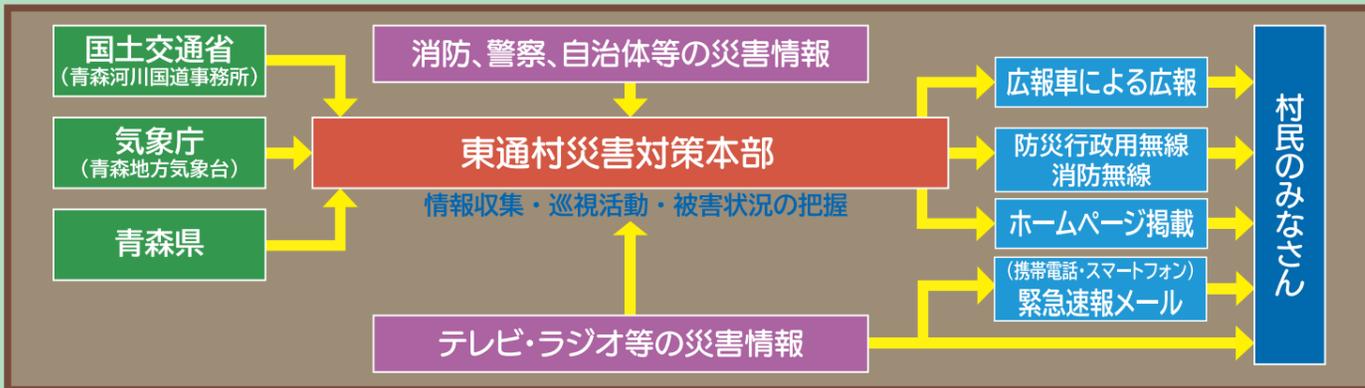


災害発生時、若しくは災害発生の恐れがある時には、迅速な対応をするために最新の状況や避難情報などの防災情報を知ることが重要となります。気象情報や付近を流れる河川の水位や雨量の情報などをいち早く手に入れるための入手先を確認しておきましょう。

いざという時、各機関からの 防災情報伝達経路



詳しい情報を収集するための 防災情報の入手先

インターネット	国土交通省 防災情報提供センター	http://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/		
	国土交通省 東北地方整備局青森河川国道事務所	http://www.thr.mlit.go.jp/aomori/		
	青森地方気象台(気象情報)	http://www.jma-net.go.jp/aomori/		
	あおもり防災ポータル	https://bousai.pref.aomori.lg.jp/		
	青森県河川砂防情報提供システム	http://www.kasensabo.bousai.pref.aomori.jp/		
	東通村のホームページ	http://www.vill.higashidoori.lg.jp/		
ラジオ	F M		A M	
	NHK FM	周波数 82.7MHz	NHK 第一 AM	周波数 963KHz
	FM 青森	周波数 81.3MHz	NHK 第二 AM	周波数 1521KHz
	FM アジュール	周波数 76.2MHz	青森放送(RAB)	周波数 1233KHz
スマートフォン用	● NHKニュース・防災(NHK) for iPhone/iPad for Android		● 防災速報(Yahoo!Japan) for iPhone/iPad for Android	
	● 緊急速報メール(携帯電話会社等) ※緊急速報メールは、携帯電話事業者(NTTドコモ、KDDI・沖縄セルラー(au)、ソフトバンク)等が無料で提供するサービスです。			

気象庁や国、県が発表する「防災気象情報」に沿って「警戒レベル」で公表される場合があります。この「警戒レベル」とは災害発生の危険度を直観的に理解し、適切な避難行動がとれるよう、避難情報や防災気象情報等を危険度の低い1から5までの5段階で表したものです。

雨の状況	気象庁等からの防災気象情報タイムライン			警戒レベル	村の対応	住民がとるべき行動
	雨に関する情報	洪水に関する情報	土砂災害に関する情報			
大雨の数日 約1日前	早期注意情報 (警戒級の可能性)	水位情報 がない場合	水位情報 がある場合 (指定河川 洪水予報)	1	の 連 絡 体 制	災害への心構えを高める。
大雨の 半日 数時間前	大雨注意報 「大雨警報」に切り 替える可能性が高い 注意報	洪水注意報	水防団待機水位 はん濫注意水位 (氾濫注意情報)	2	第 2 次 防 災 体 制	この後の気象情報の変化に注視し、自らの避難行動を、ハザードマップ等を活用し確認しておきましょう。
大雨の 数時間 2時間程度前	大雨警報	洪水警報	避難判断水位 (氾濫警戒情報)	3	高 齢 者 等 避 難	●ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等とその支援者は、避難をしましょう。 ●その他の方は、避難の準備をしたり、自主的に避難しましょう。
数十年に 一度の 大雨	大雨特別警報	はん濫危険水位 (氾濫危険情報)	はん濫の発生 (氾濫発生情報)	4	避 難 指 示	●危険な場所から 全員 避難しましょう。 ●どうしても屋外への避難が困難な場合は、建物の2階以上(斜面と反対側の部屋)に緊急的に避難しましょう。
				5	緊 急 安 全 確 保	● 命の危険!直ちに安全を確保 してください。 ●今いる場所より 安全な場所 へ直ちに移動してください。

出典：「内閣府防災情報のページ」(http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3_hinanjouhou_guideline/)「警戒レベルと警戒レベル相当情報」を加工して作成
※ 第1次防災体制とは、連絡要員配置のこと
※ 第2次防災体制とは、高齢者等避難の発令が判断できる体制のこと。

雨の強さと降り方

洪水や土砂災害などの要因のひとつは大雨によるもので、近年大雨による災害が増えています。テレビやラジオの気象情報で発表される雨量や予報用語が、どの程度を表しているのか知って避難行動の目安としましょう。

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

出典：気象庁ホームページ (https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/yougo_hp/amehyo.html)「雨の強さと降り方」より

「避難」とは「難」を「避」けること。基本的に避難の方法は、下の4つの行動があるとされています。慌てずに行動するために、各ご家庭の状況に合った避難行動を決めておきましょう。

避難行動の種類 「避難」って何すればいいの？

村が指定した避難場所への立退き避難

どこの避難施設へ避難するか決めておきましょう。



安全な親戚・知人宅への立退き避難

普段から、災害時に避難することを相談しておきましょう。



安全なホテル・旅館への立退き避難

通常の宿泊料が必要です。事前に予約・確認しましょう。



屋内安全確保

ハザードマップで以下の「3つの条件」を確認し、自宅にいても大丈夫かを確認する必要があります。



- ①「家屋倒壊等氾濫想定区域」に入っていない。
- ②浸水深より居室は高い
- ③水がひくまで我慢できる水・食料などの備えが十分

出典：内閣府ホームページ「防災情報のページ」（新たな避難情報に関する情報掲載 URL: http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3_hinanjouhou_guideline/）を基に加工して作成。

万が一、逃げ遅れてしまったら

近くの堅牢な建物に避難するか、建物内の比較的安全な場所に移動し、救助を待ちましょう。



避難する際の注意事項

足元を確認しながら避難

冠水した道路は、足元が見えないため危険です。
傘や長い棒などで確認しながら進みましょう。

危険な場所を避けて避難

がけ地、堤防、橋などを通るのは危険です。
近道であっても避けるか、安全を確認してから通らしましょう。

家に留まる方が安全な場合も

浸水が浅い、家屋倒壊の危険性が低い、または暴風雨の場合。
無理に外に出ないほうが安全な場合もあります。

近隣や高齢者の方々への配慮

お年寄りや身体の不自由な方など、自ら避難するのが困難な方もいます。安全に避難できるように協力しましょう。

車での避難は避けて、徒歩で避難しましょう

自動車の移動は交通渋滞をまねいたり、道路の損壊で通行できなくなる恐れがあります。要配慮者が一緒など、やむを得ない事情を除いては、原則徒歩で避難しましょう。

火の始末、戸締りを忘れずに！

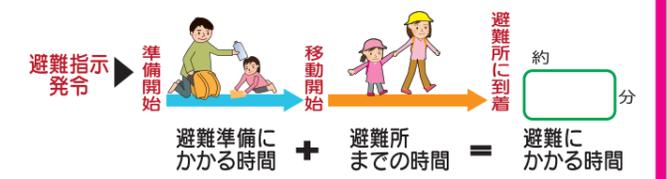
火事や盗難など災害と異なる被害を回避するため、慌てず火の元や鍵を確認してから避難しましょう。

あらかじめ災害による被害を減らし、「自分の命は自分が守る」を実行するためには普段からの備えが必要です。いざという時に備え、家族で話し合しましょう。

1 ハザードマップを活用しましょう。

- (1) 自宅や勤務先・学校など日常生活の場所と「津波警戒区域」、「土砂災害警戒区域」、「土砂災害特別警戒区域」「洪水の浸水区域」範囲をハザードマップで確認しましょう。
- (2) 災害の種類によって安全な避難場所と避難行動が異なります。災害毎に避難行動を決めておきましょう。
<例えば>
津波の場合・・・まずは高台へ → 避難所を目指す
土砂災害の場合・・・崩れそうな危険箇所を避けて避難所へ

- (3) 最寄りの指定避難所を確認し、避難所までの避難経路をあらかじめシミュレーションしてみましょう。



2 天気予報、気象情報に注意

台風シーズンや融雪時など、災害が起こりやすい時期には、テレビ・ラジオ・新聞等の天気予報に注意し、天気の移り変わりに気を付けましょう。

3 家庭内で話し合いをしましょう

家族全員の意思統一をするために話し合い、家族が離ればなれになった場合の集合場所や安否の確認方法を決めておきましょう。
※わが家の防災メモ：99ページに記載

4 家の周り等を点検

近隣に高台があるか、土砂災害に備えた擁壁などが壊れていないか確認しましょう。

5 前兆現象をみつけたら

土砂災害の前兆現象をみつけたら、役場へ連絡しましょう。
※緊急連絡先：本冊子の裏に記載
※土砂災害の前兆現象：4ページに記載

6 防災訓練等への参加

防災訓練等に参加し、防災に対する正しい知識を身につけ、隣近所の協力体制をつくっておきましょう。

7 持ち出し品の確認

非常時持ち出し品は避難に支障がないよう最小限に抑え、食料品は賞味期限等の確認をしておきましょう。
※非常時持ち出し品リスト：98ページに記載

8 地域（ご近所や自治会など）の方との交流

災害直後は、ご近所の助け合いが救済に大きな効果をもたらします。避難の支援が必要な方が何処にいるのか、どのような支援が必要なのかを交流により知る、または知ってもらうことが大切です。

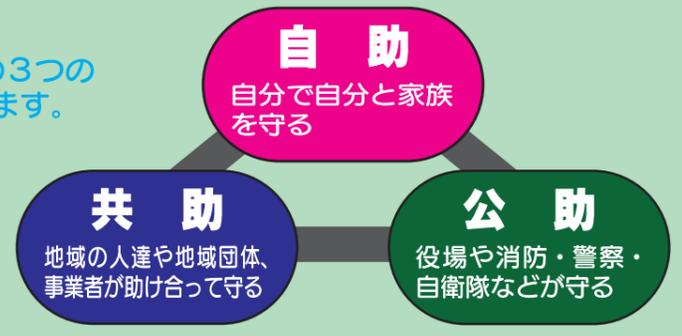
9 ライフライン停止への備え

電気やガス、水道、通信などのライフラインが止まっても自力で生活できるよう、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。（最低3日分、できれば1週間分が目安とされています。）

地域の防災活動

災害に備えるうえで、「自助」「共助」「公助」の3つの要素がうまく機能することが重要といわれています。

大規模な災害が発生した場合、防災関係機関の活動が遅れたり、阻害される場合が想定されます。このような事態において災害拡大を未然に防止するには、地域や**自主防災組織**による活動が重要となります。



自主防災組織の活動

平常時

- 情報の収集と伝達
- 防災知識の普及および防災訓練の実施
- 活動地域内の防災巡視
- 火気使用設備器具等の点検
- 防災用資機材の備蓄および管理
- 災害時要支援者の把握

災害時

- 初期消火の活動
- 災害危険箇所の巡視
- 地域内の被害状況等の情報の収集、住民に対する避難勧告・避難指示の伝達
- 救出救護の実施および協力
- 集団避難の実施
- 炊き出しや救助物資の配分に対する協力

非常時持ち出し品リスト

No.	チェックリスト	No.	チェックリスト	No.	チェックリスト
1	<input type="checkbox"/> 現金	10	<input type="checkbox"/> 飲料水	19	<input type="checkbox"/> 生理用品
2	<input type="checkbox"/> 通帳 (コピー)	11	<input type="checkbox"/> 非常食 (乾パン、缶詰など、火を通さなくても食べられるもの)	20	<input type="checkbox"/> 紙おむつ、粉ミルク、哺乳瓶
3	<input type="checkbox"/> 健康保険証 (コピー)	12	<input type="checkbox"/> 救急薬品、絆創膏、傷薬、包帯	21	<input type="checkbox"/> 洗面用具
4	<input type="checkbox"/> 運転免許証 (コピー)	13	<input type="checkbox"/> 常用している薬、お薬手帳	22	<input type="checkbox"/> タオル、風呂敷
5	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	14	<input type="checkbox"/> 着用している薬、お薬手帳	23	<input type="checkbox"/> メモ用紙、筆記用具
6	<input type="checkbox"/> 懐中電灯、乾電池	15	<input type="checkbox"/> 着替え	24	<input type="checkbox"/> 軍手
7	<input type="checkbox"/> ライター、ろうそく	16	<input type="checkbox"/> 靴、スリッパ	25	<input type="checkbox"/> マスク、アルコール消毒液
8	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ	17	<input type="checkbox"/> レインコート、防寒具	26	<input type="checkbox"/> 携帯電話、スマートフォン、充電器
9	<input type="checkbox"/> トイレトペーパー、ティッシュペーパー	17	<input type="checkbox"/> アルミ蒸着シート		

- 普段から目につきやすい、いざという時に持ち出しやすい場所に置きましょう。
- シーズン毎に入れ替えや保存期間などの確認を行いましょ。
- 家庭での備蓄は3日分が目安です。

チェック年月日：

年	月	日
年	月	日
年	月	日
年	月	日
年	月	日
年	月	日



わが家の防災メモ

- 災害時の避難行動等について家族と話し合しましょう。

わが家の避難場所	
家族の集合場所	
緊急連絡先	

- 家族の連絡先

名前	生年月日	血液型	☎(会社、携帯)	救急情報 (持病、アレルギー、常備薬)

メモ：

家族や知人の安否確認

災害時には電話が混雑し、かかりにくい状況になる場合があります。そんな時には自分の安否を伝える、または家族や知人の安否を確認する手段として「災害用伝言サービス」を活用しましょう。

災害用伝言ダイヤル 「音声」で録音・再生

録音方法

171 をダイヤル
ガイダンスが流れます
1 を押す
被災地の方の電話番号を入力
XXXX-XXXX-XXXX
(市外局番から)
続けて 1 を押す
メッセージを録音

再生方法

171 をダイヤル
ガイダンスが流れます
2 を押す
連絡をとりたい方の電話番号を入力
XXXX-XXXX-XXXX
(市外局番から)
1 を押す
伝言の再生開始

※災害用伝言ダイヤルは、一般電話のほかに公衆電話、携帯電話、PHSからも利用出来ます。
※1メッセージあたり30秒以内で録音可能となっています。

災害用伝言版 「インターネット」で登録・確認

登録方法

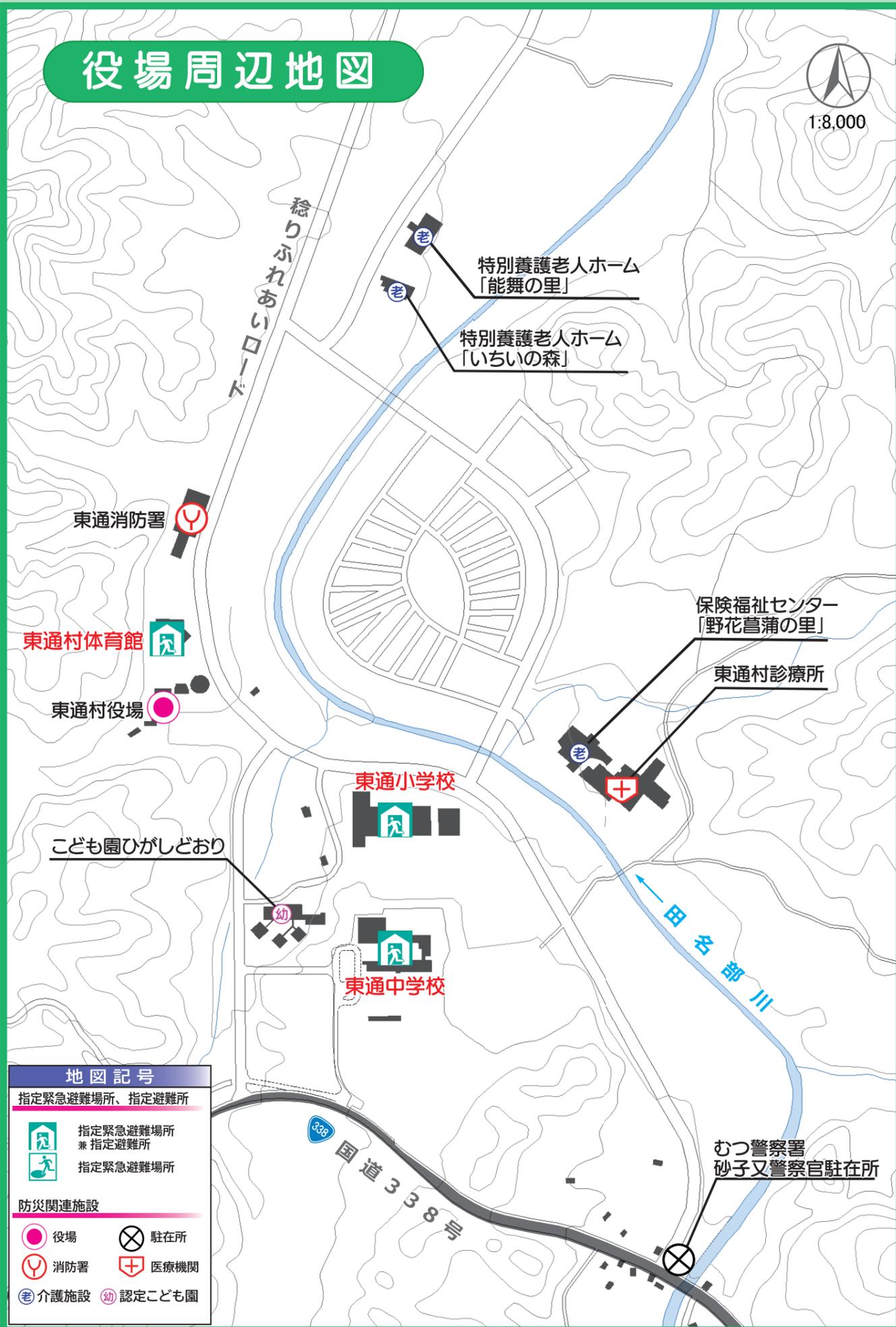
「web171」へアクセス
<https://www.web171.jp>
利用規約に「同意」
伝言を登録する電話番号を入力
XXXX-XXXX-XXXX
(市外局番から)
登録者・メッセージの入力
登録 を選択

確認方法

「web171」へアクセス
<https://www.web171.jp>
利用規約に「同意」
伝言を確認したい電話番号を入力
XXXX-XXXX-XXXX
(市外局番から)
確認 を選択
返信の伝言の登録

※災害用伝言版の利用端末は、パソコン・タブレット・スマートフォン・携帯電話から利用出来ます。
※100文字以内のコメントが登録可能となっています。
※インターネット接続費用や通話料等がかかります。

役場周辺地図



メ 毛 欄