知る・伝える

千曲川洪水の歴史を知ろう

100年に一度の水害、千曲川洪水の歴史から学ぶ

■千曲川流域の洪水の歴史は、文献から仁和4年（888年）、最も古い記録があり、歴史上、特記すべき洪水として、寛保2年（1742年）の洪水が「戌の満水（いぬのまんすい）」と呼ばれ、千曲川史上最大の洪水として知られています。
■これら洪水時の推移を示した洪水水位標は、押羽に存在しており、寛保2年「戌の満水」の氾濫水位は10.7ｍを示しています。
■千曲川流域は地盤の隆起などにより形成された狭窄部（中野市、飯山市）によって昔から多大な被害が発生しています。
■現在でも、千曲川立ヶ花観測点における水位は、小布施町にとって大変重要な指標となっています。
■連続堤防や護岸工事実施以降、近年の主な洪水発生時の立ヶ花観測点（昭和26年観測開始）水位は、次のとおりです。
昭和57年10.54ｍ（飯山市木島地籍破堤）、昭和58年11.13ｍ（飯山市戸狩・柏尾地籍破堤）、平成16年10.32ｍ（中野市替佐　地区浸水）、平成18年10.68ｍ（中野市替佐地区浸水）、令和元年12.46ｍ（長野市穂保破堤・小布施町含む千曲川流域市町村浸水）

押羽にある千曲川大洪水水位標
最上部が戌の満水を示す

次代に語り継ぐ小布施町水害の歴史

水害当時の記憶や、昔の水害の話を伝え聞いたお話があるというご年配の方々に、今回お話を聞くことができました。

■押羽の方のお話し（月岡昌治さん）

自分では、千曲川大水害として一番被害が大きかったのは、昭和34年8月14日の７号台風と思っている。当時、自分が北部消防団副分団長で出動、北岡周辺で風速40メートル位と感じた。強風により瓦屋根の家が崩れたりしていた。
千曲川の水が午後4時頃からみるみる増水し、堤防を越水することはなかったが、堤防越水まで約1メートルと迫り、堤防上から手が洗えた。
明治29年7月20日の千曲川洪水時の話は、自分の祖父の話として聞いたことだが、当時の洪水の時は、現在ある自宅の庭先まで千曲川の水が上がってきた。
その時の洪水状況の話として、当時、この辺もほとんどの家が平屋の茅葺であったが、1軒だけ２階建の家（藤沢忠雄宅）があり、十数人の人がその家の2階へ避難し、船からおむすびを投入されたと伝え聞いた。
また、多くの人は羽場のお宮より南へ逃げた。現在の郷原神社前の道路、東西線より南側へ逃げたようだ。
千曲川の水は、ゆっくり増水する、北の方から順に水害が発生してくる。１日かけて水があがってくると伝え聞いた。

■山王島の方のお話し（岩井茂松さん・久保忠祐さん）

山王島では、自分の家もそうだが、水害にあっても家が流されないように家の周りに、大木となる木を植えて防いだと聞いている。
千曲川の水が来るとなると、村内の家を部落総出で移転したという話や明治の水害では、障子のます2段残して水がついたとの話も聞いた。
千曲川の大水の時、山王島の火の見のところで船をつないだという記録や大水の時は、山王島は南東へ逃げたと伝え聞いた。

■大島の方のお話し（三井操さん・小林暢雄さん）

昔から大島地域は、千曲川より松川の洪水被害が大きい。
千曲川洪水被害は浸水被害となるが、松川洪水は住宅流出被害となり、人的被害もある。
千曲川の水は、徐々に増えてくる。時間的にも余裕がある。
松川の水は、短時間に大量に流れてくる。時間的にも余裕はない。
「戌の満水」では、大島で17軒流されたことも記録されている。

昭和２８年９月２６日
台風第１３号の水害状況

知る・伝える

台風第19号災害を忘れない

令和元年10月12日～13日にかけて長野県を通過した令和元年東日本台風（台風第19号）により、千曲川が氾濫。大島・飯田・山王島の自治会の一部の住宅や倉庫、及び吉島地区の店舗、公共施設等130棟で浸水被害が生じました。長野市では、千曲川の堤防が決壊し、甚大な被害が発生しました。

小布施町の農業被害は、堤外農地を中心に、農地浸水が143.35ha、被害額は1億4,517万円に上りました。
この災害では、千両・栗ガ丘・大島・飯田・山王島・北岡・押羽・羽場の自治会に、避難勧告もしくは避難指示（緊急）を発令し、災害発生への警戒と避難をお願いしました。

千曲川の越水が夜間に発生したため、災害への警戒や避難の判断が難しい災害となりました。いざというときにスムーズに避難行動がとれるように、災害が発生する前に、いつ避難するか、どこへ避難するかについて家族全員で考えておくことが必要です。

今回の令和元年東日本台風災害について振り返り、この教訓をもとに、一人ひとりができる防災行動を見つめ直していただきたいと思います。今後、同様の災害が発生した時、地域全体で避難することができるよう、防災活動に取り組みましょう。
過去の災害を知ること・伝えること。それが、何よりの防災です。

備える

非常持ち出しチェックリスト

非常持出品の大原則

●男性1人15kg、女性1人10kg 程度を目安に
●非常持出品はリュックで
●1人に一個の非常袋を用意する
非常持出品の準備に家族全員が参加すれば防災意識が高まり必要なものを入れ忘れることもありません。また、みんなで分担して持てば重量も軽くできます。
●車のトランクに非常袋を入れておく
車を運転しているときに地震が起こることもあります。　また、家が、倒壊したような場合にも、取り出して使える利点があります。
●非常袋は何箇所かに分散して保管する
家具が倒れたような場合、非常袋が取り出せなかったり、中のものが使えなくなるケースも考えられます。庭やベランダなどにも、分散して保管しておきましょう。
●「わが家の防災会議」で中身を点検する
半年に1回程度、定期的に中身をチェックし、期限切れのものは入れ替えましょう。あらかじめ「わが家の防災の日」を決めておくと忘れずにすみます。
●「わが家の家族」に応じた「無くてはならない」ものを準備する

非常時持出品
避難時にまず持出す

□常備薬
□かぜ薬・胃腸薬
□お薬手帳
□健康保険証など
□かかりつけ医の診察券など
□傷薬・包帯・絆創膏
□衣類・下着　□タオル
□ティッシュ　□懐中電灯
□携帯ラジオ・予備電池など
□現金
□通帳・印鑑
□権利証書
□飲料水
□乾パンなど
□紙皿など食器
□缶切りなど
□ラップフィルム

非常時備蓄品
災害復旧までの数日間（最低3日）分準備する

□毛布・寝袋
□新聞紙
□洗面用具
□鍋・やかん
□トイレットペーパー
□筆記用具
□バケツなど
□飲料水（1人1日3リットルを目安に）
□保存食（缶詰やレトルト食品など）
□チョコレートなどの菓子類
□調味料など
□卓上コンロ
□ガスボンベ
□携帯コンロ
□固形燃料

乳幼児がいる場合

□粉ミルク　□レトルトや缶詰の離乳食
□哺乳ビン　□哺乳ビンの消毒剤
□スプーン　□紙おむつ　□お尻拭き　□着替え
□抱っこひも　□ベビーソープ　□バスタオル
□医薬品　□ガーゼ　□爪切り　□母子手帳

高齢者がいる場合

□レトルト食品（おかゆなど）
□医療品（常備薬、持病薬）
□老眼鏡　□補聴器
□入れ歯と入れ歯ケース
□湿布薬　□杖　□入れ歯用殺菌剤

備える

日常の中に防災を

ローリングストック法の実践

ローリングストック法とは

日頃から自宅で利用しているものを少し多めに備えることで、災害時に当面の間自力で生活することができるようにする備蓄方法です。常に最小限備えるべき品目・量を保ちながら（ストック）、多めに買い日常の中で消費、また買い足すことで循環型（ローリング）の備えが可能です。

ローリングストック法のポイント

①古いものから使うこと

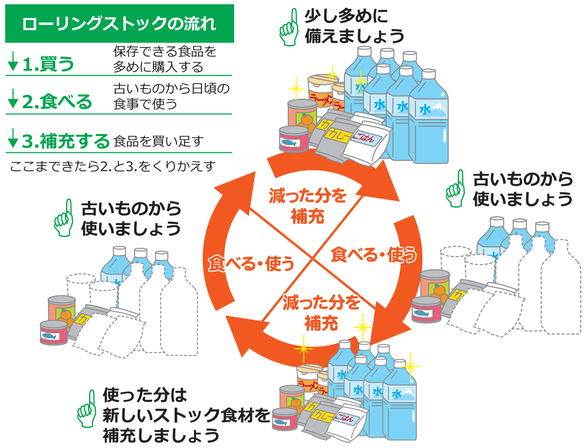
備蓄する食料が古くなってしまわないよう、消費の際には必ず一番古いものから使うようにしましょう。家族でルール（「新しいものを右側に配置し、左側の古いものから使っていく」等）を決め、それぞれに合った備蓄方法で上手に循環させることが大切です。

②使った分は必ず補充すること

ローリングストックでは、備蓄品としてストックしているものはいつ食べても構いません。ただし、消費した量を必ず買い足すようにしましょう。ちょっと補充を怠ったタイミングで災害が来る可能性もあります。消費した分の補充は必ず直後に行いましょう。

ローリングストックの流れ

↓1.買う　保存できる食品を多めに購入する
↓2.食べる　古いものから日頃の食事で使う
↓3.補充する　食品を買い足す
ここまできたら2.と3.をくりかえす



備える

避難時・避難生活の心得

避難時の注意事項

□　動きやすい服装で避難する
□　徒歩で避難する
□　隣近所どうし助け合い避難する
□　避難する時には、家族の安否や避難先を書き残す
□　電気・ガスの元栓を閉める
□　危険な場所を避ける
□　誘導員の指示に従う

避難ポイント

洪水時
□ マンホールや側溝、穴に注意する。
□ 杖などで足元を確認しながら歩く。
□ 逃げ遅れた場合は、頑丈な建物の上階へ移動する。

土砂災害時
□ 土砂災害警戒区域からすぐに離れる。
□ 逃げ遅れた場合は、頑丈な建物の上階へ移動し、がけから離れる。

地震時
□ 倒壊の危険があるものから離れる。
□ 落下物に注意する。

洪水になったときの歩き方

●歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cm。水深が腰まであるような無理は禁物です。高所で救助を待ちましょう。
●水面下にはどんな危険が潜んでいるかわからないので、長い棒を杖代わりにして、安全を確認しながら歩きます。
●裸足、長靴は禁物です。ひもでしめられる運動靴がよいでしょう。（意外と知られていないので注意してください。）
●はぐれないように、お互いの身体をロープで結んで避難しましょう。とくに子どもから目を離さないようにしましょう。
●お年寄りや身体の不自由な人などは背負いましょう。幼児は浮き袋、乳児はベビーバスを利用して安全を確保して避難します。

指定避難所・指定緊急避難場所

災害の種類	避難場所 ※それぞれ該当場所を記入してください
豪雨、台風などによる水害	
地震	

避難生活の心得

自宅で避難生活をする場合

家屋が無事であれば、自宅で避難生活を送ることも考慮しましょう。共同生活による負担を避ける事ができ、環境変化が比較的少なく済みます。

ライフラインは備蓄品でまかなう
●電気、ガス、水道がとまることがあります。
●カセットコンロ、懐中電灯、電池、マッチ、ろうそくなどを備蓄しておきましょう。
●飲料水や生活用水を備蓄しておきましょう。

一番困ることはトイレの確保
●自宅のトイレが機能しなくなることがあります。
●簡易トイレやトイレ処理セットを備蓄しておきましょう。
●風呂のため水を利用し、トイレを流すとよいでしょう。

日ごろから備蓄品を管理しましょう
●いざというときに備えて日ごろから備蓄を。
●ふだん使うものを多めに購入して、備蓄品としても使用できるようにするとよいでしょう。

避難所で生活する場合

避難所は共同生活です
●自治組織を作りましょう。
●生活ルールを定めましょう。
●係を決めて、役割を分担しましょう。
●お互いのプライバシーにも配慮しましょう。

衛生面に気を配りましょう
●感染症予防のためにしっかりと衛生管理をしましょう。
●こまめな清掃、ゴミの適切な処理をしましょう。
●トイレをきれいに使いましょう。

健康管理には普段以上の注意を

避難所生活の長期化
↓
ストレス、体力低下
↓
体調不良
→ 感染症／エコノミークラス症候群／一酸化炭素中毒

得る

災害時に得るべき情報

避難に関する情報

レベル	とるべき行動	気象庁発令情報	市町村発令情報	水位
1	心構えを高める	早期注意情報	―	―
2	避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報 氾濫注意報	―	千曲川　5.0m 松　川　1.5m
3	危険な場所から高齢者等は避難 他の住民は避難準備	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	高齢者等避難	千曲川　7.5m 松　川　2.1m
4	危険な場所から全員避難	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報 高潮警報・特別警報	避難指示	千曲川　9.2m 松　川　2.4m
5	命を守る最善の行動	大雨特別警報 氾濫発生情報	緊急安全確保	

※水位観測場所：千曲川は立ヶ花水位観測所にて水位観測（千曲川河川事務所）
松川は松川橋にて水位観測（須坂建設事務所）

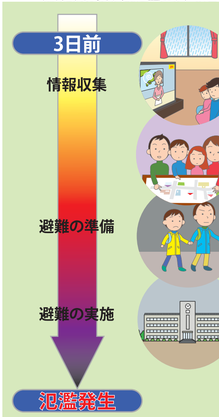
災害情報・気象情報を得られるツール

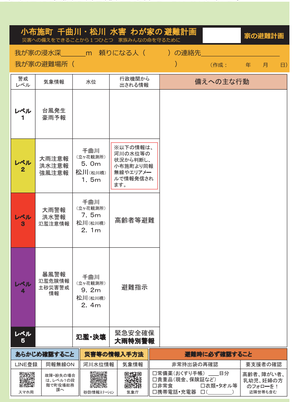
避難情報	災害発生情報 避難情報	河川水位情報 （千曲川・松川）	河川水位情報 （千曲川）	防災のために浸水想定	総合的な情報	
小布施LINE	長野県防災情報ポータル	長野県河川砂防情報ステーション	千曲川河川事務所	地点別浸水シミュレーション検索システム	信州くらしのマップ	信州防災アプリ 【android】　【iOS】

活かす

わが家の避難計画を作成しよう

今、災害が起こった時、あなたは何をして、どう自分や家族を守りますか？
その行動計画を見える形にしたものが「わが家の避難計画（マイタイムライン）」です。
「わが家の避難計画（マイタイムライン）」は、住民一人ひとりの災害時の避難計画であり、台風等の接近による大雨によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な避難行動を時系列的に整理し、まとめるものです。あなたの家族の行動計画を作ってみましょう。





支える

要配慮者への協力

高齢者
腕を貸したり、ロープなどを使い、背負って避難しましょう。その際には複数の人で協力しましょう。

妊婦・乳幼児
妊婦の方や、乳幼児の体調に気を配りながら、腕を貸したりなど、必要な支援をしましょう。

外国人
日本語でもいいので、声をかけたり、身振り手振りで伝えたりして、孤立させないようにしましょう。

目の不自由な人
杖を持っていない側にまわり、腕を貸してゆっくり歩きましょう。盲導犬にはふれないようにしましょう。

耳の不自由な人
相手の近くで、まっすぐ顔を向け、口を大きく動かして話しましょう。筆談や、身振り手振りで情報を伝えましょう。

車いすの人
坂道を上がる時は前向きで、降りるときは後ろ向きで避難しましょう。階段を昇り降りする場合は、可能な限り３人以上で協力するようにしましょう。

行動する

緊急時の連絡と応急手当

緊急時連絡先一覧

町役場	小布施町役場	---------247-3111
火事・救急・救助 １１９番	須坂市消防本部	---------245-0119
	小布施分署	---------247-5901
	須高休日緊急診療室（須坂病院内）	---------245-1650
警察へ急報 １１０番	須坂警察署	---------246-0110
	小布施町交番	---------247-2068
ＮＴＴ災害用伝言ダイヤル【１７１】 詳しくは、ＮＴＴのホームページをご覧ください。	録音方法 → 171 → 1 → 市外局番 026 ＋ 自宅電話番号 → 伝言を吹き込む（30秒以内）	
	再生方法 → 171 → 2 → 市外局番 026 ＋ 再生先電話番号 → 伝言を聞く	

■：音声案内に従いましょう。　《録音のポイント》・氏名・健康状態・家族の安否・避難場所

通報の仕方

◆電話は、あわてずに落ち着いて　◆住所・氏名・目標物を忘れずに

正しい119番通報
1　消火も通報も自分でしようとすると、よけいにあわててしまい、結果的にどちらも遅れてしまいます。大声で「119番してー」とアピールするのも大切。
2　①火事ですか、救急ですか？②場所とお名前を③目標となるものは？
消防の質問に応じて、冷静にテキパキ答えるのが一番の早道です。

住所		目標物	
氏名		連絡先	

応急手当

災害時は救急隊の到着が遅れる場合があります。意識を失って倒れている人がいる場合、救急隊の到着まで適切な処置を行うことで生存率を大きく上げることができます。

出血
1. 傷口の上から強く圧迫する。その際、清潔な布等を当てて感染防止のためビニール手袋やビニール袋を使用する。
2. 傷口を心臓より高くする。

骨折
1. 患部を固定する。
2. 副木を当て（身近なものを代用）、骨折部分の上下関節を固定する。
3. なるべく早く医療機関を受診する。

やけど
1. 患部を早急に冷やす。衣服を着用していたら、その上から冷やす。
2. 水泡は破らず患部を清潔な布等で覆う。

心肺蘇生法

意識・呼吸の確認
1. 声をかけ、意識があるかを確認する。
2. 誰かにＡＥＤの搬送をお願いする。
3. 胸と腹の動きがなければ 呼吸なしと判断して、胸骨圧迫と人工呼吸に移行する。

胸骨圧迫と人工呼吸
1. 胸の中央に両手を重ね、胸が5cm沈む程度の強さで圧迫する。
2. 1分間に100回のテンポで圧迫する。
3. 胸骨圧迫30回と人工呼吸２回のサイクルを続ける。
4. ＡＥＤが到着したら、音声の指示に従って使用する。

人工呼吸の方法
1. あごを上げて気道を確保する。
2. 額に当てた手の親指と人差し指で鼻をつまみながら１秒ほど息を吹き込む。