わが家の防災メモ

あらかじめ記入して、家族みんなが分かるところに保管しましょう。

火災・救急	警察	災害用伝言ダイヤル	海上の事故・事件
119番	110番	171番	118番

いざというときのために、家族・地域の集合場所・避難所を話し合って記入しておきましょう。

家族の集合場所	地域の集合場所（地区避難場所）	指定緊急避難場所／指定避難所

緊急時連絡先（家族や親戚・知人、職場、学校、かかりつけの医院など）

氏名／施設名	住所	電話番号

防災関係機関連絡先

連絡先	電話番号	連絡先	電話番号
佐渡市役所	63-3111	水道（佐渡市上下水道課）	55-3115
佐渡市役所真野行政サービスセンター	55-3111	電気（東北電力コールセンター）	0120-175-366
佐渡市消防本部（中央消防署）	51-0119	ガス（ご契約会社の連絡先を記入してください→）	
佐渡西警察署	74-0110	佐渡総合病院	63-3121
佐渡西警察署真野交番	55-2103		

災害用伝言サービス

災害時には電話が混みあいます。安否確認には災害用伝言ダイヤル（171）、災害用伝言板を利用しましょう。

音声 災害用伝言ダイヤル（171）

NTT東日本が、災害の発生により被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供する、固定電話・携帯電話などから伝言の録音・再生を行えるサービスです。

1 7 1 → 1 → □□□□（□□）□□□□
ガイダンスが流れます
被災者の方は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災者の電話番号を入力
2 → □□□□（□□）□□□□

伝言の録音
伝言の再生

※通常時は利用できません。毎月1日・15日、1/1～3、防災週間(8/30～9/5)、防災とボランティア週間（1/15～21）に体験利用できます。
※上記以外の詳細はNTTホームページにてご確認下さい。

文字情報 携帯電話「災害用伝言板」 災害用伝言板（web171）

災害時に携帯電話やスマートフォンなどから安否情報の書き込みと閲覧ができます。

通信各社が提供するサービスのほかに、NTT東日本が提供しパソコンでも使えるweb171もあります。

※詳しくはご利用の携帯電話会社（災害用伝言板）、NTT（web171）にお問い合わせください。

佐渡市 総務部 防災管財課 〒952-1292 佐渡市千種232番地 TEL:0259-63-3125 FAX:0259-63-3300 E-mail:s-bosai@city.sado.niigata.jp

改訂版 平成31年3月

災害から身を守るために。

佐渡市 地域防災マップ

津波・土砂災害・洪水

真野地区版

地域防災力

- **自助** 自分と家族 — 自分の命は自分で守る
- **共助** 隣近所・町内会・自主防災会 — まちの安全はみんなで守る
- **公助** 市・警察・消防など — 救助・救援活動、災害に強い地域の基盤整備

佐渡市

自然災害から身を守るには…

1. この防災マップで 危険箇所を事前確認
2. 地震直後や大雨時は 積極的な情報収集
3. 災害が起こる前の 早めの避難・安全確保

はじめに

地域防災マップの改定について

平成27年3月に作成した前回のマップ以降、「新たな知見に基づく津波断層モデルによる津波想定」、「水防法の改正に伴う新たな洪水浸水想定」、「佐渡全域の土砂災害警戒区域の指定の完了」により、津波や洪水の想定される浸水区域や深さの変更、新たな土砂災害の警戒区域の指定を新潟県が公表しました。そこで、佐渡市はこの度「佐渡市地域防災マップ」の改訂版を発行しました。

これらの改定等により、前回のマップに比べて危険な区域が拡大している可能性が高いため、ご自宅などの状況を再度確認してください。

この改訂版マップを参考に改めてご家庭や地域で、いざという時に備えて避難場所までの経路や持ち出し品などについて事前に話し合い、考えていただきたいと思います。

新たなマップの主な改定・変更ポイント

津波浸水想定区域

- 平成26年8月に国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルを踏まえ、新たな浸水想定を示しています。
- 今回の津波の浸水深は、浸水想定に定める浸水深に建築物への衝突によって生じる津波の水位上昇（せり上がり）を加えた値を採用しています。

土砂災害警戒区域

- 平成29年3月に佐渡市全域の土砂災害警戒区域の指定が完了しました。（前回マップは平成27年1月公示分まで）
- 前回マップは「土砂災害警戒区域」と「土砂災害危険箇所」が混在していましたが、全て警戒区域に統一されました。（危険箇所を詳細調査により警戒区域に指定）

洪水浸水想定区域

- 平成27年5月水防法の改正に伴い、対象となる河川（国府川水系（国府川ほか12河川）、羽茂川）に対し、想定し得る最大規模の降雨（1,000年に一度程度の確率）を想定した新たな浸水想定を示しています。
  ※ただし、石田川は旧想定のまま（河川計画規模降雨:20年に一回程度起こる大雨）
- 家屋の倒壊・流出をもたらすような激しい流れが発生する恐れのある地域「家屋倒壊等氾濫想定区域」が新たに設定されています。

その他（避難場所・避難所、背景写真）

- 避難場所や避難所を「指定緊急避難場所」、「指定避難所」、「地区避難場所」として改めて見直しました。
- 背景の航空写真を「平成22年7月（一部8、9月）撮影」写真から最新の「平成27年6月撮影」写真に変更しました。

目　次

はじめに
地域防災マップの改定／改定・変更ポイント …… P1
災害・防災情報
情報の伝達経路／災害情報の収集 …… P2
全体索引図
【真野地区版】 …… P3
避難場所・避難所一覧
【真野地区】 …… P4
津波ハザードマップ
新潟県で想定される津波の概要 …… P5
津波浸水想定の模式図／津波浸水深と危険度 …… P6
津波を知る／津波から身を守る …… P7
津波警報・注意報の種類と避難行動／津波避難3原則 …… P8
津波ハザードマップ（各地区） …… P9~16
土砂災害ハザードマップ
土砂災害の種類・前兆現象／土砂災害から身を守る …… P17
土砂災害警戒区域の指定 …… P18
土砂災害ハザードマップ（各地区） …… P19~40
洪水ハザードマップ
洪水の起こり方／水位観測所の基準水位 …… P41
浸水想定区域の避難行動／洪水から身を守る …… P42
洪水ハザードマップ（国府川水系） …… P43~44
防災への備え
助け合い活動 …… P45
非常持出品チェックリスト …… P46

情報はどうやって市民に届くの？

正確な情報を集めよう

災害時には、時間の経過に伴い状況が変化していきます。そのため、適切に行動するためには、正確な情報を得ることが重要です。積極的な情報収集に努めましょう。

新潟県防災ポータルサイト
新潟県内の防災に関する幅広い情報を提供
http:// bousai.pref.niigata.jp/
新潟　防災　検　索
（携帯サイト）

新潟地方気象台
天気や注意報・警報など気象に関する情報を提供
http://www.jma-net.go.jp/niigata/
新潟　気象　検　索
（スマホサイト）

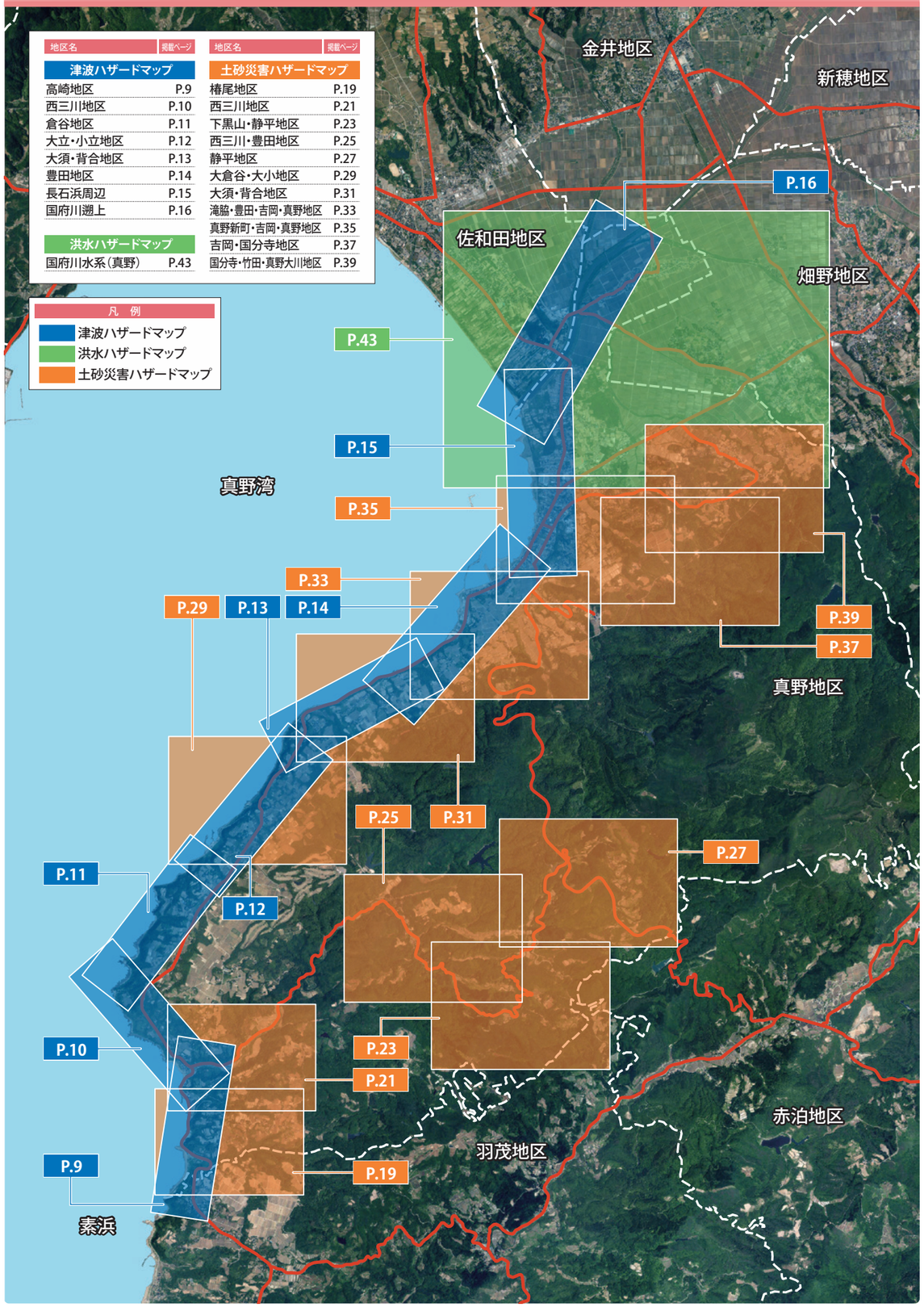
新潟LIVEカメラ
県内に設置された定点カメラ（道路・河川・地域）の画像を提供
http://www.live-cam.pref.niigata.jp/
新潟ライブカメラ　検　索
（スマホ・携帯サイト）

今日の佐渡（ライブカメラ）
佐渡市ホームページより、島内20か所のライブ映像（静止画像）がみれます
https://www.city.sado.niigata.jp/z_ot/live_camera/index.html
佐渡ライブカメラ　検　索

佐渡市ハザードマップ
自然災害の危険区域を地図上に掲載
https://gis4web.city.sado.niigata.jp/hz/
佐渡市ハザードマップ　検　索
（スマホサイト）

佐渡市メール配信サービス登録サイト
災害情報などいち早くメールでお届けします
佐渡市メール　検　索
（スマホ・携帯から）

全体索引図【真野地区版】



地区名	掲載ページ
津波ハザードマップ	
高崎地区	P.9
西三川地区	P.10
倉谷地区	P.11
大立・小立地区	P.12
大須・背合地区	P.13
豊田地区	P.14
長石浜周辺	P.15
国府川遡上	P.16
洪水ハザードマップ	
国府川水系（真野）	P.43

地区名	掲載ページ
土砂災害ハザードマップ	
椿尾地区	P.19
西三川地区	P.21
下黒山・静平地区	P.23
西三川・豊田地区	P.25
静平地区	P.27
大倉谷・大小地区	P.29
大須・背合地区	P.31
滝脇・豊田・吉岡・真野地区	P.33
真野新町・吉岡・真野地区	P.35
吉岡・国分寺地区	P.37
国分寺・竹田・真野大川地区	P.39

【真野地区】避難場所 及び 避難所 一覧

No.	指定緊急避難場所	所在地	地震	津波	土砂災害	洪水
1	佐渡市陸上競技場	名古屋146-1	●	●	●	●
2	真野運動広場	長石140	●	●	●	●
3	佐渡スポーツハウステニスコート	吉岡1416-3	●	●	●	●
4	真野公園	真野地内	●	●		●
5	真野漁港多目的広場	豊田2084-1	●		●	●

No.	指定避難所	所在地	地震	津波	土砂災害	洪水
6	真野小学校体育館	吉岡1695	○	○	○	○
7	真野体育館	吉岡1697-1		○	○	○
8	真野ふるさと会館	吉岡1695	○	○	○	○
9	いぶき２１	真野691	○	○		○
10	佐渡スポーツハウス	吉岡1675-1	○	○	○	○
11	真野中学校体育館	名古屋145	○	○	○	○
12	真野武道館	名古屋165-5		○	○	○

「指定避難所」は「指定緊急避難場所」としての役割も含まれます。

No.	地区避難場所	所在地	地震	津波	土砂災害	洪水
13	金丸公民館	金丸111-2		○	○	
14	金丸農村公園	金丸173-1	●	●	●	
15	小倉川記念碑公園（東屋）	金丸地内	●	●	●	
16	種徳院（境内）	金丸716	●	●	●	
17	引田部神社（境内）	金丸488-1	●	●	●	
18	四日町集落開発センター	四日町575-1		○	○	○
19	大願寺（境内）	四日町615-1	●	●	●	●
20	宝林寺（境内）	四日町568-1	●	●	●	●
21	長石集落開発センター	長石299-1	○	○	○	○
22	長石神社（境内）	長石299-1	●	●	●	●
23	真野集出荷貯蔵施設	長石72	○	○	○	○
24	老人福祉センター寿楽荘	長石211-2		○	○	○
25	長石農村公園	長石299-1	●	●	●	●
26	新町大神宮（境内）	真野新町540-1	●	●	●	●
27	新町集落開発センター	真野新町378			○	○
28	特別養護老人ホーム真野の里駐車場	真野新町624-2	●	●	●	●
29	大光寺（境内）	豊田332	●	●		●
30	諏訪神社（境内）	豊田436	●	●		●
31	豊田集落開発センター	豊田416-1				○
32	滝脇公民館	滝脇123		○	○	○
33	背合公民館	背合119-1		○	○	○
34	潮津の里駐車場	背合38	●	●		●
35	東大須ふれあいセンター	大須1013-1	○	○	○	○
36	熊野神社（境内）	静平308	●	●		●
37	静山集落開発センター	下黒山511-10		○	○	○
38	観音堂（境内）	下黒山352	●	●	●	●

No.	地区避難場所	所在地	地震	津波	土砂災害	洪水
39	真野ふれあいセンター	真野507-2	○	○		○
40	真野宮（境内）	真野657	●	●		●
41	法華堂（境内）	真野214-1	●	●	●	●
42	真野みずほ病院駐車場	真野73	●	●	●	●
43	小川内公民館	吉岡1377-3		○	○	○
44	真楽寺（境内）	吉岡1430	●	●	●	●
45	浜中ふれあいセンター	吉岡138-4	○	○	○	○
46	滝谷神社（境内）	吉岡1219-1	●	●	●	●
47	西報寺（境内）	吉岡1200	●	●	●	●
48	吉岡集落開発センター	吉岡782	○	○	○	○
49	総社神社（境内）	吉岡793-1	●	●	●	●
50	下の堂（境内）	吉岡787-1	●	●	●	●
51	諏訪神社（境内）	吉岡775	●	●	●	●
52	合沢ふれあいセンター	吉岡142-2	○	○	○	○
53	真野図書館駐車場	吉岡920-1	●	●	●	●
54	国分寺公民館	真野大川179		○		○
55	国分寺（境内）	国分寺113	●	●	●	●
56	中沢田公民館	竹田838-5		○	○	○
57	大膳神社（境内）	竹田561	●	●	●	●
58	世尊寺（境内）	竹田643	●	●	●	●
59	太運寺（境内）	竹田779-1	●	●		●
60	竹田集落開発センター	阿佛坊21-1		○	○	○
61	妙宣寺（境内）	阿仏坊29-1	●	●	●	●
62	西大須集落開発センター	大小194-1		○	○	○
63	大小エアーセンター	大小662-2	○	○	○	○
64	小立集落開発センター	大小677-2	○	○	○	○
65	大立集落開発センター	大倉谷686-4	○	○	○	○
66	倉谷不動尊（境内）	大倉谷258	●	●	●	●
67	智光坊（境内）	大倉谷71-1	●	●	●	●
68	倉谷ふれあいセンター	大倉谷38	○	○	○	○
69	田切須集落開発センター	田切須660-3	○	○	○	○
70	高塚ふれあいセンター	田切須769-1	○	○	○	○
71	笹川集落開発センター	西三川2005-5	○	○	○	○
72	旧西三川小学校笹川分校校庭	西三川462-7	●	●		●
73	旧西三川小学校校庭	西三川1871	●	●		●
74	西三川集落開発センター	西三川1865-2	○	○	○	○
75	真野第2保育園駐車場	西三川1070-1	●	●	●	●
76	高崎集落センター	西三川1627	○		○	○
77	高崎観音堂（境内）	西三川1418	●	●	●	●
78	椿尾集落開発センター	椿尾822-8		○		○
79	椿尾農村公園	椿尾836-1	●	●	●	●

●及び○は各種災害に対して、安全が確保される場所・施設です。（●屋外：○屋内）
ただし、津波の場合は避難所ではなく、まずは海抜10m以上の高台へ避難してください。

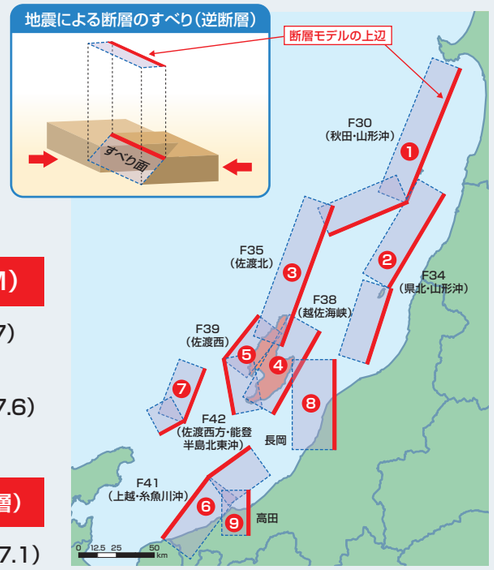
指定緊急避難場所
災害の危険が切迫した緊急時において安全が確保される場所。（佐渡市指定）

指定避難所
避難者の滞在、及び被災者が避難生活を送るための施設。（佐渡市指定）

地区避難場所
災害及び地域の状況により、地域独自に開設する場所または施設。

新潟県で想定される津波の概要

　このマップに示す津波浸水想定は、国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルによる津波を想定したものです。（前回の浸水想定区域より拡大しています）
　断層モデルごとにシミュレーション調査を実施し、浸水の深さと範囲を重ね合わせ、最大となる浸水深を表示しています。



新潟県に影響が大きい断層と想定地震規模（M）

❶F30 秋田･山形沖（M7.8）　❷F34 県北･山形沖（M7.7）
❸F35 佐渡北（M7.6）　❹F38 越佐海峡（M7.5）
❺F39 佐渡西（M7.4）　❻F41 上越･糸魚川沖（M7.6）
❼F42 佐渡西方･能登半島北東沖（M7.3）

追加断層モデル（県独自の陸地から海域に伸びる断層）

❽長岡平野西縁断層帯（M7.6）❾高田平野西縁断層帯（M7.1）

●「津波浸水想定」は、新潟県沿岸に最大クラスの津波をもたらすと想定される地震が悪条件下（構造物の破壊等）において発生した場合を想定しています。
●最大クラスの津波は、現在の科学的知見を基に、過去に実際に発生した津波や今後発生が想定される津波から設定したものであり、これよりも大きな津波が発生する可能性がないというものではありません。
●中小河川（国府川水系、羽茂川以外）における河川遡上の影響は考慮されていないため、河川周辺部では想定されていない箇所においても浸水する恐れがあります。

TOPIC 東日本大震災の教訓 ～生死を分けた津波てんでんこの教育～

防災の教え･準備が生死を分けた事例

岩手県釜石市小中学校

市内全14校の児童･生徒約3000人の避難率100%近く

ほぼ全員が無事

当時の状況（A中学校･B小学校）

初期対応　●地震発生。児童を校庭に集める。点呼なし。

避難行動　●教師の指示を待たず、生徒が指定避難所へ走りはじめる。

●A中学校の生徒を見てB小学校の児童も校外避難を開始。児童生徒は避難路で合流。防災訓練で使用する避難所に集まる。

結果

「まだ危ない」との声に、さらに高い場所に移動を開始、5分後避難所は水没。登校した児童生徒全員の無事を確認。

被災した小学校の事例

児童･教師ともに死亡者･行方不明者多数

児童の7割が死亡･行方不明

当時の状況

初期対応　●地震発生。児童を校庭に集める。名簿の照合･整理を行う。

避難行動　●二次避難所が指定されておらず、避難先について教師･保護者･地域住民らが議論をはじめる。

●地震から40分が経過。避難先を、小学校近くの河川に架かる橋付近の高台に決定。

結果

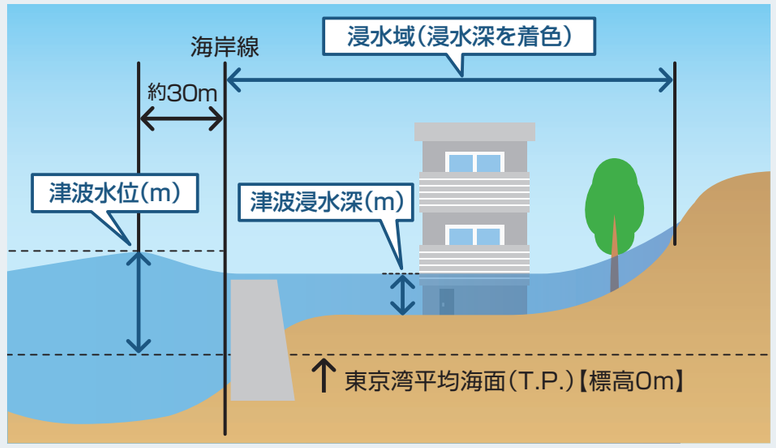
地震から50分が経過。集団で避難先に向かい一列行進中、河川を遡上してきた津波にのまれる。

「津波てんでんこ」の防災教育が命を救った！

「津波てんでんこ」とは？

　三陸海岸地域に伝わる津波防災伝承が、「津波てんでんこ」です。「てんでんこ」とは「てんでばらばらに」という意味。日頃から「津波が来た時にどこに逃げるか」を各家庭で話し合っておく前提で、「津波が来るおそれがあるときは、家族や親類のことをかまわずに、一刻も早く逃げなさい」という教訓です。明治三陸（1896年）、昭和三陸（1933年）の津波で多くの犠牲者を出した、三陸海岸の知恵とされています。
　釜石市の学校では「津波てんでんこ」の教えに基づく防災教育が長年にわたって行われており、生徒の命を救う土台になりました。

津波浸水想定の模式図



●**浸水域**
　津波による浸水が想定される区域。

●**津波浸水深**
　陸上の各地点で水面が最も高い位置にきたときの地面から水面までの高さ。

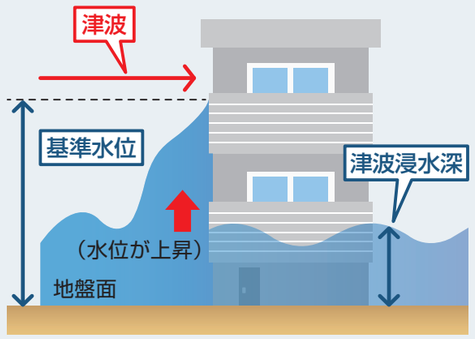
●**津波水位**
　海岸線から約30m沖合の地点における津波の海面を東京湾平均海面（T.P.）から測った高さ。

基準水位（案）とは？

●**基準水位［せり上がり浸水深］（案）**

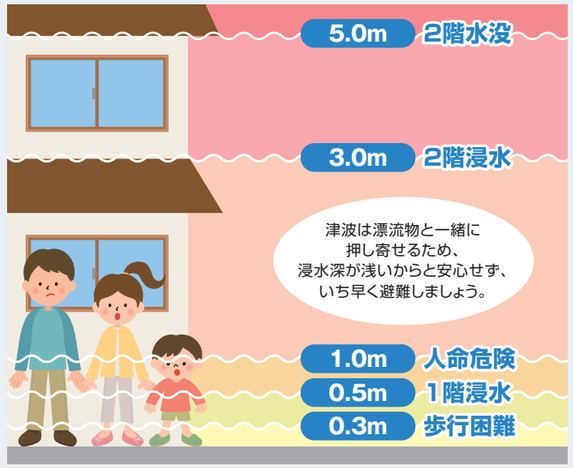
　「基準水位」は、津波防災地域づくりに関する法律第53条第2項に基づく水位で、津波の発生時における避難施設の避難上有効な高さ等の基準となるものです。
　「基準水位［せり上がり浸水深］（案）」は、津波浸水想定に定める浸水深に係る水位に建造物への衝突による津波の水位の上昇を考慮して必要と認められる値を加えて定める水位であり、地盤面からの高さ（m単位）で表示しています。

本マップの津波の浸水深は、この「基準水位［せり上がり浸水深］（案）」の値を採用しています。

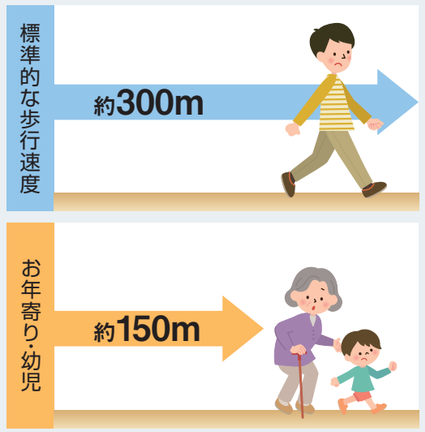


津波浸水深と危険度

●**浸水深の見方**　津波発生時に予想される水深を色別で表しています。



●**5分で歩ける距離**



※消防庁「市町村における津波避難計画策定指針（H25.3）」群集歩行速度1.0m／s、歩行困難者･身体障がい者･乳幼児等歩行速度0.5m／s より算定

津波を知る

津波発生の仕組み

海底の地下の浅い所で大きな地震が起こると、断層の運動により海底の地盤が隆起したり沈降したりします。この海底の変形に伴って海面が変動し、津波の原因となります。

津波の特徴

沖合ではジェット機並み

津波は沖合ではジェット機の速度に匹敵し、陸上ではオリンピックの短距離選手並みの速さです。人が走って逃げ切れるものではありません。

引き潮が無くても来る

地震の起こり方や、震源付近の地形によっては引き潮が起こらないこともあります。

2波、3波と繰り返す

津波は繰り返しおそってきます。第2波、3波の方が大きくなる可能性が高いです。

津波の高さは想像以上

津波の高さは海岸の地形などに大きく左右されます。

恐るべき津波の破壊力

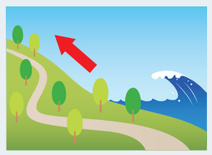
津波は海底地盤の上下による海水全体の動きのため、海底から海面までの全ての海水が巨大な水のかたまりとなって海岸に押し寄せ、その破壊力はすさまじいものとなります。また、引き波も長時間にわたり引き続けるために、家屋などが一気に海中へと引き込まれてしまいます。

津波から身を守りましょう

津波が起きたら…（逃げるが一番!）

高台へ避難しましょう

波が引かずにすぐに津波がおそってくることもあります。また、繰り返し押し寄せることもあります。



避難に車は使わない

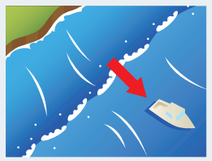
原則として車で避難することはやめましょう。渋滞に巻き込まれ、避難が困難になり、被害を大きくすることもあります。

河川から離れましょう

川をさかのぼる津波は速度が速く、避難の際に川沿いの道や橋を通ることは危険です。

船は沖合へ

沖合では津波を感じません。船に乗っている時はあわてて港に戻らずに、沖合へ向かいましょう。津波の被害を避けることができます。



津波警報・注意報の種類と避難行動

気象庁では津波による災害の発生が予想される場合に、地震発生後、約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。その後、「予想される津波の高さ」、「津波の到達予想時刻」等の情報を発表します。

例：3mから5mの間の津波が予想されたら「予想される津波の高さは5m」と発表します

種類	予想される津波の高さ		とるべき行動	想定される被害
	数値での発表（発表基準）	巨大地震の場合の表現		
大津波警報（特別警報）	10m超（10m<高さ）	巨大	**沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難してください。** 津波は繰り返しおそってくるので津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。 ここなら安全と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう! 	木造住宅が全壊・流出し、人は津波による流れに巻き込まれる。
	10m（5m<高さ≦10m）			
	5m（3m<高さ≦5m）			
津波警報	3m（1m<高さ≦3m）	高い		標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。
津波注意報	1m（20cm<高さ≦1m）	表記しない	**海の中にいる人は、ただちに海から上がり、海岸から離れてください。** 津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。 	海の中では、人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流出し、小型船が転覆する。

- 津波は沿岸の地形など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。より高い場所を目指して避難しましょう。
- マグニチュード8を超える巨大地震の場合は、正しい地震の規模をすぐには把握できないため、その海域における最大級の津波を想定して、大津波警報や津波警報が発表されます。
- 地震発生後、予想される津波の高さが20㎝未満で被害の心配が無い場合、または津波注意報の解除後も海面変動が継続する場合には、「津波予報（若干の海面変動）」が発表されます。
- **大津波警報は特別警報に位置づけられます。**
  「特別警報」が発表されたら、ただちに命を守る行動をとってください。

覚えておこう「津波避難3原則」

津波から身を守るために、次の3つのことを心得ておきましょう。

❶ 想定を信じるな

今後来る津波が、想定通りの地震、津波とは限りません。浸水想定図の無着色（白地）の地域でも絶対安全とは言えません。

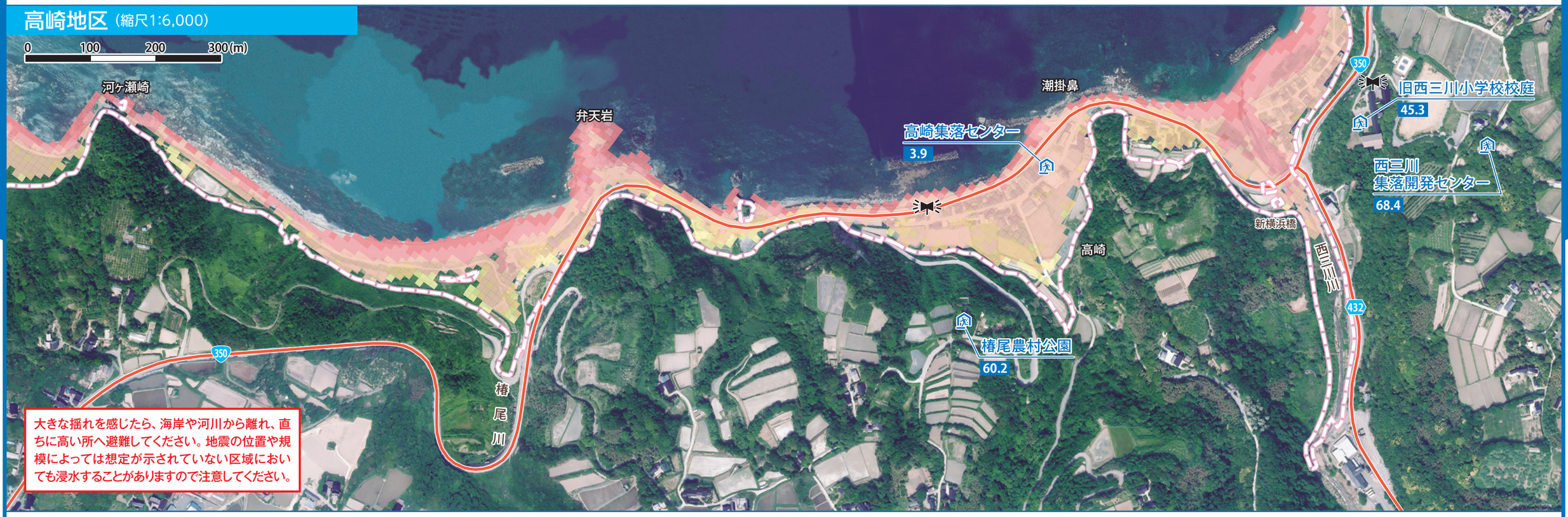
❷ 最善を尽くせ

津波に巻き込まれたら、まず助からないと考えましょう。「自然はいかなることもあり得る」と考え、一刻も早く、できる限り高く、そして遠くへ逃げることが大切です。

❸ 率先避難者たれ

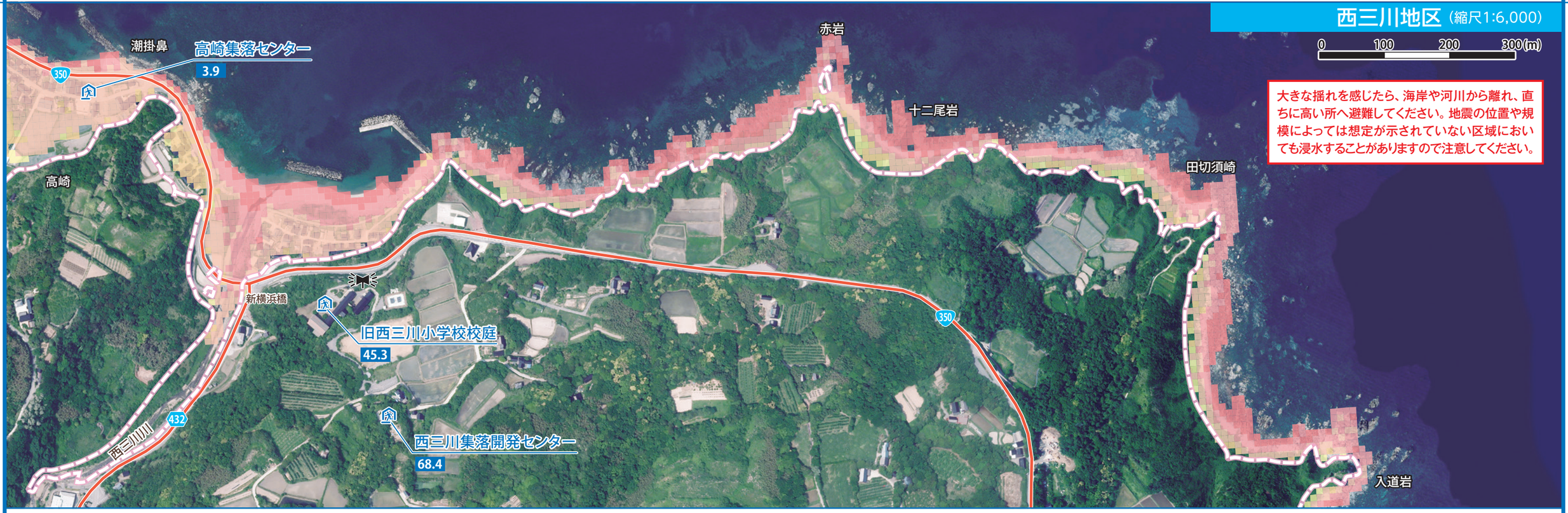
いざ地震が起こったとき、自分が最初に避難するためには、知識と勇気が必要です。自分が最初に逃げることが、周りの多くの人を助けることにもつながります。

高崎地区（縮尺1:6,000）



大きな揺れを感じたら、海岸や河川から離れ、直ちに高い所へ避難してください。地震の位置や規模によっては想定が示されていない区域においても浸水することがありますので注意してください。

西三川地区（縮尺1:6,000）



大きな揺れを感じたら、海岸や河川から離れ、直ちに高い所へ避難してください。地震の位置や規模によっては想定が示されていない区域においても浸水することがありますので注意してください。

凡例

津波浸水深　0.3m未満　0.3～0.5m　0.5～1.0m　1.0～3.0m　3.0～5.0m　5.0～10.0m　10.0m以上

指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　5.0 5.0 避難所海抜（m）　●公共施設　屋外スピーカー　ライブカメラ　45 国県道　海抜10mライン

●国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルを踏まえ、新たな津波浸水想定区域を表示しています。【前回マップは新潟県独自の津波浸水想定】
●今回の津波の浸水の深さは、建物への衝突による津波の水位の上昇を加えた値を採用しています。【P.6「基準水位（案）とは?」参照】
●マップに示した避難所海抜は、空中写真測量より読みとった地盤の高さであり、施設に掲示されている「海抜表示ステッカー」やその他の標高表示とは差異があります。

倉谷地区（縮尺1:6,000）

大きな揺れを感じたら、海岸や河川から離れ、直ちに高い所へ避難してください。地震の位置や規模によっては想定が示されていない区域においても浸水することがありますので注意してください。

大立・小立地区（縮尺1:6,000）

大きな揺れを感じたら、海岸や河川から離れ、直ちに高い所へ避難してください。地震の位置や規模によっては想定が示されていない区域においても浸水することがありますので注意してください。

凡例
津波浸水深　0.3m未満　0.3～0.5m　0.5～1.0m　1.0～3.0m　3.0～5.0m　5.0～10.0m　10.0m以上
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　5.0 5.0 避難所海抜（m）　●公共施設　屋外スピーカー　ライブカメラ　45 国県道　海抜10mライン

●国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルを踏まえ、新たな津波浸水想定区域を表示しています。【前回マップは新潟県独自の津波浸水想定】
●今回の津波の浸水の深さは、建物への衝突による津波の水位の上昇を加えた値を採用しています。【P.6「基準水位（案）とは?」参照】
●マップに示した避難所海抜は、空中写真測量より読みとった地盤の高さであり、施設に掲示されている「海抜表示ステッカー」やその他の標高表示とは差異があります。

大須・背合地区（縮尺1:6,000）

豊田地区（縮尺1:7,000）

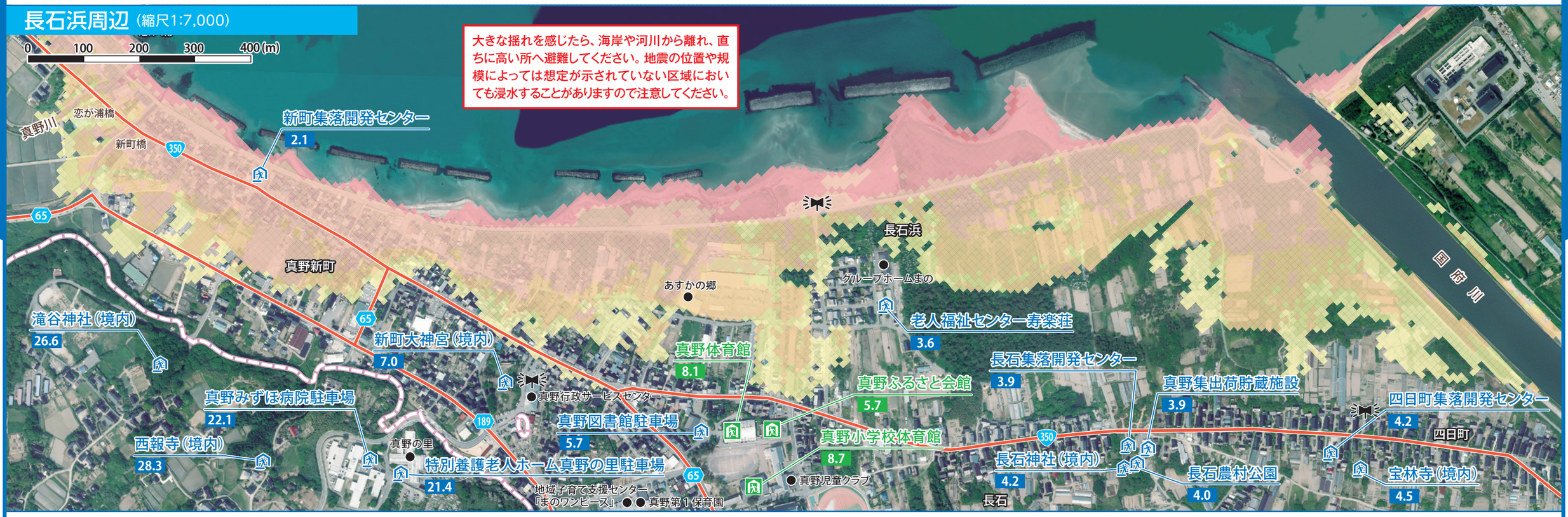
凡例

津波浸水深　0.3m未満　0.3～0.5m　0.5～1.0m　1.0～3.0m　3.0～5.0m　5.0～10.0m　10.0m以上

指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　5.0 5.0 避難所海抜（m）　●公共施設　屋外スピーカー　ライブカメラ　45 国県道　海抜10mライン

●国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルを踏まえ、新たな津波浸水想定区域を表示しています。【前回マップは新潟県独自の津波浸水想定】
●今回の津波の浸水の深さは、建物への衝突による津波の水位の上昇を加えた値を採用しています。【P.6「基準水位（案）とは?」参照】
●マップに示した避難所海抜は、空中写真測量より読みとった地盤の高さであり、施設に掲示されている「海抜表示ステッカー」やその他の標高表示とは差異があります。

長石浜周辺（縮尺1:7,000）



国府川遡上（縮尺1:8000）

凡例
津波浸水深　0.3m未満　0.3～0.5m　0.5～1.0m　1.0～3.0m　3.0～5.0m　5.0～10.0m　10.0m以上
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　5.0 避難所海抜（m）　●公共施設　屋外スピーカー　ライブカメラ　45 国県道　海抜10mライン

●国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルを踏まえ、新たな津波浸水想定区域を表示しています。【前回マップは新潟県独自の津波浸水想定】
●今回の津波の浸水の深さは、建物への衝突による津波の水位の上昇を加えた値を採用しています。【P.6「基準水位（案）とは?」参照】
●マップに示した避難所海抜は、空中写真測量より読みとった地盤の高さであり、施設に掲示されている「海抜表示ステッカー」やその他の標高表示とは差異があります。

土砂災害の種類と前兆現象

下記のような現象が見られたら、土砂災害の前兆。十分に注意して早めに避難しましょう。また少しでも気になる兆候が現れたら市役所に通報してください。

がけ崩れ
（急傾斜地の崩壊）

地中にしみこんだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって斜面が崩れ落ちる。

前兆現象

- ●がけからの水がにごる
- ●がけに亀裂が入る
- ●小石がぱらぱら落ちてくる

土石流

山腹、川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって、一気に下流へと押し流される。

前兆現象

- ●山鳴りがする
- ●雨が降り続いているのに、川の水位が下がる
- ●急に川の水が濁り、流木が混ざっている

地すべり

斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する。

前兆現象

- ●地面に亀裂、段差ができる
- ●樹木が倒れる
- ●斜面から水がふき出す

前兆現象を見つけたら…
- ▶すぐに安全な場所へ避難してください。
- ▶町内会長や市役所等への連絡をお願いします。

土砂災害から身を守りましょう

早期避難を心掛けましょう!

土砂災害は、いつどこで起こるかを正確に予測することは難しいため、日頃と比べておかしいなと感じるような場合や、避難に関する情報が発信された時は早めの避難が重要です。

土砂災害警戒情報に注意

テレビやラジオから「土砂災害警戒情報」が発表されたら、避難の準備をはじめ、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

避難所が遠い、危険の場合

避難所が近くになかったり、土砂災害警戒区域内にある場合は、親せきや知人宅など避難できそうな場所を事前に想定しておくことも重要です。

安全な避難経路で

避難する際は、がけの近くや、他の土砂災害警戒区域をできるだけ避けて避難しましょう。

万が一、逃げ遅れたら

もし逃げ遅れたり、急激な変化等で避難が困難な場合は、無理に外に出ず、できるだけ斜面から離れた部屋や2階へ移動するなどをし、命を守る行動をとってください。

土石流は直角に逃げる

土石流は流れるスピードが非常に速いため、河川の流れてくる向きに対して直角方向に逃げましょう。

土砂災害警戒区域の指定

平成13年4月に施行された『土砂災害防止法』に基づいて、市長の意見を聞いた上で県知事が区域を指定し、市民に公示します。「土砂災害警戒区域」の中でも、著しい被害のおそれがある区域を「土砂災害特別警戒区域」と呼びます。また、指定されると「避難体制の整備、開発行為の許可制、建築物の構造規制」等のソフト対策を推進します。

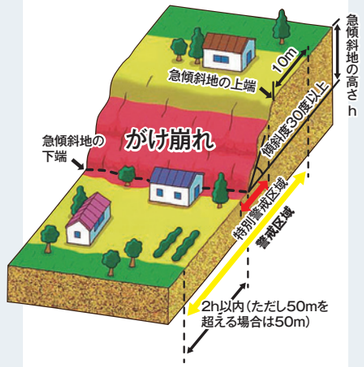
土砂災害警戒区域の指定「通称:イエローゾーン」
（土砂災害のおそれがある区域）
●情報伝達、警戒避難体制等の整備（このマップ作成もこちらに含まれます）

土砂災害特別警戒区域の指定「通称:レッドゾーン」
（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じるおそれがある区域）
●特定開発行為に対する許可制（対象:住宅宅地分譲、要配慮者関連施設のための開発行為）
●建築物の構造規制　●建築物の移転等の勧告

― こんな場所が区域指定の対象となります ―

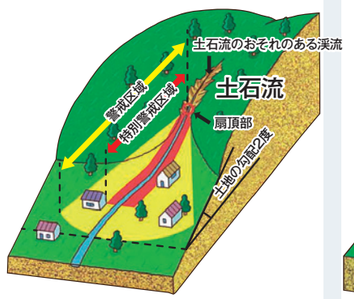
がけ崩れ
（急傾斜地の崩壊）

傾斜地が30度以上である土地が崩壊する自然現象



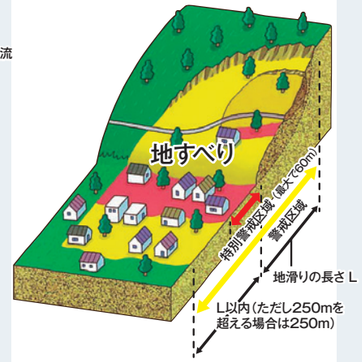
土石流

山腹が崩壊して生じた土石等又は渓流の土石等が水と一体となって流下する自然現象



地すべり

土地の一部が地下水等に起因して滑る自然現象又はこれに伴って移動する自然現象



土砂災害警戒情報とは

自分の住んでいる地域の土砂災害の危険度を確認・予測できます。
土砂災害警戒情報は、大雨による土砂災害発生の危険性が高まったときに、市町村長が住民へ避難勧告等を適切に行えるように支援するとともに、住民自らの避難判断にも参考となるよう新潟県と気象庁が共同で発表する情報です。

土砂災害危険度とは

土砂災害危険度は、雨量の解析・予測値などから現在及び今後の雨量水準を算出し、その結果をもとに土砂災害発生の危険性を判定したもので、前ぶれ注意・警戒・危険の3段階で表されます。（※詳しくは下記アドレスよりご確認ください）

新潟県土砂災害警戒情報システム
土砂災害危険度等の情報を提供
http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/sabou/
新潟　土砂災害　検索
（スマホサイト）　（携帯サイト）

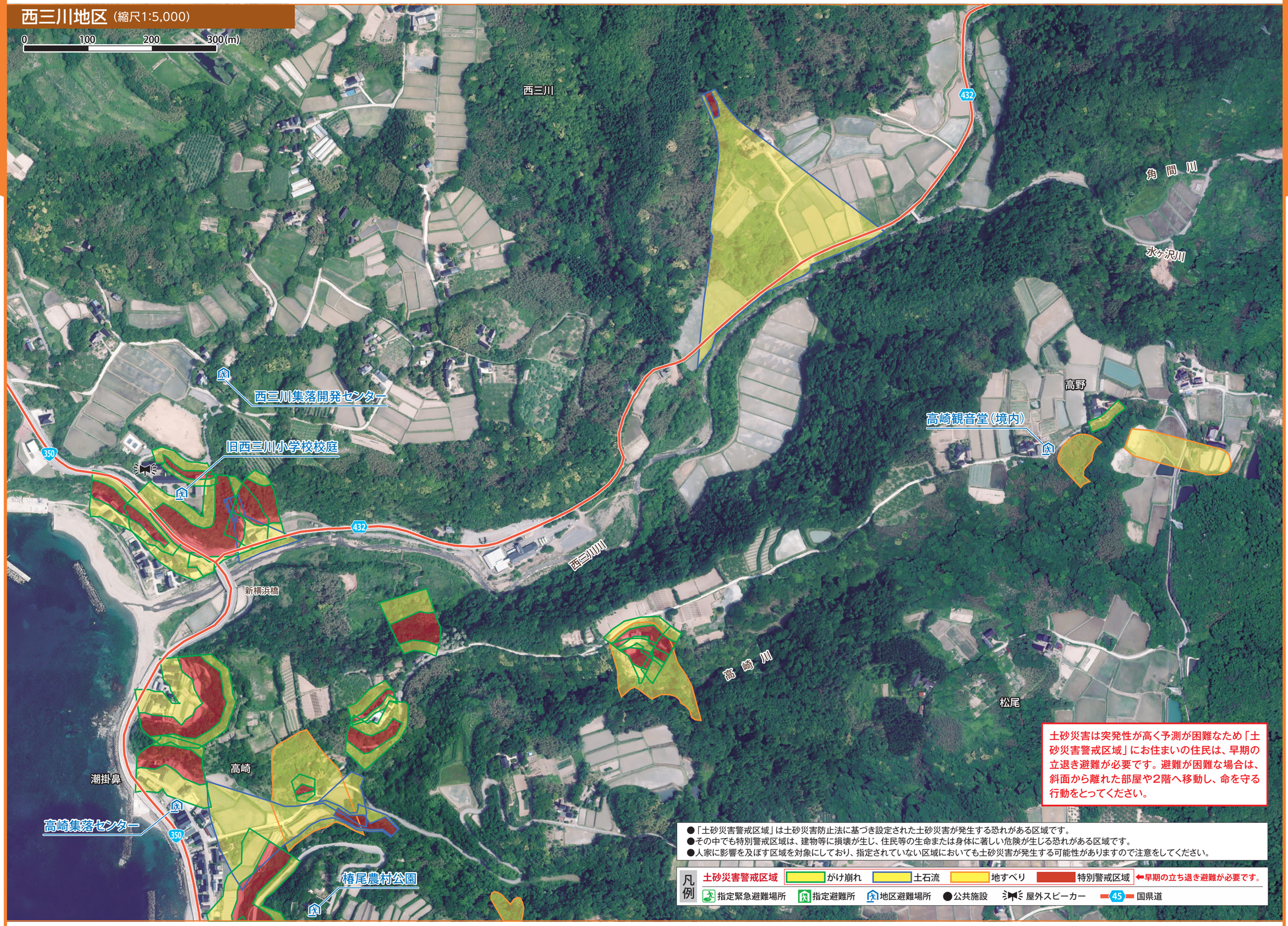
椿尾地区（縮尺1:5,000）

土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

西三川地区（縮尺1:5,000）

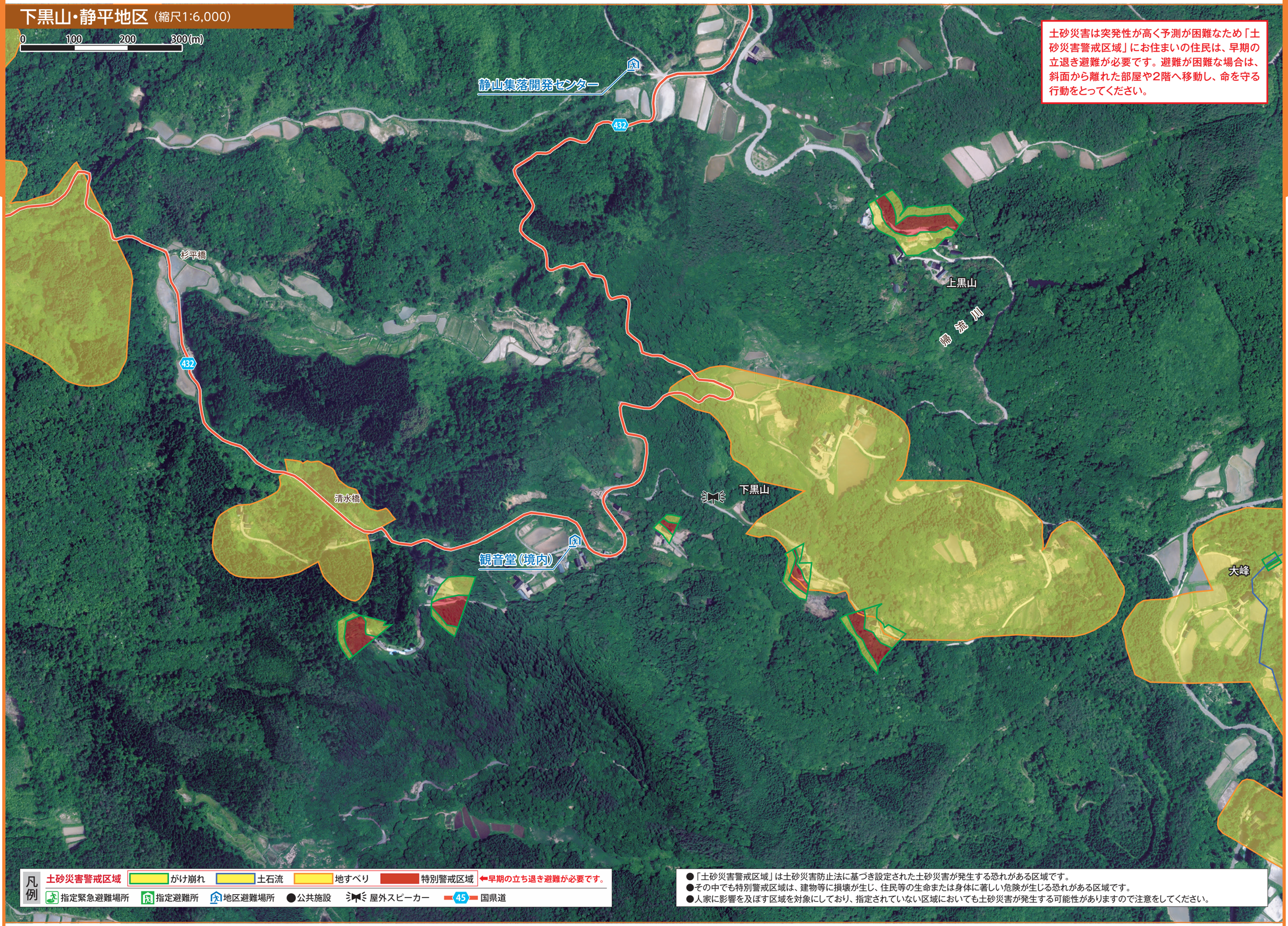


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

下黒山・静平地区（縮尺1:6,000）



土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

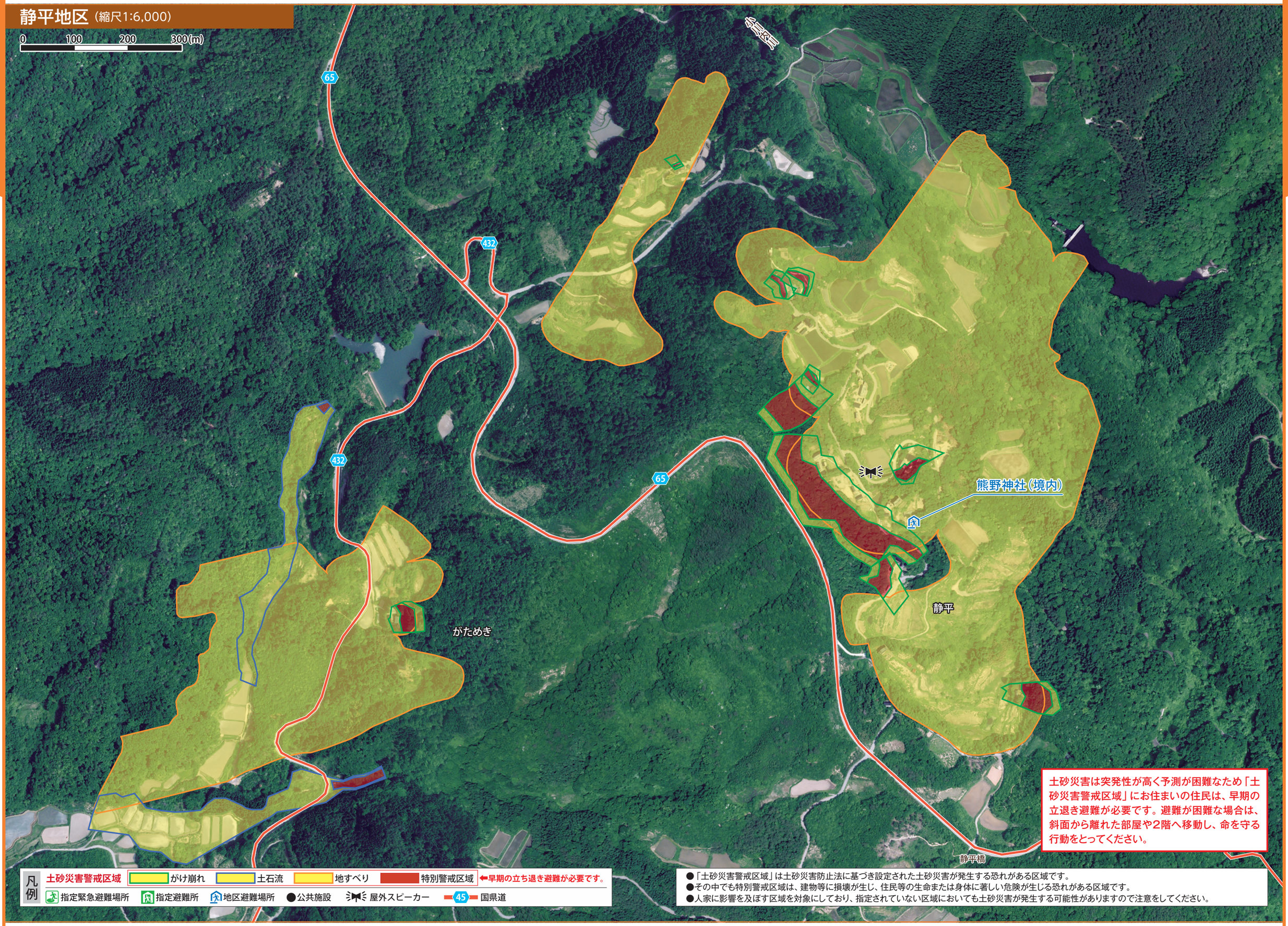
西三川・豊田地区（縮尺1:6,000）

土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

静平地区（縮尺1:6,000）

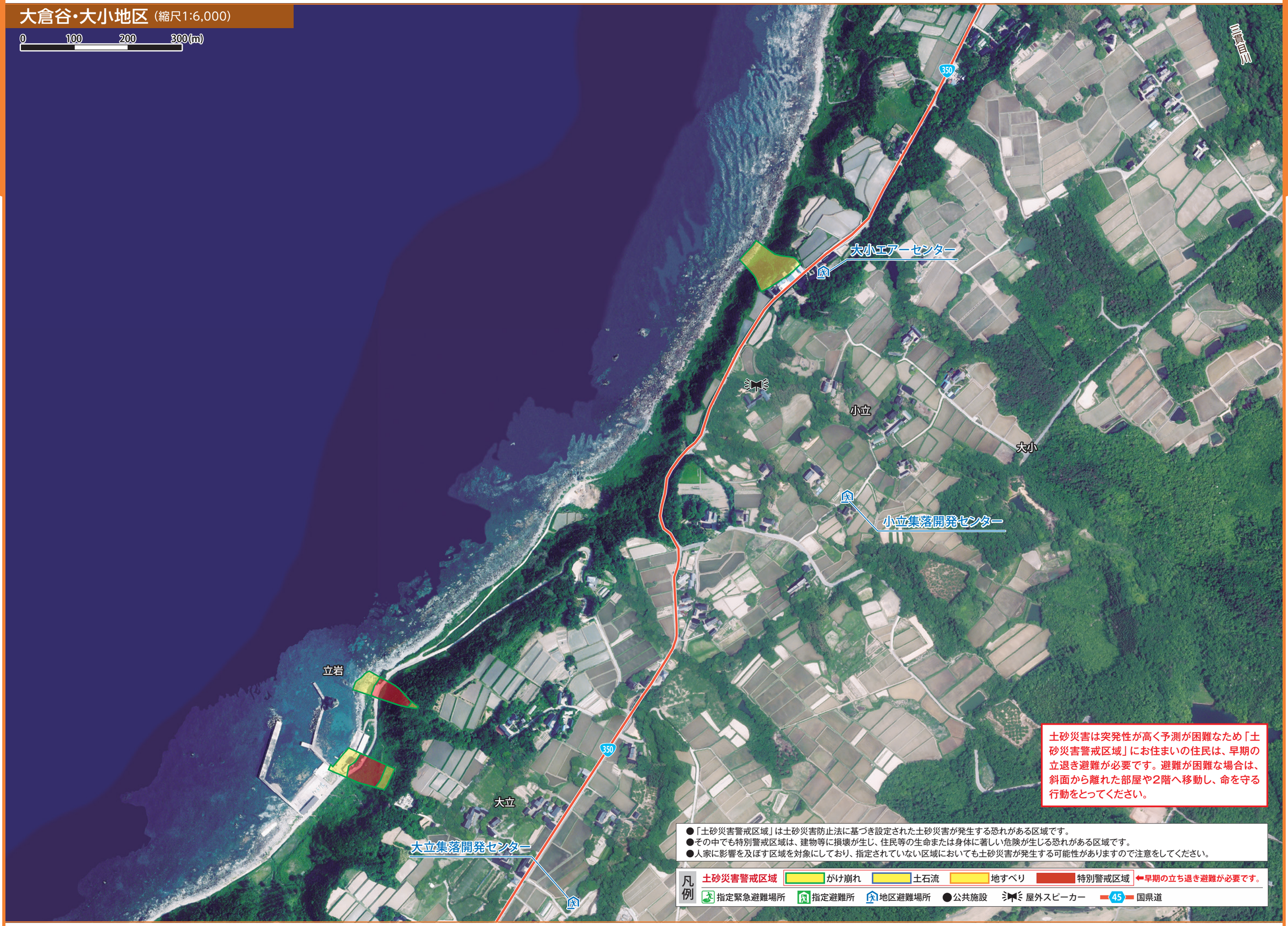


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

大倉谷・大小地区（縮尺1:6,000）

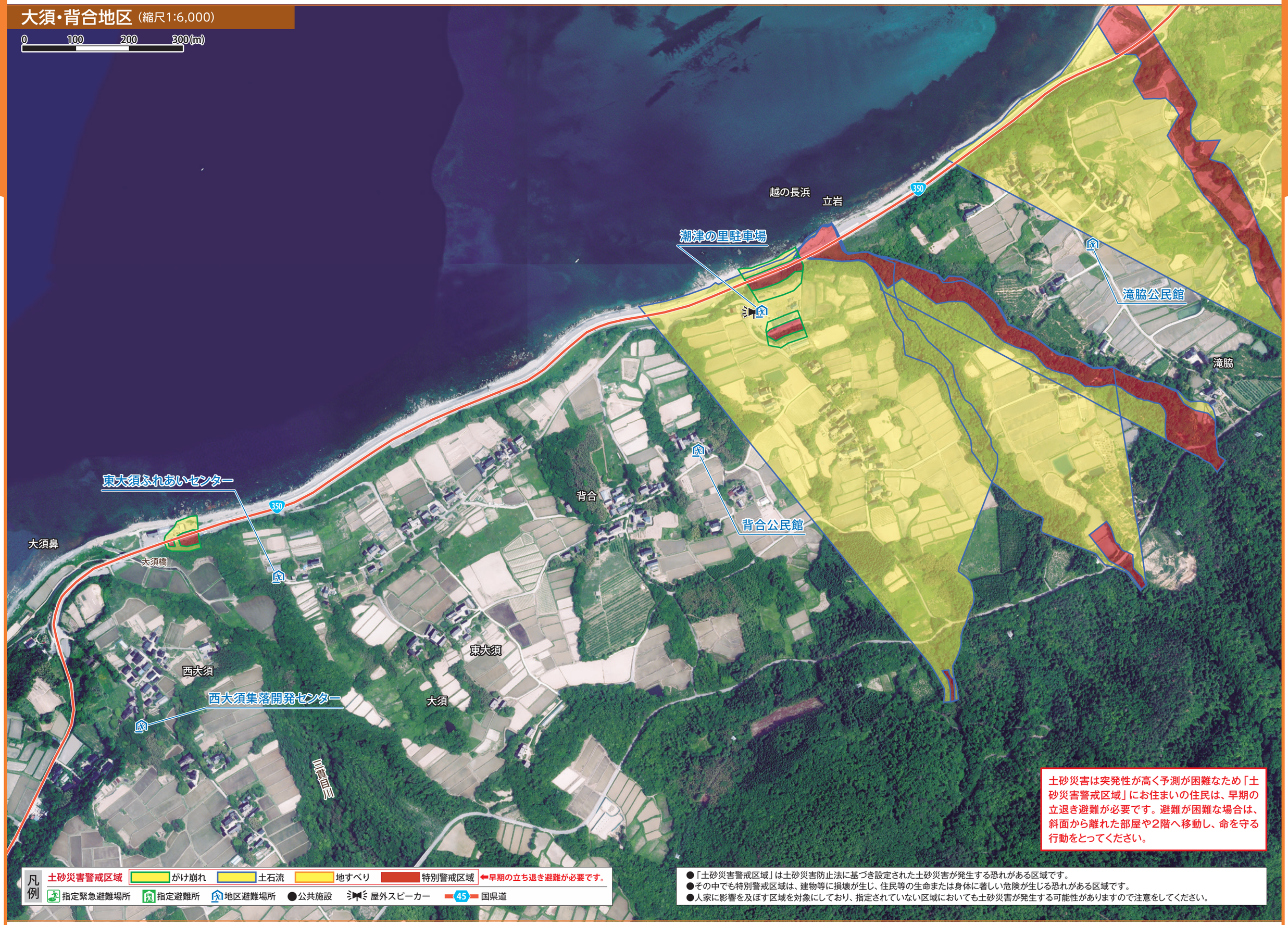


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

大須・背合地区（縮尺1:6,000）

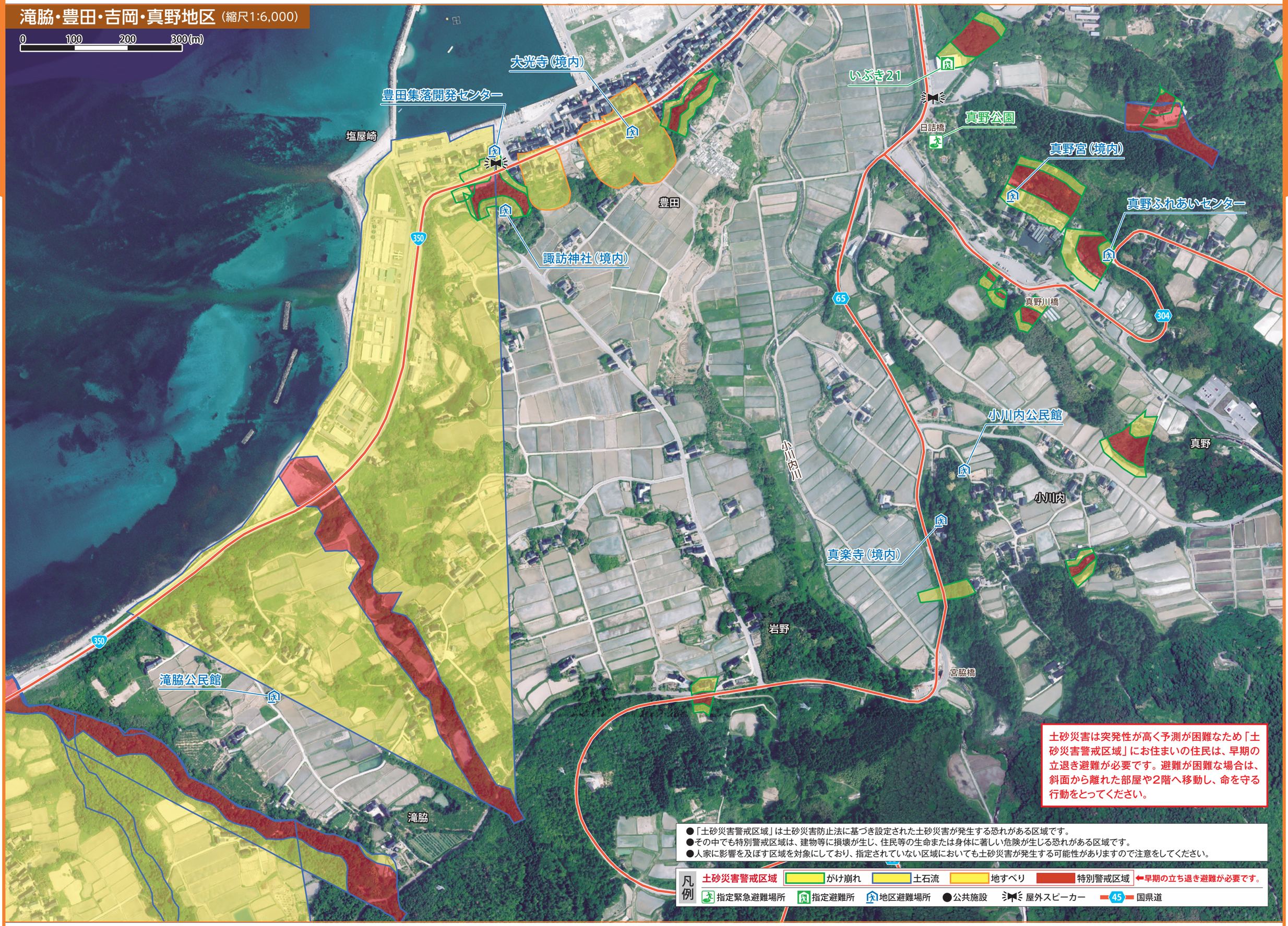


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

滝脇・豊田・吉岡・真野地区（縮尺1:6,000）

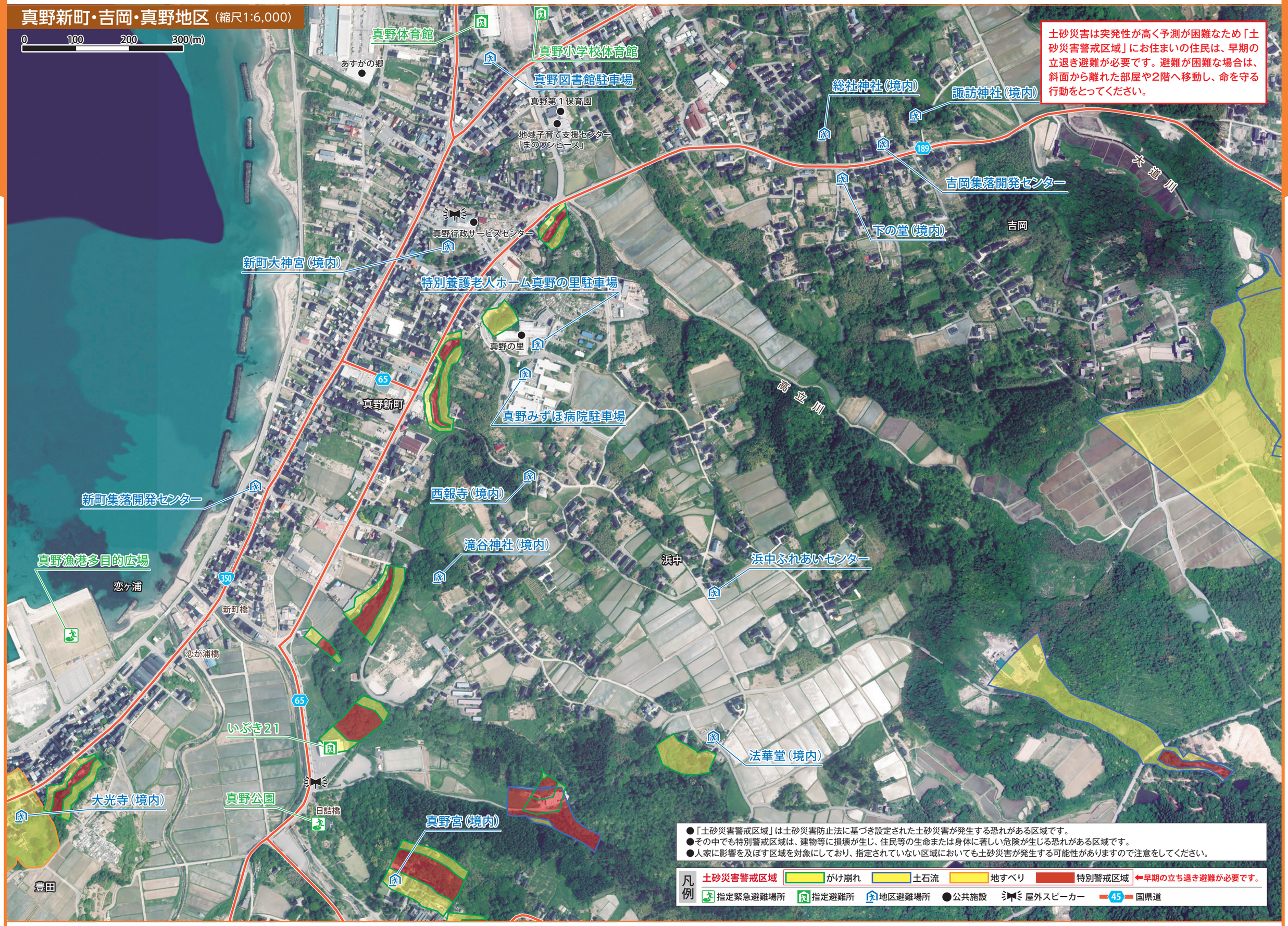


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

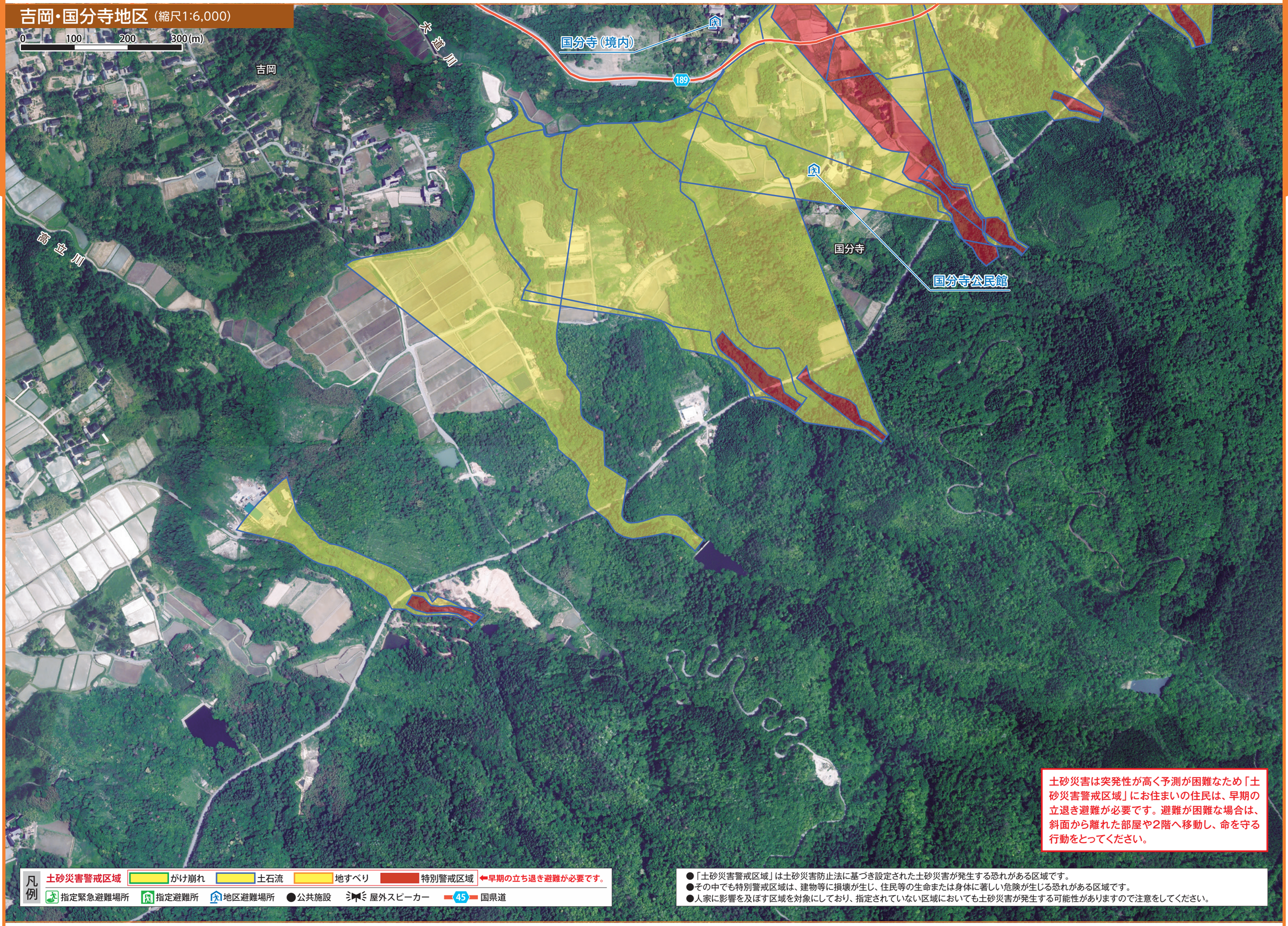
●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

真野新町・吉岡・真野地区（縮尺1:6,000）



吉岡・国分寺地区（縮尺1:6,000）

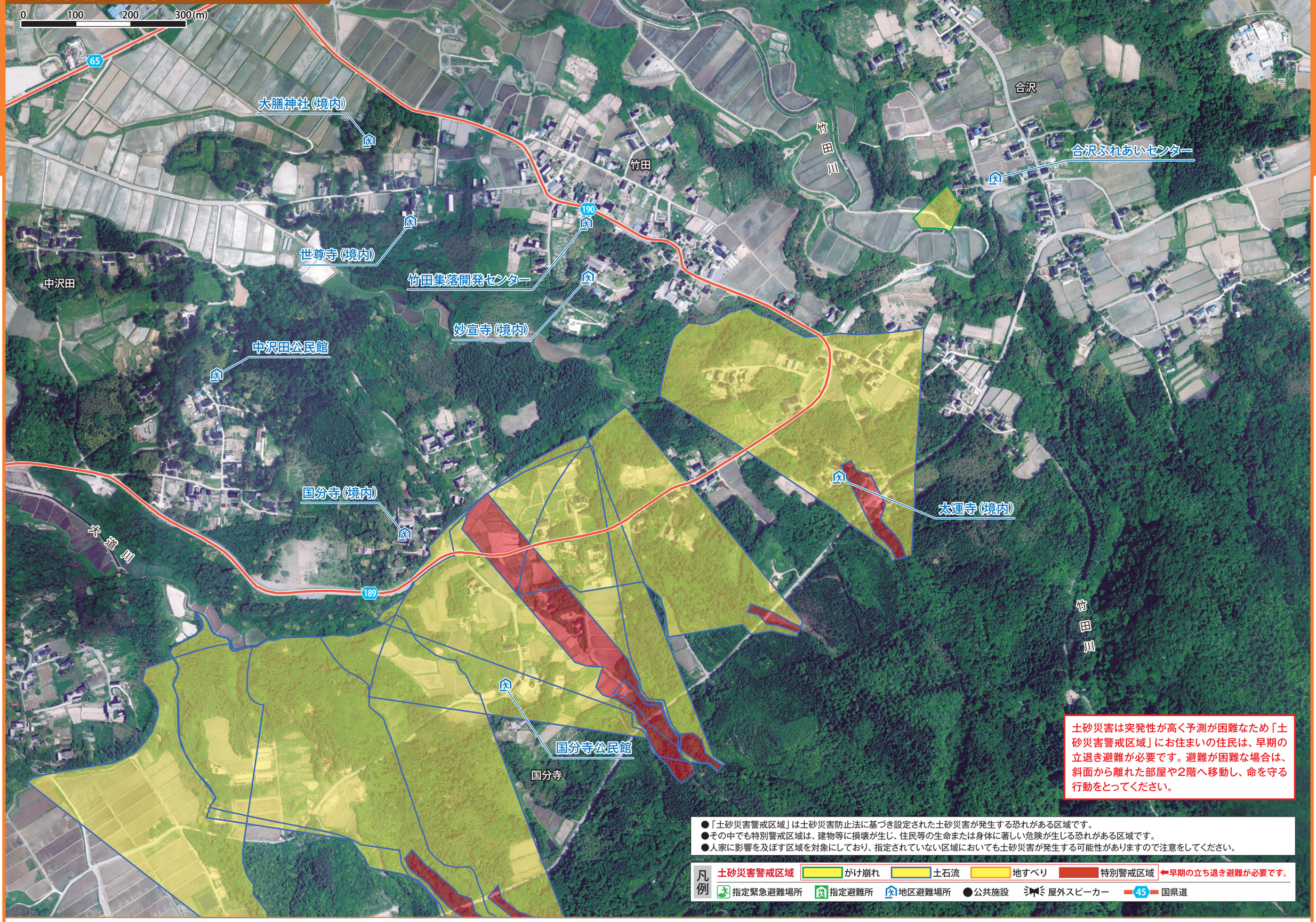


土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

国分寺・竹田・真野大川地区（縮尺1:6,000）



土砂災害は突発性が高く予測が困難なため「土砂災害警戒区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難が困難な場合は、斜面から離れた部屋や2階へ移動し、命を守る行動をとってください。

●「土砂災害警戒区域」は土砂災害防止法に基づき設定された土砂災害が発生する恐れがある区域です。
●その中でも特別警戒区域は、建物等に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危険が生じる恐れがある区域です。
●人家に影響を及ぼす区域を対象にしており、指定されていない区域においても土砂災害が発生する可能性がありますので注意をしてください。

凡例
土砂災害警戒区域　がけ崩れ　土石流　地すべり　特別警戒区域　←早期の立ち退き避難が必要です。
指定緊急避難場所　指定避難所　地区避難場所　●公共施設　屋外スピーカー　45 国県道

洪水の起こり方

台風による大雨や集中豪雨などが原因で、河川から増水・氾濫した水によって陸地が水没したり水浸しになる自然災害です。初夏の梅雨期、夏や秋の台風期などに生じやすく、大きな被害をもたらします。

洪水発生の仕組み

洪水は、大雨による河川の増水により、堤防が決壊するか、川の水が堤防を超えるなどして起こります。

大雨などにより川の水が堤防いっぱいまで増えると、堤防に水の圧力がかかり始めます。

水が増え、水の力に堤防が耐えられなくなると、堤防の一部が崩れ始めます。

堤防の崩れた場所は一気に拡がり、勢いよく水が流れ出し、家におそいかかります。

洪水浸水想定区域の考え方

全ての破堤点（堤防が決壊すると想定した箇所）について、どう氾濫し、浸水するか、それぞれの箇所で氾濫解析シミュレーションを行い予想しています。

マップに示した想定は、全ての予想結果を重ねあわせた最大の区域と深さを表示しています。実際は、それらのうち限られた箇所が氾濫し、浸水区域が広がります。

水位観測所の基準水位

避難情報の発令の判断目安として、佐渡市に関わる河川に基準水位が定められています。また、水位に応じて市より避難情報が発令されます。**早めの避難を心がけましょう!**

水位危険度レベル		基準水位（観測所名） 国府川（八幡）	小倉川（一宮橋）	大野川（皆川）	解説	発令内容
レベル5	氾濫の発生	5.40m	22.13m	6.30m	堤防高	避難指示（緊急）
レベル4	氾濫危険水位	4.01m	－	－	河川が氾濫するおそれのある水位	避難勧告
レベル3	避難判断水位	3.21m	－	－	避難情報発表の目安となる水位	避難準備・高齢者等避難開始
レベル2	氾濫注意水位	2.70m	19.65m	3.90m	河川の氾濫の発生を注意する水位	
レベル1	水防団待機水位	2.50m	18.80m	－	水防団が待機する目安となる水位	
	ふだんの水位					

堤防の漏水・浸食・亀裂等の状況によっても「避難情報」が発令されます

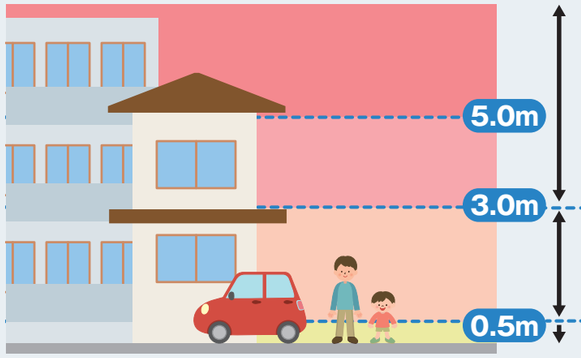
※基準水位が定められていなくとも、上記以外の河川（石田川、藤津川、羽茂川、久知川）水位観測所の水位状況を下記アドレスより確認できます。

新潟県河川防災情報システム
河川水位・雨量・ダム等の情報を提供
http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/kasen/

新潟　河川　検索

（スマホサイト）　（携帯サイト）

浸水が想定される区域における避難行動



最上階も浸水するおそれがあることから、早期の立退き避難が必要です!

床上浸水が想定されることから、屋外避難を行ってください!
※浸水時に想定される状況を踏まえ、屋内で安全確保を行うことも判断してください。

床下浸水が想定されることから、屋内で安全確保を行い、必要に応じて屋外へ避難してください!
※水深が0.5mを超えると大人でも避難が非常に困難になりますので早めに避難しましょう。

家屋倒壊等氾濫想定区域の設定

家屋の倒壊・流失をもたらすような激しい流れが発生するおそれがある堤防沿いの地域を「家屋倒壊等氾濫想定区域」として設定してあります。この区域は、**早期の立退き避難が必要です!**

家屋倒壊等氾濫想定区域には（氾濫流）と（河岸浸食）があります

氾濫流

氾濫した洪水の流速が早く、木造家屋が倒壊する恐れのある区域

河岸浸食

洪水の際に河岸が削られて、家屋が倒壊する恐れのある区域

洪水から身を守りましょう

自主的な避難

雨の降り方がいつもと違うと感じたら、ラジオ・テレビなどからの最新の気象情報等に注意しましょう。また、危険を感じたら、自主的に避難準備を始めましょう。

避難の呼びかけに注意を

地区のみなさんに避難が必要と判断したときは、戸別受信機や佐渡市メール等で避難の呼びかけを行います。

靴は運動靴、動きやすい格好で

夜間や浸水した道路は、足元が見えないため非常に危険です。手をつないで、先頭の方は長い棒などで確認しながら進みましょう。

危険な場所は避けて避難しましょう

がけ地や堤防などを通るのは危険です。近道であっても避けましょう。橋を渡ることはなるべく避けて避難しましょう。

車での避難は注意

車での避難は道路が浸水する前に早めに開始しましょう。道路が浸水すると車のエンジンがとまりますので、できる限り歩いて避難しましょう。

万が一、逃げ遅れたら

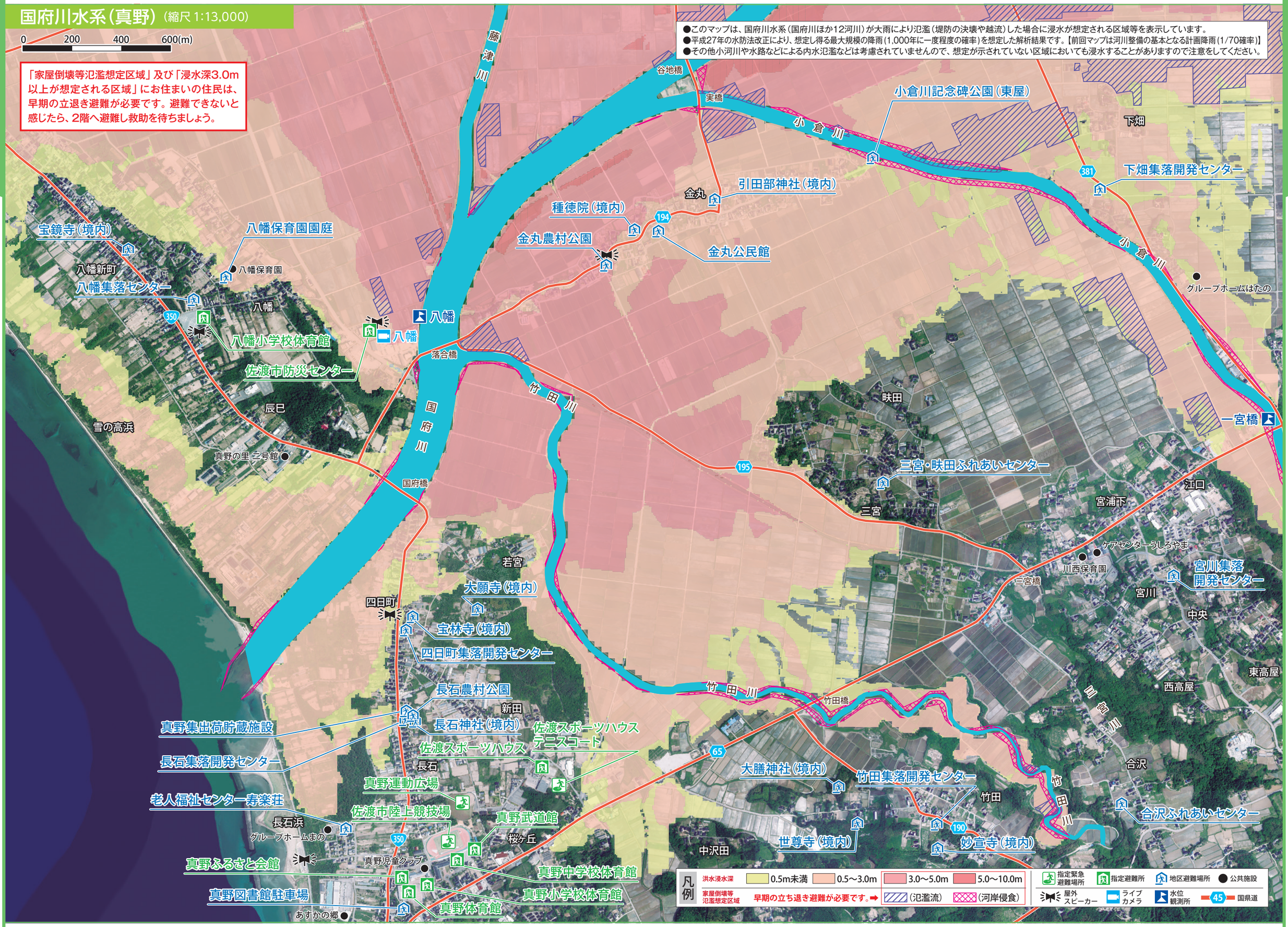
避難できないと感じたら無理をせず、自宅の2階や近所の高台へ避難して救助を待ちましょう。建物の場合は、階段を使って上の階へ行きましょう。

国府川水系（真野）（縮尺 1:13,000）

0　200　400　600(m)

「家屋倒壊等氾濫想定区域」及び「浸水深3.0m以上が想定される区域」にお住まいの住民は、早期の立退き避難が必要です。避難できないと感じたら、2階へ避難し救助を待ちましょう。

●このマップは、国府川水系（国府川ほか12河川）が大雨により氾濫（堤防の決壊や越流）した場合に浸水が想定される区域等を表示しています。
●平成27年の水防法改正により、想定し得る最大規模の降雨（1,000年に一度程度の確率）を想定した解析結果です。【前回マップは河川整備の基本となる計画降雨（1/70確率）】
●その他小河川や水路などによる内水氾濫などは考慮されていませんので、想定が示されていない区域においても浸水することがありますので注意をしてください。



全市民が防災要員 ～みんなで助け合おう～

災害が発生した直後は、市や消防などが行う活動に限界があります。いざというときに真っ先に駆けつけて助け合うことができるのは、向こう三軒両隣といわれる近所の方々です。

大きな災害であるほど地域の助け合いが重要になります。日頃から、隣近所とのコミュニケーションや、地域の活動に積極的に取り組みましょう。

災害に強い安全安心のまちづくり（地域防災力）

3つの連携

地域防災力の向上

自助

自分と家族

平常時
- ハザードマップで自宅周辺の状況確認
- 避難所・避難経路の確認
- 非常持出品・備蓄品の準備

災害時
- 命を守る行動

共助

隣近所・町内会・自主防災会

平常時
- 町内の安全点検
- 防災資機材の購入・備蓄
- 防災訓練の実施

災害時
- 避難誘導、避難所の開設
- 救出・救護活動
- 災害時要配慮者への安全確保

公助

市・警察・消防など

平常時
- 市民に対する啓発活動
- 基盤整備の推進

災害時
- 情報収集と伝達
- 避難所の開設
- 救出・救護活動

TOPIC 災害時、あなたを助けてくれるのは?

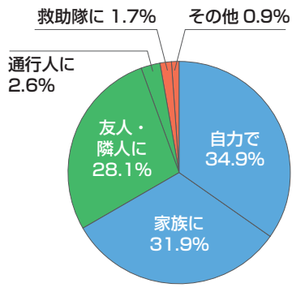
災害の規模が大きくなればなるほど、行政の対応力は小さくなります。下図は、阪神・淡路大震災時に倒壊した建物の下敷きになったり、閉じ込められた人の「救助をだれが行ったか」を調査した結果です。

自助（自力で、家族に）	67%
共助（友人・隣人に、通行人に）	31%
公助（消防や自衛隊など）	2%

一般的に災害時に必要になる力の割合は、

自助：共助：公助 ＝ 7：2：1

と言われています。



兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書（日本火災学会より）

非常持出品チェックリスト

非常持出品リスト
（災害発生時に持ち出すもの）

非常食

- □ 水（1人1日あたり3リットル目安）
- □ 食料（インスタント食品・缶詰など最低1食分の携帯食）

衣　類

- □ ヘルメット
- □ マスク
- □ メガネ
- □ コンタクトレンズ（保存液を含む）
- □ 雨具
- □ 下着・靴下
- □ ティッシュ・タオル
- □ 生理用品

防災用品

- □ 携帯ラジオ
- □ 懐中電灯（できれば1人に1つ）
- □ 乾電池
- □ 携帯電話の充電器
- □ ポリ袋
- □ レジャーシート
- □ ロープ
- □ ビニール袋
- □ 軍手

救急医療品

- □ 常備薬（持病をお持ちの方は病院から処方された薬）
- □ 簡単な救急セット
- □ ウェットティッシュ
- □ おくすり手帳

貴重品

- □ 現金
- □ 健康保険証（または保険証のコピー）
- □ 通帳・印鑑など

備蓄品リスト
（災害発生時に自活するためのもの。3日分を目安に準備。）

食料など

- □ 水（1人あたり9リットル程度）
- □ 食料（缶詰やレトルト食品）
- □ 缶切り・栓抜き・ナイフ
- □ 紙コップ・紙皿・割り箸・ラップ・アルミホイル
- □ カセットコンロ・ガスボンベ

衣類など

- □ 下着類
- □ 衣類
- □ 防寒着
- □ 毛布または寝袋
- □ 使い捨てカイロや解熱シップ

日用品

- □ ライター・ろうそく
- □ 乾電池
- □ トイレットペーパー
- □ ウェットティッシュ

乳幼児のいる家庭

粉ミルク・ほ乳びん・おむつ・離乳食・スプーン・おんぶひもなど

妊婦のいる家庭

脱脂綿・ガーゼ・さらし・T字帯・新生児用品・母子手帳など

要介護者のいる家庭

おむつ・ティッシュ・携帯用トイレ・補助具の予備・常備薬・障害者手帳など

家族構成に合わせた準備を

非常持出品の準備

避難のときに持ち出す荷物は必要最小限にし、場所を決めて持ち出し袋にまとめておきましょう。また、内容を定期的に確認しておきましょう。

※重量10kg以下（背負って走れるように）