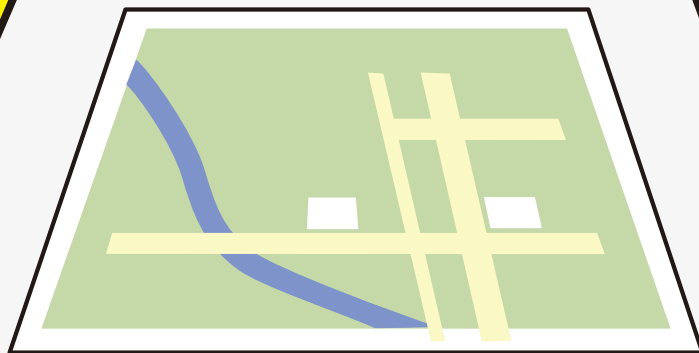
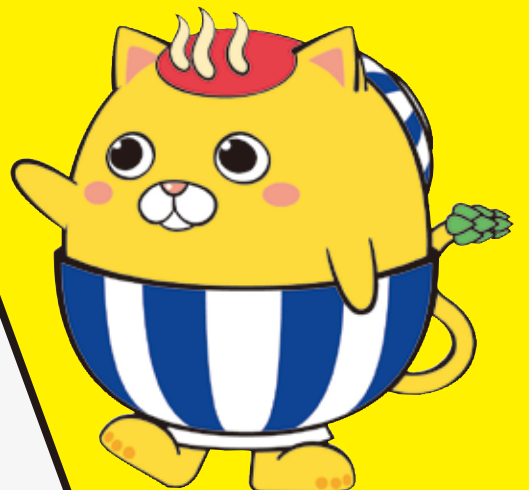


波佐見町

# 防災マップ

保存版



# 町民の皆様へ

## 町民の皆様へ

わが国は、位置、地形、地質などから、地震、風水害などの自然災害が発生しやすく、特に近年、激甚化、頻発化する豪雨により地域を問わず、毎年のように甚大な災害が発生しています。

これからも、今までに経験したことがない大規模災害の発生や激甚化が懸念され、その発生を抑えることはできませんが、日頃の備えと心構えにより、被害を最小限に抑えることができます。

本町では、「災害に強い安心・安全なまちづくり」を主要施策として掲げて様々な防災・減災の取り組みを進めておりますが、発生した災害からご自身や家族、そして地域を守るためには、何よりも町民の皆様一人ひとりの防災意識を高めることと、各地域の自主防災組織の活動を活性化することが重要であると考えています。

この度、作成しました「波佐見町防災マップ」には、本町における土砂災害警戒区域や避難所などの防災情報を集約しておりますので、各ご家庭においては、お住いの地域の災害リスクをしっかりと再確認したうえで、災害対策について話し合ってくださいとともに、地域における自主防災組織などの活動にも役立てていただきますよう切にお願いします。

結びに、波佐見町は、町民の皆様と連携し、協同して「災害に強いまちづくり」に全力で取り組んで参りますので、今後とも、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

## 索引

町民の皆様へ.....	1	避難時の注意点.....	12
波佐見町からの防災情報.....	2	応急手当.....	13
避難情報.....	3	非常時備蓄品の準備&チェック.....	14
風水害・台風.....	4	わが家の防災対策.....	15～16
洪水.....	5	避難所一覧.....	17
土砂災害.....	6	ペット同行避難 & 家庭のオリジナルマップを作ろう.....	18
地震.....	7	感染症対策.....	19～20
火災.....	8	マイ・タイムラインの作成.....	21～24
特別警報が発せられる時とは.....	9	防災マップの見方.....	25
自主防災組織.....	10	災害時の緊急連絡.....	裏表紙
避難行動の分類.....	11		

発行：波佐見町 制作・著作：株式会社ゼンリン長崎営業所 作成：令和5年3月

「この地図は、波佐見町長の承認を得て、同町発行の1/2,500平面図を使用し、調整したものである。(承認番号)31総電第157号」

(禁無断複製)©2023 ZENRIN CO., LTD.

# 波佐見町からの防災情報

## 波佐見町防災情報

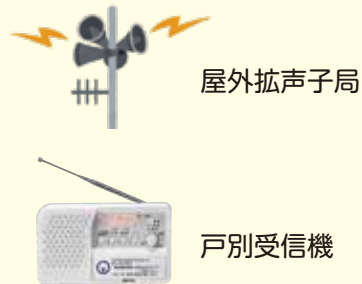
迅速かつ確実な情報伝達を行うため、防災行政無線による音声放送に加え、メール、SNS、アプリ等、多様なメディアを活用し、防災情報を確実にお届けします。



波佐見町役場

防災情報のほか、行政情報等も随時発信します。

### 防災行政無線



屋外拡声子局

戸別受信機

### 多様なメディア



緊急速報メール  
エリアメール



登録制メール



Yahoo!防災速報



LINE



ホームページ

## Yahoo! 防災速報アプリ

町はYahoo!JAPANと災害協定を結び、Yahoo!防災速報アプリでも、緊急情報を発信しています。

受信するには設定マークから「地域を設定」をクリックし、波佐見町を選択します。



## LINE

波佐見町LINE公式アプリでも防災情報が受け取れます。友だち登録をお願いします。

波佐見町公式LINE  
登録はこちら



または

ID検索

ID @hasamitown

## 防災情報メール配信 登録手順のご案内

ご登録の前に

- メール配信サービスの利用規約に同意していただいた上で、ご登録をお願いいたします。
- 「town.hasami.lg.jp」のアドレスからのメールの受信を許可する設定を行ってください。

### 1 メールを送信します。

bousai-hasami@town.hasami.lg.jpへ必要事項を記入の上メールを送信します。

### 2 登録完了。

記
メール件名
防災メール登録
メール本文
お名前(姓名)、お住まいの地区(例: 宿郷)、消防分団名(消防団員の場合)



# 避難情報

## 警戒レベルを用いた避難情報

警戒レベル	状況	住民が取るべき行動	行動を促す情報
<b>5</b>	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保※1
～<警戒レベル4までに必ず避難!>～			
<b>4</b>	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示※2
<b>3</b>	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※3	高齢者等避難
<b>2</b>	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
<b>1</b>	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 (気象庁)

※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は必ず発令されるものではない。

※2 避難指示は、今までの避難勧告のタイミングで発令する。

※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危険を感じたら自主的に避難するタイミングである。

## 自主避難について 危険を感じたらすぐ避難しましょう

局地的集中豪雨のような、突発的な異常気象の場合には、町からの避難情報が間に合わないケースもあります。その際には、身の危険を感じたら安全な場所にいる家族や知人の家、避難所などへ自主的に避難しましょう。

## 避難に関する3つの情報

災害の危険が迫って居住者の避難が必要になった場合に、避難に関する情報が発令されます。3種類の情報は状況の深刻度に応じて出されるので、各情報に応じた避難行動をとりましょう。

### 高齢者等避難

人的被害が発生するおそれがある状況。



- 避難するのに時間がかかる高齢者など災害時要配慮者やその支援者は危険な場所から避難します。
- 通常の避難行動ができる人は、家族との連絡、非常持出品の用意など避難の準備を始めます。

### 避難指示

人的被害の発生する危険性が高まった状況。



- 危険な場所から全員が避難となり住民は直ちに避難をおこなってください。

### 緊急安全確保

人的被害の発生する危険性が非常に高まった状況、あるいはすでに人的被害が発生した状況。



- まだ避難していない住民は直ちに避難します。万一避難する余裕がなければ、命を守る最低限の行動を取ります。



# 風水害・台風

## 大雨注意報・警報・特別警報の発表のめやす

<b>大雨注意報</b> 災害が起こるおそれのあるときに注意を呼びかけて行う予報であり警戒レベル2に相当	<b>大雨警報</b> 重大な災害が起こるおそれのあるときに警戒を呼びかけて行う予報であり警戒レベル3に相当	<b>土砂災害警戒情報</b> 降り続く大雨のため、土砂災害警戒区域等では命に危険が及ぶ土砂災害がいつ発生してもおかしくない非常に危険な状況で、警戒レベル4に相当	<b>大雨特別警報</b> 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、若しくは、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大雨になると予想される場合に呼びかけて行う予報であり警戒レベル5に相当
---	---	--	---

## 雨の強さと降り方

やや強い雨 1時間雨量10～20mm	強い雨 1時間雨量20～30mm	激しい雨 1時間雨量30～50mm	非常に激しい雨 1時間雨量50～80mm	猛烈な雨 1時間雨量80mm以上
ザーザーと降り、雨の音で話し声が良く聞き取れない。この程度の雨でも長く続く時は注意が必要。	どしゃ降り、傘をさしてもぬれる。ワイパーを速くしても見づらい。側溝等があふれる。	バケツをひっくり返したように降り、道路が川のようになる。危険地帯では避難の準備が必要。	滝のように降り、傘は全く役に立たなくなる。土石流が起こりやすい。多くの災害が発生する。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じる。大雨による大規模な災害が発生するおそれが強く、嚴重な警戒が必要。

## 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。発生の予測は比較的困難で、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。

## 線状降水帯

次々と発生する発達した雨雲（積乱雲）が列をなし、数時間にわたってほぼ同じ場所を通過または停滞することで作り出されます。この線状降水帯による大雨が、災害発生の危険度の高まりにつながるものとして、注意が必要です。

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

## 風の強さと吹き方

10m/秒以上～15m/秒未満	15m/秒以上～20m/秒未満	20m/秒以上～25m/秒未満	25m/秒以上～
風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。	風に向かって歩けない。転倒する人もいる。	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。	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。

## 台風

日本には毎年多数の台風が接近あるいは上陸し、たびたび大きな被害をもたらします。台風の接近が予想される際は、台風情報に十分注意し、被害のないように備えることが必要です。

大きさ	風速 15m/秒以上の半径	強さ	最大風速
大型(大きい)	500km以上～800km未満	強い	33m/秒以上～44m/秒未満
超大型(非常に大きい)	800km以上	非常に強い	44m/秒以上～54m/秒未満
		猛烈な	54m/秒以上

# 洪水

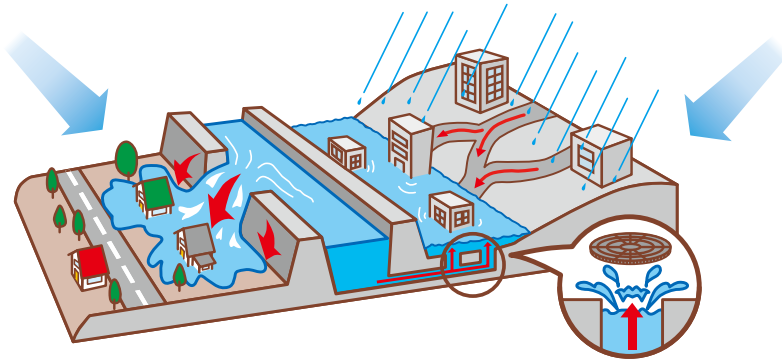
強い雨が広範囲に、長時間続くときに、洪水災害が発生する危険性が高まります。  
発生メカニズムを知り、堤防決壊の前兆・浸水等に注意しましょう！

## 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し、浸水する「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情報を出すのが難しいため、注意が必要。



**右記のような前触れに  
注意して、危険を感じたら  
速やかに避難しましょう。**

- 堤防の川側が崩れ始めたとき
- 水かさが増し、堤防に亀裂が生じたとき
- 堤防の側面から水が漏れ出したとき
- 増水が早く、水が堤防を越えそうとき
- 水が激流となって堤防の土が削り取られたり、護岸が壊れ始めたとき
- 堤防近くの地盤から水が噴き出すとき

## 河川水位及び危険度レベル

河川に設定された以下の危険水位に応じ、河川管理者と気象庁から洪水予報が発表されます。自治体はこの情報を目安にして、避難に関する情報を発令します。

警戒レベル	河川状況	川棚川(波佐見町役場)
<b>5</b>	氾濫の発生	
～<警戒レベル4までに必ず避難!>～		
<b>4</b>	氾濫危険水位	5.40
<b>3</b>	避難判断水位	4.70
<b>2</b>	氾濫注意水位	4.60
<b>1</b>	水防団待機水位	4.20

※水位周知河川:川棚川

まずは、正確な情報が大事  
その次に迅速な対応

下記の長崎県河川砂防情報システムにより  
長崎県の河川の水位情報がご覧になれます。  
河川水位・ダム情報・雨量・土砂災害情報

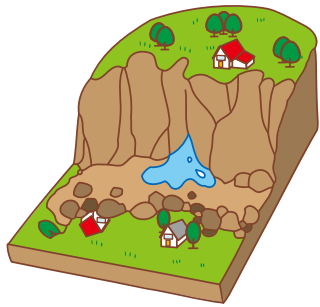
<http://www.kasen-sabo.pref.nagasaki.jp/nagasaki/main/index.php>



# 土砂災害

土砂災害の被害を軽減するためには、普段から土砂災害に対する備えが必要です。家族で家のまわりの危険箇所を確認し、災害に備えて避難経路や避難場所について話し合っておきましょう。

## 土砂災害の種類と前兆現象



### がけ崩れ・山崩れ

雨水がしみ込んで、やわらかくなった斜面が急に崩れ落ちます。日本で最も多い土砂災害で、人の住む家の近くでも突然起きるため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い災害です。

### こんな前兆現象に注意!

- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音がする。
- 異様なにおいがする。

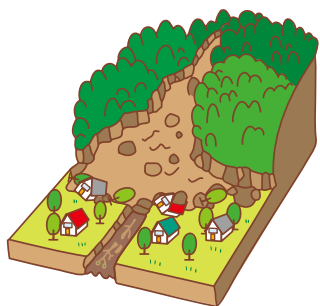


### 地すべり

地盤が弱い土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が、地下水の影響と重力でゆっくり下へ移動する現象です。ひとたび発生すると、家や道路、鉄道など広い範囲に被害を与えます。

### こんな前兆現象に注意!

- 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。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。



### 土石流

長雨や集中豪雨などで、山腹や谷川の石や土砂がいきなり下流へ押し流され、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊していきます。

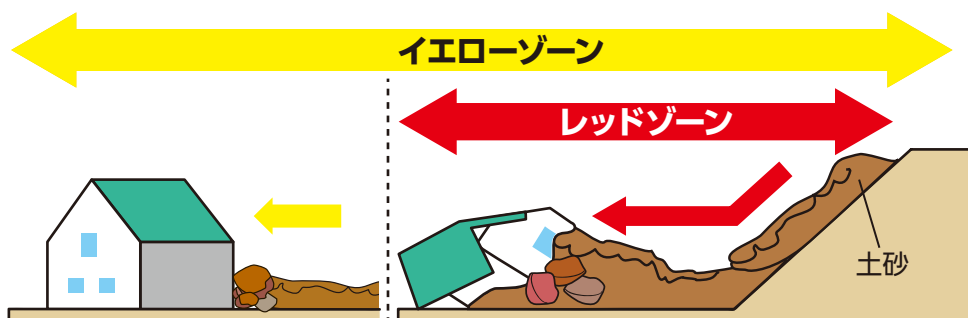
### こんな前兆現象に注意!

- 山鳴りがする。
- 雨が降り続けているのに、川の水位が下がる。
- 川の水がにごったり、流木がまざったりする。
- 腐った土のおいがする。

## 二つの土砂災害警戒区域

**あなたの住まいは大丈夫?危険な場所は土砂災害警戒区域等に指定されています。**

土砂災害警戒区域と土砂災害特別警戒区域があり、土砂災害防止法に基づいて県が指定します。



※特別警戒区域（レッドゾーン）に指定されると建築物の移転勧告や特定の開発行為に対する許可が必要になることがあります。

### 土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、住民等の生命又は身体に危害が生じるおそれがある区域を指定します。

### 土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築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ずるおそれがある区域を指定します。



# 地震

## 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

3分

5分

10分

数時間

3日

### 最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保……テーブルの下または手近な座布団などで頭を保護
- 台所の火元から離れましょう ●慌てて外へ出ないようにしましょう



### 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・ブロック塀・自動販売機等に注意
- 津波などの危険が予想される地域はすぐ避難



### 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

- 初期消火……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
- 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 ●余震に注意

### テレビ・ラジオなどで正しい情報を得る

- 大声でけが人の確認 ●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 ●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 ●家屋を点検し、危険な場合は避難所へ避難する



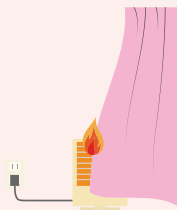
### 協力して消火活動、救出・救護活動

- 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
- 災害・被害情報の収集 ●無理はやめよう ●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、揺れがおさまってから屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認は揺れがおさまってから（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）。



### 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。



### 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商品などから離れる。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。

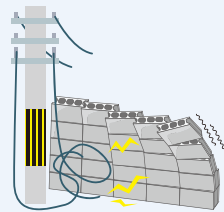
### 劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。
- 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無いときは、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注意する。



### 海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

### 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、緊急車両など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。



# 火災

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。



## 初期消火の3原則

### 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です。
- 水や消火器だけで消そうとせず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなど身近なものを活用する。

## 火元別初期消火のコツ

油なべ	水をかけるのは厳禁。消火器がなければ、ぬらしたタオルをかぶせる。
ストーブ	消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器で。
衣類	着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。
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消火を。
カーテン・ふすま	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、煙を吸わないように鼻と口を服やハンカチでおおいながら、避難する。

## 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ように引き抜く。



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。握れないときは消火器を置いてバーを手で上から押す。

### 消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。炎にはまともに正対しないように。
- やや腰を落と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。

## 適応火災の表示例



### 普通火災(A火災)

木材、紙、繊維などが燃える火災。



### 油火災(B火災)

石油類その他の油類などが燃える火災。



### 電気火災(C火災)

電気設備などの火災。

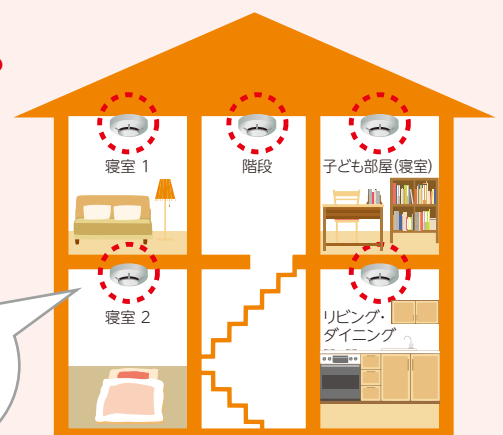
## 火災予防が一番!!

## 住宅用火災警報器の設置は義務です。

火災警報器の定期的な点検、電池交換などを行い、火災による死傷者を無くしましょう。

### 火災警報器の設置場所

- 寝室…すべての寝室（子供部屋や老人の居室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…台所への設置もおすすめします。



住宅内取付位置図

# 特別警報が発せられる時とは

特別警報は、大規模な災害の発生が切迫していることをお知らせする新しい警報です。普段からの備えと、早め早めの行動があなたや身近な人の命を守ります。

## 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	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	暴風が吹くと予想される場合
高潮		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	

※表中の“数十年に一度”の現象に相当する降水量等の客観的な指標は気象庁ホームページで公表しています。

## 緊急地震速報などを特別警報に位置づけます

現象の種類	基準
地震（地震動）	震度6弱以上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）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）

## 特別警報が発表されたら

- 尋常でない大雨や津波など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。

## 命を守るために情報の収集に努めてください

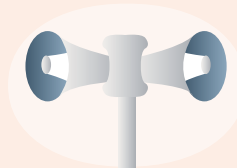
特別警報は、自治体や報道機関を通じて伝えられます。テレビやインターネット、自治体から発信される情報の収集に努めてください。



テレビ・ラジオ



インターネット・気象庁ホームページ



防災無線・広報車

**「特別警報が発表されない」は「災害が発生しない」ではありません。**

**特別警報が発表されないからといって安心することは禁物です。**

これまでどおり注意報、警報、その他の気象情報を活用し、早めの行動をとることが大切です。普段から避難場所や避難経路を確認しておきましょう。

※気象庁 HP より一部を抜粋して掲載

「特別警報」については、長崎地方気象台HPに詳細が掲載されていますので、ご確認ください。

### 長崎地方気象台

〒850-0931 長崎県長崎市南山手町11-51

【長崎地方気象台ホームページ】

<https://www.jma-net.go.jp/nagasaki-c/>

# 自主防災組織

平常時と災害時における自主防災組織の役割としては、次のようなことが考えられます。いざというときに組織力を発揮できるよう、平常時からみんなで協力し合いながら防災活動に取り組みましょう。

## ★防災チェックポイント

## ●自主防災組織はなぜ必要なのか

自主防災組織とは、地域住民が自主的に連携し防災活動を行う組織のことをいいます。日ごろは、防災知識の普及啓発、防火訓練や地域の防災安全点検の実施、防災資機材の備蓄といった活動に取り組みます。そして、いざ災害が起きたときには、避難所の運営、住民の避難誘導、初期消火活動、救出活動の協力などに従事します。特に大地震のような大規模な災害時には、交通網の寸断、通信手段の混乱、同時多発の火災などで、自治体や消防、警察なども、同時にすべての現場に向かうことはできません。そのような事態に備え、地域住民が連携して地域の被害を最小限に抑えることが自主防災組織の役割です。あなた自身とあなたの町を守るために自主防災活動へ積極的に参加し、「災害に強いまち」をつくりあげましょう。

## 平常時の活動

### 防災意識の普及

防災マップの作製、防災講習会・映画上映会の開催、地域のお祭りや運動会などでの防災イベントの実施など。

### 防災資機材の整備

ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、大型ジャッキなどの作業道具、非常食、救急医薬品等の防災資機材や備蓄品の管理など。



### 防災点検

各家庭の防災用品の点検、防災倉庫の備品や消防水利の確認、燃えやすいものの放置状況、ブロック塀や石垣、看板、自動販売機など、倒れやすいものの点検など。

### 防災訓練の実施

避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、情報収集・伝達訓練、給食（炊き出し）訓練など。

### 要配慮者の把握

災害時要配慮者の把握・見守り、担当者の確認など。

## 災害時の活動

### 情報の収集・伝達

自治体などと連絡を取り合い、災害に関する正しい情報を住民に伝達する。

### 避難誘導

地域住民等の安否確認、避難所への誘導、災害時要配慮者の安否確認・援助など。

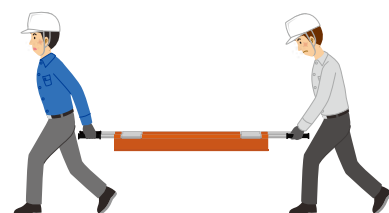


### 初期消火活動

出火防止のための活動や消火器、消防水利の確保、バケツリレーなどによる初期消火活動など。

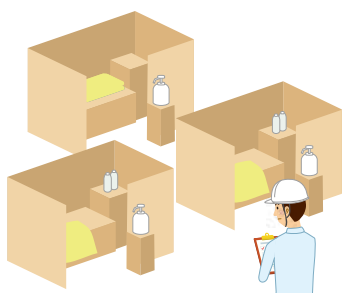
### 救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動など。



### 避難所運営の協力

避難所の開設、避難所施設の状況確認、避難者誘導・受け入れ、避難者の居住場所と業務の割り振り、衛生管理など。



### 食糧・物資関係

備蓄食糧や救援物資等の避難所への運搬および配布、炊き出しなど。

### 要配慮者の支援

高齢者、障がい者、乳幼児、妊産婦、傷病者等の支援

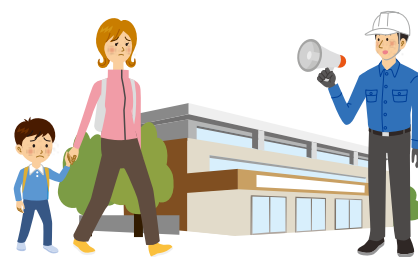




# 避難行動の分類

## 立ち退き避難

居住者等が、自宅・施設等において命が脅かされるおそれがあることから、その場を離れ、災害リスクのある区域等の外側等、対象とする災害に対し安全な場所に移動し避難すること。



## 屋内安全確保

自ら自宅・施設等の浸水想定等を確認し、上階への移動や高層階に留まること（待避）等により、計画的に身の安全を確保すること。

- ①自宅・施設等が家屋倒壊等氾濫想定区域<sup>※1</sup>に存していないこと
- ②自宅・施設等に浸水しない居室があること
- ③自宅・施設等が一定期間浸水することにより生じる可能性がある支障<sup>※2</sup>を許容できること

※1 家屋の倒壊・流失をもたらすような堤防決壊に伴う激しい氾濫流や河岸侵食が発生することが想定される区域のこと。

※2 支障の例：水、食糧、薬等の確保が困難になるおそれ

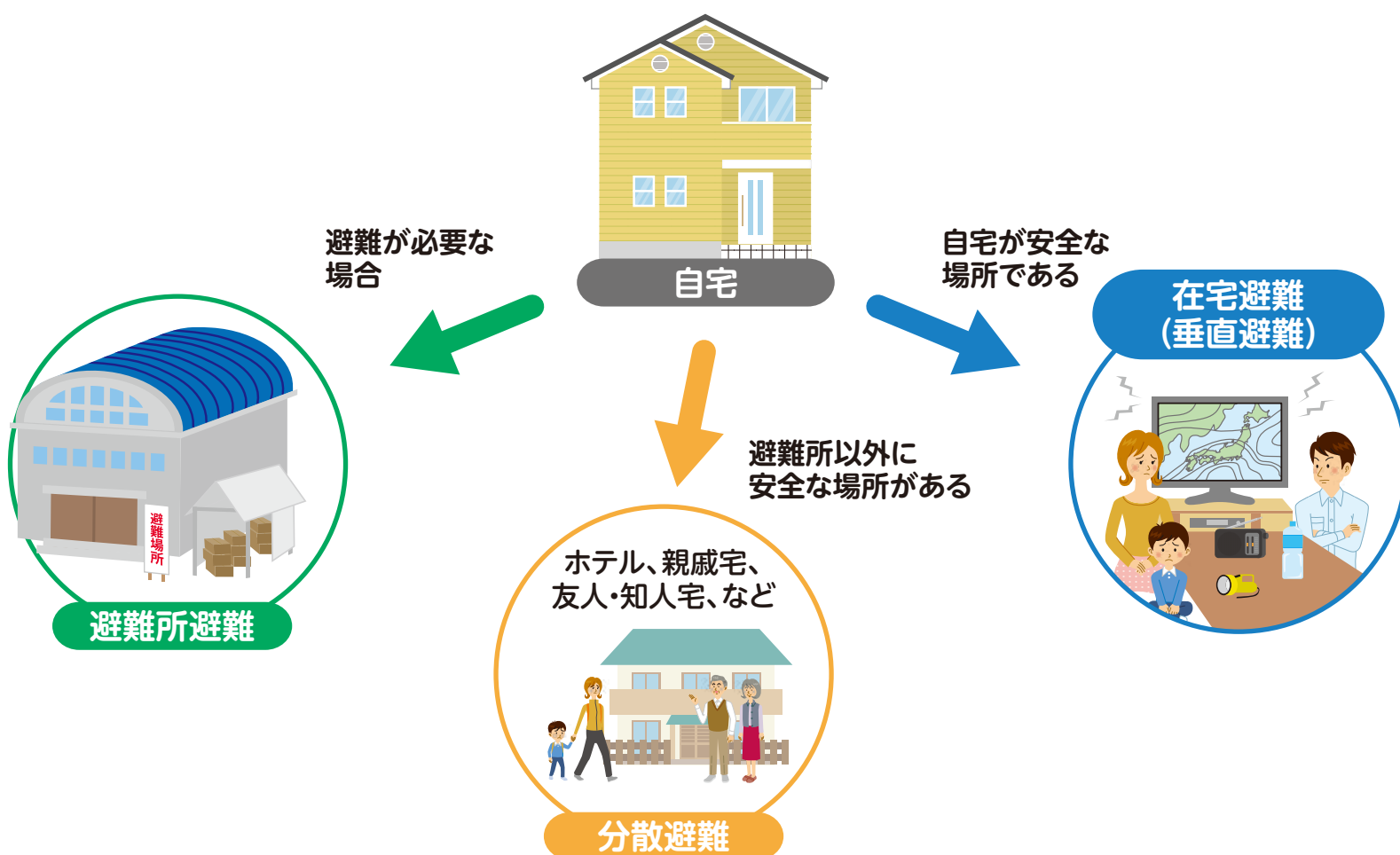


## 緊急安全確保

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し避難すること。

## 分散避難とは…

- 親戚宅、近隣宅等、避難所以外へ避難することにより3密を防止し、感染症による2次災害を防ぐための避難方法です。
- 災害発生時に、自宅が安全な場合、自宅に留まる方法（在宅避難）
- 安全な地域に住んでいる親戚や友人・知人宅や宿泊施設などに避難する方法



# 避難時の注意点

## 迷ったら即避難

「自分の命は自分で守る」という意識を持って行動しましょう!

### 避難における事前準備

- 1 自宅等における災害リスク(危険個所)を把握しましょう。**
  - 川の氾濫、急傾斜地、河岸の低地等
- 2 災害リスク(危険個所)が有り、避難が必要な場合は避難場所を事前に決めましょう。**
  - 避難所は町の指定避難所、親せきの家、近隣の堅固な建物、公民館等
- 3 避難所が決まったら、これに通ずる避難経路を選定しましょう。**
  - 安全に避難所に行ける道を選びましょう。
- 4 避難の開始時期を決めましょう。**
  - 気象予報か町の避難情報を活用しましょう
  - 要配慮者等→「警戒レベル3高齢者等避難」
  - 健常者→「警戒レベル4避難指示」(危険な区域から全員が避難です)

### 避難時の注意点

#### 戸締り・ガス・火元・電気のチェック

避難の際は、火の始末と戸締りを行いましょう。避難時の持ち出し品は、必要最小限になるようまとめましょう。

#### メモを残す!

外出中の家族へは、避難先を書いた伝言メモを目立つところに残しておきましょう。

#### 車での避難は控える!

緊急車両の通行の妨げになります。浸水すると動けなくなりますので危険です。

#### 速やかに避難を!

動きやすい格好で、2人以上で避難しましょう。災害に巻き込まれる可能性があるため、忘れ物などを取りに、家に帰らないようにしましょう。

### 洪水・土砂災害での避難の仕方

#### 歩ける深さはひざの高さ!!

歩ける深さはひざの高さ。水がひざまで来たら助けを呼び、高い所で救助を待ちましょう!



#### 履き物に注意!

裸足、長靴は禁物です。ひもで締められる運動靴が良いでしょう。



#### ロープでつながる!

はぐれないようお互いの身体をロープで結んで避難しましょう!

また、水面下には危険が潜んでいます。長い棒を杖がわりに安全確認をしてください。

### ! もしも、土石流に遭遇したら

#### 逃げ方に注意しましょう!

土石流は流れるスピードが速いため、流れを背にして逃げたのでは追いつかれてしまいます。土砂の流れる方向に対して、直角に逃げる等、逃げ方に注意しましょう。



### 援助が必要な人がいたら

#### 高齢者や病気の方

お年寄りや子ども、病気の方などは、早めの避難が必要です。

みなさんと協力して避難しましょう。

#### 目の不自由な方

はっきり、ゆっくり大きな声で話しかけましょう。誘導する場合は、ひじの辺りを軽く持ってもらいゆっくりした速度で半歩前を歩きましょう。

#### 耳の不自由な方

話す時はまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かしましょう。手話、筆談、身ぶりなどの方法で正確に情報を伝えましょう。

#### 体の不自由な方

車いすの方の場合、階段では必ず3人以上で! 昇る時は前向きに、降りる時は後ろ向きにします。

# 応急手当

突然の災害では、どういう事態が発生するか誰にも予測できません。けが人が出ても、公的救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りませんし、ライフラインもすぐには復旧できないでしょう。そうした場合、重要となるのが事前の知識と備えです。万が一のときにすぐに対処ができるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。



## 心肺蘇生法の仕方を覚えよう

人が倒れていたときは、一刻を争う場合があります。まずは倒れている人の肩を軽くたたきながら呼びかけ、すばやく状態を観察しましょう。意識がない場合にはすぐに心肺蘇生法を行うと同時に、大声で協力してくれる人を求め、救急車を呼びましょう。

### 1 反応があるかを確認する

反応がなければ、大きな声で助けを求め。その際、119番通報とAEDの手配を依頼する。



### 2 反応がないときは、呼吸を確認する

傷病者の胸と腹部を見て、上がったり下がったりしていれば「呼吸あり」。動いていなければ「呼吸なし」(心停止)と判断し、すぐに胸骨圧迫を行う。



### 3 胸骨圧迫を行う

- ① 傷病者の横に両ひざ立ちになる。
- ② 胸の真ん中に片方の手のつけ根を置き、他方の手をその上に重ねる。
- ③ ひじを伸ばし、胸を5センチ圧迫する。
- ④ 1分間に100～120回の速さで圧迫します。
- ⑤ 胸骨圧迫を30回行い、2回の人工呼吸を吹き込み、これを繰り返す。

## 感染防止のために

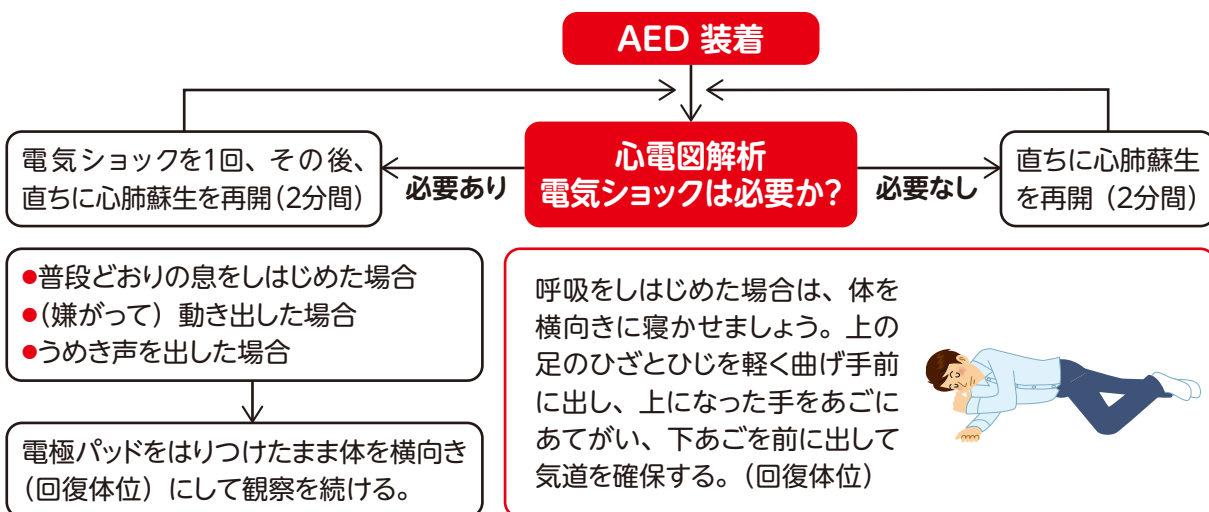
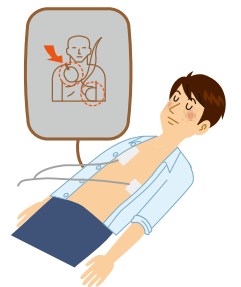
- ① 自分のマスクがあれば着用しましょう。
- ② 意識や呼吸の確認は、倒れている人の顔と応急手当を行う方の顔があまり近づきすぎないようにします。呼吸の確認は、胸とお腹の動きを見て行います。

- ③ 胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、布やタオル、マスクなどがあればかぶせましょう。
- ④ 応急手当を行う方が複数いれば、一人は部屋の窓を開けたりして、室内の換気をしましょう。
- ⑤ 口元にかぶせた布やタオル、マスクなどは、直接触れないようにして廃棄しましょう。

## AEDの使い方

AED(自動体外式除細動器)が到着したら、傷病者に装着し、AEDの指示に従って操作してください。現場にAEDがある場合は、AEDを優先的に使用しましょう。

- AEDとは、心停止状態にある心室細動を電気ショックによって除去(除細動)し、心臓を正常な状態に戻す装置です。
- 自動的に傷病者の心電図を解析し除細動の必要性を判断したうえで、音声メッセージにより必要な処置を指示します。
- 心停止から5分以内の除細動の実施が、心停止状態の傷病者の蘇生・社会復帰の確率を高めます。救急現場にAEDがある場合には、落ち着いてAEDを使いましょう。



### チェックポイント

- AEDは2分おきに自動的に心電図解析を始め、そのつど「体から離れてください」などの音声流れます。傷病者から手を離し、周囲の人にも離れるよう声をかけてください。
- 「ショックは必要ありません」のメッセージを、「心肺蘇生をやめてもよい」と誤解しないようにしてください。

## 応急手当のポイント

### 出血

- ① 出血部分にガーゼやタオルを当て、その上から手で圧迫する。
- ② 傷口は心臓より高い位置にする。  
※感染を防ぐため、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。

### やけど

- ① 流水で冷やす。
- ② 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- ③ 水疱(水ぶくれ)は破らない。
- ④ 冷やした後は消毒ガーゼをかきれいな布で保護し、医療機関へ。

### 骨折・ねんざ

- ① 折れた部分やねんざした部分に添え木を当てて固定し、医療機関へ。
- ② 適当な添え木がなければ、板、筒状にした週刊誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用する。その上からテープでとめてもよい。



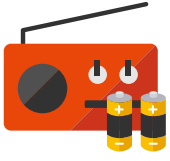
# 非常時備蓄品の準備&チェック

## 非常時備蓄品(例)

いざというとき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。事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

### あらゆる家庭に共通して必要なもの

#### 携帯ラジオ



- ラジオ
- 電池(多めに用意)

#### 救急医療品



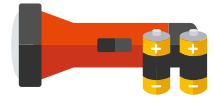
- 常備薬
- 傷薬
- 風邪薬
- 鎮痛剤
- 絆創膏
- 包帯
- 胃腸薬

#### 貴重品



- 現金
- 印鑑
- 預金通帳
- 健康保険証
- 免許証
- 権利証書

#### 懐中電灯



- 懐中電灯(できれば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

#### 非常食品等

火を通さずに食べられるもの、食器など



- 非常用食品
- 水筒
- 缶切り
- 缶詰
- 紙皿
- 栓抜き
- 紙コップ
- ミネラルウォーター

#### 生活用品

- マスク
- 除菌用品(感染症対策用)
- タオル・ハンカチ
- ティッシュペーパー
- トイレtpペーパー
- ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- 防災マップ(本冊)
- 使い捨てカイロ
- 万能ナイフ・ハサミ



- ライター
- 筆記用具
- ゴミ袋

#### 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・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 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

### 家族構成や家族の事情にあわせて必要なもの

#### 女性向け用品



- 生理用品
- 化粧品
- 鏡・ブラシ等
- 女性用下着

#### 乳幼児向け用品



- 母子手帳
- ミルク・離乳食
- おむつ
- おしりふき

#### 子ども向け用品



- おもちゃ
- おやつ
- 防犯ブザー

#### 高齢者向け用品

- 介護用品
- めがね
- 入れ歯・洗浄剤
- 持病薬・補装具

## 定期点検

### 非常時備蓄品は定期的に点検を!

いざというときに支障がないように、食品類の消費期限や備蓄品の不備を定期的に点検しましょう。



#### 避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、スコップなど

#### これまでの災害で役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、新聞紙補助用具としてスコップ、ボールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど

### ローリングストックの活用を!

非常食を日常的に食べながら買い足し、常に一定量の食料を家に備蓄しておきましょう。

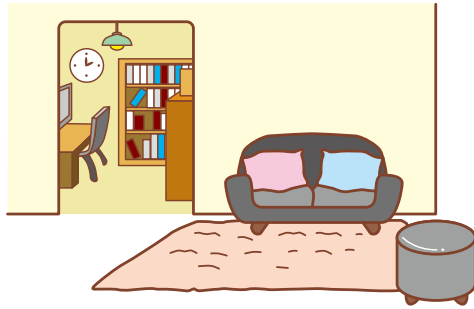
# わが家の防災対策

## 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する。



### ！ 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。



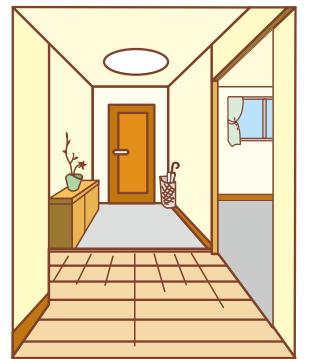
### ！ 家具の転倒を防ぐ

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。



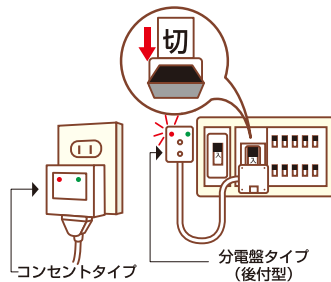
### ！ 安全に避難するため、出入口や通路にもものを置かない

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。

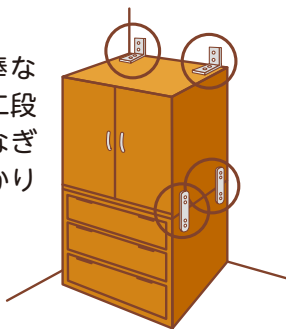


## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

●事前に準備出来ているか、チェックしましょう。

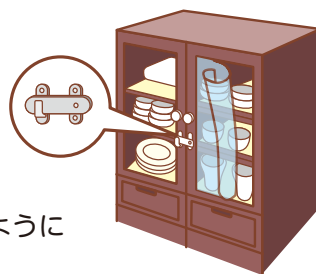
### タンス・本棚

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。



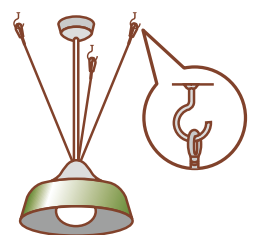
### 食器棚

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。



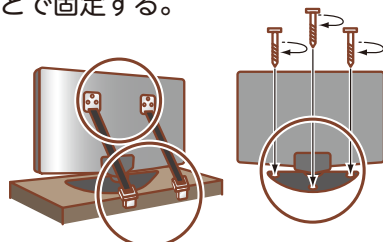
### 冷蔵庫

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。



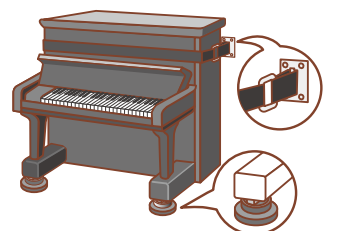
### テレビ

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。

### 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。

### 窓ガラス

強風による飛来物などに備え、外側から板で  
ふさぐなどの処置を。  
飛散防止フィルムを貼  
る、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。

### 雨どい・雨戸

雨どいに落ち葉や砂が詰まっていないか。  
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。

### 外壁

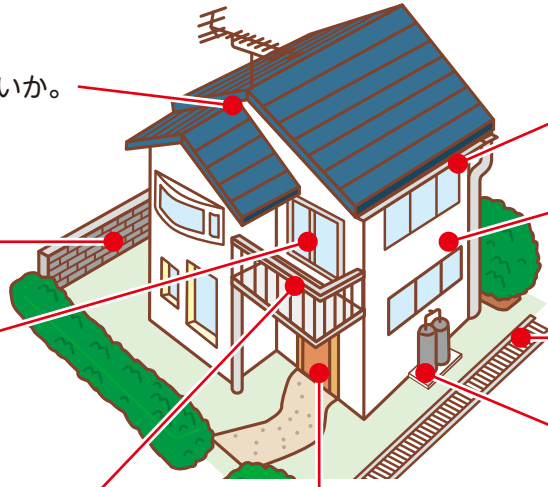
板壁に腐りや浮きはないか。  
モルタルの壁に亀裂はないか。

### 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。

### 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

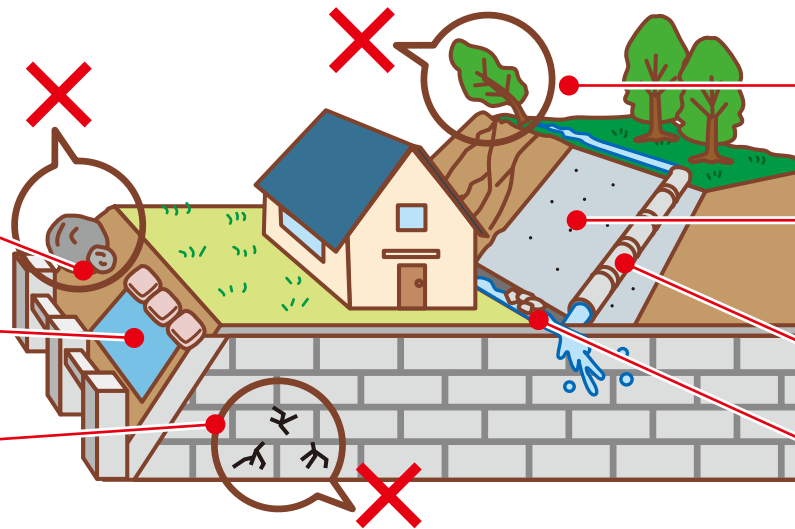
●がけや斜面の近くでは特に次のようなことを心がけましょう。

斜面の状態の変化に  
十分注意しましょう。

落ちそうな岩や土の  
かたまりは撤去する。

こわれた石垣などは  
修理や補強を。

崩れそうな所は木や  
板の柵、石積をする。



風でゆれる大きな木は  
地面をゆさぶられない  
よう枝を切る。

がけの危険な部分はビ  
ニールなどで覆い、雨  
水の浸みこみを防ぐ。

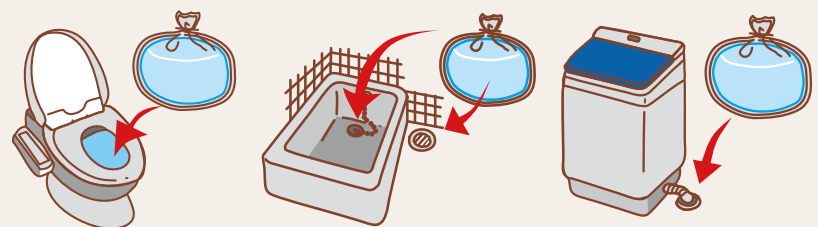
雨水をがけに流さない  
ように水路を造る。

水路はゴミを掃除する。

## 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、  
水の侵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。

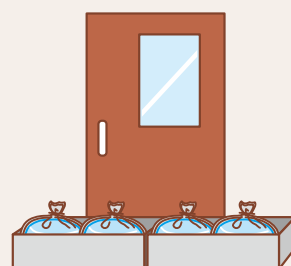
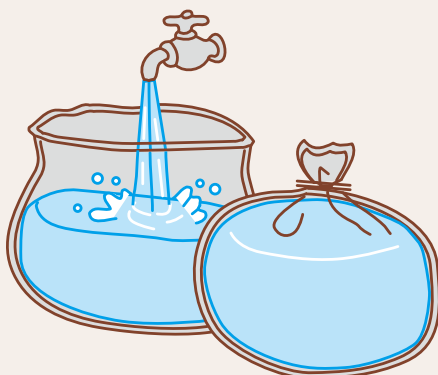
※実施の際には避難の妨げにならないように気を付けてください。



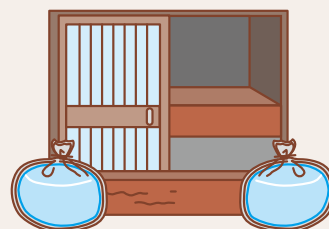
排水口からの逆流対策に

### 「水のう」の作り方

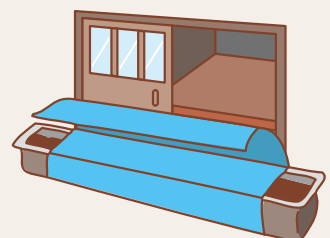
40L程度のゴミ袋を二重にして半分程度の水を入れる  
空気を抜いて口をしぼる



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



# 避難所一覧

No	 指定避難所	 指定緊急避難場所	 福祉避難所	施設・場所名	住所	洪水	土砂災害	地震	大規模な火災	内水氾濫
1	-	○	-	東小学校グラウンド	湯無田郷808	×	○	○	○	×
2	○	○	-	東小学校体育館	湯無田郷808	×	○	○	○	×
3	○	○	-	勤労福祉会館	井石郷2255-2	○	○	○	○	○
4	-	○	-	甲辰園グラウンド	折敷瀬郷1314-3	○	○	○	○	○
5	-	○	-	中学校グラウンド	折敷瀬郷1999	×	○	○	○	×
6	○	○	-	中学校体育館	折敷瀬郷1999	×	○	○	○	×
7	○	○	-	波佐見町体育センター	折敷瀬郷2078	×	○	○	○	×
8	○	○	-	波佐見町総合文化会館	折敷瀬郷2064	×	○	○	○	×
9	-	○	-	中央小学校グラウンド	折敷瀬郷1986	×	○	○	○	×
10	○	○	-	中央小学校体育館	折敷瀬郷1986	×	○	○	○	×
11	-	○	-	中央グラウンド	宿郷1537-7	○	○	○	○	○
12	-	○	-	波佐見中央浄化センター	宿郷201-1	×	○	○	○	×
13	-	○	-	村木郷グラウンド	村木郷925	○	○	○	○	○
14	-	○	-	稗木場郷グラウンド	稗木場郷639-1	○	○	○	○	○
15	-	○	-	田ノ頭郷グラウンド	田ノ頭郷1572	○	○	○	○	○
16	-	○	-	鴻ノ巣グラウンド	長野郷2147-2	○	○	○	○	○
17	-	○	-	南小学校グラウンド	長野郷228	×	○	○	○	×
18	○	○	-	南小学校体育館	長野郷228	○	○	○	○	○
19	-	○	-	農村環境改善センター前庭	長野郷173-2	×	○	○	○	×
20	○	○	-	農村環境改善センター	長野郷173-2	○	○	○	○	○
21	-	○	-	波佐見高校グラウンド	長野郷312-5	×	○	○	○	×
22	○	○	-	波佐見高校体育館	長野郷312-5	×	○	○	○	×
23	-	○	-	甲長野郷グラウンド	長野郷2564-1	○	○	○	○	○
24	-	○	-	志折郷グラウンド	志折郷1743-3	○	○	○	○	○
25	-	○	-	平野郷グラウンド	中山郷1217	○	○	○	○	○
26	○	-	-	中尾山交流館	中尾郷157	○	×	○	○	○
27	○	-	-	三股郷公民館	三股郷276-1	○	×	○	○	○
28	○	-	-	永尾構造改善センター	永尾郷342-6	×	×	○	○	×
29	○	-	-	旧東小学校永尾分校	永尾郷60-1	×	×	○	○	×
30	○	-	-	小樽構造改善センター	小樽郷392	○	×	○	○	○
31	○	-	-	野々川郷公民館	野々川郷1552-3	○	×	○	○	○
32	○	-	-	内海産業会館	湯無田郷1274-2	○	×	○	○	○
33	○	-	-	井石郷公民館	井石郷2061-1	○	×	○	○	○
34	○	-	-	鬼木構造改善センター	鬼木郷906-1	○	×	○	○	○
35	○	-	-	金屋コミュニティーセンター	金屋郷1165-1	○	×	○	○	○
36	○	-	-	折敷瀬集落センター	折敷瀬郷1836-1	○	○	○	○	○
37	○	-	-	宿コミュニティーセンター	宿郷590-1	×	○	○	○	×
38	○	-	-	村木郷公民館	村木郷937-1	○	○	○	○	○
39	○	-	-	皿山郷公民館	皿山郷352-4	○	×	○	○	○
40	○	-	-	稗木場郷公民館	稗木場郷639-1	○	○	○	○	○
41	○	-	-	田ノ頭郷公民館	田ノ頭郷358-4	○	○	○	○	○
42	○	-	-	川内郷公民館	川内郷145-2	○	×	○	○	○
43	○	-	-	岳辺田郷公民館	岳辺田郷770-1	○	×	○	○	○
44	○	-	-	甲長野郷公民館	長野郷2561-3	○	○	○	○	○
45	○	-	-	乙長野郷公民館	長野郷211-2	○	○	○	○	○
46	○	-	-	協和郷公民館	長野郷587	○	○	○	○	○
47	○	-	-	志折郷公民館	志折郷1716-1	○	×	○	○	○
48	○	-	-	平野郷公民館	中山郷1971-1	○	○	○	○	○
49	-	-	○	デイサービスセンターいきいき	長野郷516-11	×	○	○	○	×
50	-	-	○	特別養護老人ホーム はさみ荘(ショートステイ)	稗木場郷794-1	○	×	○	○	○
51	-	-	○	小規模多機能はさみ園	稗木場郷796-3	○	×	○	○	○
52	-	-	○	デイサービスセンター 銀のらくだ	湯無田郷128-5	○	×	○	○	○

# ペット同行避難

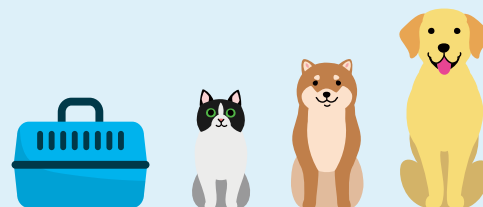
ペットと同行避難する前に必ず役場へご連絡ください。

波佐見町役場 総務課 生活安全班

TEL : 0956-85-2111

- 同行ができる場所は1か所のみです。▶ 波佐見町総合文化会館
- 室内避難スペースに「同伴避難」することはできません。
- 必ずケージの中で生活させてください。
- 飼養管理に必要なエサや水は飼い主がご持参ください。

※避難場所は変更となる場合があります。



## 家庭のオリジナルマップを作ろう!



# 感染症対策をふまえた避難のポイント

新型コロナウイルスなどの感染症が心配な場合でも、災害時には、**危険な場所にいる人は避難することが原則**です。



## 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。**安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。**
- 2 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・ホテルに避難することも考えてみましょう。**
- 3 マスク・消毒液・体温計が不足します。できるだけ**自ら携行**してください。
- 4 町が指定する避難所が**変更・増設**されている可能性があります。災害時には町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。やむをえず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認してください。

## 感染症対策で非常持ち出し品に加えたいもの

- 1 マスク
- 2 アルコール消毒液
- 3 ハンドソープ・固形石けん（家族もしくは自分用を持参・避難所では共用しない）
- 4 使い捨てのビニール手袋（ドアノブなど多くの人が触れるものからの接触感染を防ぐため）
- 5 使い捨てのビニールエプロンまたはゴミ袋（避難所運営を協力する際などに使用）
- 6 体温計（自治体で用意出来ない場合があるため、使い慣れたものを持参しましょう）
- 7 上履き（スリッパでも可）（床からの接触感染防止、滑り止め付き：転倒防止・静音機能）
- 8 ティッシュ、ウェットティッシュ、ペーパータオル、ポリ袋（通常よりも多めに必要）
- 9 携帯トイレ（トイレは我慢してはいけません。避難所のトイレが使えない場合に備えましょう）





# 感染症対策

**！ 感染症対策へのご協力をお願いします**

## ① 手洗い 正しい手の洗い方

**【手洗いの前に】**・爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪は外しておきましょう

① 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



② 手の甲をのぼすようにこすります。



③ 指先・爪の間を念入りにこすります。



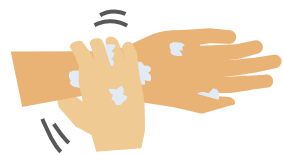
④ 指の間を洗います。



⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします。



⑥ 手首も忘れずに洗います。



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## ② 正しいマスクの着用

① 鼻と口の両方を確実に覆う



② ゴムひもを耳にかける



③ 隙間がないよう鼻まで覆う

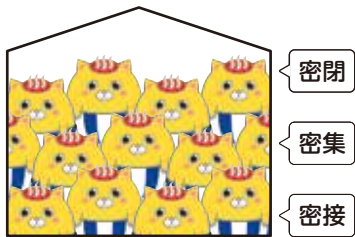


## 感染症対策

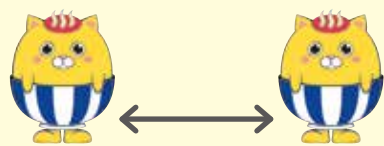
## 新しい生活様式

あなたとあなたの大切な人を守るため、新たなライフスタイルを実践しましょう

3密を回避しよう



できる限り  
2m(最低1m)空けよう



マスクを着用しよう

手洗いを  
しよう



レジに並ぶとき  
前後に距離をとろう



食事は横並びで座ろう



通販も利用しよう



持ち帰りや  
デリバリーも  
利用しよう



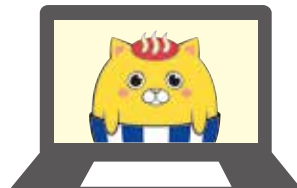
不確かな情報に  
惑わされないように  
しよう



公共交通機関は  
混んでる時間帯を  
避けよう



会議はオンラインを  
活用しよう



公園はすいた時間・  
場所を選ぼう



上記は一例です。

# マイ・タイムラインの作成

## マイ・タイムラインとは？

「マイ・タイムライン」は、台風の接近等によって河川の水位が上昇する時に、自分自身にとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、取りまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動のチェックリスト、また判断のサポートツールとして役立ちます。

自分の家族構成や生活環境に合った避難に必要な情報・判断・行動を把握してマイ・タイムラインを作成し、「自分の逃げ方」を手に入れましょう。



## マイ・タイムラインを作成したあとは…

今回検討したマイ・タイムラインは基礎的なもので、例えば、洪水が発生する時間帯によってはさらに早めの避難が必要になるなど、実際の洪水時を想定した応用動作が想定されます。今後、家族や地域で話し合うなどし、防災行動を追加していくとよいでしょう。

またマイ・タイムラインは、一度作ったらおしまいというものではありません。家族が増えたとき、職場や学校が変わったときなど、自分自身の環境の変化に応じて、あらためて見直し、必要な防災行動を整理していきましょう。



## マイ・タイムライン使用時の心得

洪水は自然現象であり、マイ・タイムラインがあれば常に安全ということではなく、マイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。マイ・タイムラインを作成すると、自分と家族がとるべき防災行動の「何時」が明確になりますが、注意点もあります。

マイ・タイムライン上の時間は、時計のように進むわけではありません。例えば、タイムライン上で氾濫発生3時間前となっても、水防団(消防団)の水防活動によって進行を遅らせることができ、結果として3時間経っても氾濫に至らない場合も想定されます。そのため、実際の洪水においてマイ・タイムラインを使用する際には、次の心得をふまえて行動してください。



### 心得 1

あくまで行動の目安として認識する。

### 心得 2

気象警報や避難情報等をこまめに収集・確認する。

### 心得 3

収集・確認した情報をもとに、マイ・タイムラインを参考にして、臨機応変に防災行動の実行を判断する。

## 洪水はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません！

### 洪水によって異なります

台風の進み方  
雨の降り方  
川の水位の上がり方  
氾濫した際の浸水深  
氾濫した際の浸水継続時間

### 洪水に応じて臨機応変に 発表・発令されます

気象警報の発表  
洪水予報の発表  
避難情報の発令



### 洪水に応じて臨機応変に 対応しましょう

みなさんの  
備え





# マイ・タイムライン作成のためのチェックシート

## 洪水ハザードマップや浸水想定区域図でチェック

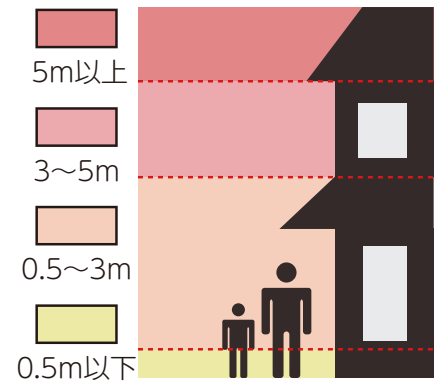
●あなたの住んでいる場所の浸水深は?

\_\_\_\_\_ m

●あなたの住んでいる場所は  
家屋倒壊氾濫想定区域（氾濫流）ですか?

はい

いいえ



※浸水深の色分けは参考です。  
マップの凡例を確認してください。

波佐見町WEB版  
ハザードマップ⇒



洪水ハザードマップや  
洪水浸水想定区域図は  
ここからチェック!

## 家庭の状況チェック

●車  無  有 ( ) 台

●ペット  無  有 ( )

●持病薬  無  有 ( )

●避難に支援が必要な人（高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など）  
 無  有 ( )

## 避難先のチェック

●あなたが避難する場所

洪水ハザードマップに記載されている避難所

{ (移動手段： 移動時間：約 分)}

親戚・知人の家

{ (移動手段： 移動時間：約 分)}

その他（近くの浸水しない場所）

{ (移動手段： 移動時間：約 分)}

●あなたが避難する場所までのルートを考えてはありますか?

はい

いいえ

避難先は複数  
考えておこう!





# マイ・タイムラインの作成

「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでを知ろう！！

確認してみよう！

地震はいきなりやってくるけど、洪水はだんだんやってくるよ！



「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまで

5～3日前

1

台風や前線が発生

天気予報で台風がきたって  
言っているよ。  
まだ雨や風は強くないね。



1日前

2

台風や前線が近づいて、  
雨や風がだんだん強くなる

雨や風が強くなると、  
お出かけは大変だね。

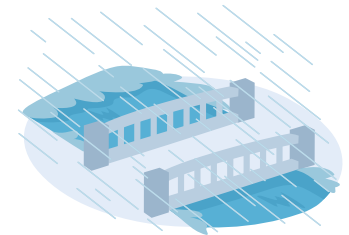


半日前

3

雨が集まって、川の水が  
だんだん増える

自分がいるところで降って  
いなくても、上流で雨が  
降れば川の水は増えてくるよ。

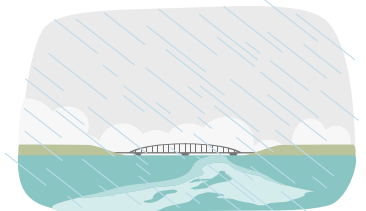


7時間前

4

激しい雨で、川の水がどんどん  
増えて、河川敷にも水が流れる

このまま増えると、  
川の水があふれるかも。



5時間前  
、  
3時間前

5

川の水がいっぱい  
あふれそう

もうギリギリ。川の水が  
あふれる前に、安全な  
ところへ逃げなきゃ！

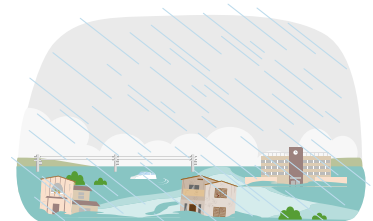


0時間

6

川の水が氾濫

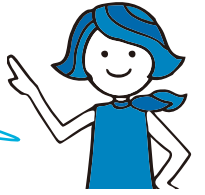
川の水が一気に広がって、  
街じゅうが水びたし。  
こうなると動けないぞ。



# 『マイ・タイムライン』をつくってみよう!!

「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの  
そなえをいつから行動するか書いてみよう!

みんなが考えた「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまでの備えが『マイ・タイムライン』だよ!



## 家 マイ・タイムライン

作成年月日

年

月

そなえまでのおよその時間	行政から発信される情報 黒:気象・水象情報 青:河川管理者 緑:波佐見町	「台風や前線が発生」してから「川の水が氾濫」するまで	主なそなえ	そなえの(例)
5~3日前	●台風予報 ●早期注意情報(警報級の可能性)(警戒レベル1)	台風や前線が発生	オリジナルの行動も書き足そう!	買い物は、雨風が強くなる前にすませておこう。
2日前	◇大雨注意報、洪水注意報(警戒レベル2) ●台風に関する今後の見通し	警戒レベル1 自分がいるところで降ってなくても、上流で雨が降れば川の水は増えてくるよ。 台風や前線が近づいて、雨や風がだんだん強くなる		●今後の台風や前線の動きを調べ始める ●1週間分の薬を病院に受け取りに行く ●避難する時に持って行く物を準備する
1日前		警戒レベル2 雨風が強くなるとお出かけは大変!		●家の周りに風で飛ばされるようなものはないか確認 ●テレビ、インターネット、メール等で雨や川の様子に注意 ●家族と連絡を取りあう
半日前	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 →洪水予報(氾濫注意情報)発表	雨が集まって、川の水がだんだん増える 激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる		●住んでいる所と上流の雨量を調べ始める ●ハザードマップで避難場所、避難手段を確認 ●隣町の親戚の家に家族みんなで避難することを電話 ●川の水位を調べ始める ●通行止め情報がないかインターネットで確認 ●携帯電話の充電 ●避難しやすい服装に着替える
5時間前	避難判断水位到達 →洪水予報(氾濫警戒情報)発表	川の水がいっぱいであふれそう 警戒レベル3相当		●川の水位をインターネットで確認 ●安全な所へ移動を始める
3時間前	氾濫危険水位到達 →洪水予報(氾濫危険情報)発表 →緊急速報メール(河川氾濫のおそれがある情報) →緊急安全確保(警戒レベル5)を発令	川の水があふれる前に、安全なところへ逃げなきゃ! 警戒レベル4相当		●川の水位をインターネットで確認 ●町内の高台への避難を完了 ●携帯メールで緊急速報メールを受信
0時間	氾濫が発生 →洪水予報(氾濫発生情報)発表 →緊急速報メール(氾濫が発生した情報)	川の水が氾濫 警戒レベル5相当 川の水が一気に広がって、街中が水びたし。こうなると動けないぞ!		●テレビで洪水予報の確認 ●携帯メールで緊急速報メールを受信

雨風が強くなる前に行うべき事項をすませておく時期

水位等の状況を把握しつつ避難に要する時間に応じて避難行動を開始する時期

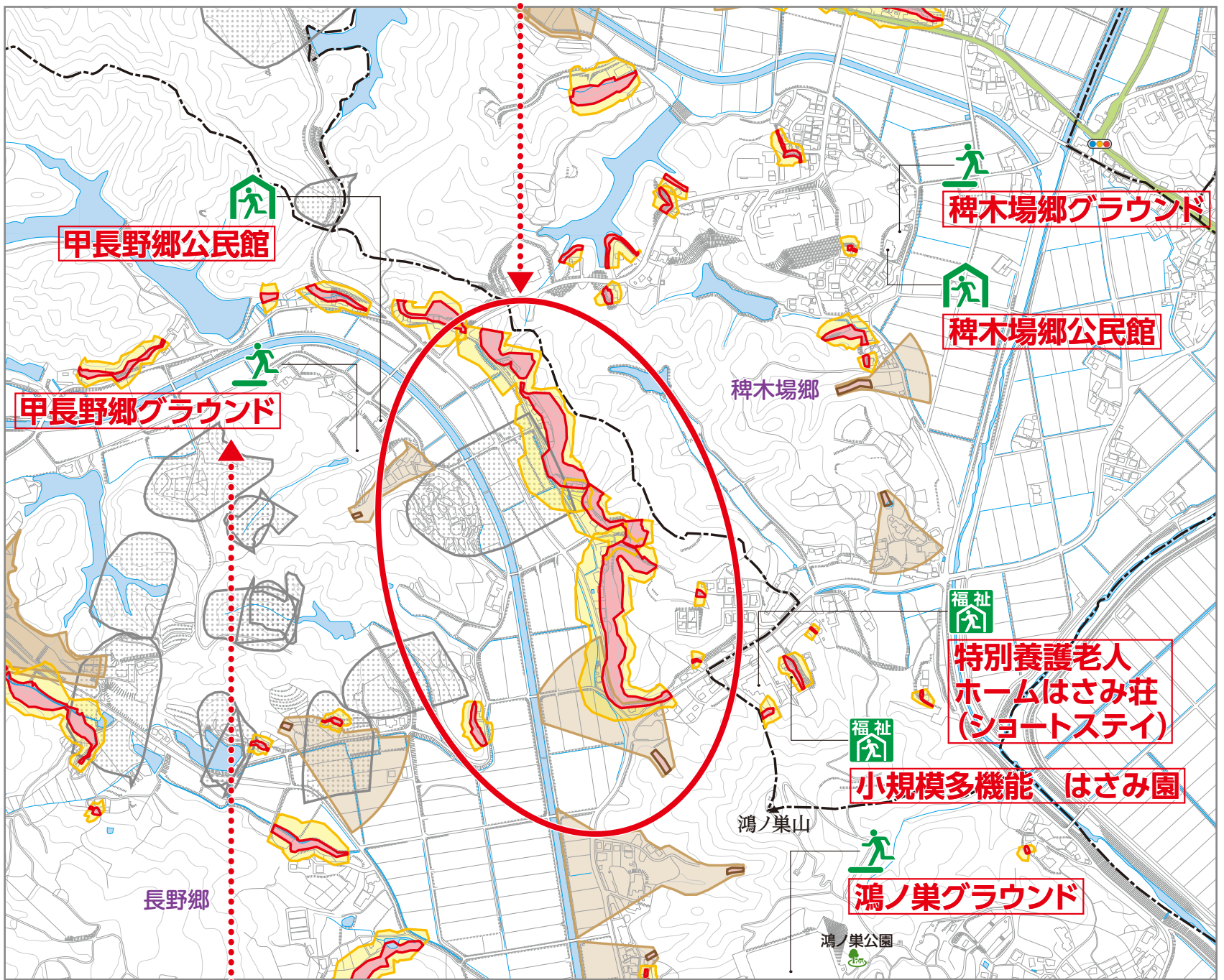
身の安全を確保すべき時期

気象庁が発表する大雨注意報等の発表時間は、イメージで記載しています。避難指示等のタイミングは状況によって異なります。町の発信情報に注意をしてください。



# 防災マップの見方

土砂災害警戒区域		
がけ崩れ	土石流	地すべり
<p>特別警戒区域</p> <p>警戒区域</p> <p>傾斜度30°以上で高さ5m以上の急傾斜地を抽出しています。</p>	<p>特別警戒区域</p> <p>警戒区域</p> <p>溪床勾配が3°以上（火山砂防地域では2°）の溪流を抽出しています。</p>	<p>警戒区域</p> <p>地形図や過去の災害履歴などから判断して地すべりが発生する可能性があり、人家や河川などに被害を生ずるおそれのあるところを抽出しています。</p>



避難所	
	指定緊急避難場所
	指定避難所
	福祉避難所

※災害の種別、規模に応じて開設する避難所を決定します。

- (1) 指定緊急避難場所とは**  
 災害の危険が切迫した状況や災害発生時において、緊急的に身の安全を確保するための場所や施設を言います。
- (2) 指定避難所とは**  
 災害時に避難者が災害の危険がなくなるまで一定期間滞在する施設、または災害により自宅へ戻れなくなった被災者が一時的に滞在する施設を言います。
- (3) 福祉避難所とは**  
 障がい者等一般の避難所での共同生活が難しい要配慮者が避難生活をするための、特別な配慮がなされ、町長が指定した施設を言います。



# 災害時の緊急連絡

## 緊急時の連絡先

消防・救急は

**119番**

警察は

**110番**

波佐見町役場	0956-85-2111
川棚警察署	0956-82-3110
佐世保市消防局東消防署 波佐見出張所	0956-26-7119
佐世保市消防局火災情報テレホンサービス	0180-999999
九州電力送配電(株)大村配電事業所	0800-777-9422

### 日常の心得

災害は、いつ発生するかわかりません。日頃からの備えが大切です。日頃から気象情報について、テレビ、ラジオ、新聞、インターネットなどを通じて把握するよう努めましょう。

## 災害用伝言サービス

通信各社では、家族や知人との間での安否の確認や避難場所の連絡等をスムーズに行うため、固定電話・携帯電話・インターネットによって、次の「災害用伝言サービス」を提供しています。

災害用伝言ダイヤル(171)	<b>171</b> をダイヤルします。
災害用伝言板	<ul style="list-style-type: none"><li>●NTTドコモ <a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a></li><li>●KDDI(au) <a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a></li><li>●ソフトバンク/ワイモバイル <a href="http://dengon.softbank.ne.jp/">http://dengon.softbank.ne.jp/</a></li></ul>
災害用伝言板(web171)	<a href="https://www.web171.jp/">https://www.web171.jp/</a>
災害用音声お届けサービス	各社のアプリマーケットやGoogle Play(旧Android Market)、App Storeからダウンロードして下さい。

もしもの時のために連絡先を記入しましょう。

### 家族・親戚

名前	☎	名前	☎
名前	☎	名前	☎
名前	☎	名前	☎
名前	☎	名前	☎

### かかりつけの病院