施設	第15地割字堤 80番地3	18、19、29					○
㉘	落合地区多目的集会施設	第11地割字柏木平 44番地6	24、25				○	○
㉙	芦渡地区多目的集会施設	第29地割字芦渡 105番地3	24	○	○	○	○	○
㉚	茂市地区活動拠点施設	第27地割字茂市 71番地2	17			○		○
㉛	萩牛地区地域特産品生産施設	第30地割字萩牛 91番地 2-イ	23				○	○

# 普代村全体図

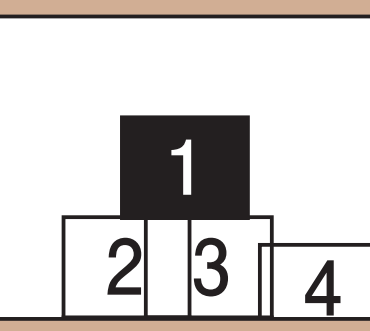
青…津波  
赤…土砂・普代川浸水

各番号をクリックすると  
その図面へ移動します



〔測量法に基づく国土地理院長承認（使用）R 2JHs 293-1352号〕  
 〔測量法に基づく国土地理院長承認（使用）R 2JHs 294-608号〕

堀内・力持・白井 鳥居・茂市元村・鳥居 太田名部・黒崎 向野場・落合 芦渡・落合



土砂災害凡例

- 土砂災害警戒区域 (土石流・急傾斜地)
- 土砂災害特別警戒区域 (土石流・急傾斜地)
- 新たに土砂災害警戒区域等に指定される可能性のある箇所
- ※令和5年度以降調査

河川浸水域凡例

- 普代川の想定最大規模を表示しています。
  - 浸水深10.0~20.0m未満
  - 浸水深5.0~10.0m未満
  - 浸水深3.0~5.0m未満
  - 浸水深0.5~3.0m未満
  - 浸水深0.5m未満
- 浸水深の表示と配色は「洪水浸水想定区域図マニュアル(国土交通省・国土技術政策総合研究所)」による

- 家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

消防設備

- 消火栓
- 防火水槽

指定緊急避難場所

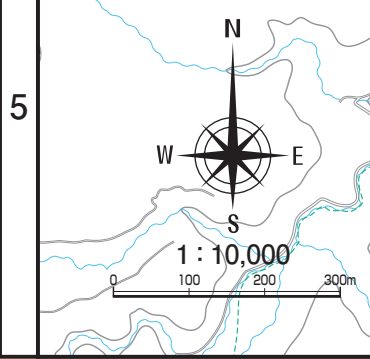
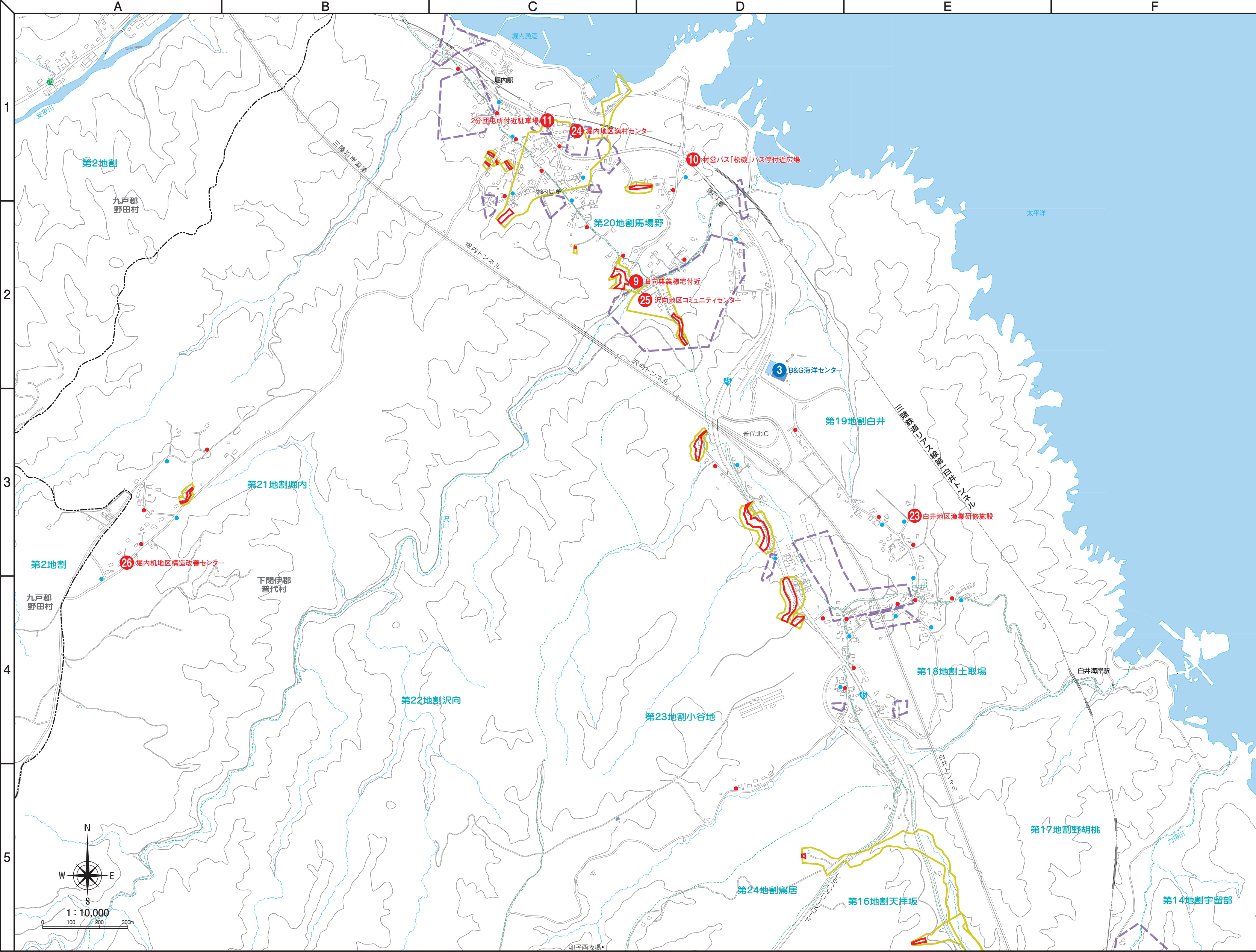
- ①

指定避難所

- ①

福祉避難所

- ①



1		
2	3	4
5	6	

土砂災害凡例

土砂災害警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

土砂災害特別警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

新たに土砂災害警戒区域等に  
指定される可能性のある箇所

※令和5年度以降調査

河川浸水域凡例

普代川の想定最大規模を表示しています。

浸水深10.0~20.0m未満

浸水深5.0~10.0m未満

浸水深3.0~5.0m未満

浸水深0.5~3.0m未満

浸水深0.5m未満

浸水深の表示と配色は  
「洪水浸水想定区域図マニュアル  
(国土交通省・国土技術政策総合  
研究所)」による

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)

家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

消防設備

- 消火栓
- 防火水槽

指定緊急避難場所

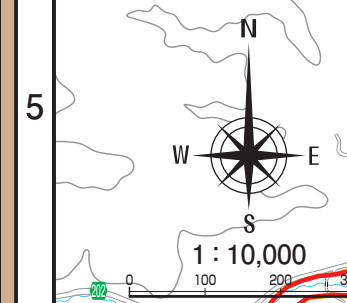
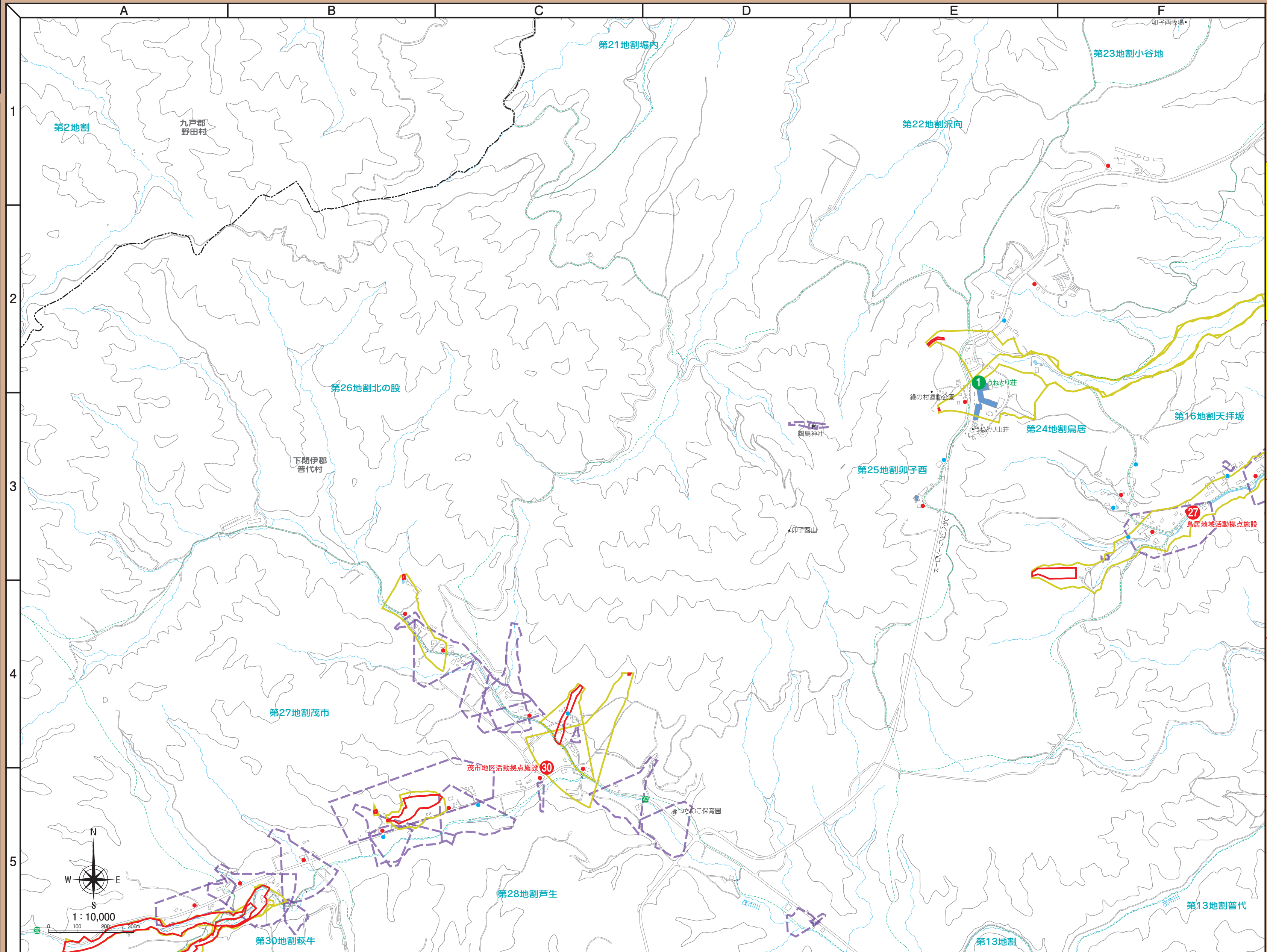
①

指定避難所

①

福祉避難所

①



堀内・力持・白井  
鳥居・茂市  
元村・鳥居  
太田名部・黒崎  
向野場・落合  
芦渡・落合



1		
2	3	4
5	6	

土砂災害凡例

- 土砂災害警戒区域 (土石流・急傾斜地)
- 土砂災害特別警戒区域 (土石流・急傾斜地)
- 新たに土砂災害警戒区域等に指定される可能性のある箇所
- ※令和5年度以降調査

河川浸水域凡例

- 普代川の想定最大規模を表示しています。
- 浸水深10.0~20.0m未満
  - 浸水深5.0~10.0m未満
  - 浸水深3.0~5.0m未満
  - 浸水深0.5~3.0m未満
  - 浸水深0.5m未満
- 浸水深の表示と配色は「洪水浸水想定区域図マニュアル(国土交通省・国土技術政策総合研究所)」による

- 家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

消防設備

- 消火栓
- 防火水槽

指定緊急避難場所

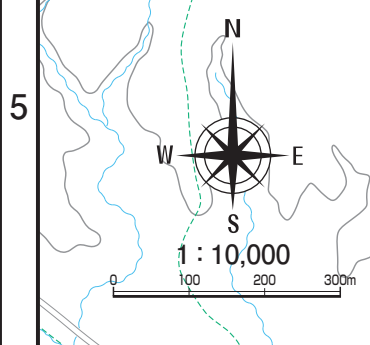
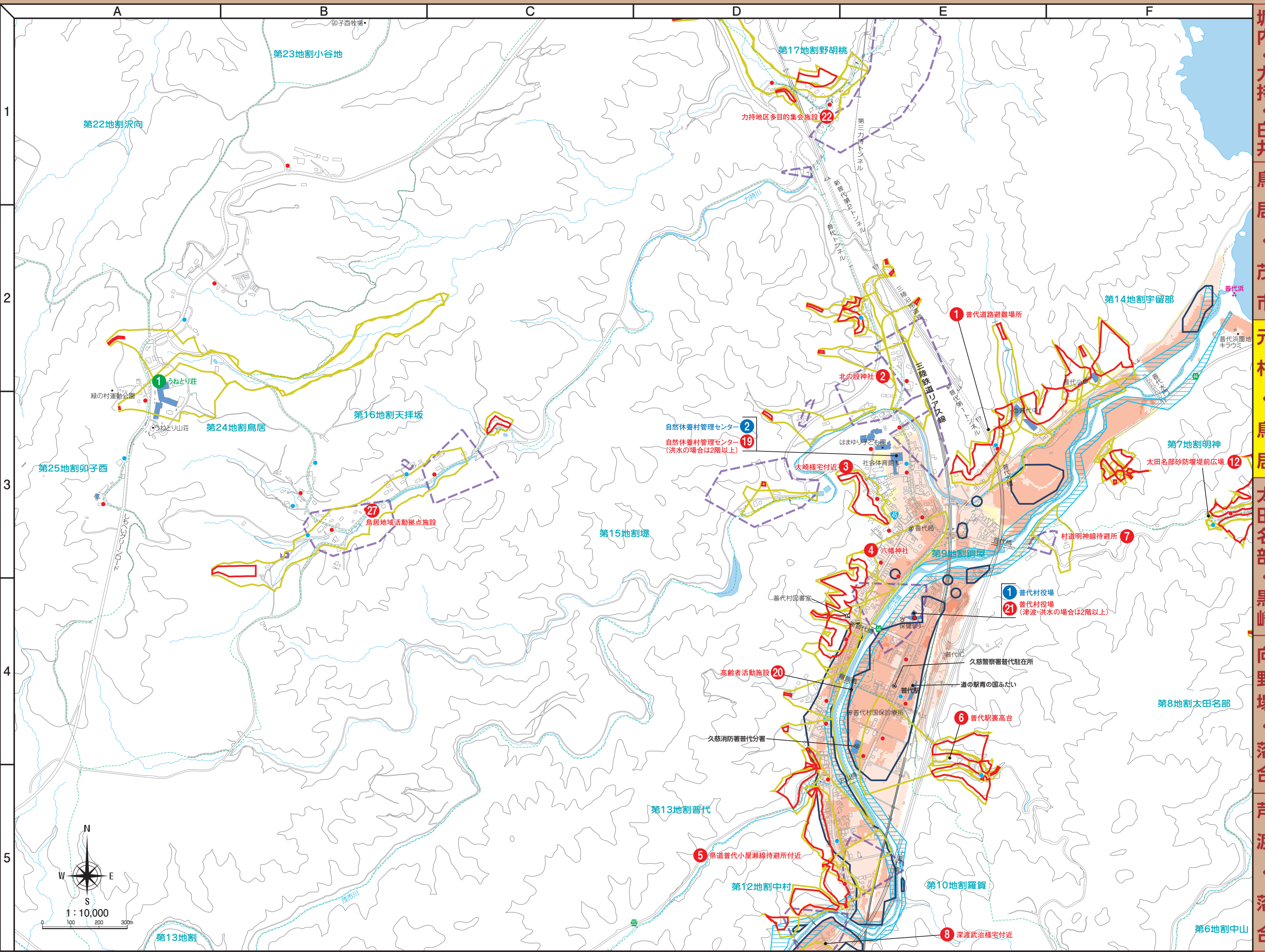
- 1

指定避難所

- 1

福祉避難所

- 1



堀内・力持・白井 鳥居・茂市 元村・鳥居 太田名部・黒崎 向野場・落合 芦渡・落合

1		
3	4	
6		

**土砂災害凡例**

土砂災害警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

土砂災害特別警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

新たに土砂災害警戒区域等に  
指定される可能性のある箇所

※令和5年度以降調査

**河川浸水域凡例**

普代川の想定最大規模を表示しています。

浸水深10.0~20.0m未満

浸水深5.0~10.0m未満

浸水深3.0~5.0m未満

浸水深0.5~3.0m未満

浸水深0.5m未満

浸水深の表示と配色は  
「洪水浸水想定区域図マニュアル  
(国土交通省・国土技術政策総合  
研究所)」による

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)

家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

**消防設備**

- 消火栓
- 防火水槽

**指定緊急避難場所**

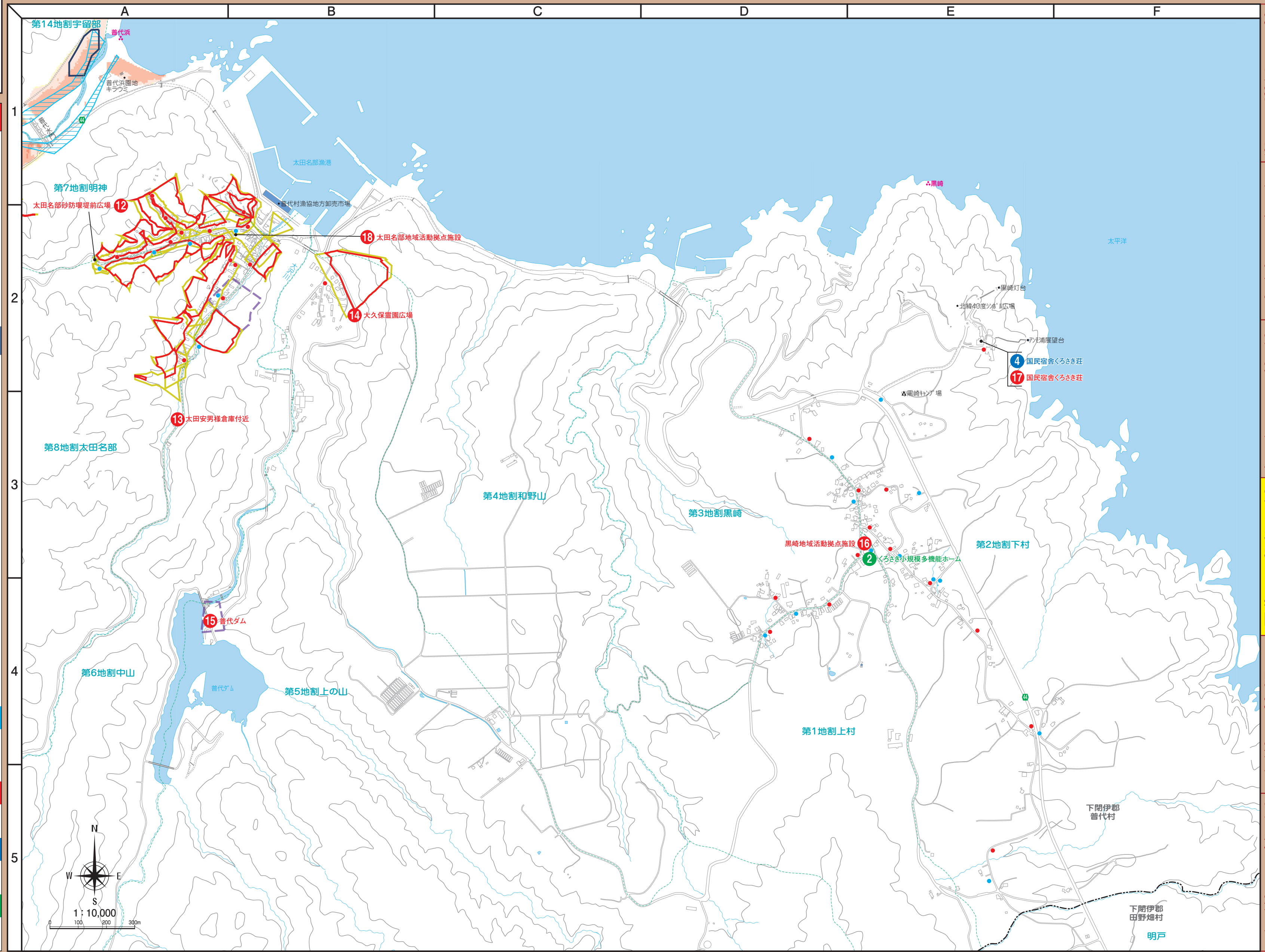
①

**指定避難所**

①

**福祉避難所**

①



堀内・力持・白井 鳥居・茂市 元村・鳥居 太田名部・黒崎 向野場・落合 芦渡・落合

2	3	4
5	6	

**土砂災害凡例**

土砂災害警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

土砂災害特別警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

新たに土砂災害警戒区域等に  
指定される可能性のある箇所

※令和5年度以降調査

---

**河川浸水域凡例**

普代川の想定最大規模を表示しています。

浸水深10.0~20.0m未満

浸水深5.0~10.0m未満

浸水深3.0~5.0m未満

浸水深0.5~3.0m未満

浸水深0.5m未満

浸水深の表示と配色は  
「洪水浸水想定区域図マニュアル  
(国土交通省・国土技術政策総合  
研究所)」による

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)

家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

---

**消防設備**

● 消火栓

● 防火水槽

---

**指定緊急避難場所**

①

---

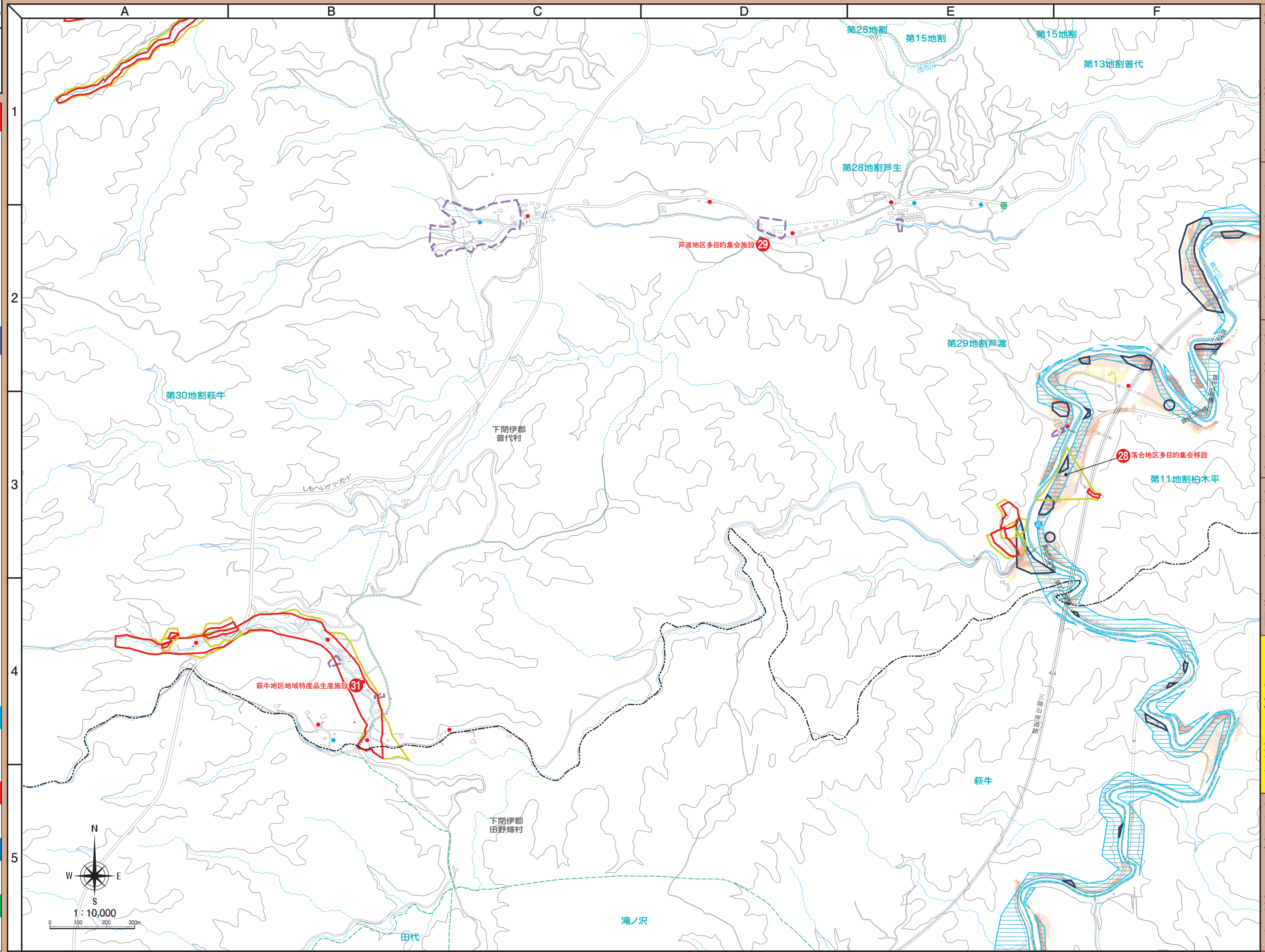
**指定避難所**

①

---

**福祉避難所**

①



堀内・力持・白井 鳥居・茂市 元村・鳥居 太田名部・黒崎 向野場・落合 芦渡・落合

2	3	4
5	6	

**土砂災害凡例**

土砂災害警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

土砂災害特別警戒区域  
(土石流・急傾斜地)

新たに土砂災害警戒区域等に  
指定される可能性のある箇所

※令和5年度以降調査

**河川浸水域凡例**

普代川の想定最大規模を表示しています。

浸水深10.0~20.0m未満

浸水深5.0~10.0m未満

浸水深3.0~5.0m未満

浸水深0.5~3.0m未満

浸水深0.5m未満

浸水深の表示と配色は  
「洪水浸水想定区域図マニュアル  
(国土交通省・国土技術政策総合  
研究所)」による

家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)

家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

**消防設備**

● 消火栓  
● 防火水槽

**指定緊急避難場所**

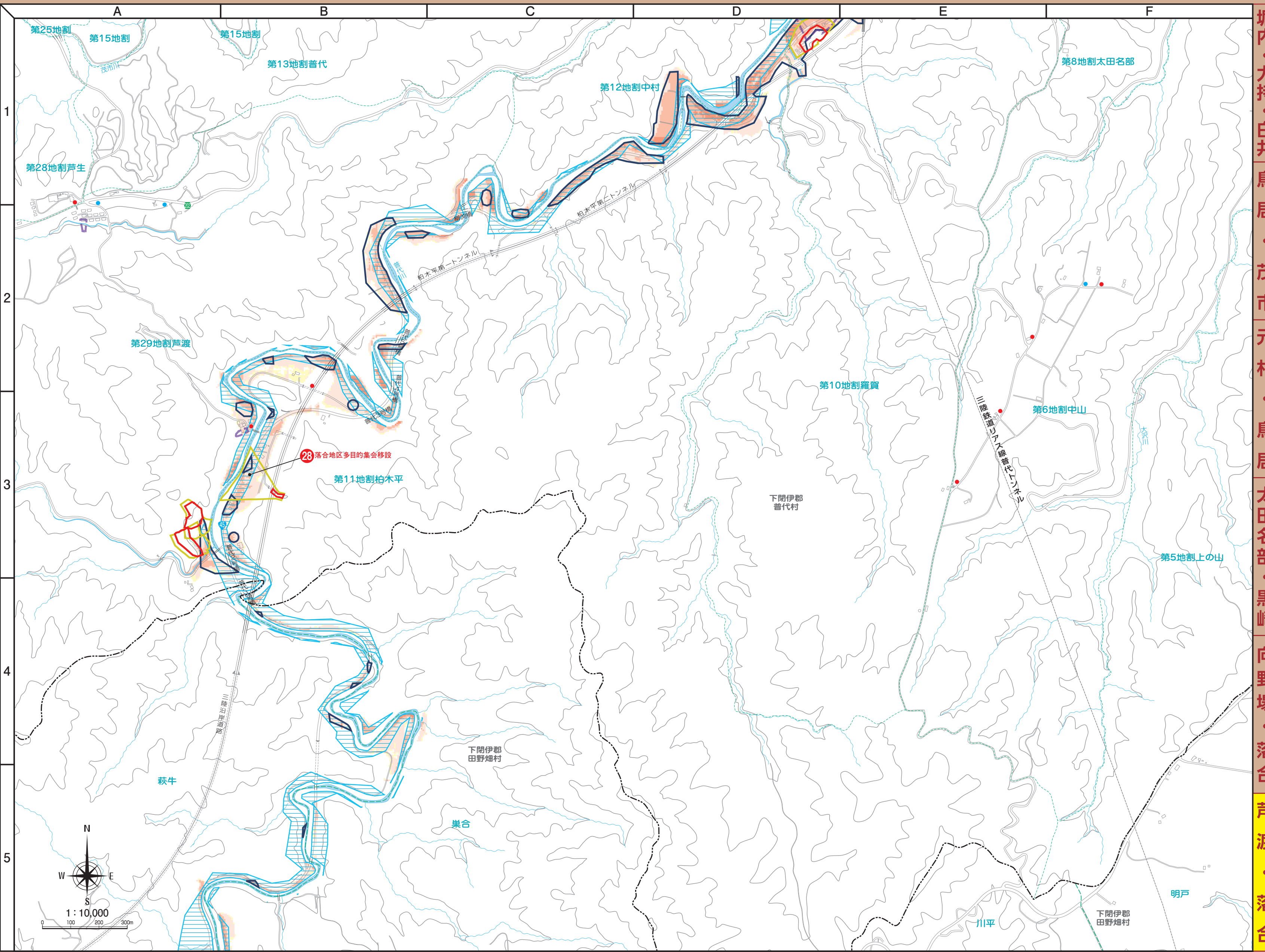
①

**指定避難所**

①

**福祉避難所**

①



堀内・力持・白井 鳥居・茂市 元村・鳥居 太田名部・黒崎 向野場・落合 芦渡・落合

1  
2 3

**最大浸水深**

- 20.0m以上
- 浸水深10.0m以上20.0m未満
- 浸水深5.0m以上10.0m未満
- 浸水深3.0m以上5.0m未満
- 浸水深1.0m以上3.0m未満
- 浸水深0.5m以上1.0m未満
- 浸水深0.3m以上0.5m未満
- 浸水深0.01m以上0.3m未満

津波浸水深の表示と配色は「津波浸水深想定設定の手引(国土交通省)」による

**消防設備**

- 消火栓
- 防火水槽

**指定緊急避難場所**

- ①

**指定避難所**

- ①

**福祉避難所**

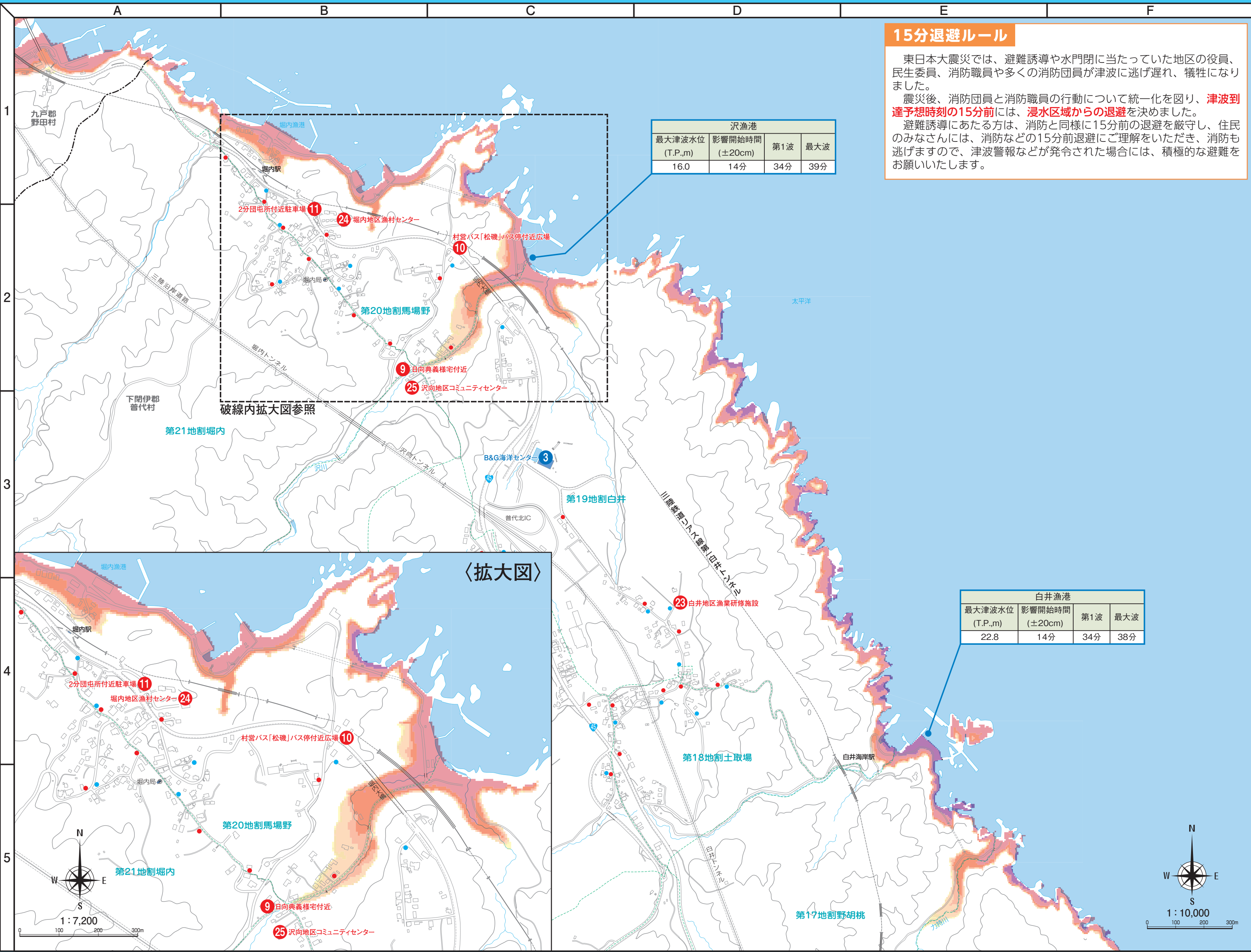
- ①

**15分退避ルール**

東日本大震災では、避難誘導や水門閉に当たっていた地区の役員、民生委員、消防職員や多くの消防団員が津波に逃げ遅れ、犠牲になりました。

震災後、消防団員と消防職員の行動について統一化を図り、**津波到達予想時刻の15分前には、浸水区域からの退避**を決めました。

避難誘導にあたる方は、消防と同様に15分前の退避を厳守し、住民のみなさんには、消防などの15分前退避にご理解をいただき、消防も逃げますので、津波警報などが発令された場合には、積極的な避難をお願いいたします。

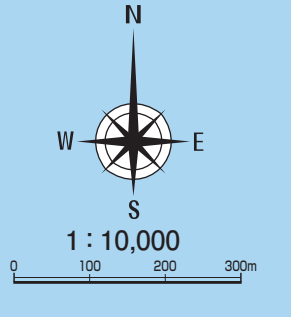
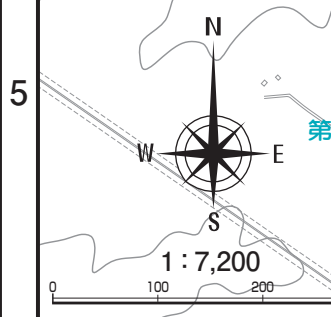
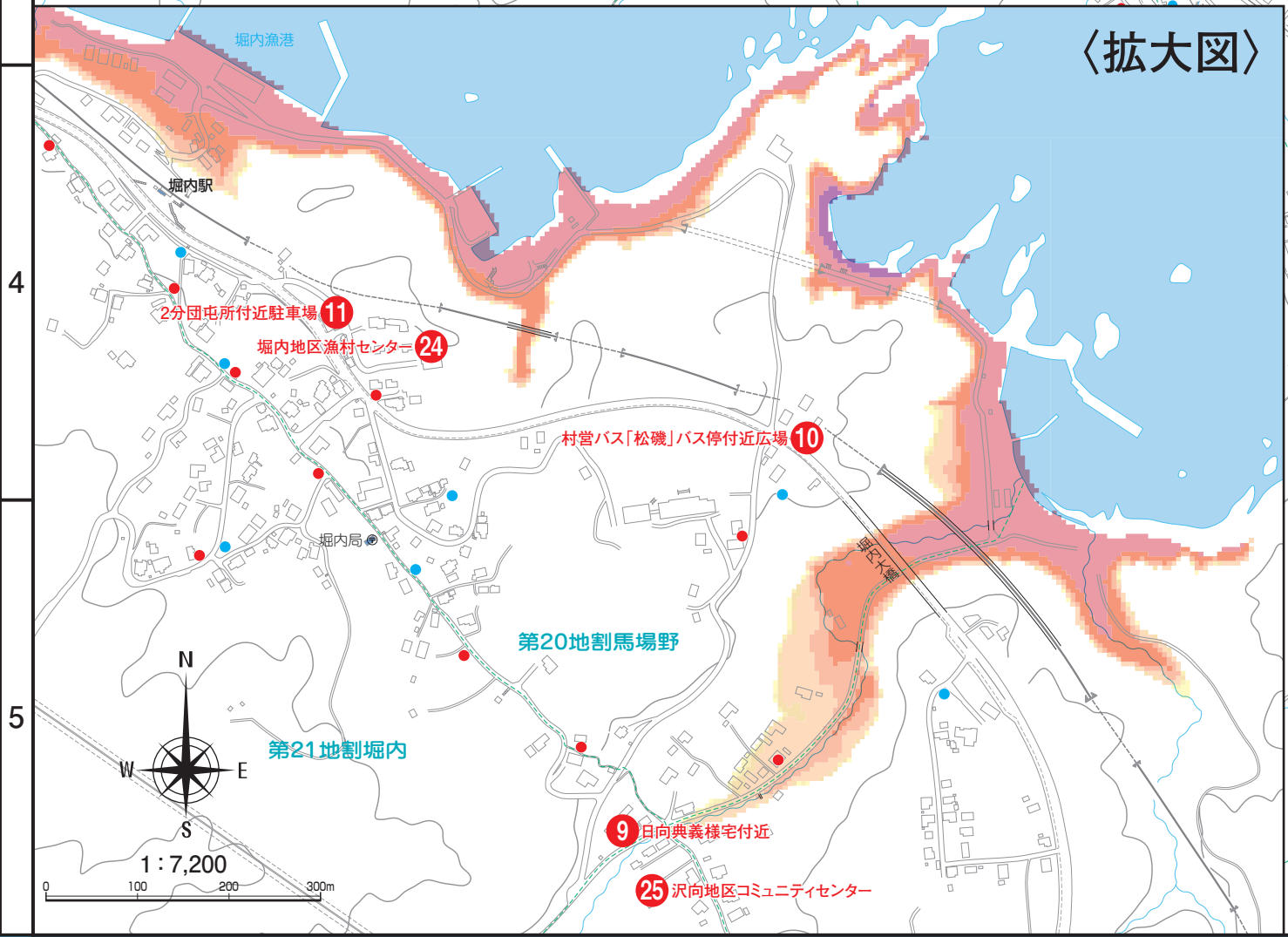


沢漁港

最大津波水位 (T.P.,m)	影響開始時間 (±20cm)	第1波	最大波
16.0	14分	34分	39分

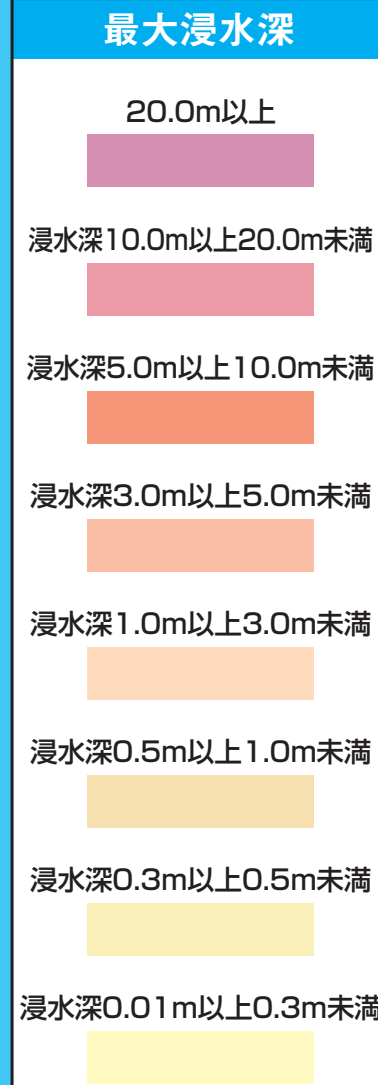
白井漁港

最大津波水位 (T.P.,m)	影響開始時間 (±20cm)	第1波	最大波
22.8	14分	34分	38分

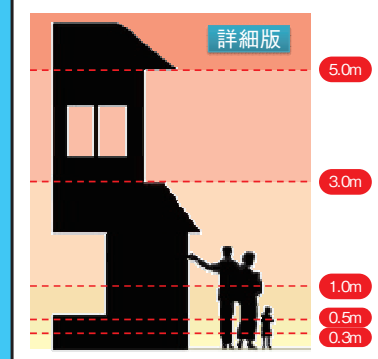


堀内・白井  
元村  
太田名部・黒崎

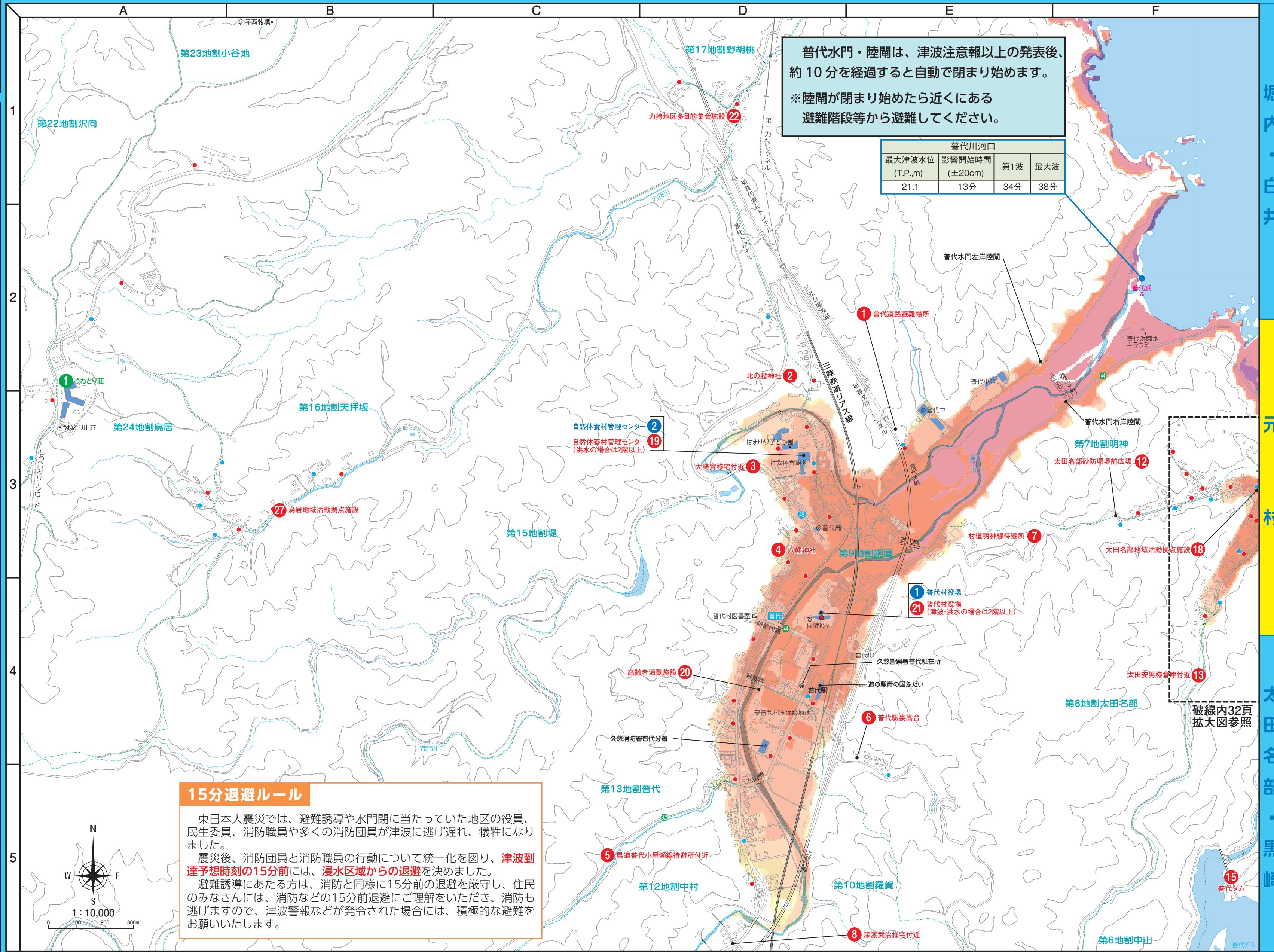
1  
2 3



津波浸水深の表示と配色は「津波浸水想定設定の手引(国土交通省)」による



- 消防設備**
- 消火栓
  - 防火水槽
- 指定緊急避難場所**
- 1
- 指定避難所**
- 1
- 福祉避難所**
- 1



普代水門・陸間は、津波注意報以上の発表後、約10分を経過すると自動で閉まり始めます。

※陸間が閉まり始めたら近くにある避難階段等から避難してください。

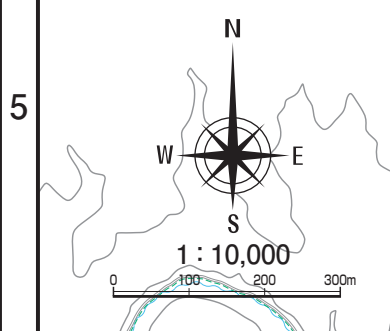
普代川河口			
最大津波水位 (T.P.,m)	影響開始時間 (±20cm)	第1波	最大波
21.1	13分	34分	38分

**15分退避ルール**

東日本大震災では、避難誘導や水門閉に当たっていた地区の役員、民生委員、消防職員や多くの消防団員が津波に逃げ遅れ、犠牲になりました。

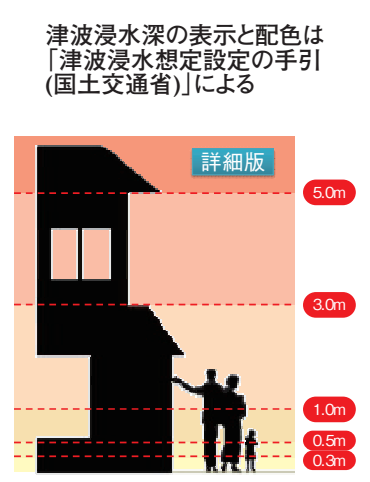
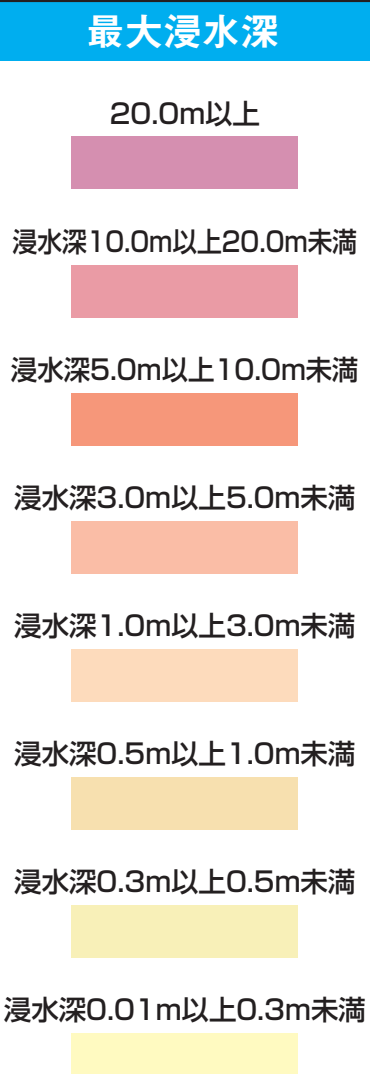
震災後、消防団員と消防職員の行動について統一化を図り、**津波到達予想時刻の15分前**には、**浸水区域からの退避**を決めました。

避難誘導にあたる方は、消防と同様に15分前の退避を厳守し、住民のみなさんには、消防などの15分前退避にご理解をいただき、消防も逃げますので、津波警報などが発令された場合には、積極的な避難をお願いいたします。



堀内・白井  
元村  
太田名部・黒崎

1  
2 3



- 消防設備**
- 消火栓
  - 防火水槽
- 指定緊急避難場所**
- ①
- 指定避難所**
- ①
- 福祉避難所**
- ①

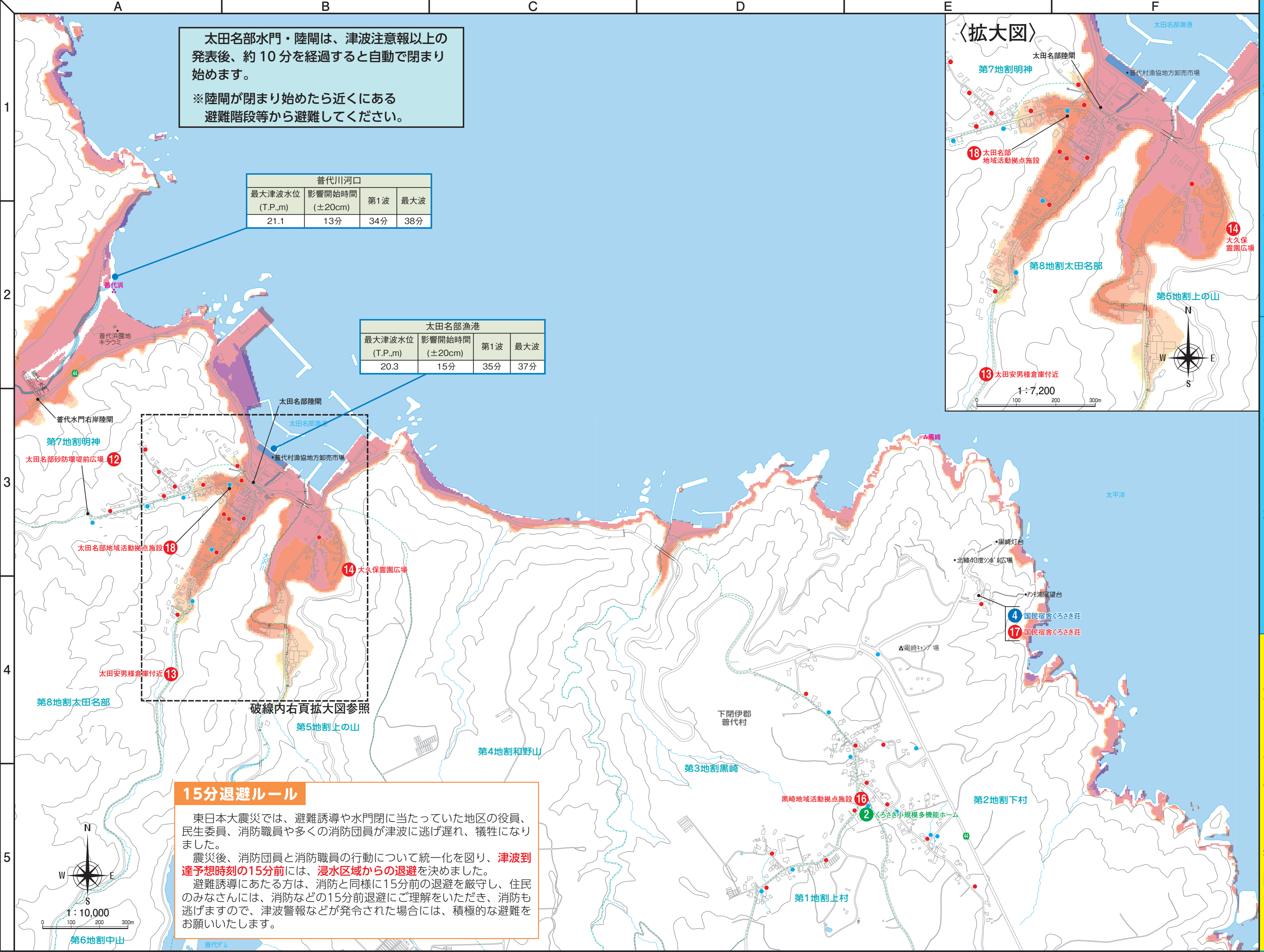
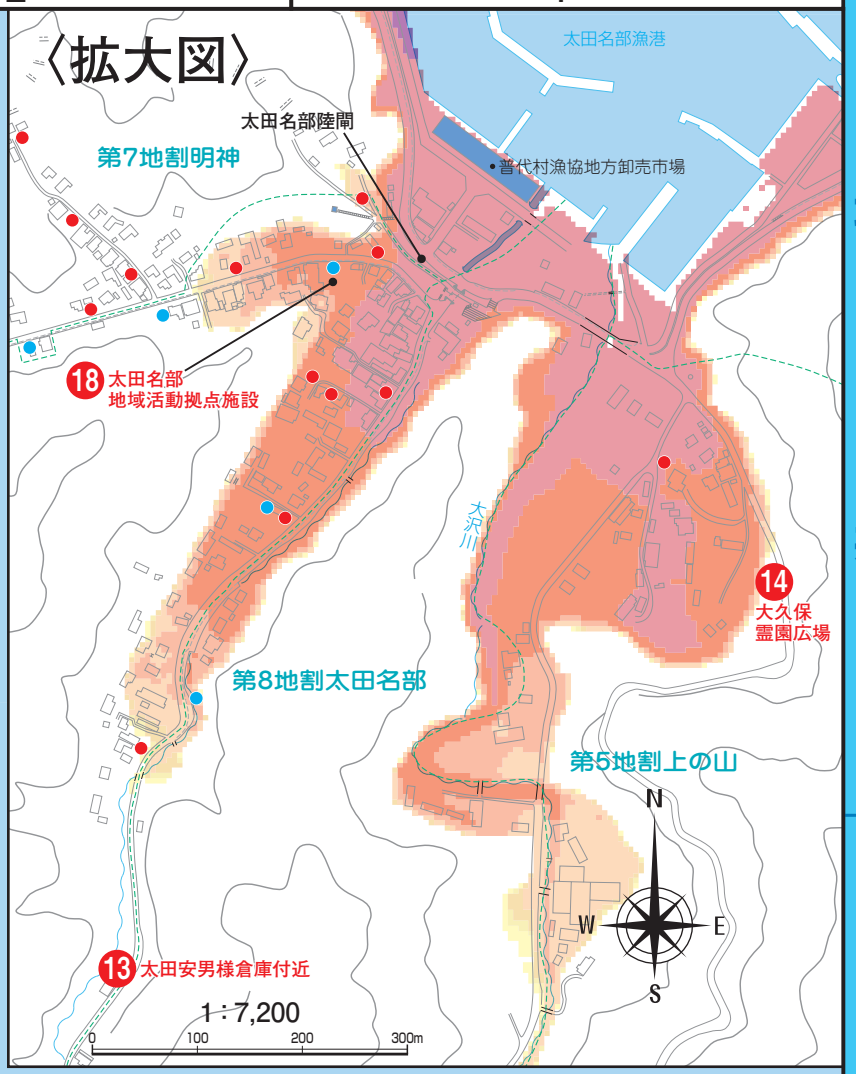
太田名部水門・陸閘は、津波注意報以上の発表後、約10分を経過すると自動で閉まり始めます。  
※陸閘が閉まり始めたら近くにある避難階段等から避難してください。

普代川河口

最大津波水位 (T.P.,m)	影響開始時間 (±20cm)	第1波	最大波
21.1	13分	34分	38分

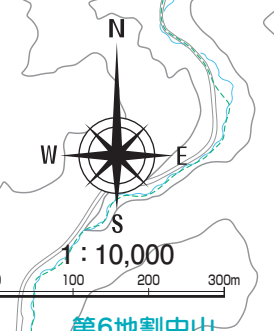
太田名部漁港

最大津波水位 (T.P.,m)	影響開始時間 (±20cm)	第1波	最大波
20.3	15分	35分	37分



**15分退避ルール**

東日本大震災では、避難誘導や水門閉に当たっていた地区の役員、民生委員、消防職員や多くの消防団員が津波に逃げ遅れ、犠牲になりました。震災後、消防団員と消防職員の行動について統一化を図り、津波到達予想時刻の15分前には、浸水区域からの退避を決めました。避難誘導にあたる方は、消防と同様に15分前の退避を厳守し、住民のみなさんには、消防などの15分前退避にご理解をいただき、消防も逃げますので、津波警報などが発令された場合には、積極的な避難をお願いいたします。



堀内・白井  
元  
村  
太田名部・黒崎

# ① 備蓄品および非常持ち出し品

避難するときに最初に持ち出すのが「非常持ち出し品」。  
 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)  
 また、冬期避難時には、可能な限り防寒着を着用して避難しましょう。

## 非常持ち出し品

●とっさの場合に持ち出せるようにリュックサックにつめておきたい

### 貴重品

- ・現金 ※公衆電話用に硬貨も
- ・印鑑
- ・家や車の予備鍵
- ・証書類のコピー  
(健康保険証、免許証、通帳、保険証書、権利書など)

### 情報収集用品

- ・携帯ラジオ ※予備電池も
- ・携帯電話(スマートフォン)の充電器
- ・モバイルバッテリー ※ライト付きが便利
- ・筆記用具

### 非常飲食品など

- ・非常食 ※軽く高カロリーのもの
- ・飲料水
- ・給水袋
- ・万能ナイフ

### 衛生用品

- ・救急セット ※常備薬も
- ・タオル
- ・マスク
- ・消毒液
- ・体温計
- ・トイレトーパー
- ・ウェットティッシュ
- ・ビニール袋
- ・下着類

### 安全用品

- ・懐中電灯 ※予備電池も
- ・ヘルメット・防災ずきん
- ・軍手
- ・スリッパ
- ・笛やブザー ※居場所を知らせるもの
- ・マッチ・ライター
- ・毛布・保温シート
- ・使い捨てカイロ
- ・防寒着

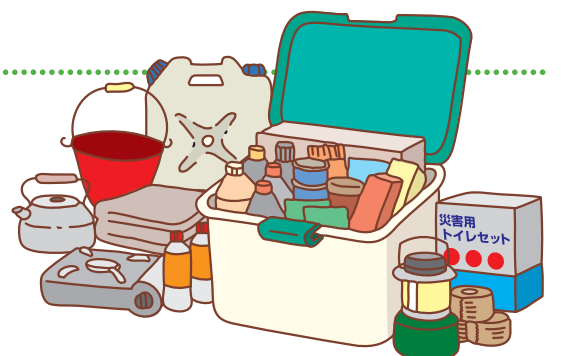


## 備蓄品

●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

- ・飲料水 ※1人1日3ℓ
- ・食品 ※アルファ化米、長期保存食品など専用品の他、下記ローリングストックの活用を
- ・給水用ポリタンク・バケツ
- ・カセットコンロ・ガスボンベ
- ・使い捨ての食器類
- ・食品用ラップ

- ・ランタン
- ・災害用トイレセット
- ・からだ拭きシート
- ・水のいらないシャンプー
- ・ガムテープ
- ・ビニールシート
- ・防寒着



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。

## 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。

## ❖ ローリングストックについて

備蓄専用の保存食なども大切ですが、普段から少し多めに食料品や日用品を買っておき、使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の備蓄を自宅に確保しておくことをローリングストックと言います。日常生活の中に、非常備蓄を上手に組み込みましょう。

—対象品目の例—

- ペットボトルの水や飲み物、レトルト食品、
- インスタント食品、お菓子、乾麺、缶詰、乾物、漬物
- カセットコンロのボンベ、ウェットティッシュ、
- トイレトーパー、食品用ラップ、ビニール袋、
- 乾電池、使い捨てカイロ





# 📄 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・医療機関などに情報を提供します。

## 家族の集合場所

集合場所	避難所・避難場所	連絡方法

## 家族の連絡先及び救急情報

氏名	続柄	電話番号(自宅・携帯)	電話番号(会社・学校)	生年月日	血液型	救急情報(持病・アレルギー・常備薬)
					型	
					型	
					型	
					型	
					型	

## 親族・知人

氏名	間柄	電話番号

## かかりつけ医療機関

医療機関名	電話番号

## 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

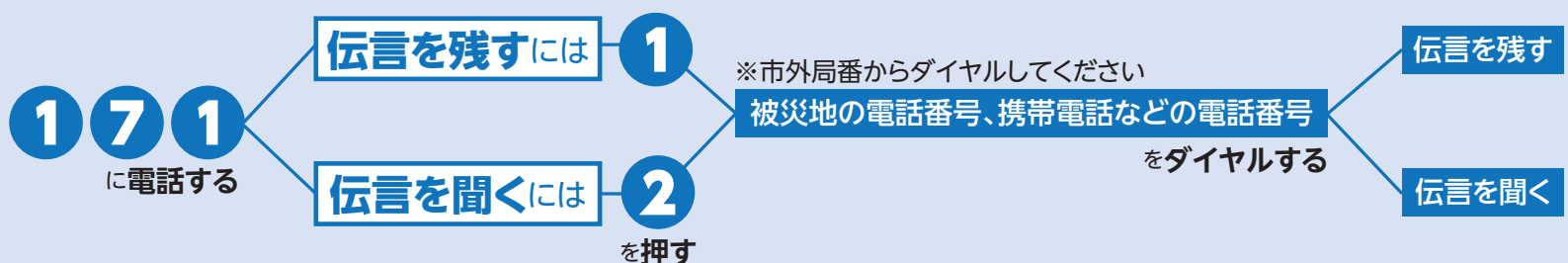
**110**

海上の事件・  
事故の連絡

**118**

## 災害用伝言ダイヤル「171」

災害時には電話がつながりにくくなります  
「171」に電話をかけると、伝言の録音や再生ができます



各QRコードと情報収集方法の項目をクリックするとリンク先へ移動します

盛岡  
地方気象台



普代村行政  
トップページ



## 情報収集方法

### 国交省「防災情報提供センター」

<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>  
携帯電話から <https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/i-index.html>

### 国交省「川の防災情報」

<https://www.river.go.jp/>

### 気象庁キキクル（危険度分布）

どこで土砂災害や浸水害・洪水の危険度が高まっているかを知ることが出来る、命を守るための情報です。

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

### 盛岡地方気象台

<https://www.data.jma.go.jp/morioka/>

### 普代村ホームページ（防災情報）

<https://www.vill.fudai.iwate.jp/top.html>

### 岩手防災情報ポータル

<https://iwate.secure.force.com/>



## 防災関係機関連絡先

普代村役場	0194-35-2111
久慈警察署	0194-53-0110(代)
久慈広域連合消防本部	0194-53-0119(代)
久慈消防署普代分署	0194-35-2119
三陸国道事務所	0193-62-1711

三陸国道事務所久慈維持(出)	0194-53-2790(代)
宮古海上保安署	0193-62-6560
久慈保健所	0194-53-4987
県北広域振興局土木部	0194-53-4990
東北電力ネットワーク(停電・緊急時)	0120-175-366

## 本書の使い方

本書は、いずれ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、常日ごろから内容に目を通し理解を深めていきましょう。

## 本書の特徴

本書は、災害時に持ち運びができるように冊子型として作成しました。通常は、地図部分や、わが家の「緊急・救急情報」防災メモページを開いた状態で、壁などにピン留めして掲示するか、ヒモなどでつるし身近に置き、緊急時に持ち出してご活用ください。

## 普代村防災マップ

令和5年3月

発行 普代村 総務課  
下閉伊郡普代村第9地割字銅屋13番地2  
TEL 0194-35-2111  
FAX 0194-35-3017

制作・著作 株式会社ゼンリン 盛岡営業所  
盛岡市中央通2丁目1番21号  
TEL 019-622-7230  
FAX 019-622-2115

無断で複写、転載することはご遠慮ください。著作権者に無断で本誌の全部、または一部を複製及び転載することは、著作権法により禁止されています。

「この地図は、岩手県知事の承認を得て岩手県所有の5,000分の地形図を使用したものである。」(令和4年2月17日森整第822号)

本文中の地図は、弊社2023年2月発行の住宅地図普代村のデータをもとに作成しています。また、住宅地図による現地調査情報、編集独自の細かな情報も加えて制作しています。

作成には細心の注意を払い、編集作業を行っていますが、データ量は膨大であり、日々変化する現状と地図面が一致しない場合があります。また、目録物は見やすさを優先し、正式名称などを一部割愛して掲載しています。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。

国交省  
防災情報  
提供センター



国交省  
川の防災情報



気象庁  
キキクル

