

御代田町防災講話

本日、お話をさせていただく内容

- 1 近年の気象変化について
- 2 発生が予想される災害について
- 3 ハザードマップについて
- 4 避難情報と警戒レベルについて
- 5 避難行動時の注意事項
- 6 災害に対する準備について

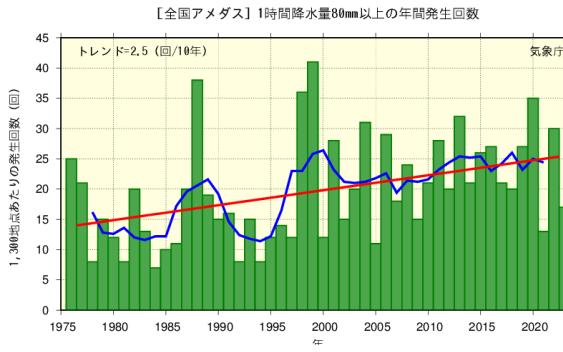


* 本資料で使用しているイラストの多くは、「いちちひろゆき.net」様が防災目的に限りご好意で使用を許可しているものを使わせていただいている。本資料からの引用や再利用はおやめください。

近年の気象変化について

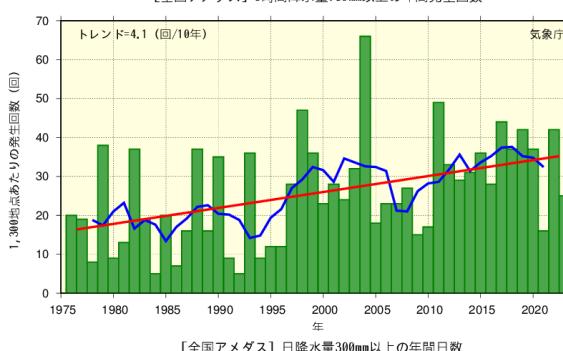
雨の降り方の変化

大雨の年間発生回数は有意に増加しており、より強度の強い雨ほど増加率が大きくなっています。1時間降水量80mm以上、3時間降水量150mm以上、日降水量300mm以上など強度の強い雨は、1980年頃と比較して、おおむね2倍程度に頻度が増加しています。



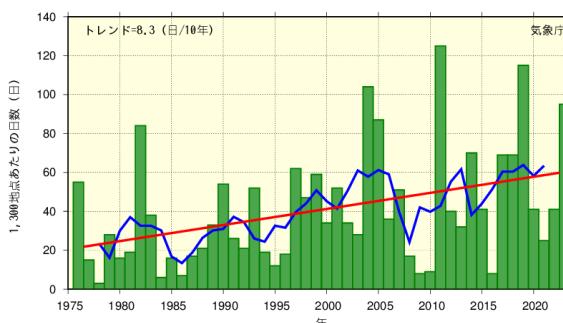
全国の1時間降水量80mm以上の年間発生回数は増加しています。

最近10年間（2014～2023年）の平均年間発生回数（約24回）は、統計期間の最初の10年間（1976～1985年）の平均年間発生回数（約14回）と比べて、約1.7倍に増加しています。



全国の3時間降水量150mm以上の年間発生回数は増加しています。

最近10年間（2014～2023年）の平均年間発生回数（約34回）は、統計期間の最初の10年間（1976～1985年）の平均年間発生回数（約19回）と比べて、約1.8倍に増加しています。



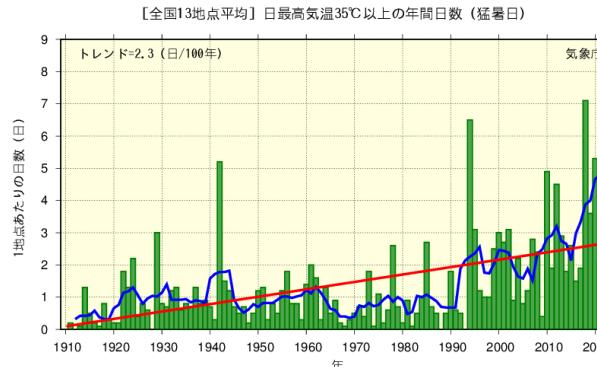
全国の日降水量300mm以上の年間日数は増加しています。

最近10年間（2014～2023年）の平均年間日数（約57日）は、統計期間の最初の10年間（1976～1985年）の平均年間日数（約28日）と比べて約2.1倍に増加しています。

出典：文部科学省及び気象庁「日本の気候変動2025」

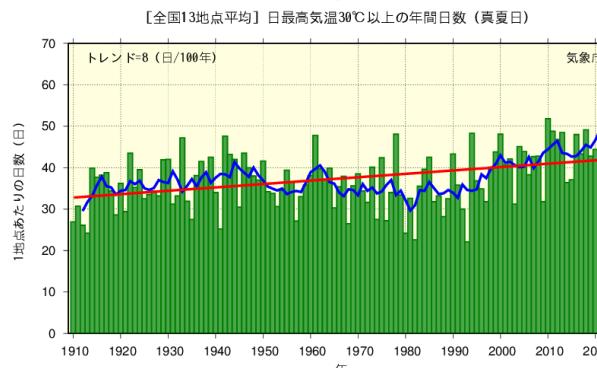
気温の変化

猛暑日(35度以上)、真夏日(30度以上)の年間日数は増加傾向にあります。
また、冬日(0度未満)の年間日数は減少傾向にあります。



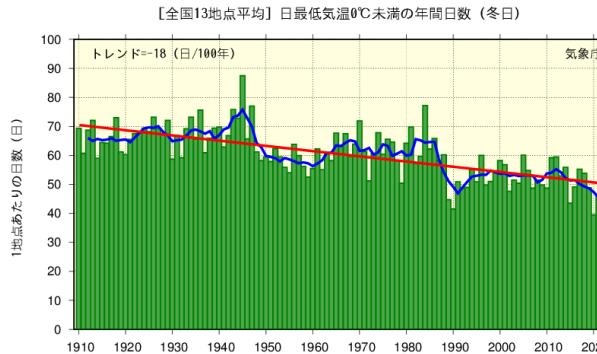
全国の猛暑日の年間日数は増加しています。

最近30年間（1994～2023年）の平均年間日数（約2.9日）は、統計期間の最初の30年間（1910～1939年）の平均年間日数（約0.8日）と比べて、**約3.8倍に増加**しています。



全国の真夏日の年間日数は増加しています。

最近30年間（1994～2023年）の平均年間日数（約43日）は、統計期間の最初の30年間（1910～1939年）の平均年間日数（約35日）と比べて**約1.2倍に増加**しています。

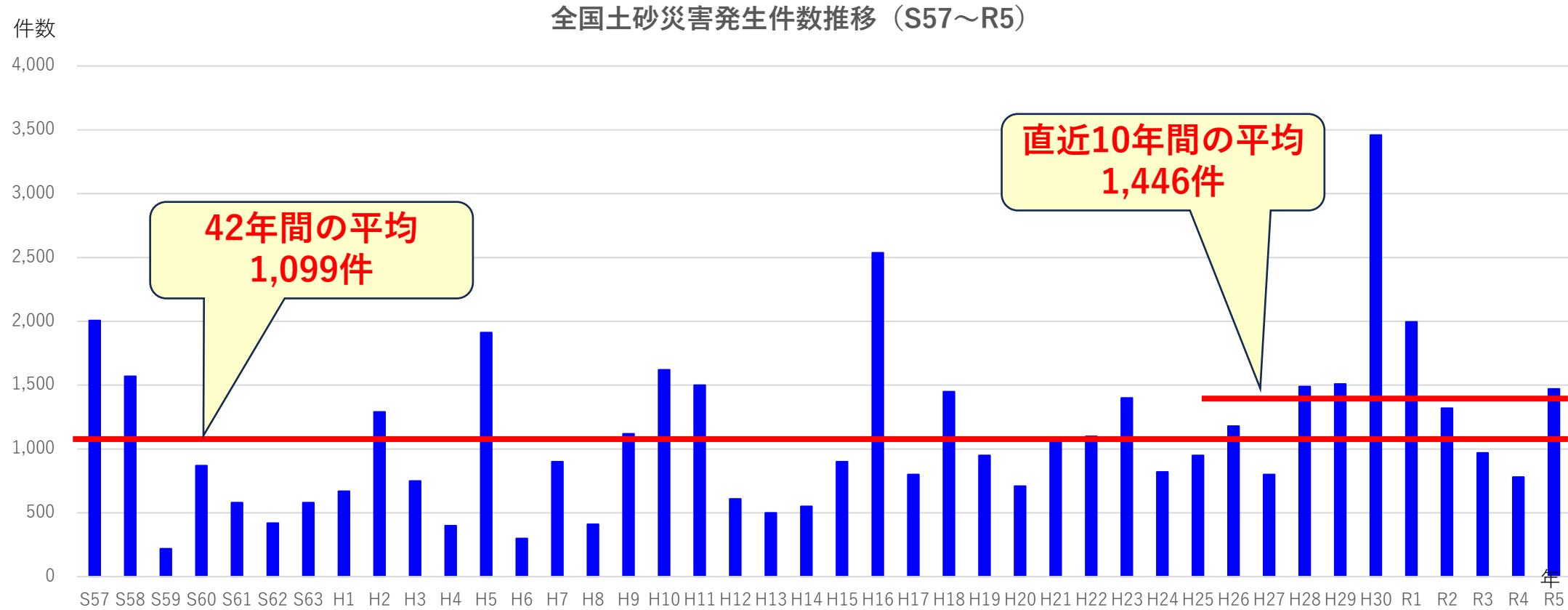


全国の冬日の年間日数は減少しています。

最近30年間（1994～2023年）の平均年間日数（約52日）は、統計期間の最初の30年間（1910～1939年）の平均年間日数（約67日）と比べて**約0.8倍に減少**しています。

出典：文部科学省及び気象庁「日本の気候変動2025」

土砂災害の発生件数の増加



統計を取り始めた昭和57年以降の全国土砂災害発生件数が年間約1,099件程度、直近10年間の全国平均は約1,446件であり、発生件数は約1.3倍に増加

* 気温の上昇→大気の不安定化→短時間降雨量の増加→土砂災害・洪水の発生が増加

局所的な豪雨の事例

なしがわ

梨子沢土石流災害（平成26年 南木曽町）

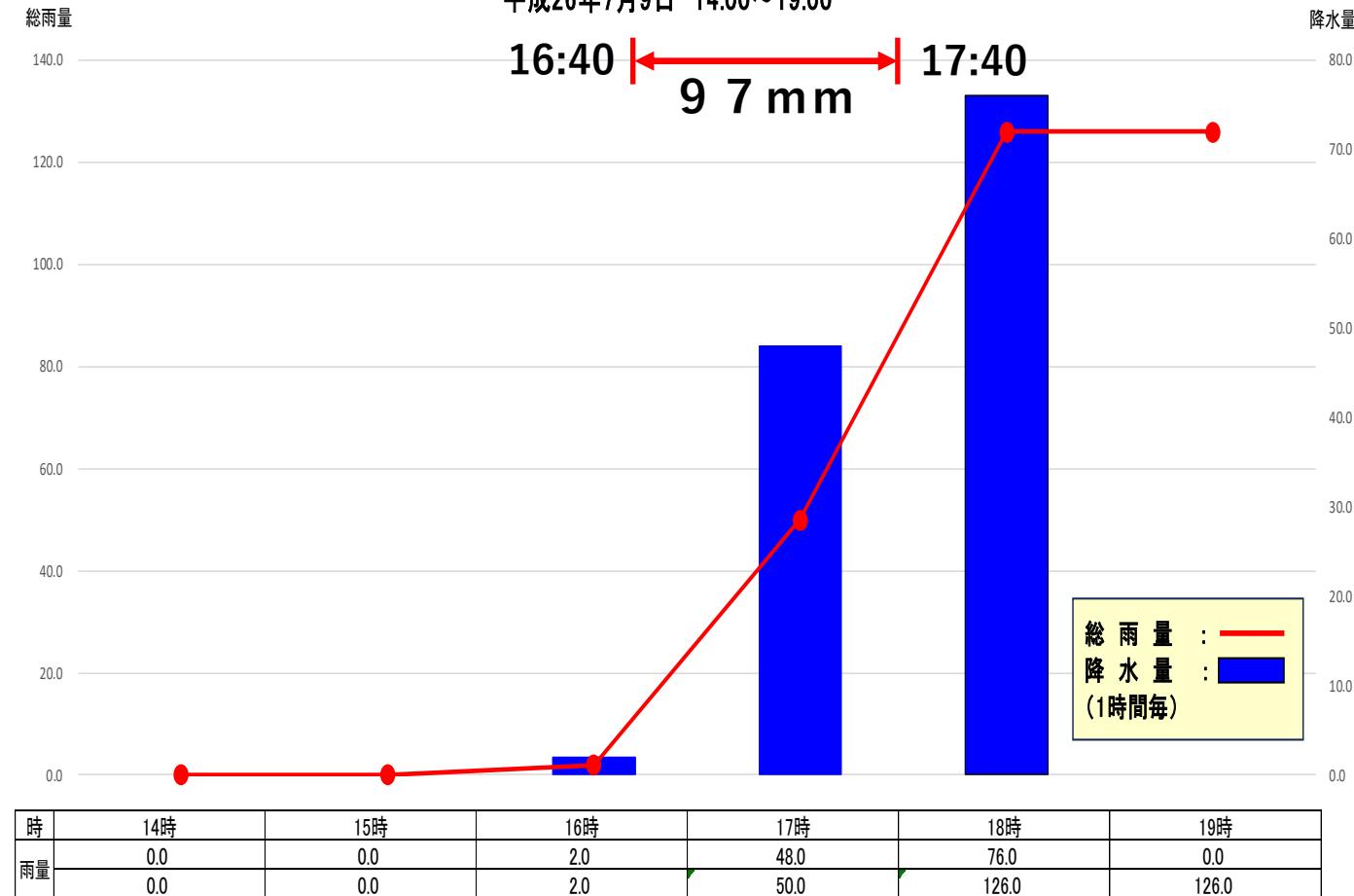
南木曽町で **1時間あたり最大97mmの局所的な豪雨**により土石流が発生

この土石流により梨子沢下流の人家が10戸全壊、3戸一部損壊、死者1名、軽傷3名の被害が発生

【南木曽町蘭観測局】6時間降水量推移(1時間単位)

平成26年7月9日 14:00～19:00

16:40 ← 97 mm → 17:40

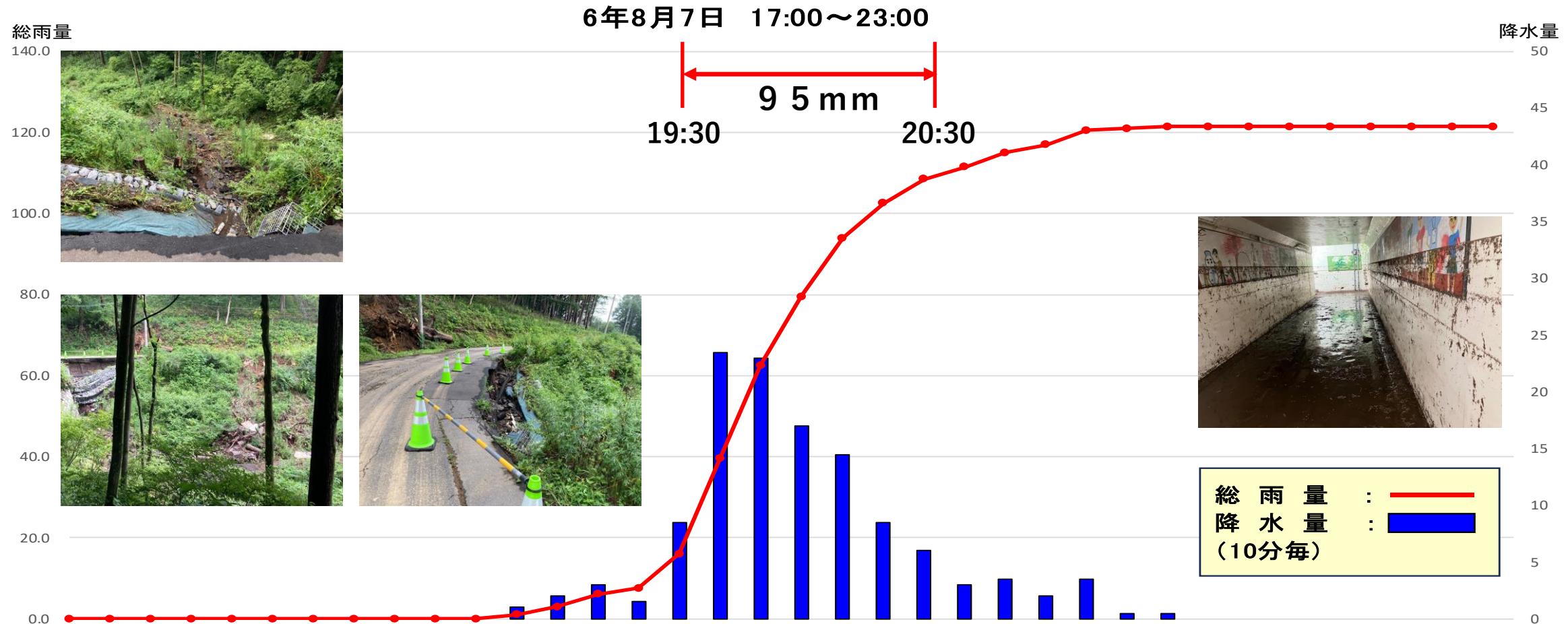


出典：長野県建設部砂防課

御代田町集中豪雨（令和6年8月7日）

1時間あたり最大95mmの豪雨により浸水家屋、道路崩壊、農地等への土砂流入といった約4億円にも上る被害が発生

【塩野貯水池】6時間降水量推移(10分単位)



時 分	17	18	19	20	21	22
00～10～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20～30～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
40～50～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
00～10～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20～30～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
40～50～	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

発生が予想される災害について

土砂災害とは？

土砂災害は、大雨などにより地中に大量の水分が浸透し、地盤が緩むことにより発生します。大きく分けて、図のような「土石流」「地すべり」「がけ崩れ」に、分類されます。

いずれも大雨などにより地中に大量の水分が浸透し、地盤が緩むことにより発生します。

土石流



地すべり

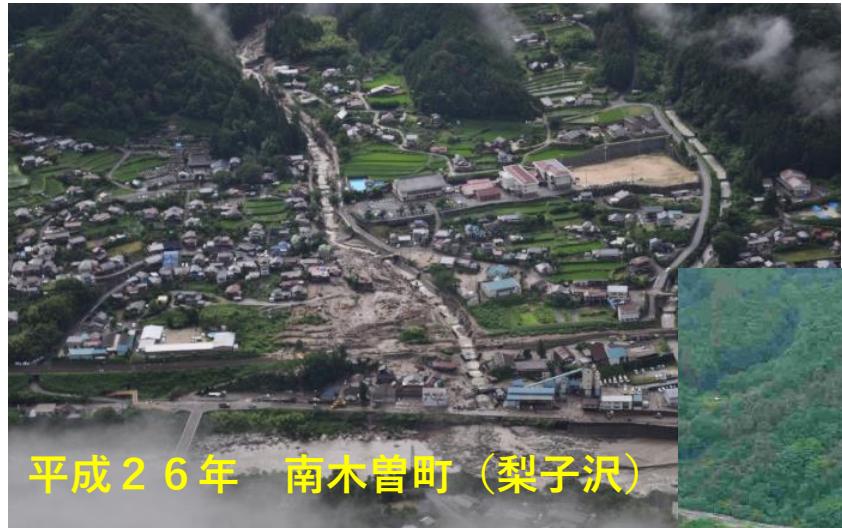


がけ崩れ



土石流とは？

土石流は、大雨などによって山や谷の土砂が水とまじりあって、流れ出てくる現象のことで、そのスピードは、町中を走る車と同じくらいの時速約40km以上と言われています。



土石流の前兆

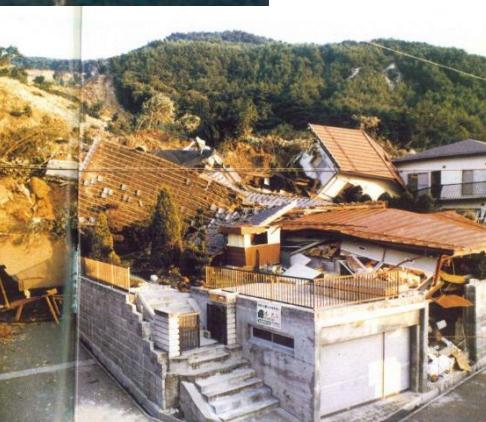
- ①雨が降り続いているのに水が減る。
(上流で川の水がせき止められている。)
- ②山鳴りや異常なにおいがする。
- ③水が濁り木が流れてくる。

地すべりとは？

地すべりとは、斜面がゆっくりと広範囲に滑り落ちていく現象で、地下水が原因で地面を動かします。地震により動き出すこともあります。

土石流やがけ崩れよりは、スピードが遅いかもしれません、動き出したらどうするとも出来なくなります。

昭和60年 長野市（地附山）



地すべりの前兆

- ①地面にひび割れや段差ができる。
- ②池の水が濁ったり、減ったりする。
- ③山の木がざわざわする。
 - ・木の裂ける音がする。
 - ・木の根が切れる音がする。
 - ・地鳴りや山鳴りがする。

がけ崩れとは？

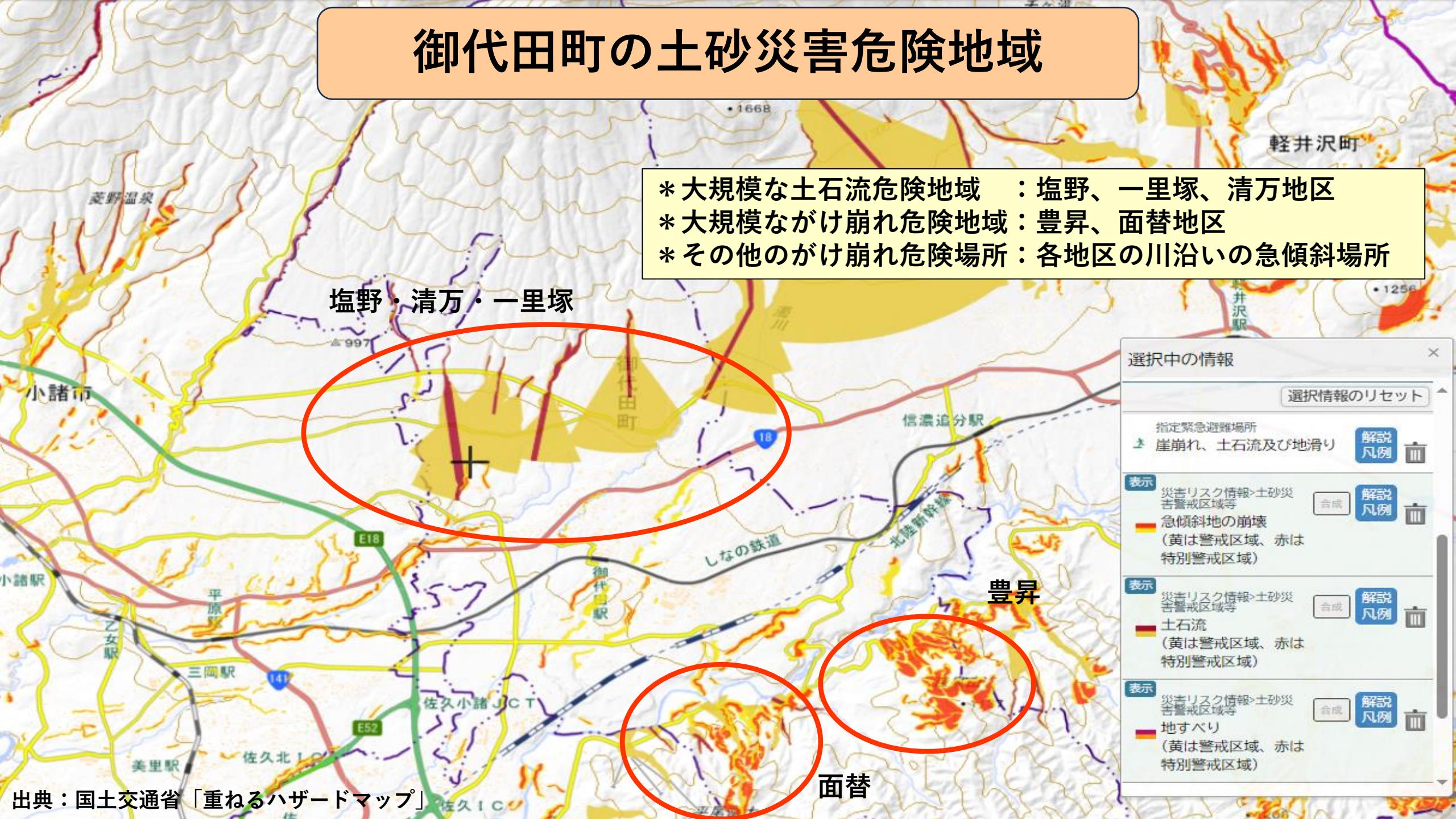
がけ崩れとは、急な斜面に雨水等が大量に浸み込み、一気に崩れ落ちる現象です。町内では、一番起きやすい現象です。



がけ崩れの前兆

- ①小石がパラパラ落ちる。
- ②斜面にひび割れができる。
- ③斜面から濁った水がわき出る。
- ④木が揺れたり、傾いたりする。

御代田町の土砂災害危険地域



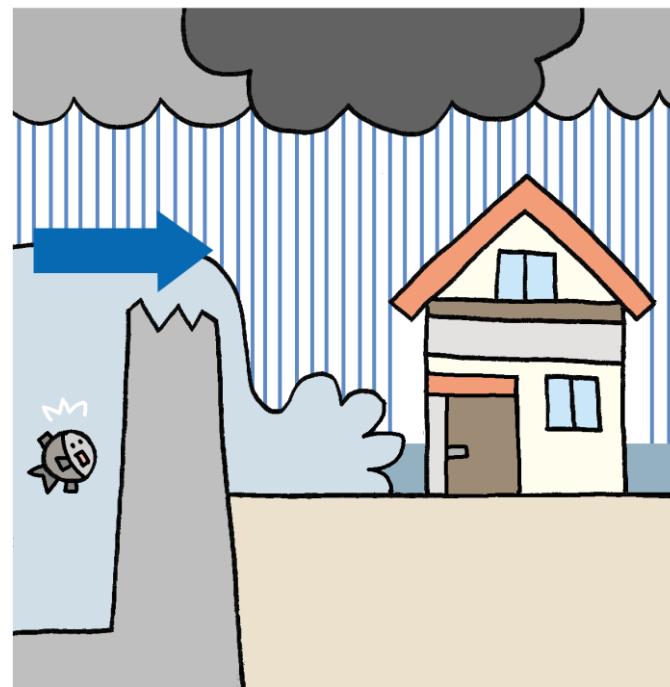
- * 大規模な土石流危険地域：塩野、一里塚、清万地区
- * 大規模ながけ崩れ危険地域：豊昇、面替地区
- * その他のがけ崩れ危険場所：各地区的川沿いの急傾斜場所

洪水とは？

洪水は、大雨や融雪などを原因として、**河川の流量が異常に増加することによって**堤防の浸食や決壊、橋の流出等が起こる災害をいい、一般的には、**堤防の決壊や河川の水が堤防を越えたりすることにより起こる氾濫**を洪水と呼んでいます。

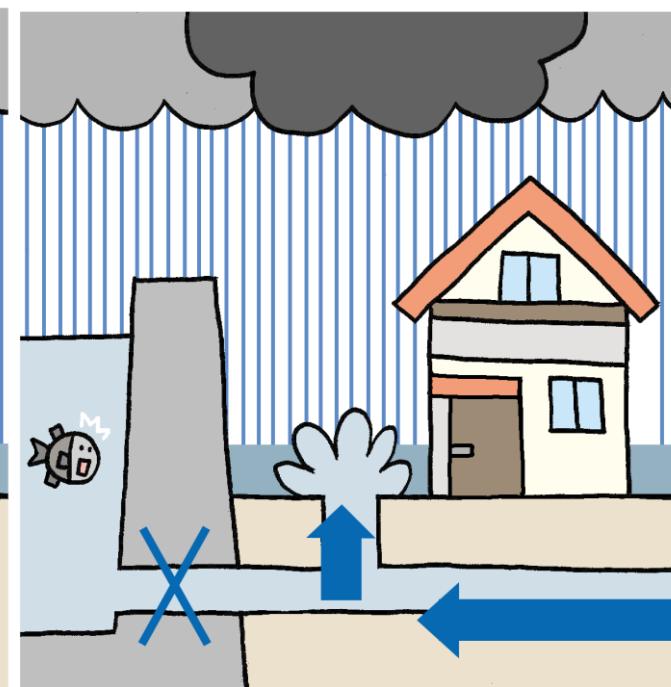
外水氾濫

大雨による河川の増水や堤防の決壊などで市街地や田畠に水が流れ込むこと。広い範囲で浸水する可能性がある。



内水氾濫

市街地などに降った雨が下水道や排水処理の能力を超えるなどして建物や道路などが浸水してしまうこと。

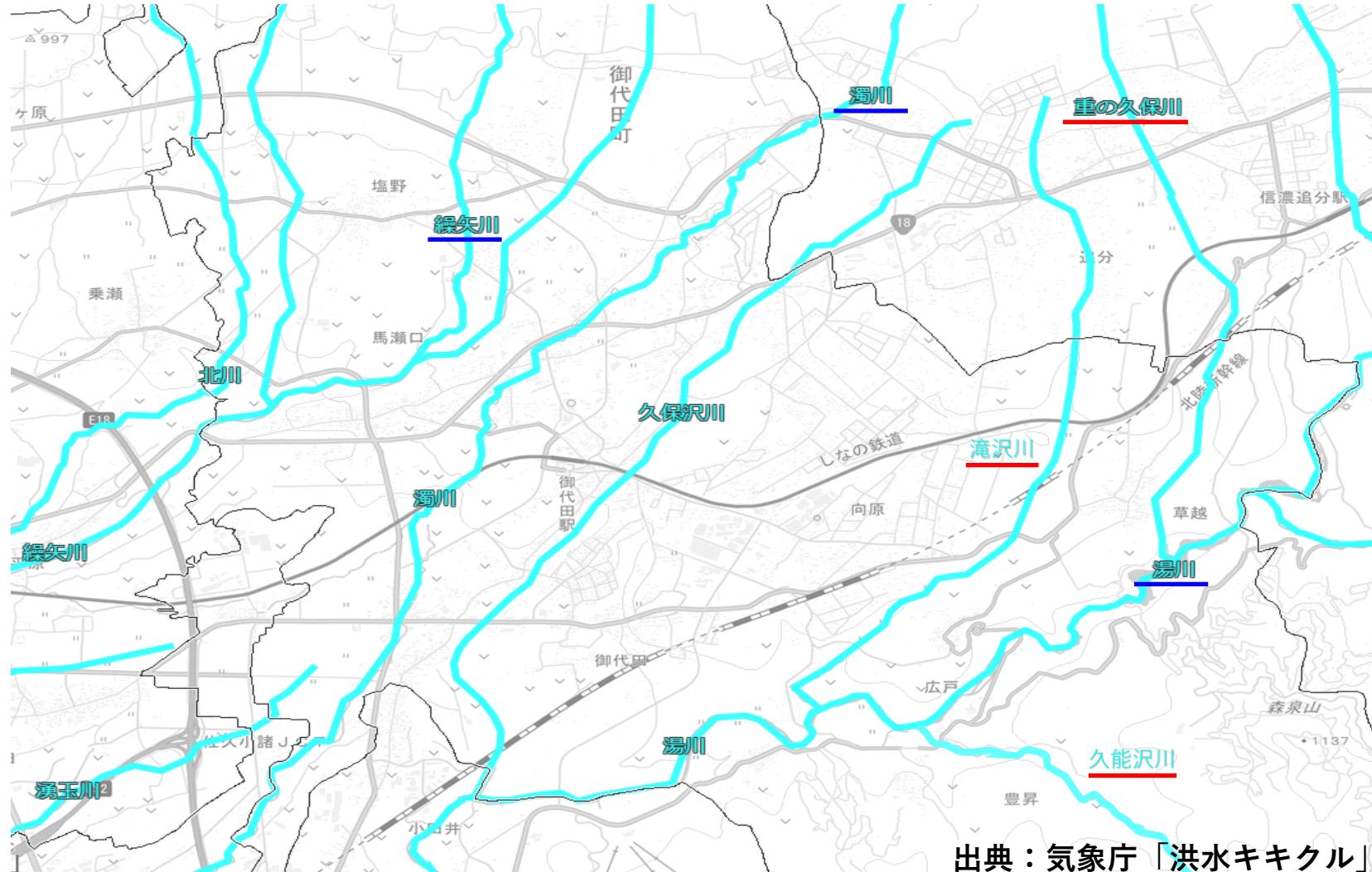


出典
国土地理院ホームページ



出典：山形市上下水道部

御代田町の主要河川



- 一級河川(国指定、県管理)
湯川、濁川、繰矢川
- 準用河川(町指定、管理)
久能沢川、滝沢川、重の久保川



* 各河川とも、地形が沢状であることから住宅街等への大規模な浸水被害をほとんど起こしていない。
しかしながら、いずれの河川も急勾配で狭小であることから、豪雨時の氾濫の危険性は有している。

御代田町の洪水危険地域

* 洪水危険地域：湯川、濁川、繰矢川沿いの地域

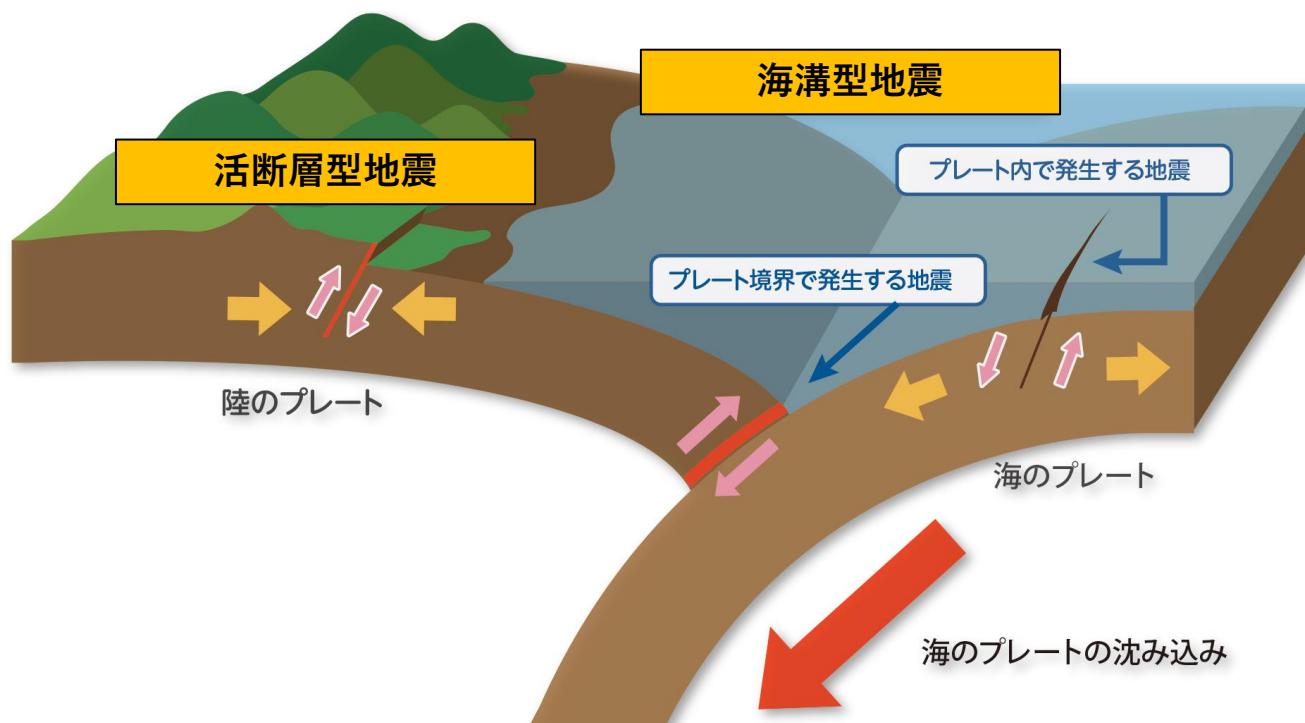
* 濁川沿いは広範囲、湯川沿いは高深度の洪水の可能性



地震とは？

地震とは、地下の岩盤が周囲から押される、もしくは引っ張られることによって、ある面を境として岩盤が急激にずれる現象のことをいいます。この岩盤の急激なずれによる揺れ（地震波）が周囲に伝わり、やがて地表に達し地表が「揺れる」ことです。

地震のタイプは大きく2つに分けられ、プレートとプレートの境界で起こる「海溝型地震」、断層がずれることによって引き起こされる「活断層型地震」です。



海溝型地震

陸側のプレートと海側のプレートの境界である海溝やトラフ付近で発生する地震です。
(東日本大震災)

活断層型地震

陸側のプレート内部での断層運動により深さがおおむね30kmよりも浅い地殻の内部で発生する地震です。

(令和6年能登半島地震、阪神・淡路大震災)

御代田町の地震想定

● 過去の地震発生状況

時 期	場 所	規模(マグニチュード)
大正元年7月	浅間山付近	5. 7
大正元年8月	上田市付近	5. 1
大正5年2月	群馬県嬬恋村	6. 2
昭和61年8月	東御市	4. 9



トーミ断層



● 想定されている地震

画像提供：気象庁 浅間山火山防災連絡事務所

想定地震	場 所	規模(マグニチュード)	御代田町最大震度
糸魚川-静岡構造線(全体)	小谷村～富士見町	8. 5	5 強
南海トラフ巨大地震	静岡県～宮崎県の太平洋岸	9. 0	5 強
長野盆地西縁断層帯	飯山市～長野市	7. 8	5 弱
糸魚川-静岡構造線(南側)	安曇野市～富士見町	7. 9	5 弱
東海地震	静岡県等の太平洋岸	8. 0	5 弱
糸魚川-静岡構造線(北側)等4コ断層	小谷村～松本市～南木曽町等	8. 0～7. 5	4

* 浅間山山頂付近に活断層であることが確実視されているトーミ断層があります。

また、活断層が地表から見えない場合や活断層地形が確認できない地域での地震発生事例もあり、常に地震に対し意識しておく必要があります。

浅間山の噴火

浅間山は、黒斑火山、仏岩火山の活動による降下軽石・火碎流・溶岩流により形成された後、約1万年前からは前掛火山が活動を開始し、**山頂部の釜山は現在も活動中。**これまでに10回余りの大規模な噴火と中小規模噴火を繰り返してきた。爆発型噴火が特徴で、噴火に際しては火碎流(熱雲)が発生することが多い傾向にあります。

時 期	規 模	被害・影響等
1108(天仁元)年	大規模：マグマ噴火	天仁噴火と呼ばれ、噴火場所は前掛山。火碎物降下・火碎流・溶岩流が発生。詳細な記録がなく、被害等は不明。
1128(大治3)年	大規模：マグマ噴火	噴火場所は前掛山。火碎物降下が発生。噴火場所は前掛山。
1596(慶長元)年	中規模：マグマ噴火	噴火場所は山頂付近。火碎物降下が発生。噴石のため死者多数。
1783(天明3)年	大規模：マグマ噴火	天明噴火と呼ばれ、噴火場所は釜山火口。火碎物降下、火碎流、溶岩流、泥流、岩屑なだれが発生。江戸で戸障子が振動し、銚子まで降灰。関東中部で降灰のため昼も暗夜のようになる。火碎流、岩屑なだれ、泥流により、死者1151名、流失家屋1061棟、焼失家屋51棟、倒壊家屋130棟の被害が発生。
1958～59(昭和33～34)年	小規模：マグマ噴火	噴火場所は釜山火口。火碎物降下、火碎流が発生。空振による山麓のガラス・戸障子の被害広範囲、噴石のため山腹に多数の山火事、関東南部まで降灰。
1973(昭和48)年	中規模：マグマ噴火	噴火場所は釜山火口。火碎物降下、火碎流、泥流が発生。空振により山麓の家屋ガラス戸破損。
1982～83(昭和57～58)年	小規模:水蒸気噴火	噴火場所は釜山火口。火碎物降下、火碎流、泥流が発生。長野県・関東地方北部・福島県の太平洋岸まで降灰。農作物被害、山腹(南斜面)で山火事発生。
2004(平成16)年	小規模：マグマ噴火	噴火場所は釜山火口。火碎物降下が発生。南東の軽井沢町には多量の降灰があり、群馬県・埼玉県・東京都・神奈川県・千葉県・栃木県でも降灰。
2009(平成21)年	小規模：マグマ噴火 水蒸気噴火？	噴火場所は釜山火口。火碎物降下が発生。降灰は関東地方南部まで確認。

大規模噴火時の被害想定

大規模噴火のハザードマップ

このハザードマップは噴火警報（噴火警戒レベル4・5）に相当します。

噴火によって発生する現象

降下火砕物（降灰）

- 上空の風に乗って運ばれた火山灰が、風下側の地上に積もります。大規模な噴火では軽石も混ざって降ります。
- 壁根に積もった火山灰の重さで木造家屋が倒壊するおそれがあります。
- 「もしも大規模噴火が起こったら…」（左のページ）を参照

火碎流・火碎サージ

- 高温の岩石や火山灰が、火山ガスと一緒に斜面を時速60～100キロメートルの高速で流れ下ります。
- 人が巻き込まれると死亡します。
- 火碎サージは、火山ガスを主体とする希薄な流れのことです。流動性が高く、尾根を乗り越えることがあります。
- 影響を受ける可能性がある範囲では、事前に安全な場所へ避難する必要があります。

溶岩流

- 高温の溶岩が斜面を流れます。
- 通り道にある家や道路を埋め、近くの木々を燃やします。
- 溶岩流は、一般に流れる速度が早いので、あわてず落ち着いて避難しましょう。

非常にまれに起こる現象

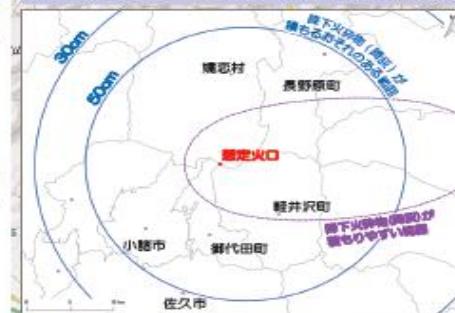
洪水

川の上流に積もった火山灰が、たくさん流されてきて川底にたまるので、川が渓くなり、洪水が起こりやすくなることがあります。

土石なだれ

噴火や地熱が引き合となり、山体の一部が一気に崩れ（山体崩壊）大量の土砂や岩石が時速100キロメートル以上の速さで流れ下る現象です。

大規模噴火のハザードマップ <降下火砕物（降灰）>



浅間サンライン

記号の色と意味

降下火砕物（降灰）

降下火砕物(降灰)が積もりやすい範囲

降下火砕物(降灰)が積もるおそれのある範囲(最大距離範囲)

火碎流・火碎サージ

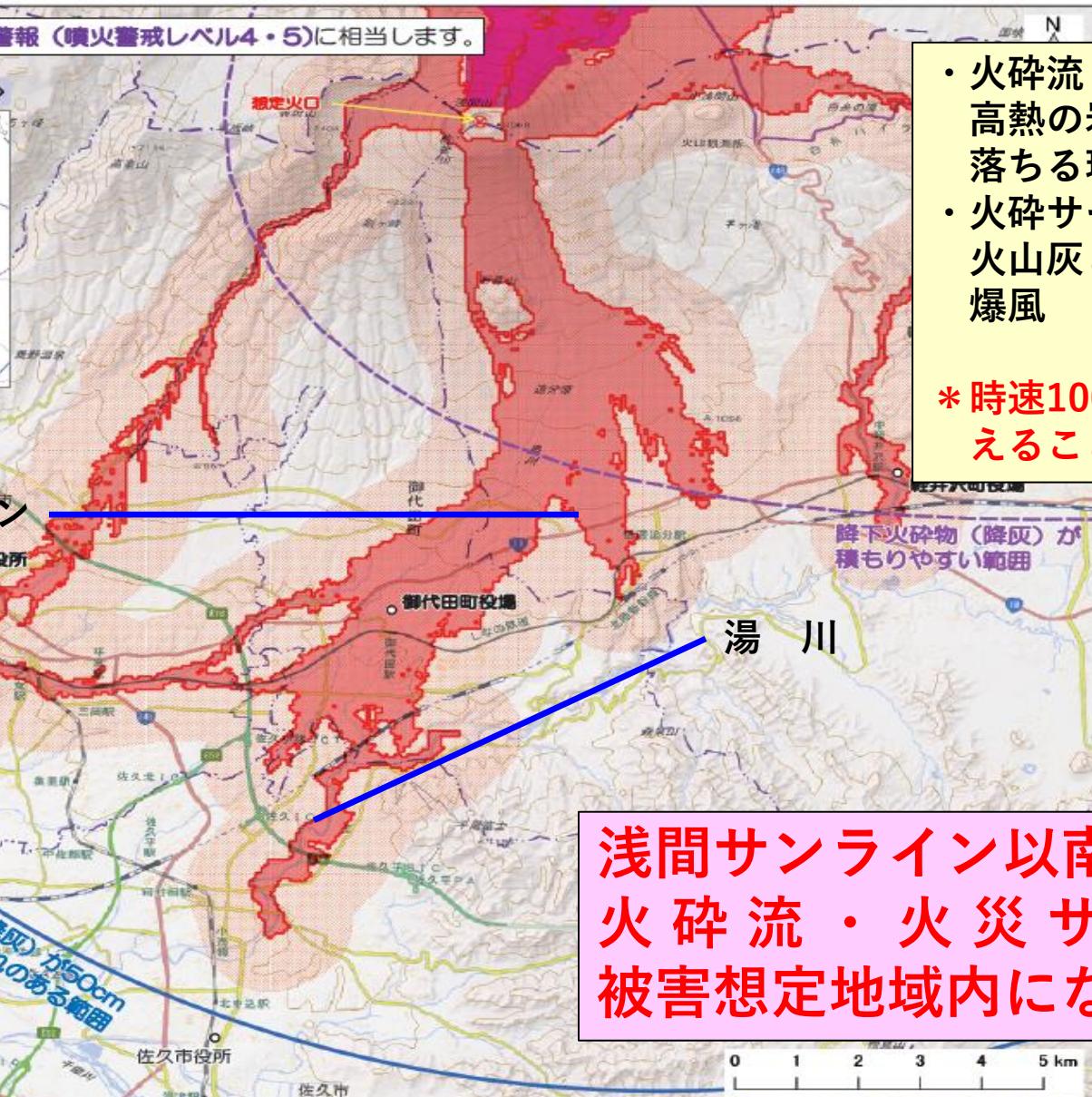
火碎流

火碎サージ

火碎流と火碎サージの降下予想範囲

溶岩流

溶岩流の流下予想範囲



・火碎流

高熱の岩石や破片が斜面を流れ落ちる現象

・火碎サージ

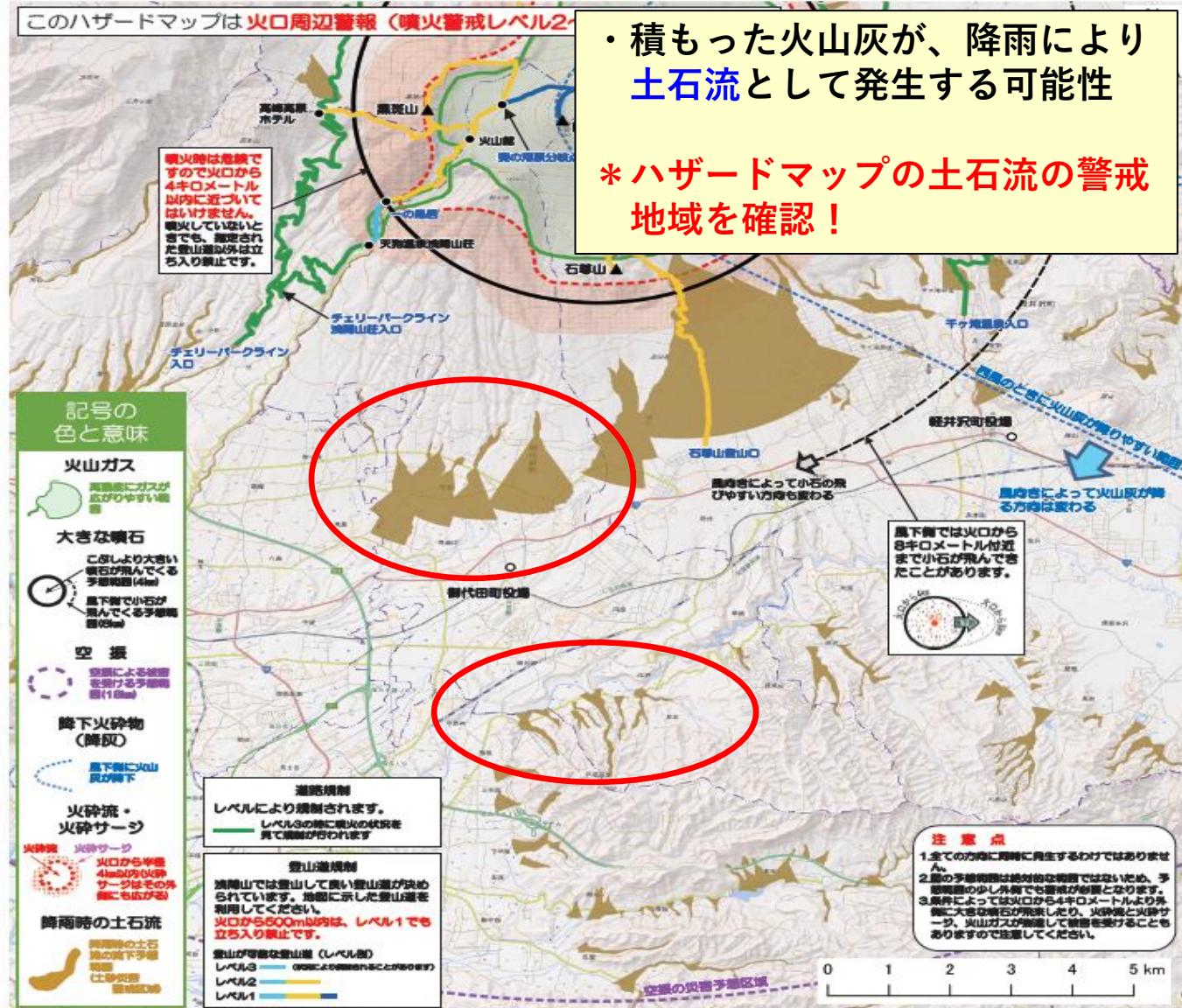
火山灰と空気が混じった高熱の爆風

* 時速100km、温度1000°Cを超えることあり！

浅間サンライン以南～湯川以北は、
火碎流・火災サージによる
被害想定地域内になります！

中～小規模噴火時の被害想定

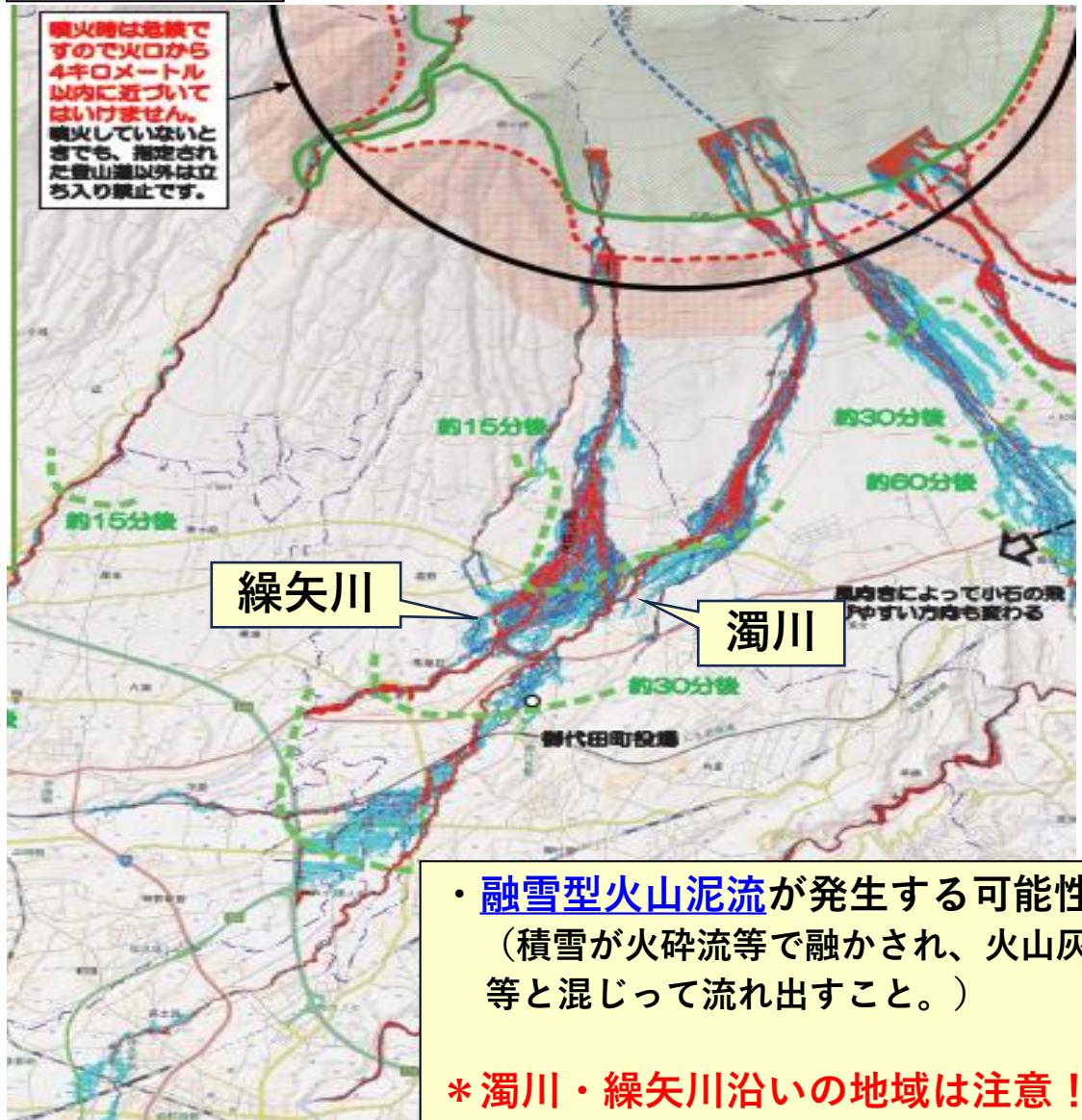
無雪期



・積もった火山灰が、降雨により
土石流として発生する可能性

*ハザードマップの土石流の警戒
地域を確認！

積雪期



ハザードマップについて

ハザードマップとは？

ハザードマップとは、自然災害が発生した場合の被害を予測して、**被災想定地域や被害の範囲、避難場所や避難経路などを地図上に表示**したものです。

ハザードマップを確認することで、**自宅周辺で発生しうる災害の種類や程度、近くの避難場所やそこへの経路などを把握**することができます。

また、持ち出し用防災セットに入れておけば、被災したときに迅速かつ適切に避難行動をとるためのツールとしても役立ちます。

役場2階 総務課（14番窓口）で配布しています。
また、御代田町役場のホームページでも確認できます。



戻る ホーム > 防災と緊急情報 > 町の防災 > 土砂災害・水害のこと

土砂災害・水害のこと

| ページ

【がいこくじんのみなさま】多言語防災マップ (たげんごぼうさいまっぷ) /Multilingual disaster prevention map/ 多语种防灾地图/Bản đồ phòng chố'ng thiên tai đa ngôn ngữ/Mapa multilíngue de prevenção de desastres/emapamento de riscos e perigos em plusieurs langues

御代田町避難情報の判断・伝達マニュアル

土砂災害警戒区域等の指定について

土砂災害・洪水防災マップについて

蓄積レベルと住民の皆さまがとるべき行動

長野県が管理する河川の想定最大規模の洪水浸水想定区域図

届出・証明

マイナンバー制度

税金と料金

教育と子育て

健康医療と福祉

住まいと住環境

産業とビジネス

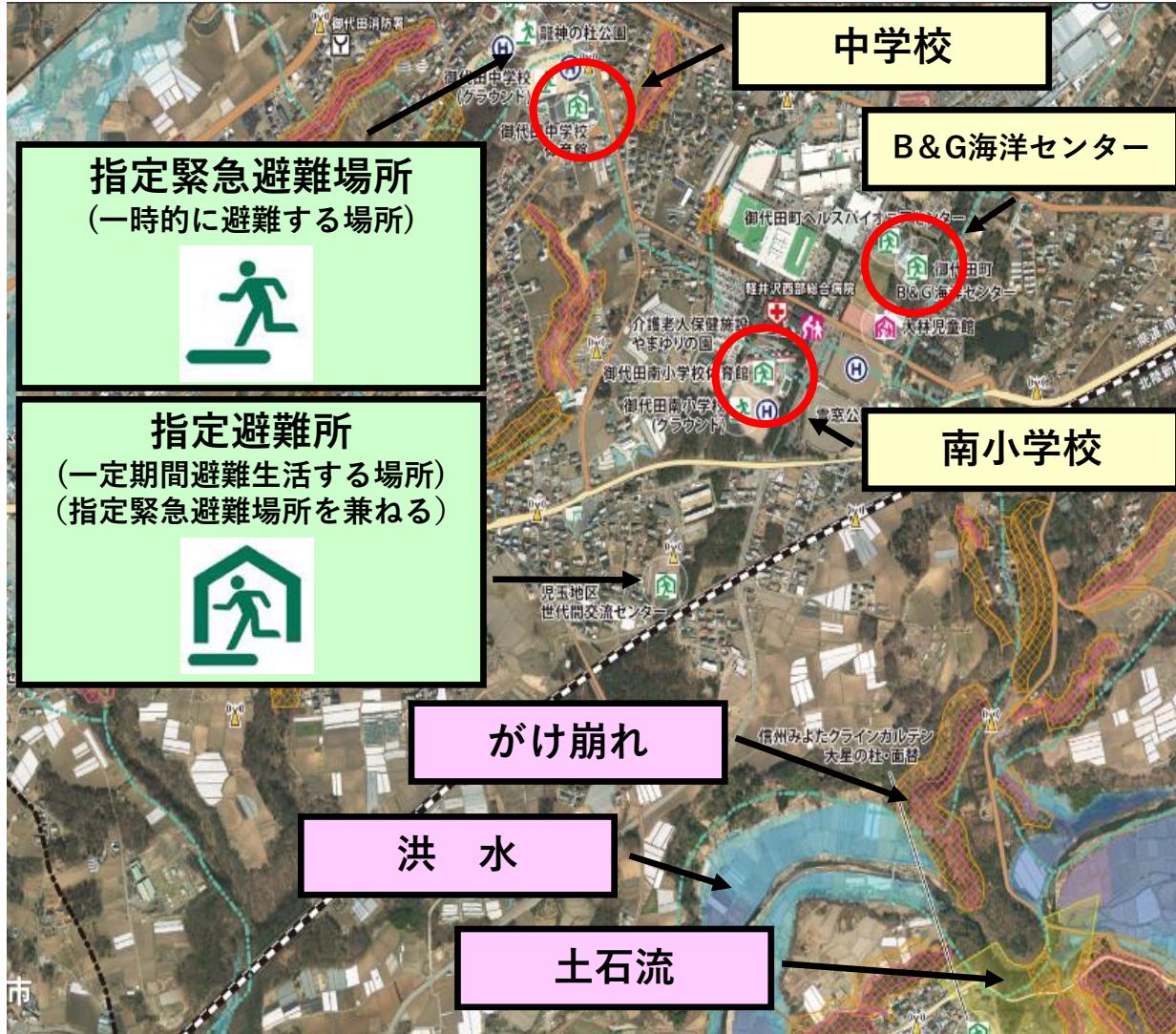
自然と観光・歴史

スポーツと教養・公民館活動

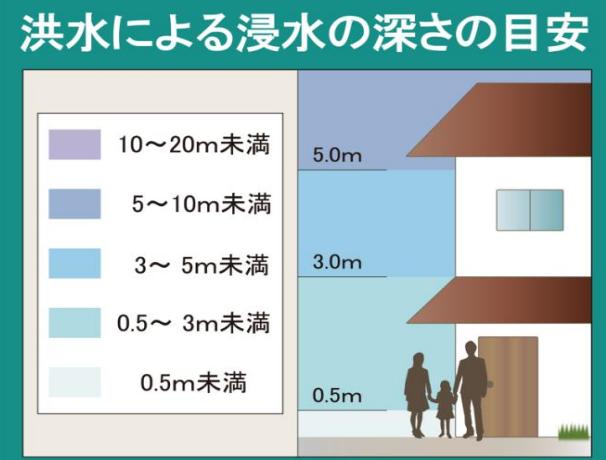
消防と防犯・消

ハザードマップの見方

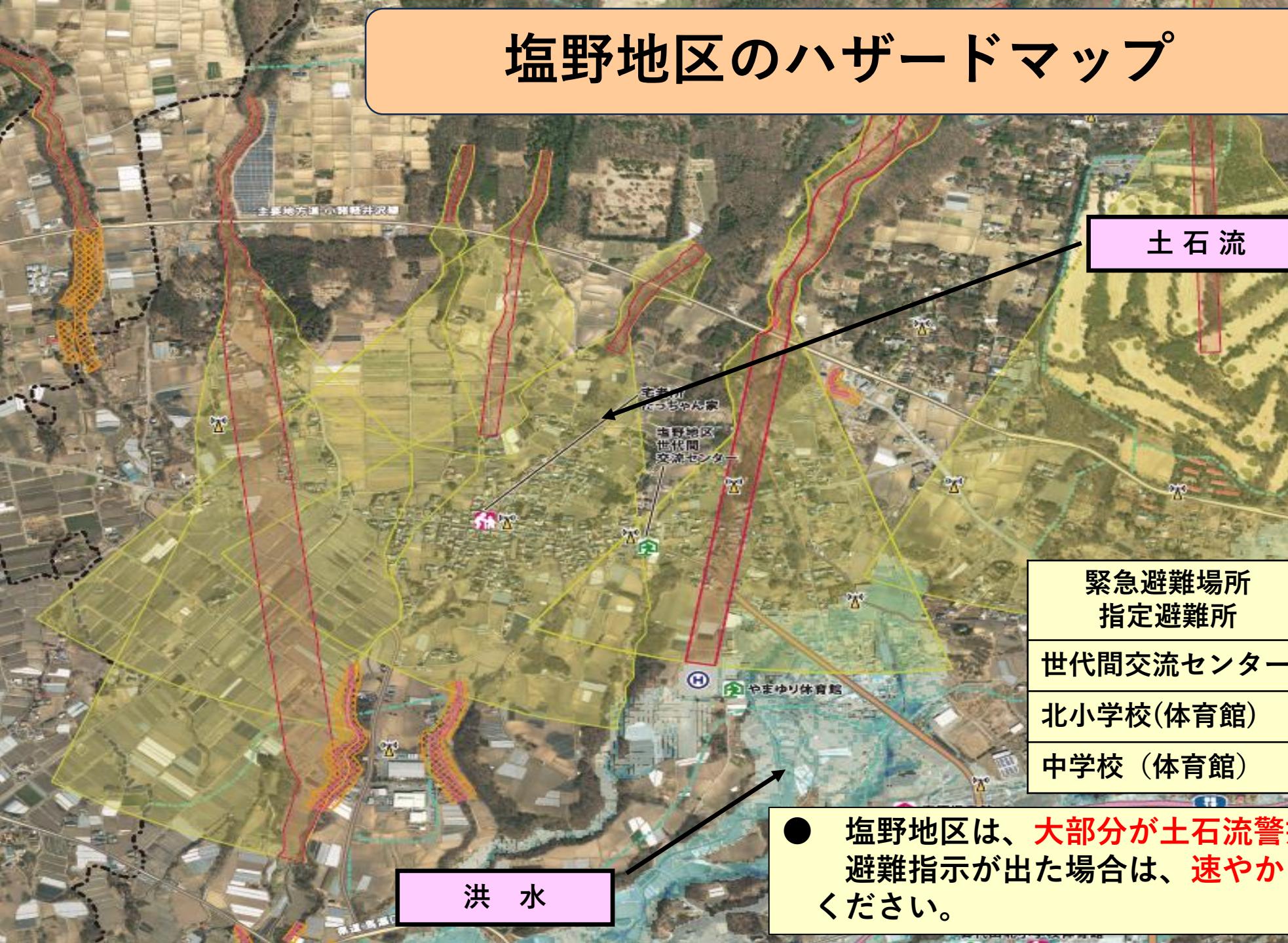
- ハザードマップには、以下のような情報が表示されます。
「想定される災害の発生地点」「被災想定区域」「被害の範囲」「避難場所・避難所」



凡例	
	土石流警戒区域
	土石流特別警戒区域
	急傾斜地警戒区域
	急傾斜地特別警戒区域
---	市町村界
-----	地区界
—	高速道路
—	国道
—	県道
—	主要町道
····	JR(新幹線)
	しなの鉄道
	指定緊急避難場所
	指定緊急避難場所 兼 指定避難所
	指定福祉避難所
	要配慮者施設
	町役場
	病院
	災害対策用ヘリポート



塩野地区のハザードマップ



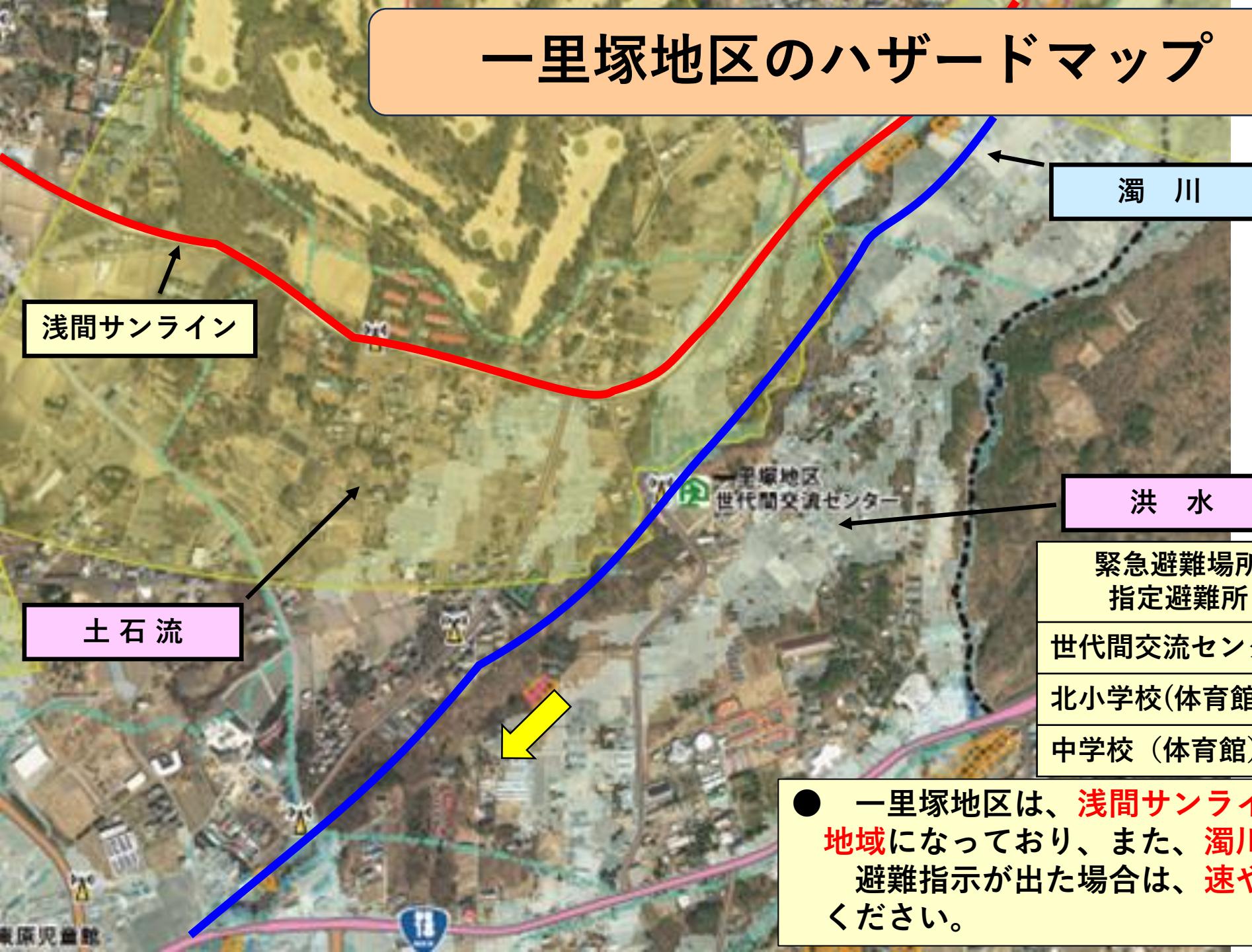
土石流

洪水

● 塩野地区は、大部分が土石流警戒地域になっています。
避難指示が出た場合は、速やかに避難場所等に避難してください。

緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪水	地震
世代間交流センター	×	×	○
北小学校(体育館)	○	×	○
中学校 (体育館)	○	○	○

一里塚地区のハザードマップ



濁川

浅間サンライン

土石流

洪水

緊急避難場所
指定避難所

世代間交流センター

×

×

○

北小学校(体育館)

○

×

○

中学校 (体育館)

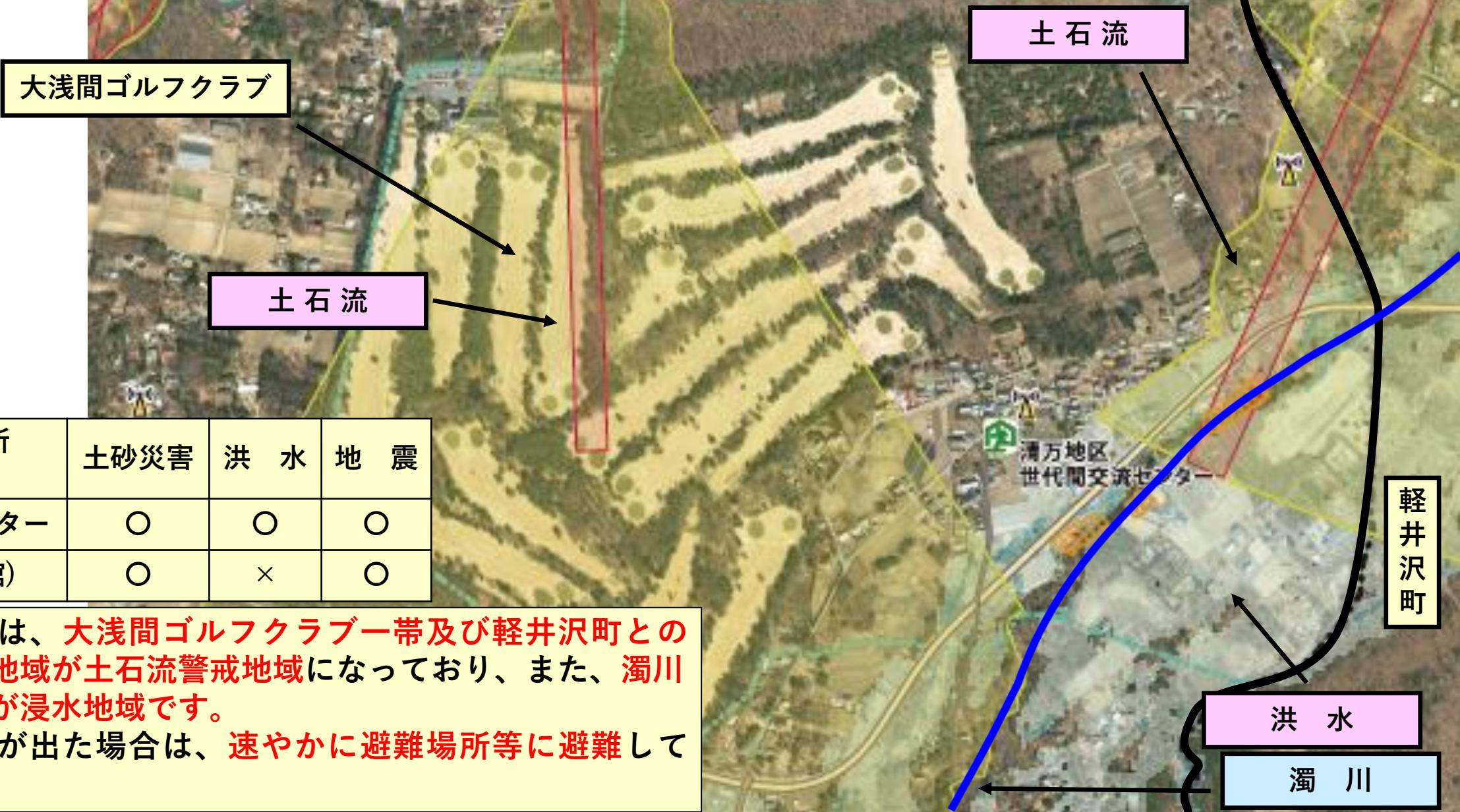
○

○

○

- 一里塚地区は、浅間サンライン沿いの地域は土石流警戒地域になっており、また、濁川沿いの地域が浸水地域です。避難指示が出た場合は、速やかに避難場所等に避難してください。

清万地区のハザードマップ



馬瀬口地区のハザードマップ

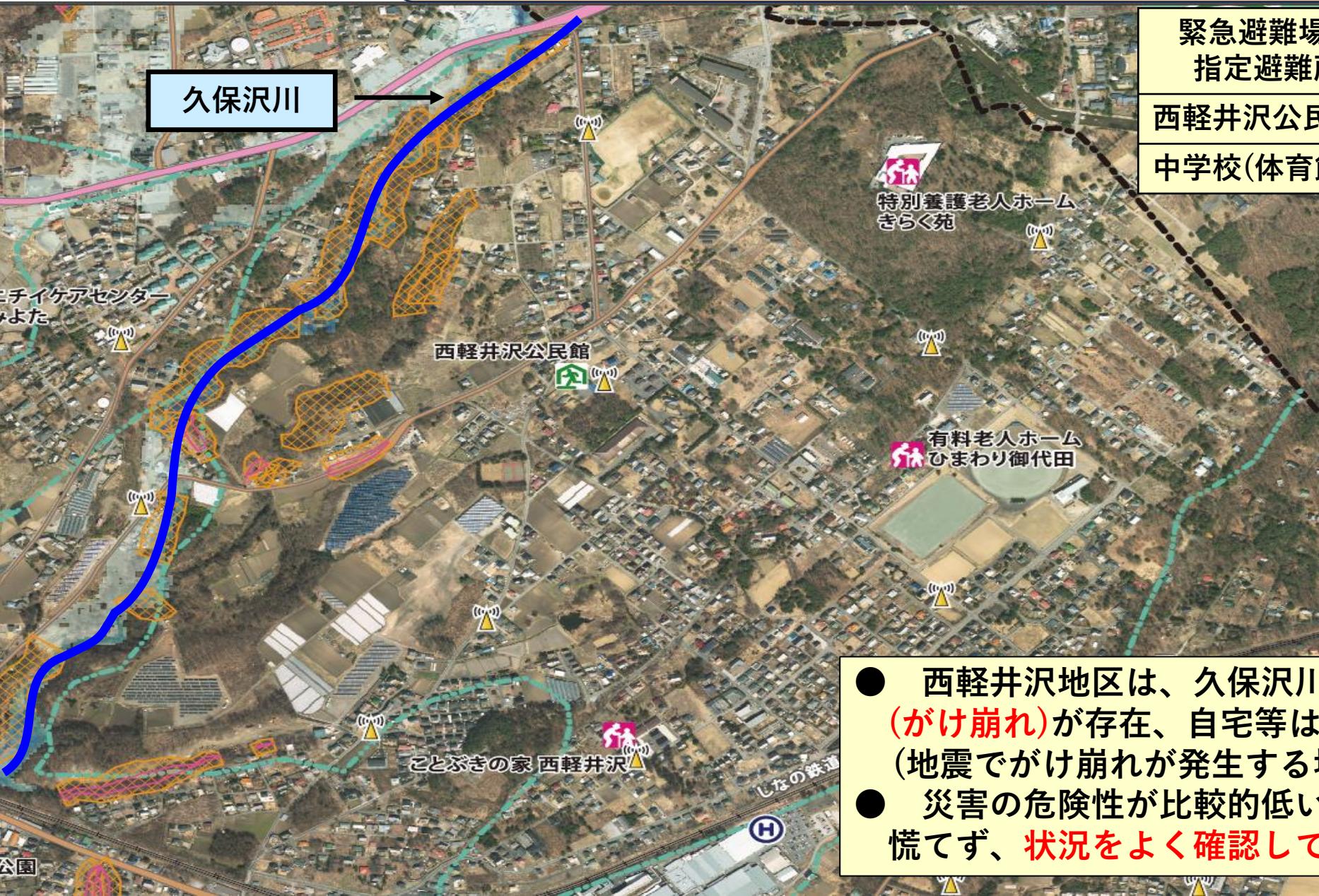


- 繰矢川及び濁川沿いの傾斜地域は**がけ崩れの危険地域**です、避難指示が出た場合は速やかに避難してください。
- 繰矢川及び濁川の洪水により地区内のかなりの地域が**浸水の危険地域**です、早めに大規模避難所への避難を！

三ツ谷地区のハザードマップ



西軽井沢地区のハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂 災害	洪水	地震
西軽井沢公民館	○	○	×
中学校(体育館)	○	○	○

- 西軽井沢地区は、久保沢川沿い等に**急傾斜地警戒地域（がけ崩れ）**が存在、自宅等は大丈夫か確認を！（地震でがけ崩れが発生する場合も多々あり！）
- 災害の危険性が比較的低い地域です。災害発生時には慌てず、**状況をよく確認して行動**してください。

旭町・栄町地区のハザードマップ



- 旭町地区は、濁川の洪水により地区内の大半が**浸水の危険地域**です、
早めに大規模避難所(中学校)への避難を！
- 栄町地区は、久保沢川等沿いに**急傾斜地警戒地域(かけ崩れ)**が存在、
自宅等は大丈夫か確認を！(地震でかけ崩れが発生する場合も多々あり！)

御代田町ヘルスパイオニアセンター
御代田町

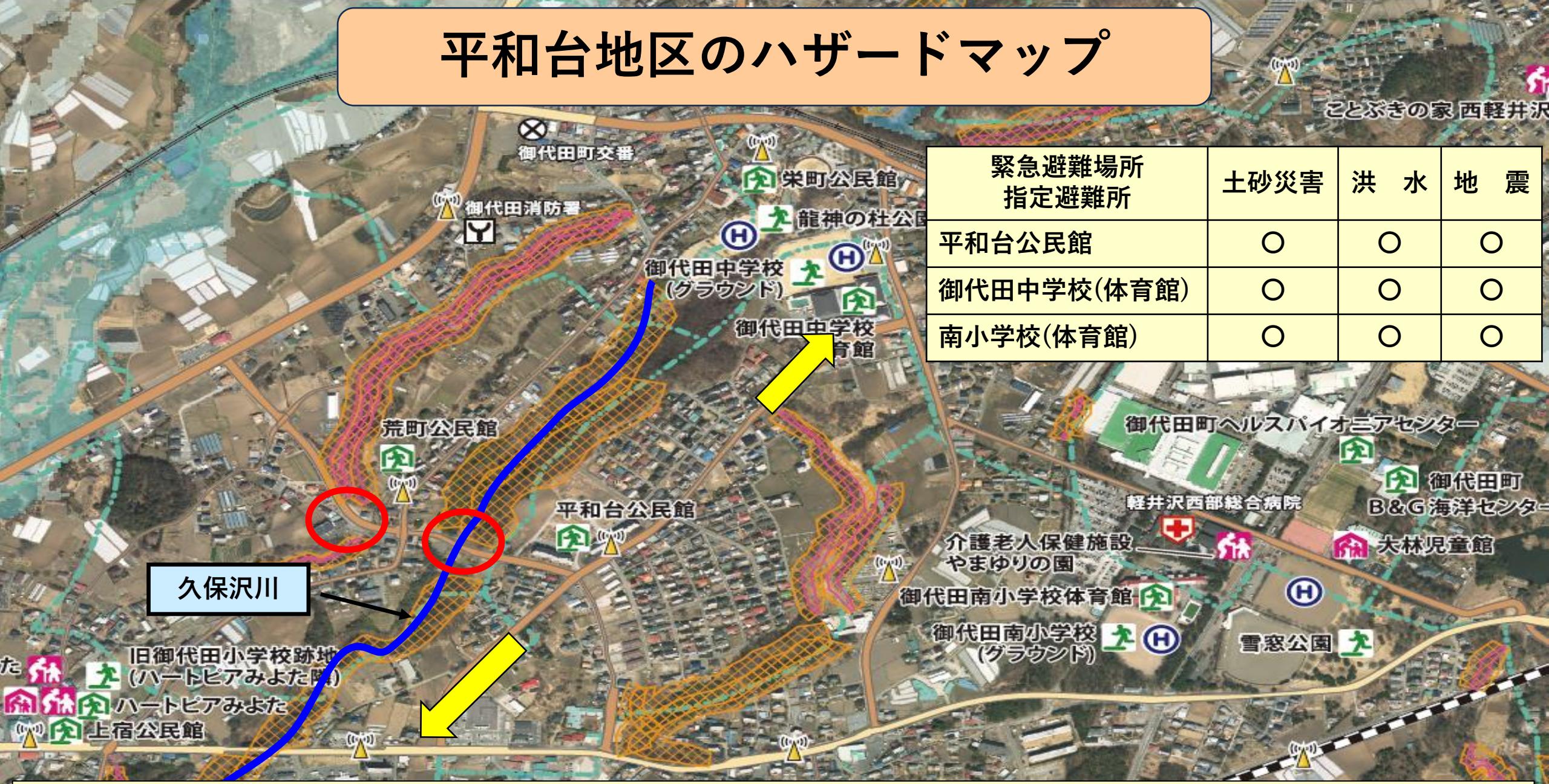
荒町地区のハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪水	地震
荒町公民館	○	○	×
中学校(体育館)	○	○	○
ハートピアみよた	○	○	○
エコールみよた	○	×	○

- 荒町地区は、旧中山道沿いに**急傾斜地警戒地域(がけ崩れ)**が存在しています、避難時には**南北方向の道路**を使用しましょう！(地震でがけ崩れが発生する場合も多々あり！)
- 避難所は、公民館・中学校になっていますが、**安全な経路**で近距離のエコールみよたやハートピアみよたも活用してください。

平和台地区のハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪水	地震
平和台公民館	○	○	○
御代田中学校(体育馆)	○	○	○
南小学校(体育馆)	○	○	○

● 平和台地区は、急傾斜地警戒地域(かけ崩れ)が東西を囲むように存在しています、避難するときは南北の道路を使用するようにしましょう！(地震でかけ崩れが発生する場合も多々あります！)

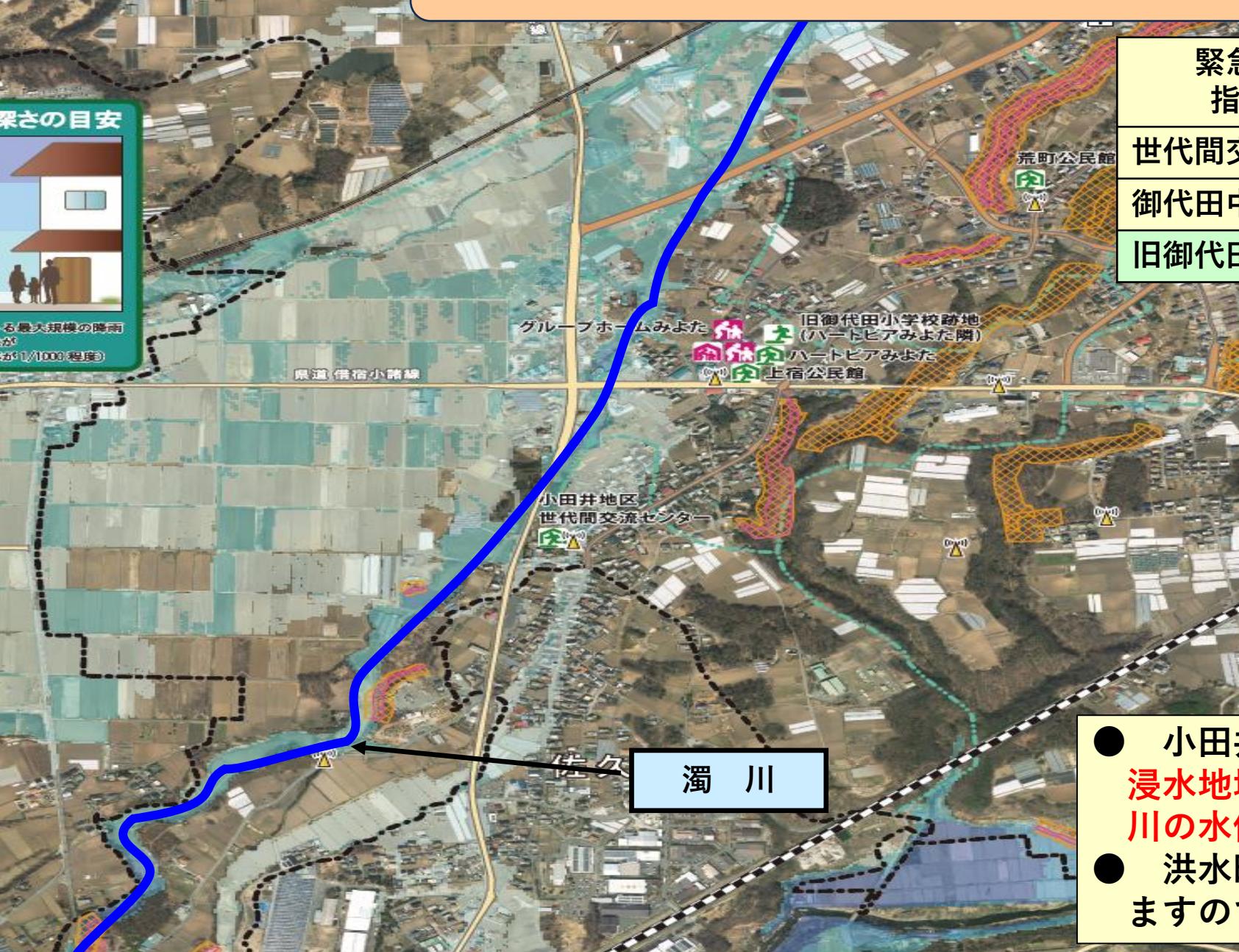
上宿地区的ハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪 水	地 震
上宿公民館	○	○	○
御代田中学校(体育館)	○	○	○
旧御代田小学校跡地	○	○	○

● 上宿地区は、久保沢川沿いの**急傾斜地警戒地域(がけ崩れ)**に分断されています。東側の地域の方は中学校へ、西側の方は上宿公民館や旧御代田小学校跡地に避難しましょう。
また、西側は**浸水地域**なので大雨時には河川の水位情報に注意してください。

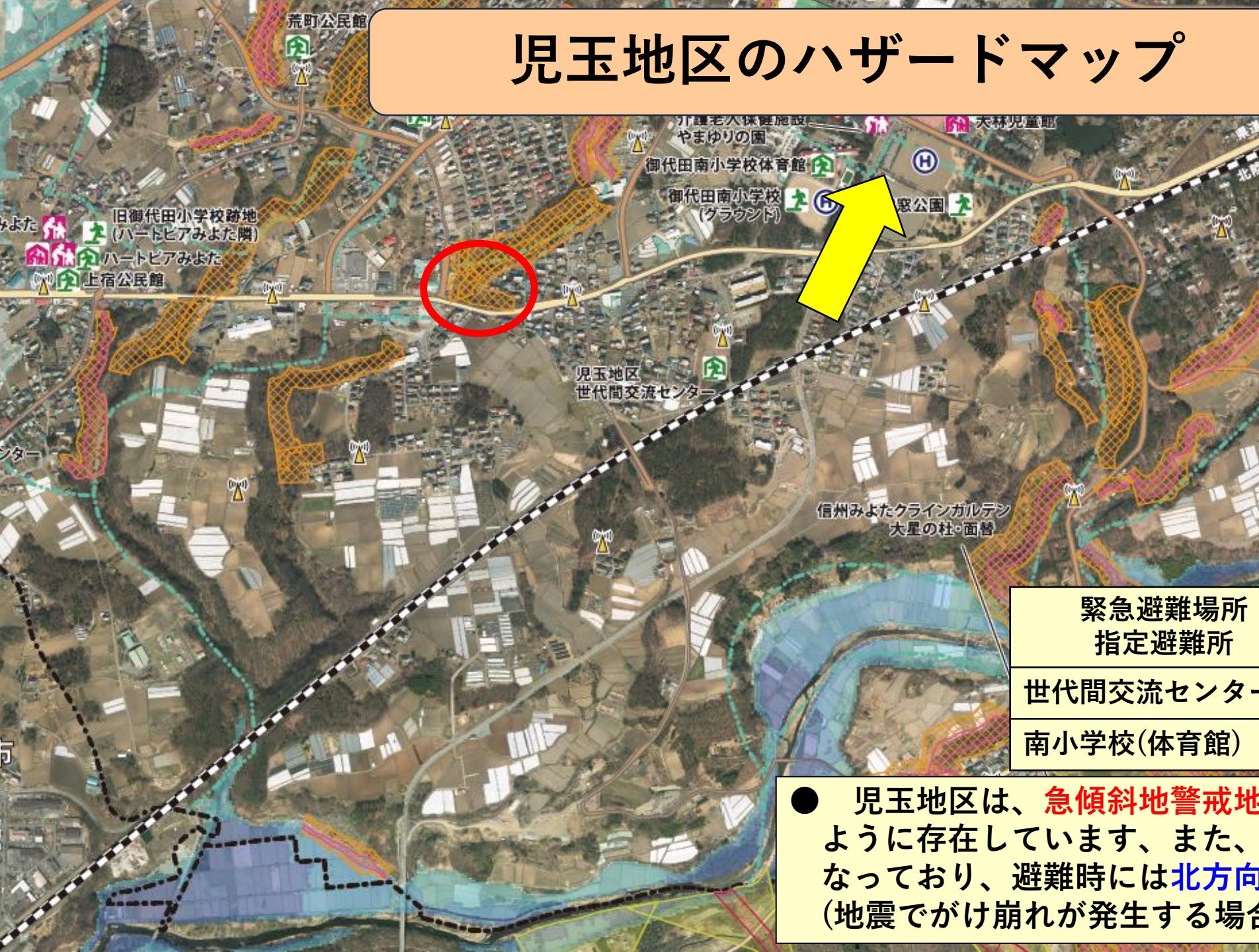
小田井地区のハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪 水	地 震
世代間交流センター	○	×	○
御代田中学校(体育館)	○	○	○
旧御代田小学校跡地	○	○	○

- 小田井地区は、大部分が濁川の越水による
浸水地域になっています。大雨時は、特に**濁川の水位情報**に注意してください。
- 洪水時には使用できる道路が限定されます
ますので、**早めの避難**を心がけてください。

児玉地区のハザードマップ



緊急避難場所
指定避難所

土砂災害 洪水 地震

世代間交流センター

○ ○ ○

南小学校(体育館)

○ ○ ○

● 児玉地区は、**急傾斜地警戒地域(がけ崩れ)**が東西を囲むように存在しています、また、南側は湯川の浸水地域となっており、避難時には**北方向の道路**を使用しましょう！(地震でがけ崩れが発生する場合も多々あります！)

向原地区的ハザードマップ



緊急避難場所 指定避難所	土砂災害	洪水	地震
世代間交流センター	○	○	○
南小学校(体育館)	○	○	○

広戸地区的ハザードマップ

緊急避難場所
指定避難所

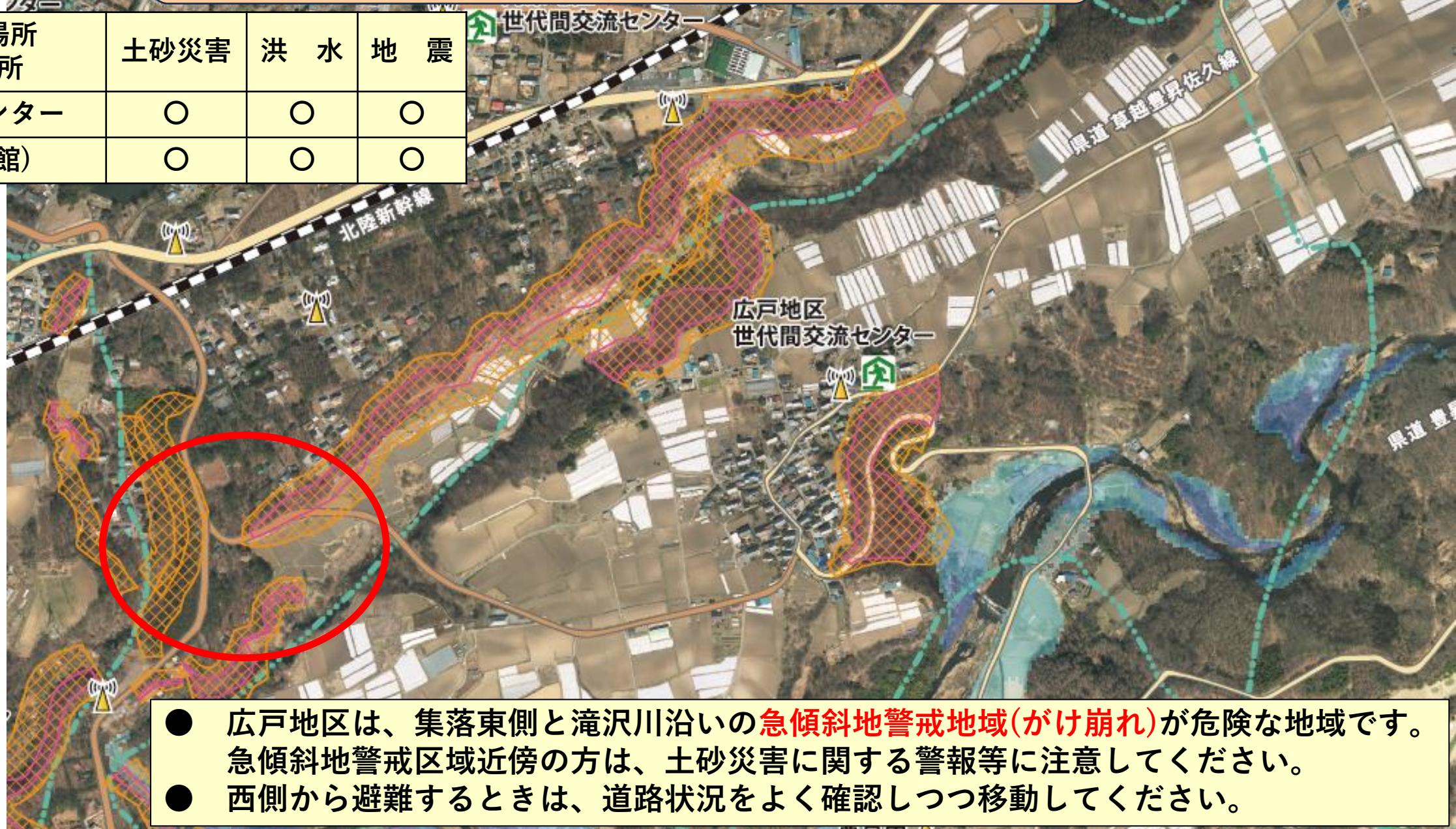
土砂災害 洪水 地震

世代間交流センター

○ ○ ○

南小学校(体育館)

○ ○ ○



草越地区的ハザードマップ

重の久保川

軽井沢

湯川

緊急避難場所
指定避難所

草越公民館

南小学校(体育館)

土砂災害

洪 水

地 震

×

○

×

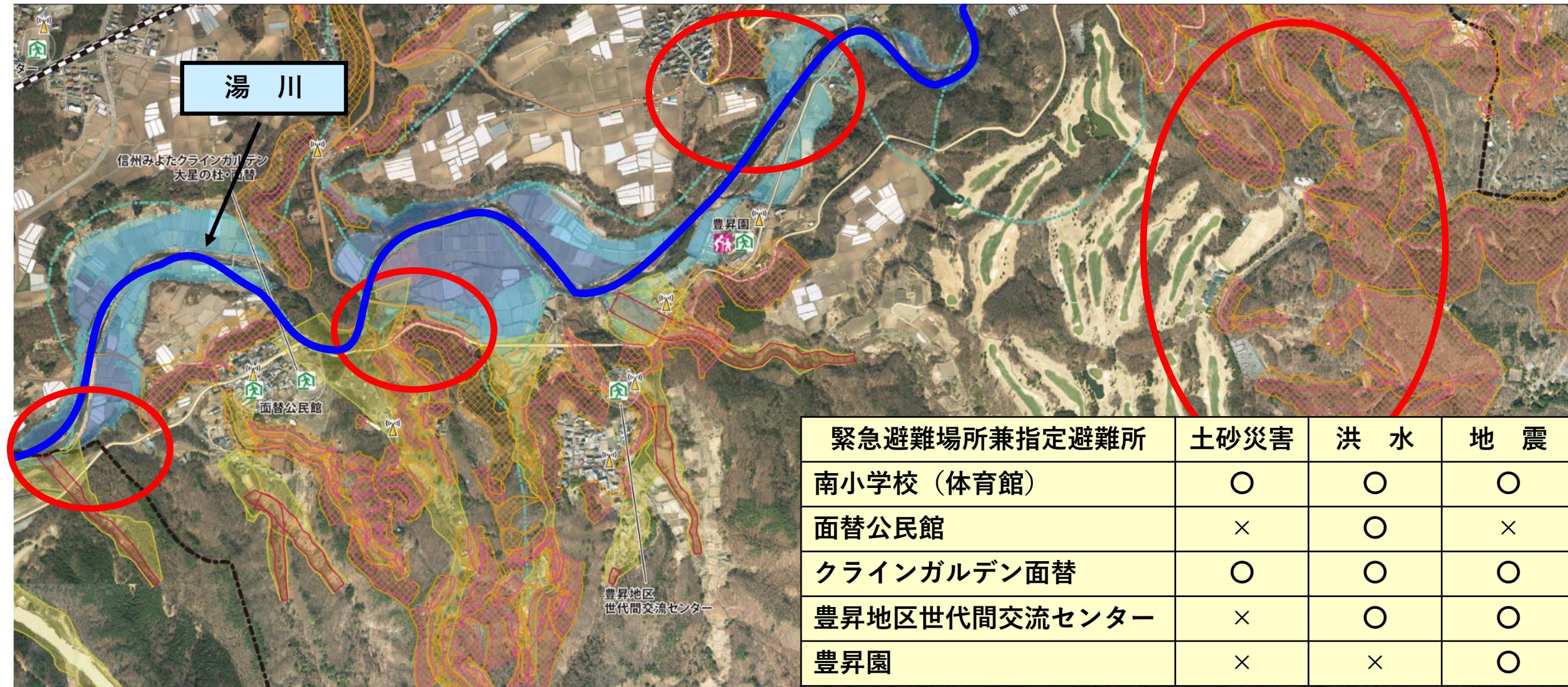
○

○

○

- 草越地区は、重の久保川沿いの**急傾斜地警戒地域(がけ崩れ)**が最大の脅威です。
急傾斜地警戒区域近傍の方は、土砂災害に関する警報等に注意してください。
- 公民館は、土砂災害や地震の時は使用できません。**南小学校に避難することを覚えておいてください。**

面替・豊昇地区のハザードマップ



- 面替・豊昇地区は、土砂災害時にクラインドガルデン面替を除き 地区内に避難場所・避難所がありません。
- 避難経路が土砂災害・洪水でふさがり 孤立化する恐れがあります、早めに大規模避難所への避難を！

避難情報と警戒レベルについて

避難情報とは？

避難情報は、災害からの避難を勧める情報で警戒レベルに応じて発信されます。集中豪雨や台風などの災害が差し迫り、住民に避難を促す必要がある場合、**市町村が発令します。**避難情報は「高齢者等避難」「避難指示」「緊急安全確保」の3つの種類があります。

警戒レベル	状況	とるべき避難行動等	避難情報 (御代田町発令)	参考となる 気象情報の例 (気象庁・長野県等発表)
警戒レベル 5	災害発生 又は切迫	命の危険 直ちに安全の確保！	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報 など
~~~~~ <警戒レベル4までに必ず避難！> ~~~~				
警戒レベル 4	災害の おそれ高い	危険な場所から 全員避難しましょう	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 など
警戒レベル 3	災害の おそれあり	危険な場所から 高齢者等は避難しま しょう	高齢者等避難	洪水警報 氾濫警戒情報 など
警戒レベル 2	気象状況 悪化	自らの避難行動を確認 しましょう	発令なし	大雨注意報 洪水注意報 など
警戒レベル 1	今後気象状況 悪化おそれ	災害への心構えを高め ましょう	発令なし	早期注意情報

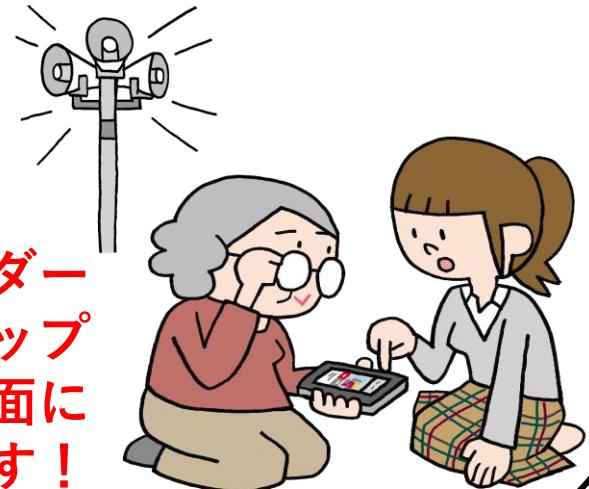
# 警戒レベル・避難情報と取るべき行動

警戒レベル	避難情報等	取るべき行動
5	緊急安全確保 (御代田町発令)	<p><b>命の危険、直ちに安全確保</b>            既に災害が発生しているか、どこで既に発生していてもおかしくない状況で、直ちに安全な場所で命を守る行動をとってください。予定していた避難場所への避難が危険な場合には、その場でとることができるとても身の安全を確保するための行動をとるようにしましょう。(2階やがけから離れた部屋への移動等)</p> 
4	避難指示 (御代田町発令) 土砂災害警戒情報 (気象庁発表)	<p><b>対象地域住民のうち危険な場所にいる人は全員避難</b>  <b>対象地域の方は全員速やかに危険な場所から避難してください。</b></p> 
3	高齢者等避難 (御代田町発令) 大雨警報 洪水警報 (気象庁発表)	<p><b>危険な場所から高齢者等は避難</b>            避難に時間がかかる<b>高齢の方や障がいのある方、避難を支援する方などは危険な場所から安全な場所へ避難しましょう。</b>            また、土砂災害の危険性がある区域等にお住まいの方も、準備が整い次第、この段階での避難が強く望まれます。<b>危険を感じたら自主的に避難をしましょう。</b></p> 
2	大雨注意報 洪水注意報 (気象庁発表)	<p><b>ハザードマップなどで避難行動を確認</b>            災害発生に対する注意が高まってきた段階です。            ハザードマップで災害の危険性のある区域や避難場所、避難経路、避難のタイミングの再確認など、避難に備え、<b>自らの避難行動を確認しておきましょう。</b></p> 
1	早期注意情報 (気象庁発表)	<p><b>災害への心構えを高める。</b>            災害発生の危険性はまだ低い段階ですが、気象庁から「早期注意情報」が発表された場合には<b>最新の防災気象情報などに留意するなど、災害への心構えを高めてください。</b></p> 

# 避難情報等の収集要領

## 避難情報

- 防災行政無線の放送  
「〇〇地区に避難指示を発令しました。  
速やかに□□公民館や△△小学校に避難  
してください。」
- 御代田町公式ホームページ
- みよたメール配信サービス
- 町公式SNS  
(LINE、X、Facebook、Instagram)



- 暮らしのカレンダー  
の裏表紙や防災マップ  
の防災マップの裏面に  
登録要領があります！

## 気象情報等

- キキクル(気象庁)
- 信州防災アプリ(長野県庁)
- YAHOO防災速報 (YAHOO JAPAN)
- MyPOTEKA  
(塩野配水池、豊昇園(旧伍賀小学校跡地))



スマートフォンをお持ちの方は、  
信州防災アプリを使ってみてください！

- 1 避難所の情報がわかる！
  - 2 ハザードマップを確認できる！
  - 3 避難情報を通知してくれる！
  - 4 気象庁などのアプリが確認できる！
  - 5 避難計画が作れる！
  - 6 防災に関する知識が確認できる！
- などなど、とても便利です！！

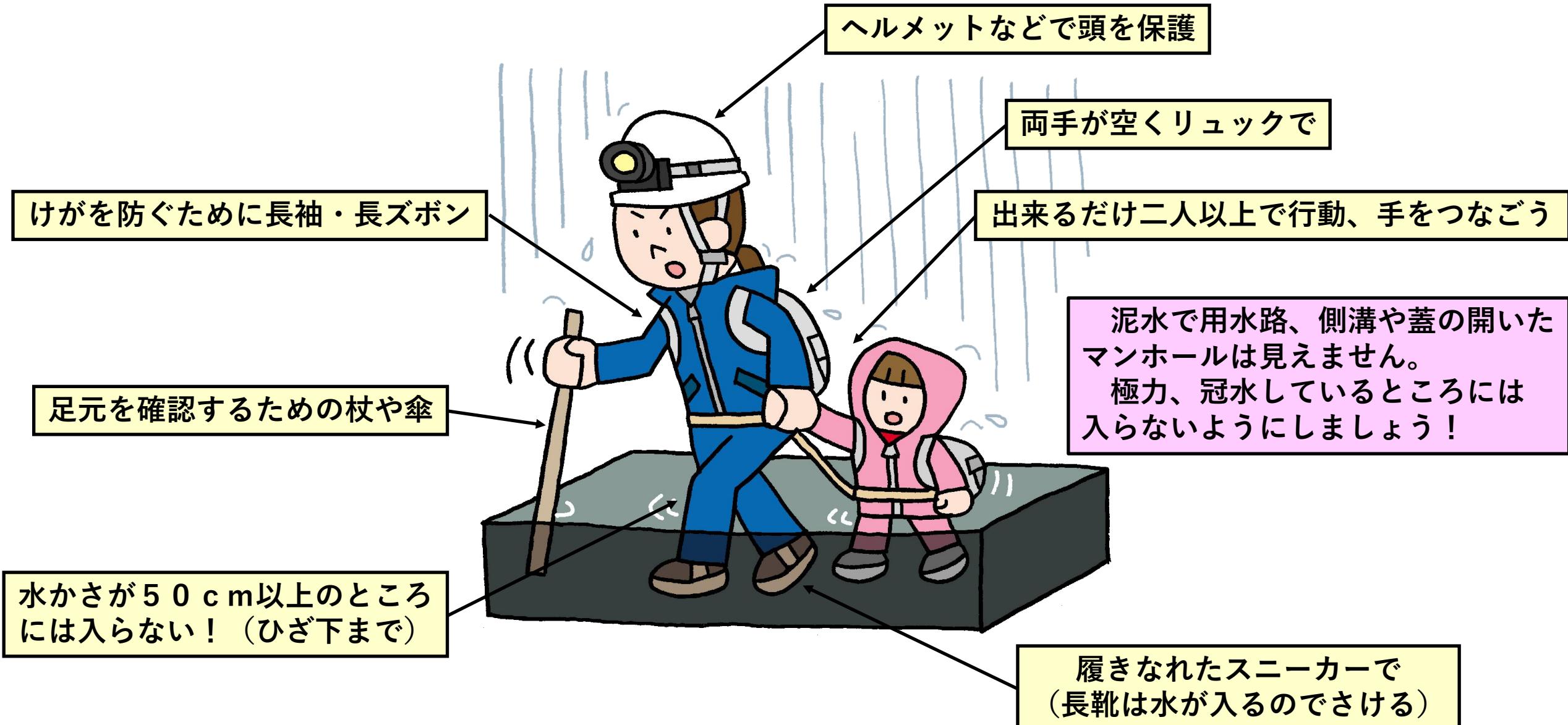


県民の皆さまの避難をサポート！



## **避難時の注意事項について**

# 風水害時の注意事項①



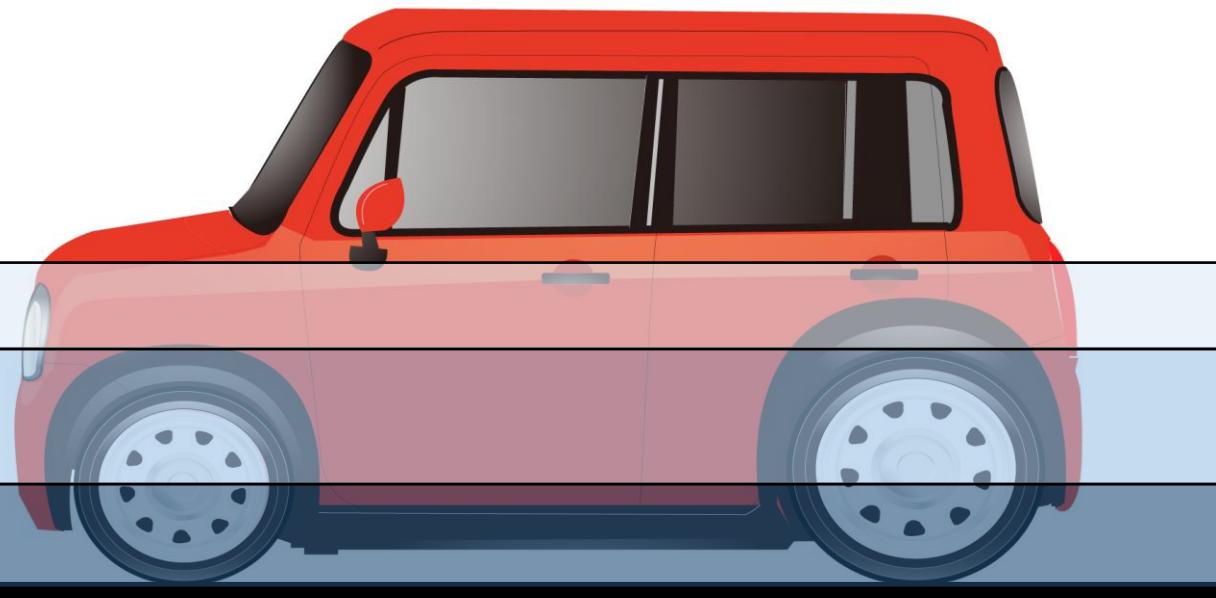
## 風水害時の注意事項②



泥水で用水路、側溝や田畠との境界がわからなくなります。

極力、冠水しているところには入らないようにしましょう！

特に、アンダーパス、川沿いや田畠内の道路に避けましょう！！



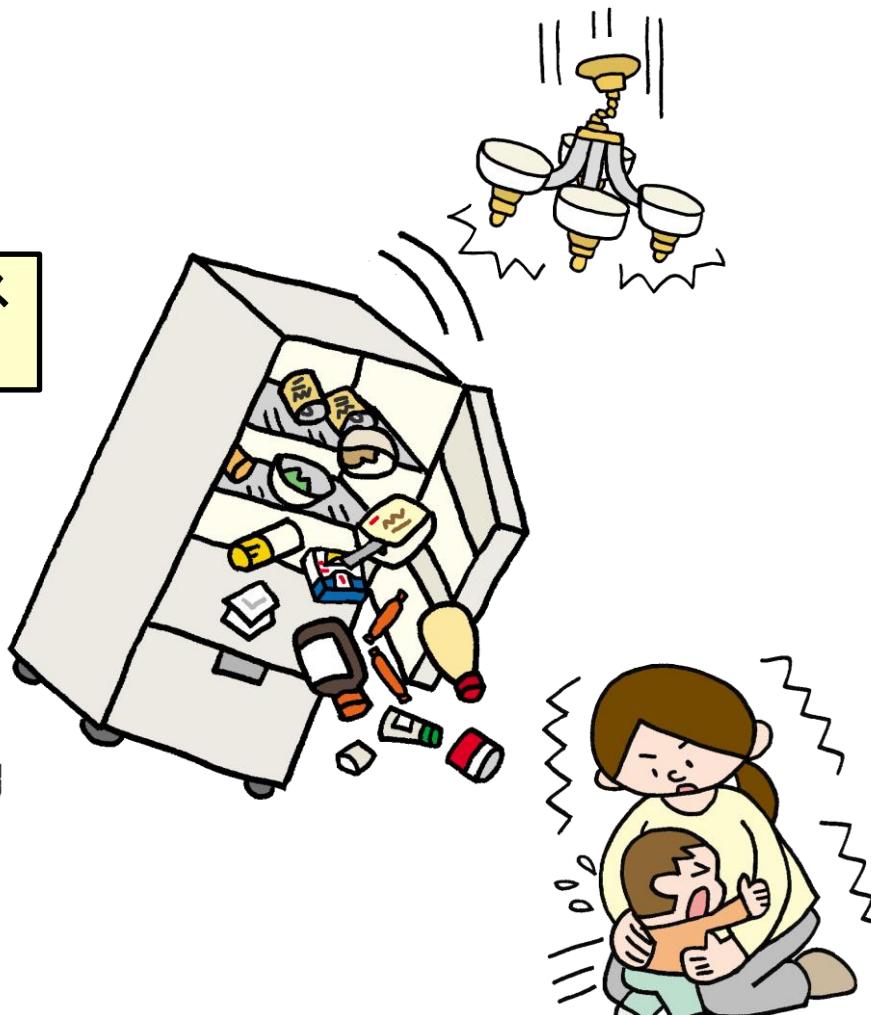
・水深がドアの高さの半分を超えると内側からドアを開けられなくなる恐れ

・水深50cm以上（タイヤの上が目安）で車体が浮き流される恐れ

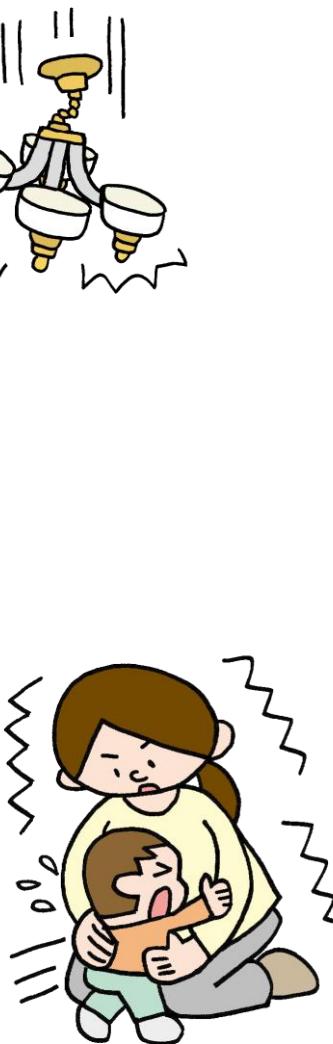
・水深30cm以上（タイヤ中央が目安）でエンジン停止の恐れ（マフラーからの浸水）  
・電気装置が損傷し、自動スライドドアやパワーウィンドウが動作しない恐れ

# 地震時の注意事項①

丈夫な机の下など安全なスペースに避難



つり下がっている照明などの下から避難



慌てて外に飛び出したり、無理に火を消そうとしない



## 地震時の注意事項②

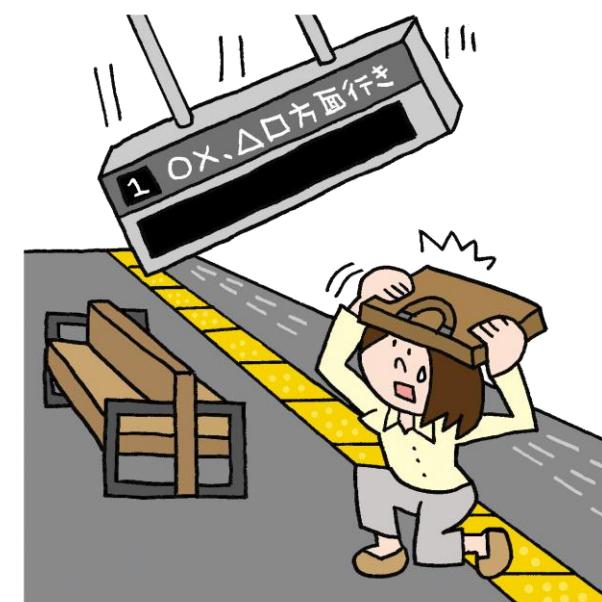
ブロック塀や自動販売機の転倒に  
注意



丈夫そうなビルのそばなら  
その中に避難



揺れがおさまった後も頭上  
からの落下物に注意



**災害に対する準備について**

**自らの命は自らが守る意識を持つ。**

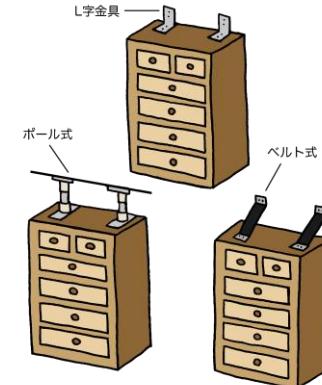
災害による被害を少なくするためには、一人ひとりが自ら取り組む「**自助**」、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「**共助**」、国や地方公共団体などが取り組む「**公助**」が重要だと言われています。

その中でも基本となるのは「**自助**」、**自らの命は自らが守る意識を持ち、自分が無事であることが最も重要です。**

そのため、災害に備え**自分の家の安全対策**をしておくとともに、身の安全を確保し、生き延びていくためには、**水や食料などの備え**をしておくことも必要です。

# 家具の固定や安全な配置

家具は転倒したりしないように、壁に固定するなどの対策をしておきましょう。また、家具のほかにも、窓ガラスやペンダント式の照明、テレビ、電子レンジなど、家の中には凶器になるものがたくさんあります。

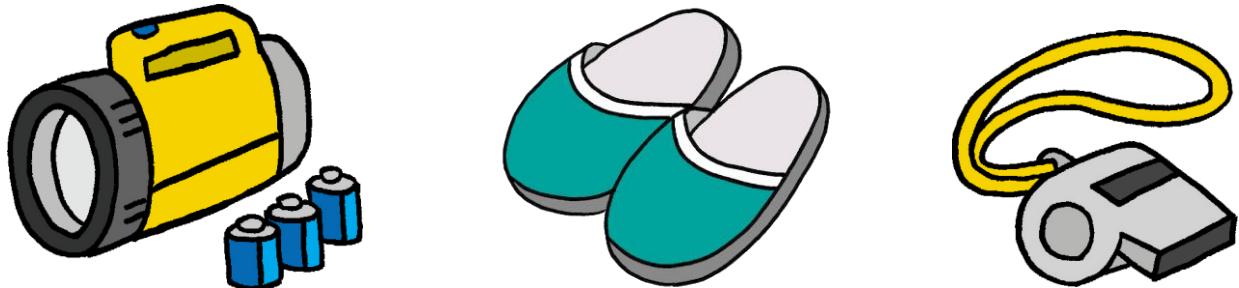


寝室や子ども部屋などには、できるだけ**家具を置かない**ようにし、家具を置く場合も**なるべく背の低い家具**にしましょう。また、家具が倒れてけがをしたり、出入り口をふさいだりしないように、**家具の向きや配置を工夫**しましょう。



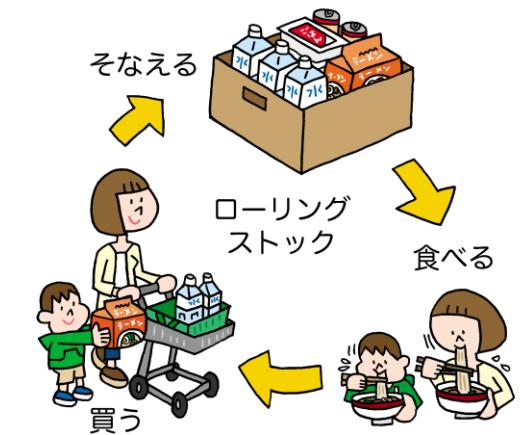
# いざという時に必要な物の準備

手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておきましょう。**懐中電灯は停電による暗闇を歩くときの必需品**です。スリッパは割れたガラスなどの破片で足をけがをするのを防ぎます。ホイッスルは建物や家具の下敷きになった場合に救助を求めるためのものです。



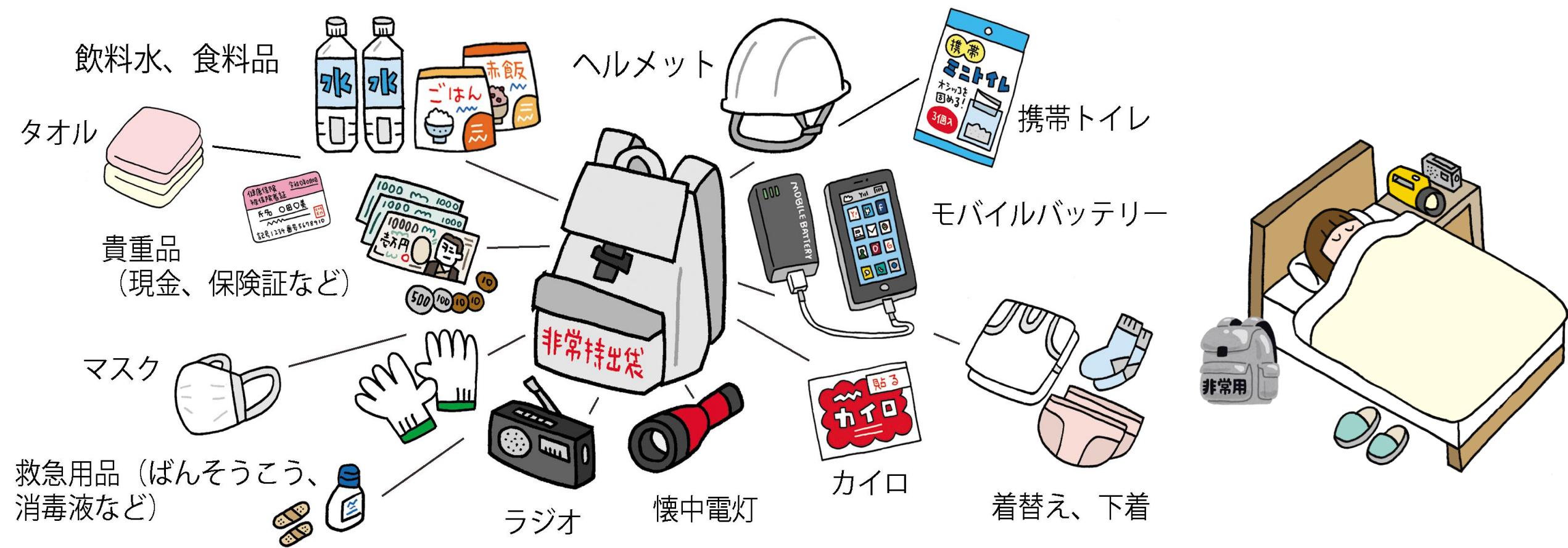
電気やガス、水道、通信などのライフラインが止まってしまう可能性があります。**ライフガイドが止まっても自力で生活できるよう、普段から7日間程度の飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。**

備蓄品の賞味期限をよく確認し、消費しつつ補充する習慣（ローリングストック）をつけましょう。



# 非常用持ち出し品の準備

危険な場所にいる人は避難することが原則です。場合によっては、避難先で避難生活を送ることになります。避難所生活に必要なもの（非常用持ち出し品）をカバンやリュックサックに詰めておき、**すぐに持ち出せるように備えておきましょう。**



# 家族の安否確認

災害発生時に家族が一緒にいるとも限りません。家族がそれぞれ別々の場所にいるときに災害が発生した場合に備え、お互いの安否を確認できるように、日頃から安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合っておきましょう。携帯電話を持っている場合でも、災害時は回線がつながりにくくなるため、「災害用伝言ダイヤル(171)」などのサービスを利用しましょう。

**NTT西日本 災害用伝言ダイヤル 171**

あなたの無事を伝えましょう！～

電話を利用して被災地の方の安否情報を確認する「声の伝言板」です。

**ご利用方法**

- 171にダイヤル
- 音声ガイダンスによるご案内
- 録音は①再生は②
- 音声ガイダンスによるご案内
- 被災地の方はご自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。携帯電話等の電話番号でも登録可能です。
- 市外局番 市内局番 お客様番号
- 音声ガイダンスによるご案内
- ガイドンスに従い、録音（再生）

**災害用伝言ダイヤル(171) ご利用の注意**

- ご利用できる電話  
加入電話、ISDN※、公衆電話、ひかり電話※、災害時設立公衆電話からご利用できます。携帯電話やPHSからもご利用いただけますが、詳しくは各通信事業者へお問い合わせください。  
※ダイヤル式電話機をお使いの場合、ご利用になれます。
- ご利用料金  
伝言蓄積等のセンター利用料は無料です。NTT西日本またはNTT西日本の電話から伝言の録音・再生をする場合の通話料は無料です。他通信事業者の電話から発信する場合の通話料については各通信事業者にお問い合わせください。

**ご利用の詳細案内**  
<http://www.ntt-west.co.jp/dengon/>

**NTT西日本 災害用伝言板 web 171**

あなたの無事を伝えましょう！～

インターネットを利用して被災地の方の安否情報を確認する「web伝言板」です。

**ご利用方法**

- <https://www.web171.jp>  
又は「web171」と検索
- 伝言を登録する被災地の方などの電話番号を入力  
被災地の電話番号を市外局番から入力  
携帯電話等の電話番号でも登録可能です。
- 説明に従い、**登録／確認**

**災害用伝言板(web171) ご利用の注意**

- ご利用できる環境  
インターネット接続ができるパソコン、携帯電話、スマートフォン等ご利用できます。  
※一部の機種ではご利用になれません。
- ご利用料金  
安否情報の登録、閲覧等に伴うサービス料は無料です。なお、インターネット接続費用やプロバイダー利用料および、ダイヤルアップ接続の場合は通信料等が別途必要となります。

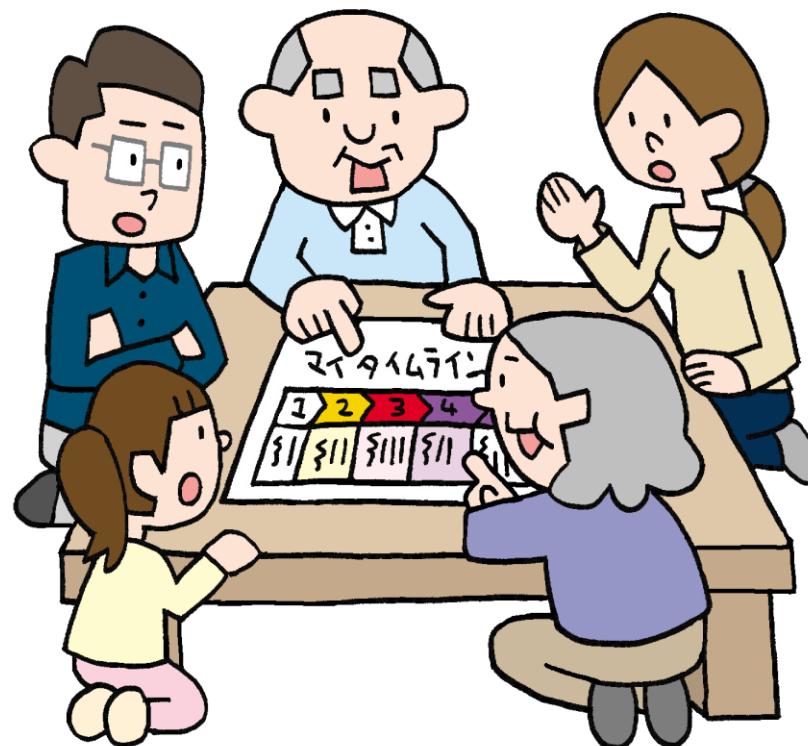
**ご利用の詳細案内**  
<http://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>

VOC FREE

このパンフレットは、環境に配慮した植物油100%のVOCフリーインキと再生紙を使用しています。

「災害用伝言ダイヤル」の使い方は、ハザードマップ裏面にも掲載しています。

家族で話し合って、  
「マイタイムライン」  
としてまとめておく。



# マイタイムラインの作成

マイタイムラインとは、主に台風などの水害のときの避難行動・防災行動を時系列に整理して記録しておくものです。

マイタイムラインを決めておくことで、いざというときに落ち着いた行動をとることが可能です。特に「①いつ」「②誰が」「③何をするか」をと決めておくことが需要です。

どのタイミングで、誰が、どういった行動を取るのかを、家族で意見を出し合い、お互いの行動を把握しましょう。

我が家避難計画(マイタイムライン)					
時期	大雨の数日～1日前	大雨の半日～数時間前	大雨の数時間～2時間前	災害が発生	
気象	大雨の可能性あり 大雨注意報	大雨の危険あり 大雨警報発表のおそれ	災害発生のおそれ 大雨警報・洪水警報	災害発生の高まり 土砂災害警戒情報	災害の発生 発生の可能性大
警戒レベル 避難情報	警戒レベル1 避難情報	警戒レベル2 避難情報	警戒レベル3 避難情報	警戒レベル4 避難情報	警戒レベル5 緊急安全確保
るべき行動	災害の心構えを高める。 気象情報を適時確認	避難行動を確認 ハザードマップ・持ち出し品確認	危険な場所から 高齢者等は避難	危険な場所から 全員避難	ただちに 安全確保
名前					

👉マイタイムライン

信州防災アプリ  
私の避難計画



# 我が家家の避難計画(マイタイムライン)

ハザードマップでは?  
**土砂災害:土石流警戒地域**  
**洪 水 :浸水3m未満**  
**火山泥流:地域外**

避難場所・集合場所は?  
**1:実 家(小諸市)**  
**2:OO公民館**  
**3:南小体育館**

時 期	大雨の数日～1日前	大雨の半日～数時間前	大雨の数時間～2時間前	災害が発生
気 象	大雨の可能性あり 大雨注意報	大雨の兆候あり 大雨警報発表のおそれ	災害発生のおそれ 大雨警報・洪水警報	災害発生の可能性の高まり 土砂災害警戒情報
警戒レベル 避難情報	警戒レベル1 避難情報	警戒レベル2 避難情報	警戒レベル3 避難情報	警戒レベル4 避難情報
取るべき行動	災害の心構えを高める。 気象情報などを適時確認	避難行動を確認 ハザードマップ・持ち出し品確認	危険な場所から 高齢者等は避難	危険な場所から 全員避難
名 前 お父さん	・防災リュックのチェック ・気象庁アプリ・信州防災 アプリの確認	・ハザードマップの確認 ・車の準備	・家族間の連絡要領を徹底 ・避難所、避難経路の状況 確認	・暗くなる前に、 避難開始
名 前 お母さん	・非常食(レトルト・インスタ ント食品)などの確認 ・車の燃料の確認	・非常食の持ち出し準備 ・着替えの準備	・実家に連絡 ・車に非常食などを積載 ・子供の準備状況の確認	・家族で声を掛け 合って行動
名 前 りゅう	・お父さん・お母さんの 手伝い ・妹のめんどう	・教科書などの持ち出し 準備 ・妹のめんどう	・お母さんの手伝い	・避難所では、周 りの人と協力し て出来ることを する。
名 前 ゆ り	・お兄ちゃんと一緒に お母さんの手伝い	・お兄ちゃんの手伝い	・居間から離れない。	避難できな かった時は ・少しでも 高いところ、頑丈 などころに避難

# 最後に！

- 災害は、巻き込まれると生命に関わる非常に危険なものです。  
「私は大丈夫だろう。」「ここは大丈夫だろう。」などの思い込みはせず、「私は大丈夫かな？」「ここは大丈夫かな？」という意識を持ってください。
- 梅雨時期（5月下旬～7月中旬）や台風シーズン（7月～10月）は、特に、**気象情報に注意を払い積極的に確認する**ようにしてください。
- 夜間や激しい雨の中、避難することは想像以上に危険です。**早めの避難**に心掛けください。
- 線状降水帯やゲリラ豪雨など、**突然の災害発生の可能性**が高くなっています。  
近くの鉄筋コンクリート家屋、自宅の2階、斜面から離れた部屋への移動など、**少しでも助かる努力**をしてください。
- **自らの命は自ら守る**という意識を持ち、非常品等の準備、家族と安否確認や集合要領について話し合ってください。

