

保存版

# 睦沢町 防災ガイドブック

～災害への備えは大丈夫ですか？～



平成 27 年 3 月  
睦 沢 町

# 災害情報を入手する

## 防災行政無線による広報

火災・台風・地震および行政からのお知らせなど、災害・緊急連絡および定時放送をするため、町内 29 か所に防災無線塔を、また、各戸に戸別受信機を設置しています。

ご希望の方は総務課総務班まで。

なお、放送内容を再度確認したい場合は「0475-44-2533」にて確認ができます。

### 【主な広報内容】

- ・河川の水位情報や台風などの気象情報を伝える注意喚起のための広報
- ・「避難準備情報」「避難勧告」「避難指示」といった避難行動（※）を呼びかける広報

※「避難準備情報」「避難勧告」「避難指示」発令時の住民の取るべき行動

避難準備情報	避難行動要支援者は、最寄りの指定避難所等への避難行動を開始する
避難勧告	住民は、最寄りの指定避難所等への避難行動を開始する
避難指示	いまだ避難していない住民は、直ちに避難行動に移るとともに、そのいとまがない場合は生命を守る最低限の行動をとる

## マスコミによる広報活動

テレビ・ラジオ・ケーブルテレビなどの報道機関に対し、町から情報提供いたします。

### 【ラジオの周波数】

- ・ベイエフエム周波数 : 78.0MHz
- ・NHKラジオ周波数 : ラジオ第1 : 594kHz  
: ラジオ第2 : 693kHz  
: FM : 83.7MHz

## インターネットを利用した広報活動

災害時の情報伝達などの多様化を図るため、平成 26 年 11 月 1 日から睦沢町情報配信メールを開始しています。

このサービスで配信される内容は、防災・防犯関係の他、生活関連情報・健康情報・学校関係情報などです。イベント情報なども配信しますので、是非、登録してください。

なお、本サービスにより全国瞬時警報システム（J-アラート）の一部の情報（土砂災害警戒情報、特別警報など）が自動配信されます。

（※ 緊急速報メールとは別のサービスです。）

### 【登録の仕方】※すぐに登録できます。

①携帯やパソコンで下記メールアドレス宛に空メールを送信する。

QRコードが読み取れる端末は、QRコードをご利用ください。

（登録用メールアドレス）

[mutsuzawa@entry.mail.dpt.jp](mailto:mutsuzawa@entry.mail.dpt.jp)

（QRコード）



②本登録メールが返信されますので、メール中のURLにアクセスして必要な項目を選び登録する。

（登録用URL <https://cous.mail-dpt.jp/mutsuzawa/>）

③本登録完了のメールが届く。以上で登録終了です。

※迷惑メール設定などをしてしているとメールが配信出来ない場合があります。

設定を変更するなどの対応をお願いします。

※ 気象・河川などの状況は刻々と変化しますので、これらの広報活動は全住民に伝わらない場合も考えられます。積極的に情報収集を行い、自分たちの意思で行動し、自分の身は自分で守ることができるようになりましょう。

# 避難所・避難場所

睦沢町では、「避難準備情報」を発令した時点で、「広域避難場所」を開設します。  
速やかに、避難場所等へ避難するようにしましょう。

## ① 広域避難場所（町が判断の上開設）

名称	住所	備考
瑞沢小学校	大上 3220-1	体育館 指定避難所※
		運動場 指定緊急避難場所※
中央公民館	上之郷 1654-1	指定避難所
睦沢ゆうあい館	上之郷 1654-1	ホール 指定避難所
睦沢こども園	上之郷 1736	園舎 指定避難所
睦沢町農村環境改善センター	下之郷 1666-1	指定避難所
睦沢中学校	上市場 1500	体育館 指定避難所
土睦小学校	小滝 450-1	体育館 指定避難所
		運動場 指定緊急避難場所
睦沢町総合運動公園	上之郷 1565	体育館 指定避難所
		武道場 指定避難所

※指定避難所と指定緊急避難場所の主な違い

指定避難所：被災者等が必要期間滞在可能な屋内施設で、被災者数に対する十分な面積と、安全上支障ないと認められる構造及び設備を有するもの

指定緊急避難場所：災害から一時的、緊急的に避難する場所でオープンスペースを有し、災害に対して安全上支障がないと認められる場所

## ② 自主防災組織避難場所（各自主防災組織が判断の上開設）

名称	住所	備考
大上構造改善センター	大上 1961-1	
妙楽寺区民センター	妙楽寺 1900-1	
佐貫区民センター	佐貫 1059-6	
長楽寺区民センター	長楽寺 381-1	
中央団地コミュニティセンター	長楽寺 622-64	
鷗谷集落センター	上之郷 1279-1	
上之郷区民センター	上之郷 2567-2	
下之郷区民センター	下之郷 1875-1	
大谷木区民センター	大谷木 478	
寺崎区コミュニティセンター	寺崎 2010	
川島農事集会所	川島 2157-3	
川島区民センター	川島 527-1	
双葉電子三春社有地	川島 1947-1	緑地
うぐいす里コミュニティセンター	川島 1994-72	
上市場区民センター	上市場 932-1	
河須ヶ谷区民センター	河須ヶ谷 247	
岩井区民センター	岩井 245-1	

## ③ 協定一時避難場所（原則として開設時は防災行政無線にて周知）

名称	住所	備考
茨城グリーン開発（株） デイスターゴルフクラブ	佐貫 4900	クラブハウス
		駐車場約 250 台分
（株）房総カントリークラブ 大上ゴルフ場	妙楽寺 1262	クラブハウス
		駐車場約 100 台分
（株）房総カントリークラブ 房総ゴルフ場	妙楽寺 2300	クラブハウス
		駐車場約 300 台分
（株）合同資源	長生村七井土 1365-1	資材置場、駐車場
まきの木苑	長生村七井土 1789-1	

# 地震がくる・・・

平成19年10月から始まった「緊急地震速報」は、震度4以上の強い揺れがくる前（数秒～数十秒前）に、地域の名前をお知らせするものです。気象警報と同じようにテレビのテロップで流れますので、ご活用ください。

ただし、直下型地震や震源に近いところでは、速報が間に合わないことがありますので、この速報の特徴を理解することが大切です。

**緊急地震速報「利用の心得」**  
**周囲の状況に応じて**  
**あわてずに**  
**まず身の安全を確保する**

## 家庭では

頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる  
あわてて外へ飛び出さない。



## 自動車運転中は

あわててブレーキをかけない  
ハザードランプを点灯し、  
揺れを感じたらゆっくり停止  
してください。



## 人がおおぜいいる施設では

係員の指示に従う 落ちついて行動  
あわてて出口に走り出さない。

## エレベーターでは

最寄りの階で停止させすぐに  
降りる。



## 鉄道やバスなどに乗車中は

つり革や手すりにしっかり  
つかまる。



# 地震がきた・・・

たとえ地震が発生しても、あわてず、ひとつひとつ冷静に対処していくことが大切です。地震が発生してから考えるのではなく、ふだんからどのように行動したらよいか、あらかじめ決めておきましょう。

## 安全に身を守るための10のポイント

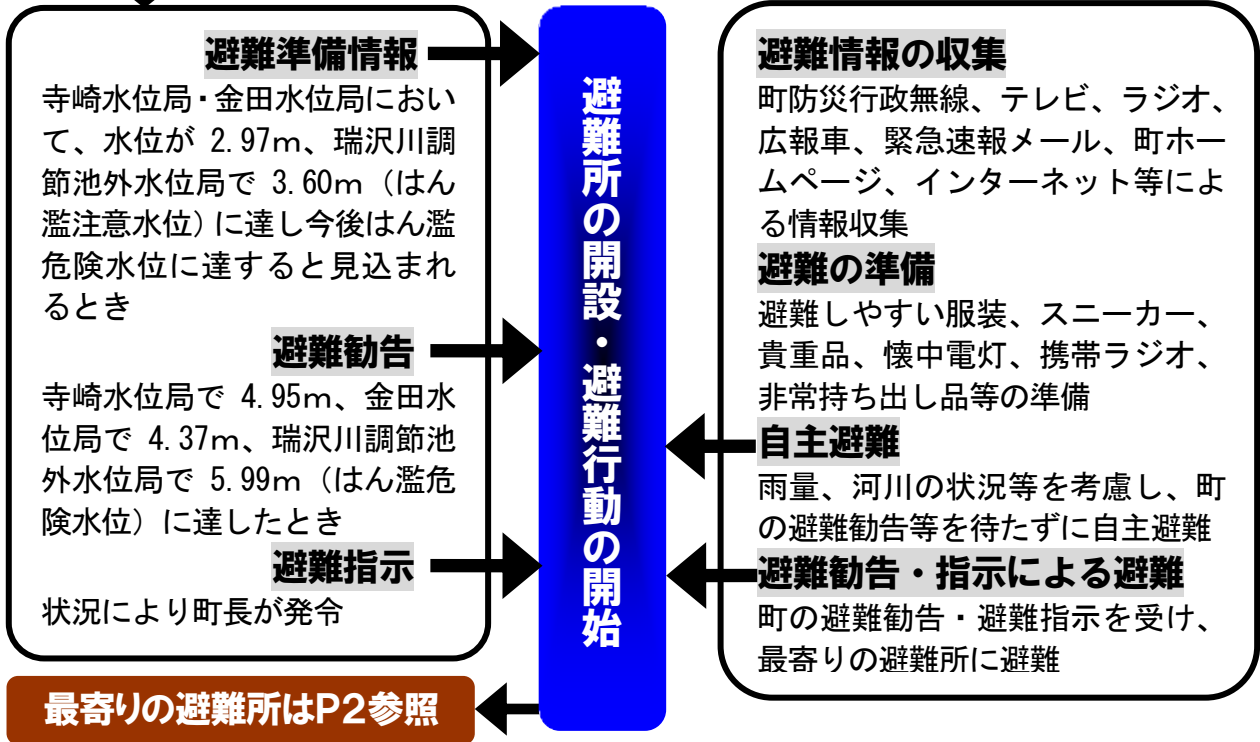
- |   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <b>1</b> <b>まず身の安全を</b><br>家具の転倒や落下物には十分な対策を                  |    | <b>2</b> <b>すばやく火の始末</b><br>揺れを感じたらすばやく行動する。火元付近には燃えやすいものを置かない習慣を      |    |
| <b>3</b> <b>戸を開けて出口の確保</b><br>震動でドアが開かなくなることも。戸を開けて避難口の確保を    |   | <b>4</b> <b>火が出たらすぐ消火</b><br>万一出火しても天井に燃え移る前なら大丈夫。あわてず消火を              |   |
| <b>5</b> <b>あわてて外に飛び出さない</b><br>飛び出しはケガのもと。冷静な判断を             |  | <b>6</b> <b>ブロック塀から離れる</b><br>狭い路地、ブロック塀から離れる。自動販売機は倒壊のおそれがあり、すばやく避難を  |  |
| <b>7</b> <b>協力し合って応急救護</b><br>地域ぐるみで協力し合って応急救護の体制を            |  | <b>8</b> <b>山崩れ、がけ崩れに注意</b><br>居住地の自然環境を把握して土砂災害に注意を                   |  |
| <b>9</b> <b>避難は徒歩で</b><br>マイカーでの避難は危険なうえ緊急出動の障害に。ルールを守る心のゆとりを |  | <b>10</b> <b>正しい情報を聞く</b><br>事実はひとつ。間違った情報にまどわされず的確な行動をとる。ラジオなどで正しい情報を |  |

# 水害時の避難

町からの避難  
情報の発令・  
避難所の開設



住民の  
避難準備・  
避難行動開始



## 浸水時に避難するときの留意事項

●はき物(裸足、長靴は禁物)  
ひもで締められる運動靴がよい



●足元に注意(安全確認)  
水面下にマンホール、側溝などの危険あり



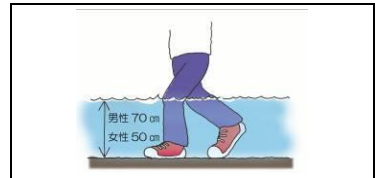
●ロープでつながって  
特に子どもから目を離さないように



●子どもや高齢者等を安全に  
高齢者や病人は背負う。幼児は浮き輪、乳児はベビーバスを利用



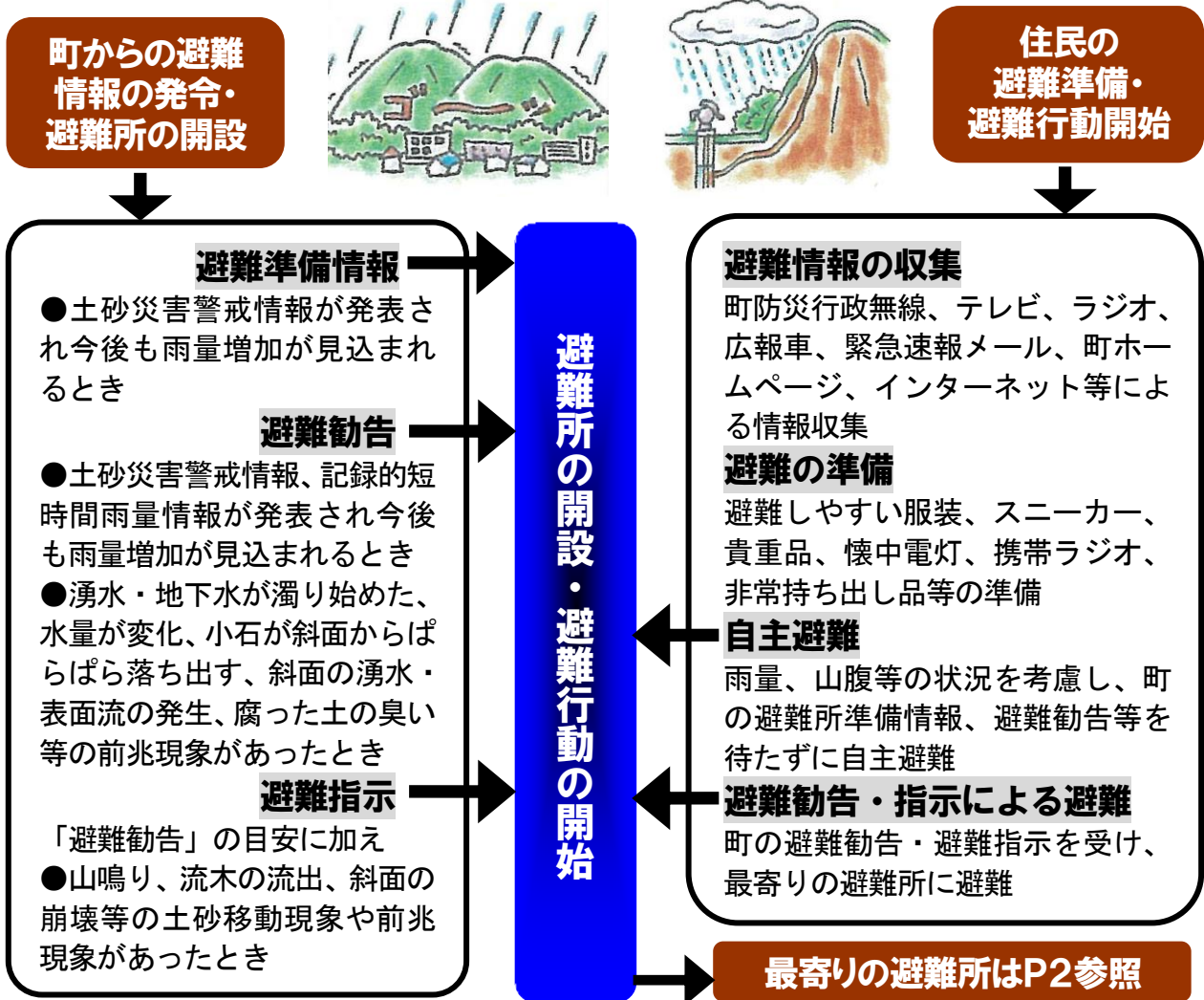
●歩ける深さ(男性: 70cm、女性: 50cm)  
無理は禁物。高所で救援を待つ




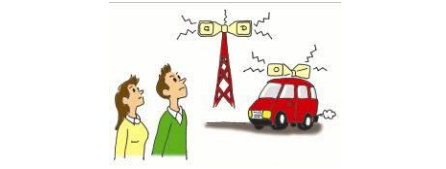

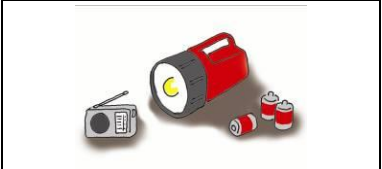

●被災後の安全点検  
地域で協力し合い、安全に復旧活動



# 土砂災害時の避難



## 洪水・土砂災害への準備

<p>●テレビやラジオなどで、気象情報には十分注意する。</p> 	<p>●防災行政無線や広報車などによるアナウンスをしっかりとチェックする。</p> 	<p>●大切な家財道具は、できるだけ高い安全な場所へ移動させる。</p> 
<p>●懐中電灯や携帯ラジオ（予備の電池も）、必要に応じ土のうなどをあらかじめ用意しておく。</p> 	<p>●早く帰宅する。交通機関のマヒなどにより遅くなる場合は、経路や帰宅予定時刻を在宅の家族にはっきりと伝える。むやみに外出しない。</p> 	<p>●非常持出品（飲料水や食料も最低3日分確保）を準備しておく。</p> 

# 土砂災害の特徴

## 土石流



山腹や溪流の石や土砂が台風や集中豪雨などによって、一気に下流へと押し流されるものを「土石流」といいます。その流れの速さは時速 20 km~30 kmという速さで一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。

### 前兆現象



山鳴りがする

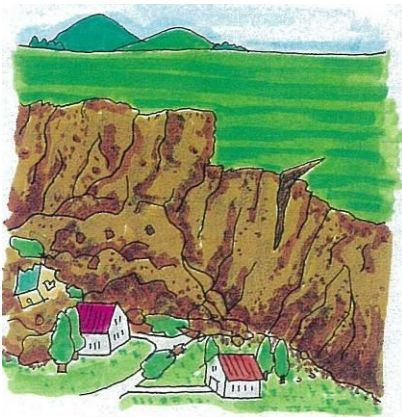


川の濁り、流木が交じる



降雨時、川の水量が減る

## がけ崩れ



雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちる現象を「がけ崩れ」といいます。がけ崩れは、突然起きるため、逃げ遅れる人も多く、死亡する割合も高くなっています。

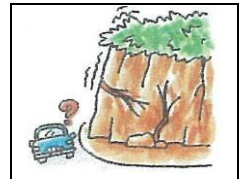
### 前兆現象



小石がパラパラと落ちる



水が湧き出てきたとき



がけ・斜面に割れ目が発生

## 地すべり



比較的ゆるやかな斜面において、地中の粘土層などのすべりやすい面が、地下水などの影響でゆっくり動き出すものを地すべりといいます。広範囲に発生するため住宅や道路・線路などに大きな被害が出ます。

### 前兆現象



沢水・井戸水が濁る



ひび割れ、陥没、隆起



家具の建付けの異常





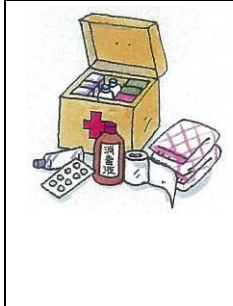
# 非常持出品・備蓄品

救援体制が整うまでの約3日間を自力で乗り切るために準備しておきましょう。

## 非常持出品（避難時にすぐ持ち出せるようにしておきましょう）

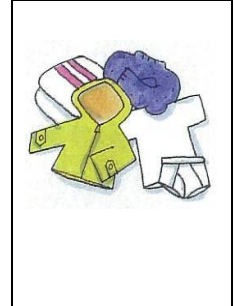
### 救急・衛生用品

- 消毒液  傷薬  目薬
- 胃腸薬  鎮痛剤  解熱剤
- 包帯  三角巾  さらし
- ガーゼ  常用薬  とげ抜き
- ばんそうこう  生理用品
- ティッシュペーパー
- 携帯トイレ



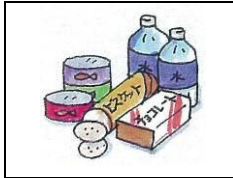
### 衣類

- 下着類  靴下  タオル
- ハンカチ  軍手
- セーター  ジャンパー
- 防災ずきん（ヘルメット）
- 布シーツ  
（オムツ、カーテンがわりに）



### 非常食品

- 缶詰  ビスケット
- 乾パン  チョコレート
- 粉ミルク（赤ちゃん用）
- ミネラルウォーター



### 貴重品

- 印鑑  預金通帳
- 保険証・免許証（コピー）
- 現金（紙幣、公衆電話をかける10円硬貨も）



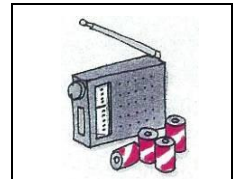
### 道具

- 缶切り  栓抜き  ナイフ
- はさみ  割り箸  ロープ
- ビニール袋  メモとペン
- ブルーシート  使い捨て食器



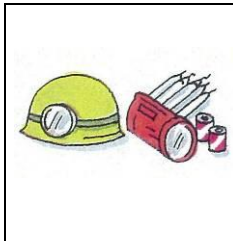
### 携帯ラジオ

- 予備電池



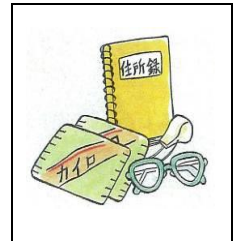
### 照明器具

- 懐中電灯  予備電池
- ろうそく  ライター（マッチ）
- ヘッドランプ  
（できれば一人に1個）



### その他

- ホイッスル  メガネ
- 使い捨てカイロ  住所録
- コンタクトレンズ（予備用）
- 哺乳ビン（赤ちゃん用）



## 備蓄品（被災後の生活物資を確保しておきましょう）

### 食料品

- 米  アルファ米
- カップ麺  梅干し
- 調味料  菓子類
- レトルトパック食品

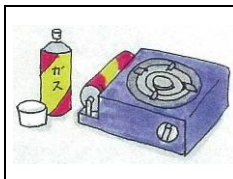


### 水

- 飲料水は、一人1日3ℓが目安  
日頃からこまめに取替えが大切
- 生活用水（炊事、洗濯、トイレなど）は、浴槽や洗濯機に貯水しておく。また、庭で雨水を溜めておく。

### 燃料

- 卓上コンロ（予備のガスボンベ）
- 固形燃料



## 災害時の安否確認は 声の伝言板「171」

NTTでは、災害時に電話で安否確認ができる「災害用伝言ダイヤル」を提供しています。利用にあたっては「171」をダイヤルし、利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生を行ってください。一般加入電話、公衆電話、携帯電話、PHSから利用できます。

※録音された伝言は被災地の方の電話番号を知っているすべての方が聞くことができます。

聞かれないメッセージを録音する場合は、あらかじめ暗証番号を決めておく必要があります。

設定方法等はNTTまでお問い合わせください。

※毎月1日、15日、1月1～3日、防災とボランティア週間（1月15～21日）、

防災週間（8月30日～9月5日）に災害用伝言ダイヤルの体験ができます。

### 伝言の録音方法

171 にダイヤル

↓ガイダンスが流れます。

録音の場合（暗証番号無し） 1  
（※暗証番号あり） 3

↓ガイダンスが流れます。

☒☒☒-☒☒☒-☒☒☒☒☒

### 伝言の再生方法

171 にダイヤル

↓ガイダンスが流れます。

再生の場合（暗証番号無し） 2  
（※暗証番号あり） 4

↓ガイダンスが流れます。

☒☒☒-☒☒☒-☒☒☒☒☒

被災地内の方も、被災地以外の方も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。

## 災害用伝言板

各通信会社では、大規模な災害時に携帯電話やスマートフォンなどで安否確認ができる「災害用伝言板」を提供しています。

「災害用伝言板」とは大きな災害が発生した時に、被災地域にお住まいまたはご滞在中の方が、携帯電話やスマートフォンからご自身の状況を登録していただくことができ、登録された安否情報はインターネットなどを通じて、全世界から確認していただける災害時専用のサービスです。

- NTTドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- au <http://dengon.ezweb.ne.jp>
- ソフトバンクモバイル <http://dengon.softbank.ne.jp>
- イーモバイル <http://dengon.emnet.ne.jp>
- ウィルコム <http://dengon.willcom-inc.com>

災害用ブロードバンド伝言板（web171）  
<http://www.web171.jp>

# わが家の防災メモ

家族で話し合い、確認しておき、いざというときに役立てましょう。

避難所・避難場所(家族の集合場所)	避難時の役割分担(非常持ち出し袋担当)
家の中の安全な場所	避難時の役割分担(飲料水・食糧担当)
非常持ち出し袋の場所	避難時の役割分担(火災時の消火担当)
避難・救助用品の場所	その他

## 家族の連絡先

名前	電話(会社・学校等)	住所
	携帯電話	