



小布施町  
「わが家の避難計画」の  
考え方とつくり方  
～マイタイムラインを知る～

保存版

# 小布施町 水害ハザードマップ (千曲川・松川流域)



小布施町 千曲川流域 (合同製 1/25000) 写真提供: 株式会社P&C

## ハザードマップについて

この図には、千曲川・松川流域の想定しうる最大規模降雨による洪水浸水想定区域、浸水した場合に想定される水深、及び避難施設等を明らかにする inundation の発生が想定される区域(避難施設等)を想定区域に示しています。

令和2年度の対応では、平成29年3月の公表した千曲川の洪水浸水想定区域に加え、令和2年3月20日に長野県が公表した約100kmの洪水浸水想定区域を新たに追加しています。令和元年度日本台風(台風19号)の被害により、小布施町においても、河川の氾濫と甚大な被害が発生しました。今後の防災に備える1つの参考資料としてご利用ください。

令和2年10月

指定避難所・指定緊急避難場所	指定避難所	指定緊急避難場所
小布施町立中学校	小布施1447-1	247-2024 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1448	247-2024 指定避難所
小布施町立老人センター・健康センター	小布施2490-9	247-4287 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1491-2	247-3111 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1299-2	247-4285 指定避難所
小布施町立トレーニングセンター	豊後533	247-4923 指定避難所
小布施少年館	小布施25	247-2109 指定避難所
小布施町立コミュニティセンター	中松1	247-4284 指定避難所
小布施町立公民館	中松500-1	247-4424 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1200-3	247-3342 指定避難所
小布施町立公民館	中松711	247-2044 指定避難所
小布施町立公民館	小布施2412	247-2127 指定避難所
小布施町立公民館	小布施14	247-4245 指定避難所
小布施町立公民館	中松490-1	242-6900 指定避難所
小布施町立公民館	中松1326-1	— 指定避難所
小布施町立公民館	豊前1293-3	— 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1760-1	— 指定避難所
小布施町立公民館	中松509-1	247-5497 指定避難所
小布施町立公民館	小布施1491-2	247-3111 指定避難所
小布施町立公民館	中松36-1	247-9168 指定避難所
小布施町立公民館	小布施279-7	— 指定避難所
小布施町立公民館	大黒609-2	— 指定避難所

福祉避難所 (災害時要援護者専用避難所)	福祉避難所	福祉避難所
小布施町立老人センター	小布施600-1	242-6850 多目的ホール

町内の医療機関	町内の医療機関	町内の医療機関
小布施町立病院	小布施201	247-2023
小布施町立病院	豊後16	247-5212
小布施町立病院	小布施201	247-2023
小布施町立病院	小布施1126-1	247-2240
小布施町立病院	小布施2249-1	242-6888
小布施町立病院	小布施217-6	247-4929
小布施町立病院	小布施209	251-4980
小布施町立病院	小布施2258-19	242-6849
小布施町立病院	中松325	247-4725
小布施町立病院	中松134-1	247-2262
小布施町立病院	中松216-10	247-4922

### ● 浸水の深さの目安 ●

100~200cm未満の浸水

- 5.0~10.0m未満: 浸水の恐れあり
- 3.0~5.0m未満: 浸水の恐れあり
- 0.5~3.0m未満: 浸水の恐れあり
- 0.5m未満: 浸水の恐れあり

### 凡例

凡例	説明	場所
1. 2.	避難施設	指定避難所
3.	福祉避難所	指定避難所
4.	町内の医療機関	指定避難所
5.	河川	指定避難所
6.	主要地方道・県道	指定避難所
7.	主要町道等	指定避難所
8.	浸水深0.5m未満の区域	指定避難所
9.	浸水深0.5~3.0m未満の区域	指定避難所
10.	浸水深3.0~5.0m未満の区域	指定避難所
11.	浸水深5.0~10.0m未満の区域	指定避難所
12.	浸水深100~200cm未満の区域	指定避難所
13.	家屋倒壊等危険想定区域(仮定)	指定避難所
14.	浸水区域の対象となる河川	指定避難所
15.	土砂災害警戒区域(土石流)	指定避難所
16.	土砂災害特別警戒区域(土石流)	指定避難所
17.	土砂災害警戒区域(危険箇所)	指定避難所
18.	土砂災害特別警戒区域(危険箇所)	指定避難所
19.	主要河川	指定避難所
20.	千曲川に起こる大雨により発生する浸水の想定区域	指定避難所

### 千曲川流域の水害

#### 浸水被害

千曲川流域の水害は、千曲川・松川流域の浸水被害を想定し、浸水の深さや浸水範囲を示しています。

#### 土石流

千曲川流域の水害は、千曲川・松川流域の土石流被害を想定し、土石流の発生範囲を示しています。

#### 土砂災害

千曲川流域の水害は、千曲川・松川流域の土砂災害被害を想定し、土砂災害の発生範囲を示しています。

令和2年(2020年)  
※最新版を全戸配布

1:10,000



# 我が家の避難計画 マイタイムライン

知り行動と時刻的に対応し、大切な命を守ります。お家の家族の行動計画としてつくりましょう。

**3日前**

情報収集

避難の準備

避難の実施

氾濫発生

テレビなどで天気予報をチェック

避難経路を確認する

避難所に移動

避難完了

原状レベル	気象情報	水位	行政機関から出される情報	備えへの主な行動
レベル1	台風発生 豪雨予報			
レベル2	大雨注意報 洪水注意報 強風注意報		以下の情報は、 河川の水位等の 状況から判断し、 お家から避難し、 お家から避難経路 やエリア等 などで情報発信され ます。	
レベル3	大雨警報 洪水警報 注意注意情報	千曲川 (注→警戒水位) 5.0m 松川(注川) 1.5m	避難準備・ 高齢者等 避難開始	
レベル4	最高警報 注意危険情報 土砂災害警戒 情報	千曲川 (注→警戒水位) 7.5m 松川(注川) 2.1m	避難勧告	避難完了目安
レベル5		千曲川 (注→警戒水位) 9.2m 松川(注川) 2.4m	避難指示(緊急)	
レベル6			災害発生情報 大雨特別警報	

# 避難情報が出されたら “どう動くか？”

## 災害時の人間の行動 (心理学者 ジョンリーチ博士)



① 落ち着いて行動できる人

10%

② 我を失ってしまう人

15%

③ ショックで何もできない人

75%

支える

要配慮者への協力

どう動くかを  
あらかじめ家族で  
決めておくことが重要

う。盲導犬にはふれないように  
しましょう。

しょう。筆談や、身振り手振り  
で情報を伝えましょう。

合は、可能な限り3人以上で協  
力するようにしましょう。



小布施町

小布施町 千曲川・松川水害 わが家の避難計画				家の避難計画
災害への備える出来ることからひとつひとつ みんなの命を守るために (作成: 年 月 日)				
警戒レベル	気象情報	水位	行政機関から出される情報	備えへの主な行動
レベル1	台風発生 豪雨予報			河川の水位等の状況から判断し、小布施町より同報無線やエリアメールで情報発信
レベル2	大雨注意報 洪水注意報 強風注意報	千曲川 5.0m 松川(松川橋) 1.5m		
レベル3	大雨警報 洪水警報 氾濫注意情報	千曲川 (立ヶ花観測所) 7.5m 松川(松川橋) 2.1m	高齢者等避難	
レベル4	暴風警報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報	千曲川 (立ヶ花観測所) 9.2m 松川(松川橋) 2.4m	避難指示	
レベル5		氾濫・決壊	緊急安全確保 大雨特別警報	

# 表面

## 「わが家の避難計画」作成チェックシート

### -状況編-

!! 該当するものに○をしましょう

わが家の被害予想 (ハザードマップより)	
1	わが家の最大浸水深さは？ A 浸水しない B 0.5m未満 (床下程度) C 0.5~3.0m(1階くらいまで) D 3.0~5.0m E 5.0~10.0m (2階部分も水没) F 10.0m以上
2	わが家の流れの速さは？ A 秒速2mより小さい (地面が見えない箇所もあるので、慎重に避難しましょう) B 秒速2m以上 (避難が難しい状況です。水が来てしまっている時には垂直避難を考えましょう)
3	わが家はどんな区域に該当していますか？ A 家屋倒壊等はん濫想定区域  B 浸水区域 0.5m未満    20m未満 C 土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域  D その他 ( )

**ポイント!** 3でA~Cに当てはまれば、原則として自宅外に避難が必要です。ただし、A家屋倒壊等はん濫想定区域および、C土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域外で、浸水しない高さがあり、かつ水・食糧等の備えがあるときは自宅での垂直避難も可能です。

わが家の状況	
1	所属している地域組織の連絡先は分かっていますか？ わからない ・ わかる (緊急時に連絡がとれる準備をしておきましょう)
2	避難する人数は何人ですか？ 1           
3	避難に支援が必要な人はいますか？ 乳幼児・子供・妊婦・障がい者・高齢者
4	車は何台保有していますか？ 台 (避難所に行くことのできる自家用車は2台まで！)
5	農業機械等の移動できるものはありますか？ ない ・ ある (あらかじめ高台に移動することも検討しましょう)
6	ペットはいますか？ いない ・ いる (ケージに入らないと避難所に入ることができません)

**ポイント!** 事前に避難に支援が必要となる人や最低限の持ち出し物品を整理しておくことが重要です。また、ペットがいる場合、どのように避難するのかあらかじめ検討しておきましょう！

わが家の避難場所	
	町開設の避難場所: _____ その他: _____
1	どうやって避難しますか？ A 自動車 (どの車で避難するか決めておきましょう) B 徒歩 C その他 ( )
2	避難する場所と所要時間はどれくらいですか？ A 避難所 C 自宅内で高い場所へ避難 B 家族・親戚・知人宅 D その他 ( )

**ポイント!** 避難所以外に避難する場合には、あらかじめ相談しておくことが大切です。避難に時間がかかる場合には警戒レベル3 (高齢者避難 発令) により避難するようにしましょう。また、避難先が複数になる場合はそれぞれへの避難のタイミングを確認しましょう。

わが家の避難計画の準備と確認のタイミング	
1	「わが家の避難計画 (マイタイムライン)」はどこに貼っておきますか？ ・冷蔵庫の扉 ・個別受信機の近く ・電話機の近く ・玄関 ・その他 ( )

**ポイント!** わが家の避難計画は家族全員で共有しておくことが大切です。全員が読まずには行動できるようにしておきましょう。

# 裏面

## 「わが家の避難計画」作成チェックシート

### -行動編-

!! 着色部は記入しましょう

水害情報の入手と避難の準備			
1	注意する川はどこですか？	・千曲川 ・松川 ・篠井川	いつ？
番号	問	大雨が近づくと気象庁や小布施町から様々な情報が発令されます。いつ、誰が、何をするのか整理しておくことが重要です。	①台風発生・豪雨予報 ②大雨・洪水・強風注意報 ③大雨・洪水警報/高齢者避難 発令 ④暴風警報・はん濫危険情報/避難指示 発令 ①から④の数字を記入しましょう
		当てはまるものに○をつけましょう	誰が行動する？
2	【情報収集開始】水害が迫っているとき、流域の「どんな情報」を調べますか？	・台風の進路、予想雨量、 ・時間雨量 (今降っている雨の量) 累積雨量 (これまでの雨の量) ・川の水位、その川の上流の情報 ・その他 ( )	
3	その情報は、「何を使って (パソコン、テレビ等)」調べますか？	・テレビ、ラジオ ・パソコン、タブレット、スマホ ・家族に電話 ・その他 ( )	
4	【避難準備開始】避難所に持っていくものは何を準備しますか？	・常用薬 (おくすり手帳)、健康保険証 ・貴重品 (現金、預金通帳、印鑑等) ・携帯電話、充電器、予備バッテリー ・衣類 (防寒着、タオル等) ・飲料水、食品 ・衛生用品 ・救急/救護用品 ・その他 ( )	
5	避難する前に家もしくは周辺でしておくことはありますか？	・ブレーカーや元栓の確認 ・飛んだり、流されそうなものを屋内へ ・大切なものはなるべく上階へ ・戸締り ・その他 ( )	・低い場所に土のうを積み ・近所への声掛け ・家族、親戚との情報共有 ・ペットの避難
6	ペットの避難はどうしますか？	・ケージ等に入れて家族と避難できるように準備 ・事前に安全な場所 ( ) に避難	
7	避難するとき使うカバン・服装・靴はどのようなものを準備しますか？	・逃げやすい服装に着替える ・運動靴を準備 ・「車いす」や「つえ」等を準備 ・避難用リュックサックを準備 ・「車いす」や「つえ」等を準備 ・その他の注意点 ( )	

**ポイント!** 情報を入力する際には、「何を見れば欲しい情報が入手できるのか」あらかじめ確認しておきましょう。避難の際は、動きやすい運動靴、避難時や避難所での生活に適した服装を用意しましょう。

避難時にすべきこと			
番号	問	最低限やるべきことをメモしましょう。	誰が行動する？
1	【避難開始】どのように避難行動 (声掛け・避難所への移動等) を行いますか？	例: ・○○宅に声掛け、一緒に避難 ・○○に連絡してから避難 ・用水路の近くを通らない、排水箇所を無理に通らない	
2	家族で手助けが必要な人はいませんか？誰がどうサポートしますか？	例: おじいちゃんは、避難準備情報が出そうであれば町外の○○宅に避難、車いす・つえ等を避難するときに父が車に積む	
3	近所を手助けが必要な人はいませんか？誰がどうサポートしますか？	例: お隣のおばあちゃん、父が訪問して、貴重品と薬だけ準備をしてもらって一緒に避難	
4	【避難完了】避難が完了したことを誰に報告しますか？	例: ・組長さんに避難が完了した旨を報告 ・東京に住む子供に連絡 ・親戚等へ連絡	
5	避難してから何をしますか？	例: ・地区役員の役割 ・避難所での情報収集 ・避難所運営の手伝い (設営、炊き出し、受付等)	

# ①災害の被害を想像してみよう

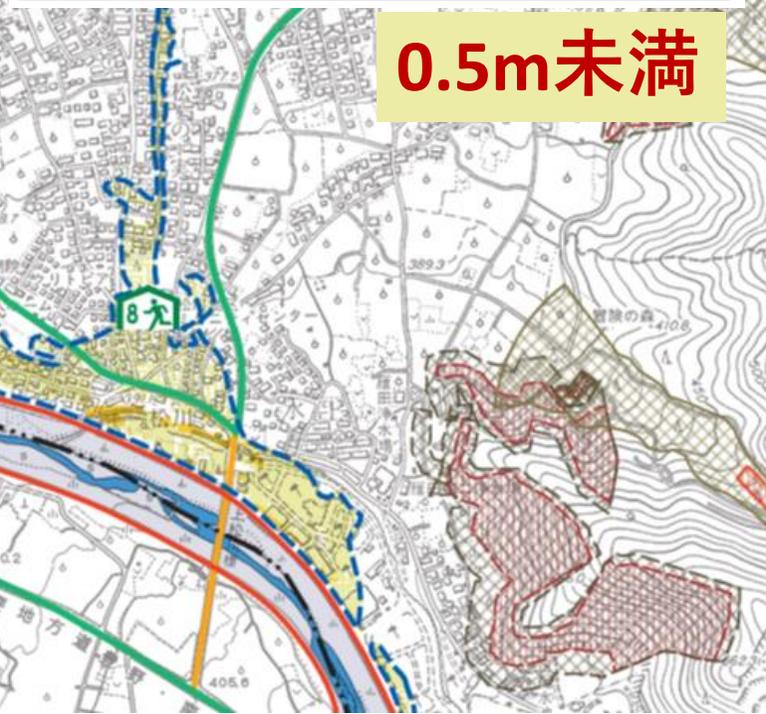
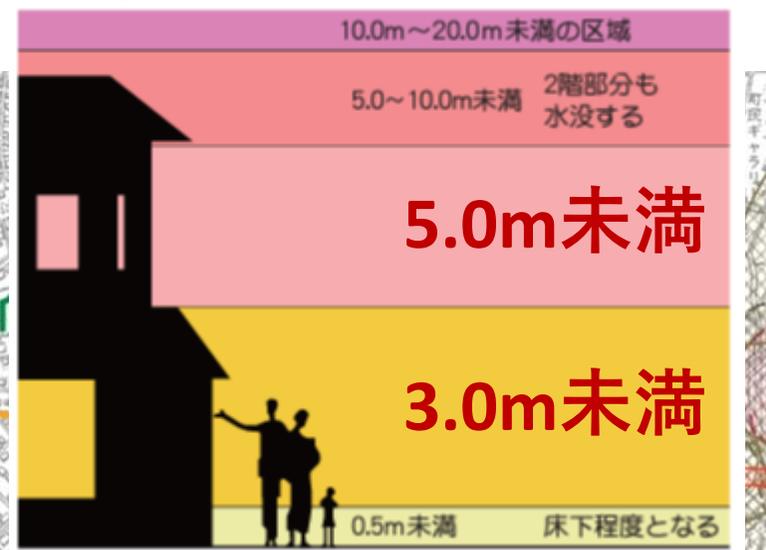
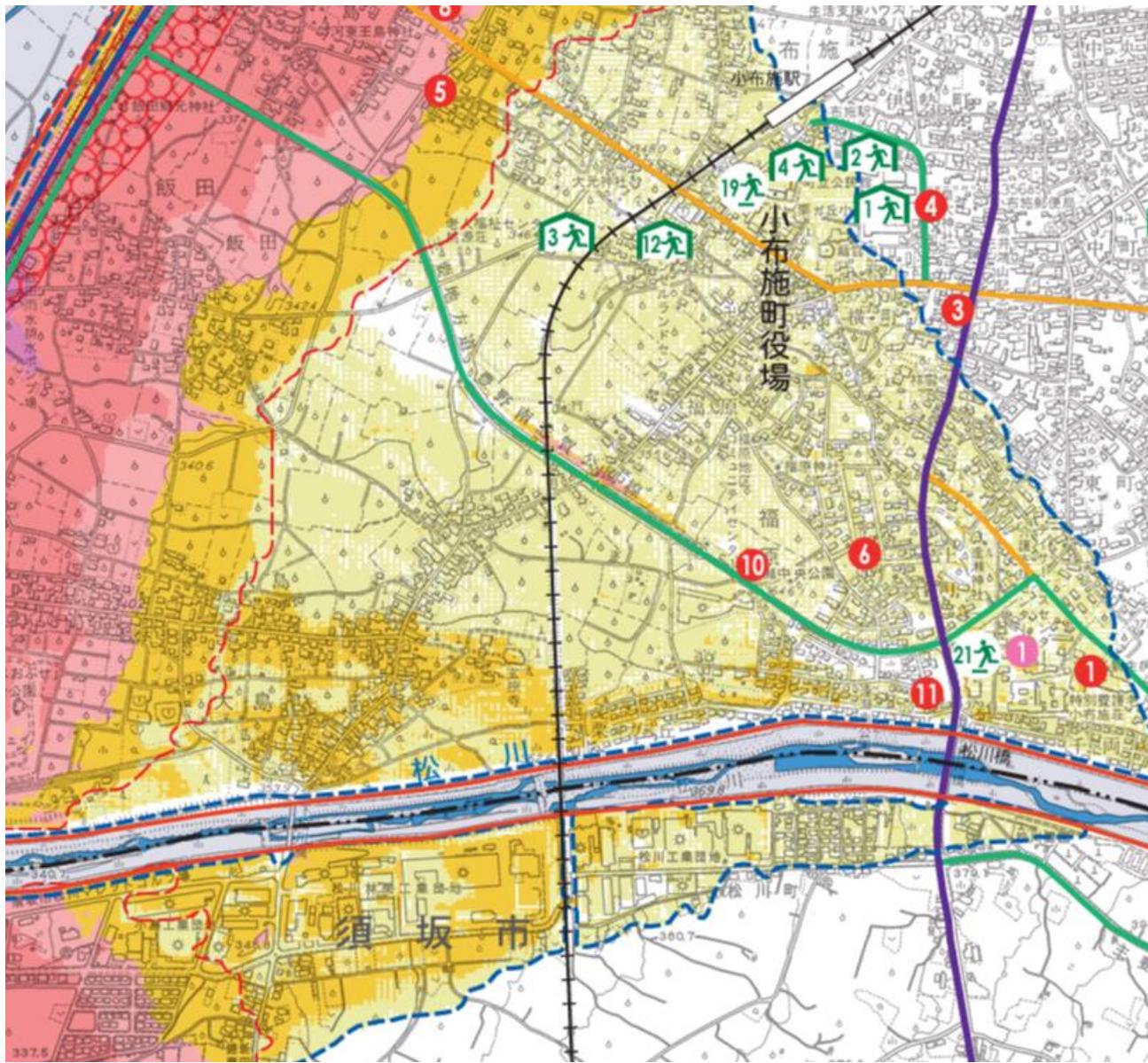
## ハザードマップを調べる

1/1000年確率の雨量に対し、浸水の可能性のある場所を示す。  
流れにより構造物が被害を受ける場所や、土砂災害の場所も確認する

## 地点別浸水シミュレーション検索システム (国土交通省提供サービス)

自宅や職場等々でどれくらいの浸水被害が想定されるかをアニメーション等で確認することができるサービス。





**0.5m未満**

流速 m/s

≤0.5

≤1.0

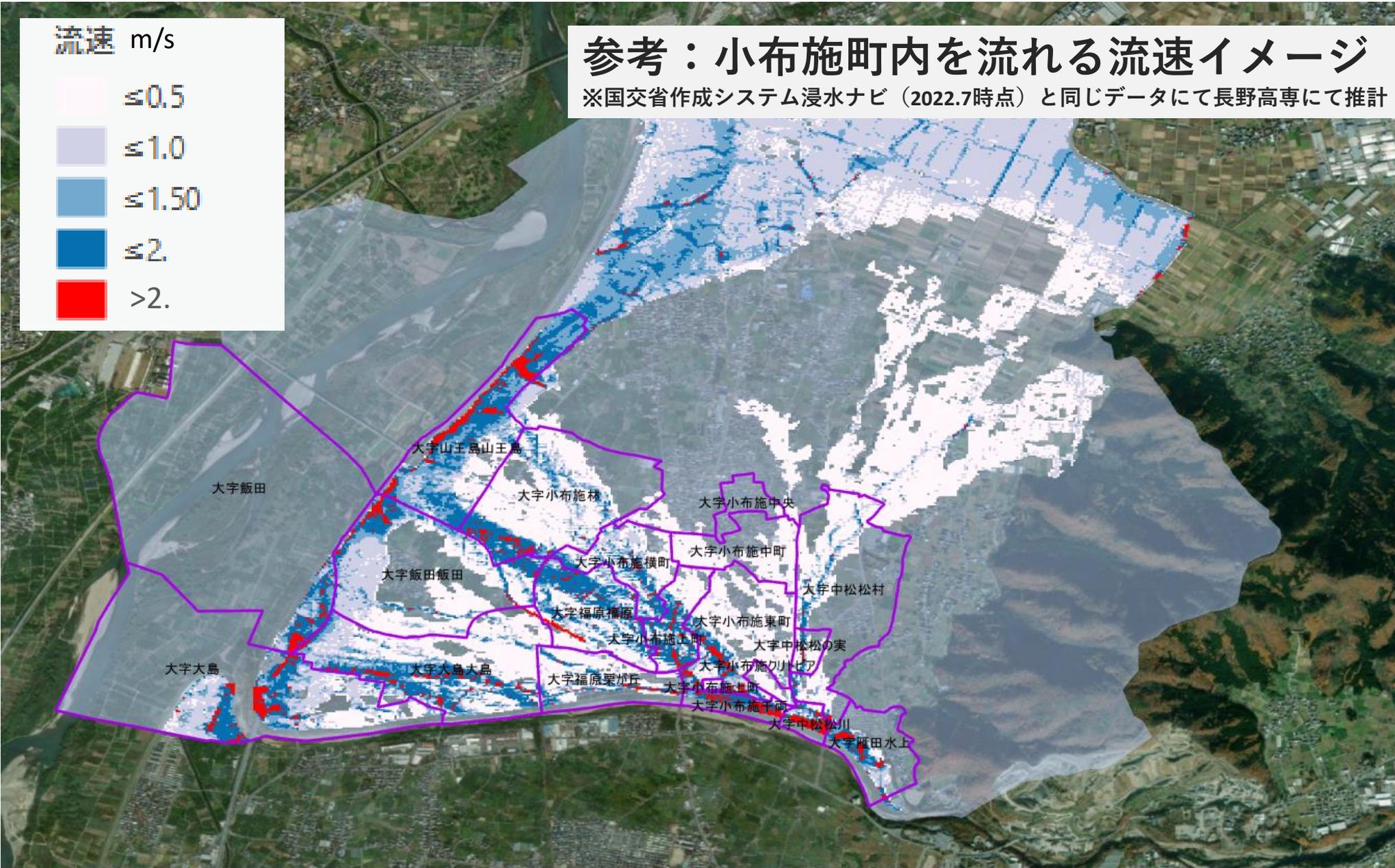
≤1.50

≤2.

>2.

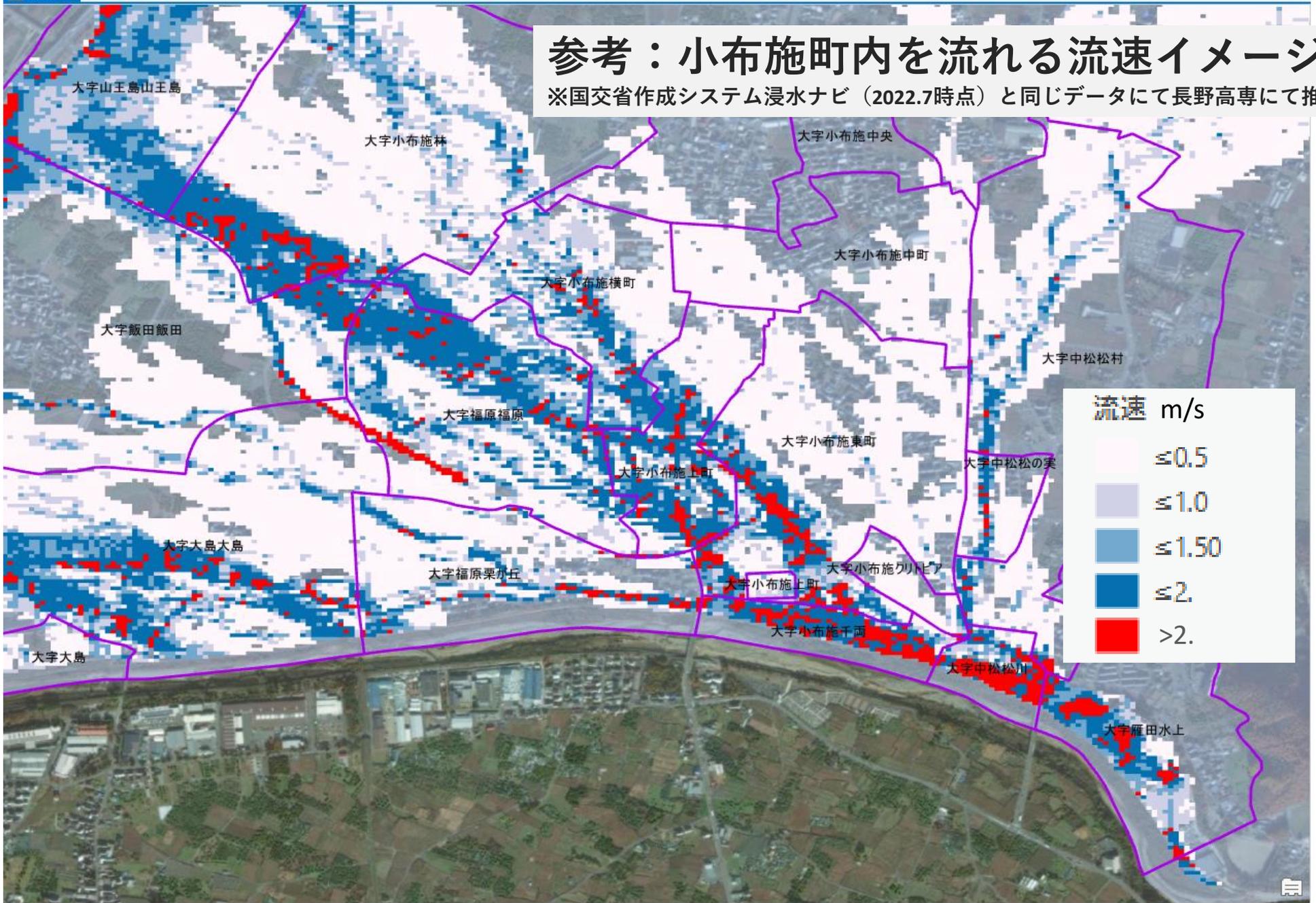
# 参考：小布施町内を流れる流速イメージ

※国交省作成システム浸水ナビ（2022.7時点）と同じデータにて長野高専にて推計



# 参考：小布施町内を流れる流速イメージ

※国交省作成システム浸水ナビ（2022.7時点）と同じデータにて長野高専にて推計



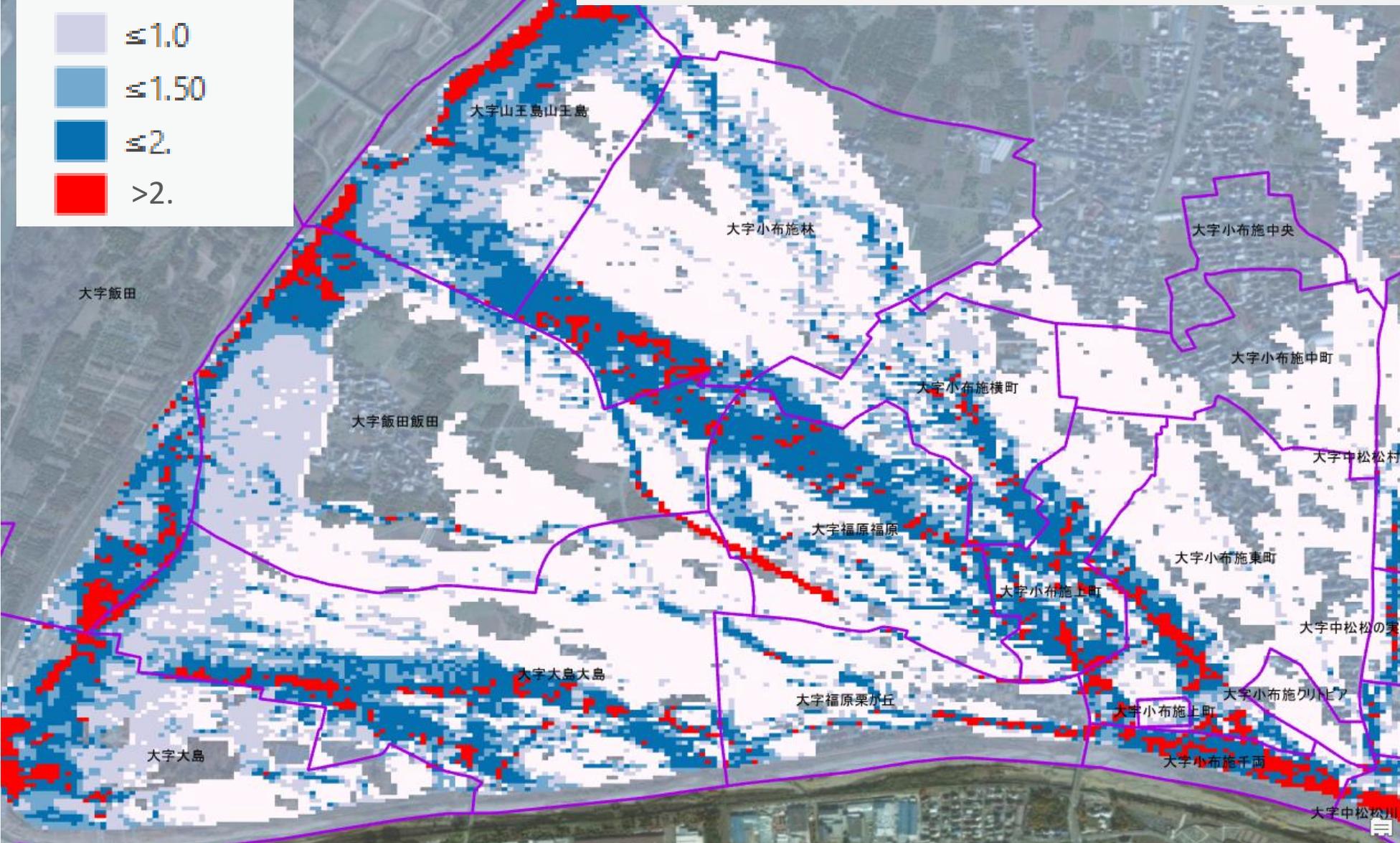
流速 m/s	
≤0.5	Lightest Blue
≤1.0	Light Blue
≤1.50	Medium Blue
≤2.0	Dark Blue
>2.0	Red

流速 m/s

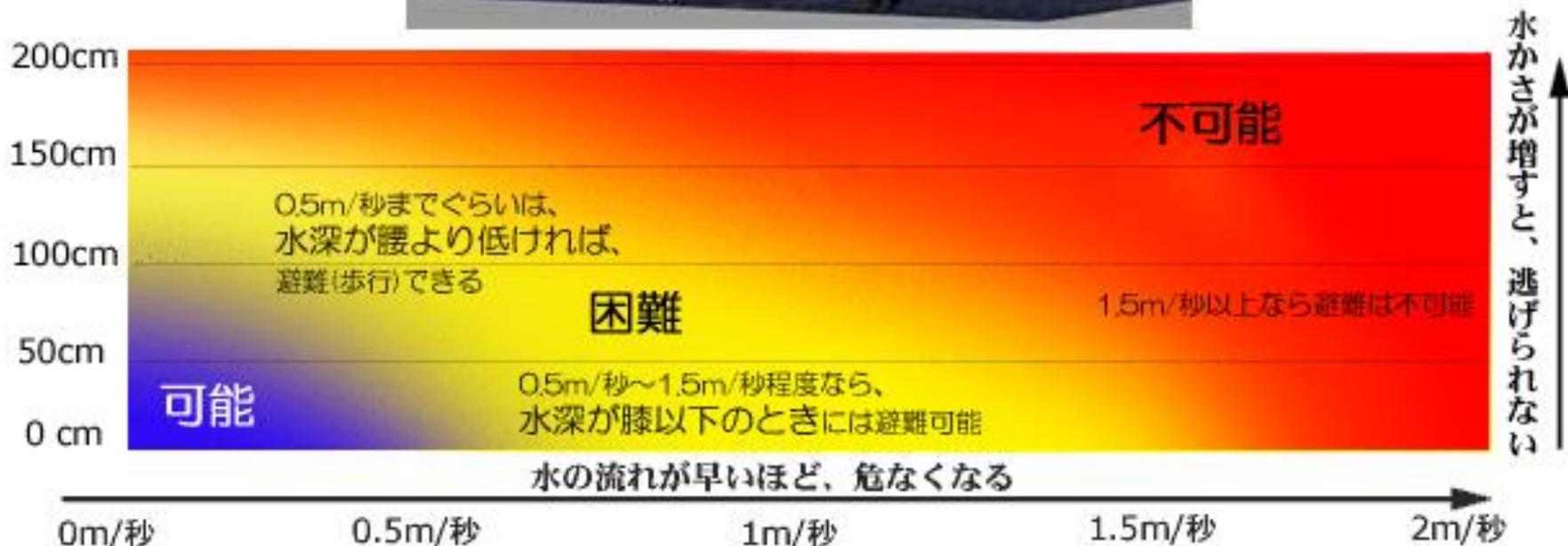
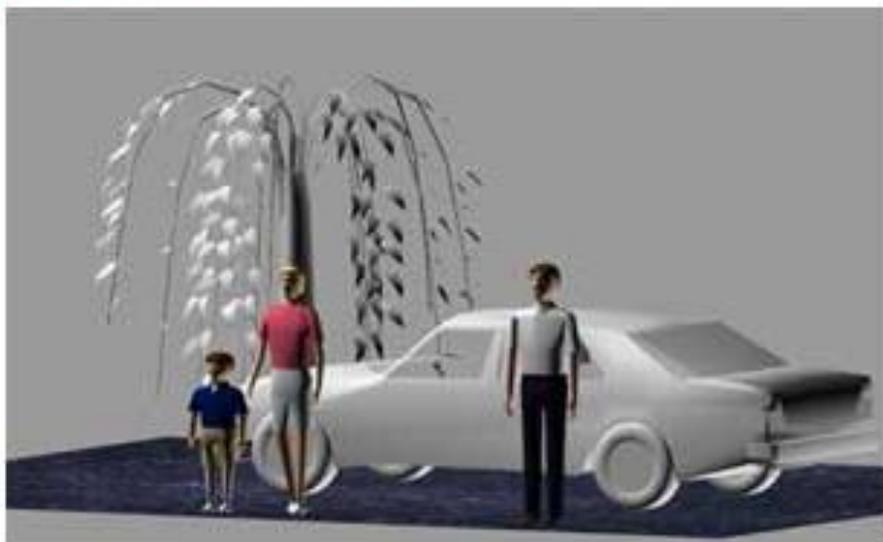


# 参考：小布施町内を流れる流速イメージ

※国交省作成システム浸水ナビ（2022.7時点）と同じデータにて長野高専にて推計



# 洪水時の**危険度**を知っておきましょう



## 水深：50cm

水深50cmは、腰よりも浅い程度。流れが0.5m/秒までなら、歩けます。

普通自動車は、エンジンルームが冠水し、電気系統でトラブルが発生するほか、水を吸い込むとウォーターハンマーという現象でエンジンを壊してしまいますから、使えません。



## 水深：1m

水深1mは、大人の腰くらい。流れが1.5m/秒までは、元気な大人なら逃げられるでしょう。

でも、子供にとっては泳ぐような深さ。お年寄りにも自力避難は困難です。



参考 (流速0.3~0.5m/s・普通の状態)



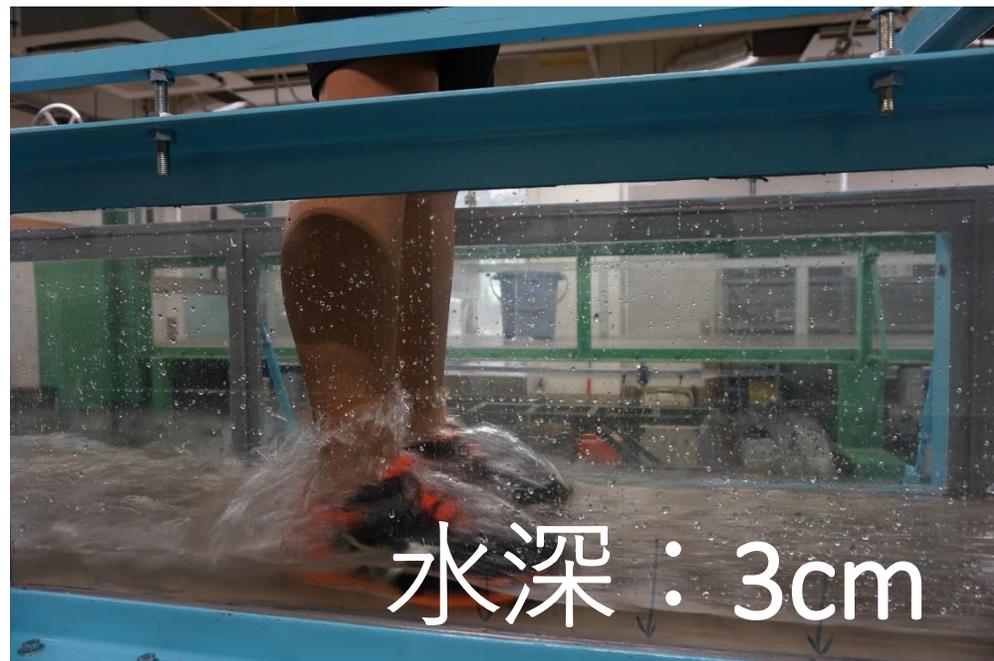
参考 (流速1~2m/s)



参考 (流速1~2m/s · 水深3cm)



# 参考 (流速1~2m/s)



水深はわずかかでも既に歩きにくい状況

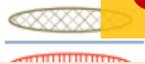
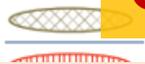
## ②チェックシートを埋めてみよう

### 「我が家の避難計画」作成チェックシート

マイタイムラインを作成する上で必要となる情報をチェックシートで確認します。家族で相談しながら作成することが望ましいです。

浸水ナビやハザードマップの浸水状況を踏まえ、いつ、だれが、どのような行動をするのかをしっかりと決めておきましょう。

## わが家の被害予想（ハザードマップより）

1	わが家の最大浸水深さは？	A 浸水しない D 3.0～5.0m	B 0.5m未満（床下程度） E 5.0～10.0m（2階部分も水没）	C 0.5～3.0m(1階くらいまで) F 10.0m以上
2	わが家の流れの速さは？	A 秒速2mより小さい（地面が見えない箇所もあるので、慎重に避難しましょう） B 秒速2m以上（避難が難しい状況です。水が来てしま		
3	わが家はどんな区域に該当していますか？	A 家屋倒壊等はん濫想定区域  B 浸水区域 0.5m未満  20m未満  C 土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域 		

**浸水深が深くなければ、上階へ逃げることも避難のひとつです**

「浸水ナビ」や「ハザードマップ」で確認して入力します

## わが家の状況

1	所属している地域組織の連絡先はわかりますか？	わからない ・ わかる（緊急時に連絡がとれる準備をしておきましょう）		
2	避難する人数は何人ですか？	1 人		
3	避難に支援が必要な人はいますか？	1 人（乳幼児・子供・妊婦）		
4	車は何台保有していますか？	台（避難所に行くことのできる自家用車は台まで）		
5	農業機械等の移動できるものはありますか？	ない ・ ある（あらかじめ高台に移動することを確認しましょう）		
6	ペットはいますか？	いない ・ いる（ケージに入らないと避難所に入ることができません）		

**本当に最低限の持ち出し品を確認しておこう。ペットをどう避難させるかあらかじめ決めよう。**

家族の状況や替えの効かないものを確認して入力します



## 水害情報の入手と避難の準備

1	注意する川はどこですか？	・千曲川 ・松川 ・篠井川		
番号	問	大雨が近づくと気象庁や小布施町から様々な情報が発令されます。いつ、誰が、何をするのか整理しておくことが重要です。	①台風発生・豪雨予報 ②大雨・洪水・強風注意報 ③大雨・洪水警報/ <b>高齢者避難 発令</b> ④暴風警報・はん濫危険情報/ <b>避難指示 発令</b>	①から④の数字を記入しましょう
		当てはまるものに○をつけましょう	誰が行動する？	いつ？
2	【情報入手開始】水害が迫っているとき、流域の「どんな情報」を調べますか？	・台風の進路、予想雨量、 ・時間雨量（今降っている雨の量）累積雨量（これまでの雨の量） ・川の水位、その川の上流の情報 ・その他（ ）		
3	その情報は、「何を使って（パソコン、テレビ等）」調べますか？	・テレビ、ラジオ ・パソコン、タブレット、スマホ ・家族に電話 ・その他（ ）		
4	【避難準備開始】避難所に持っていくものは何を準備しますか？	・常用薬（おくすり手帳）、健康保険証 ・衣類（ ）		
5	避難する前に家もしくは周辺でしておくことはありますか？	・その他（ ）		
6	ペットの避難はどうしますか？	・ケージ等に入れて家族と避難できるように準備 ・事前に安全な場所（ ）に避難		

「誰かするだろう」  
ではなく、誰がするのかを  
決めておきましょう

“いつ”するのかを  
決めておくことで  
スムーズな  
行動に繋がります

何を見れば欲しい情報が入手できるか確認しておこう

## 避難時にすべきこと

番号	問	最低限やるべきことをメモしましょう。	誰が行動する？	いつ？
1	【避難開始】どのように避難行動（声掛け・避難所への移動等）を行いますか？	例： ・〇〇宅に声掛け、一緒に避難 ・〇〇に連絡してから避難 ・用水路の近くを通らない、浸水箇所を無理に通らない		
2	家族で手助けが必要な人はいませんか？誰がどうサポートしますか？	例：おじいちゃんは、避難準備情報が出そうであれば町外の〇〇宅に避難、車いす・つえ等を避難するときに父が車に積む		
3	近所に手助けが必要な人はいませんか？ いれば、誰がどうサポートしますか？	例： お隣のおばあちゃん、父が訪問して、貴重品と薬だけ準備をもらって一緒に避難		
4	【避難完了】避難が完了したことを誰に報告しますか？	例： ・組長さんに避難が完了した旨を報告 ・東京に住む子供に連絡 ・親戚等へ連絡		
5	避難してからは何をしますか？	例： ・地区役員の役割 ・避難所での情報収集 ・避難所運営の手伝い（設営、炊き出し、受付等）		

自宅のみならず、  
避難ルートでの浸水  
状況についても  
把握しておこう

災害時に迷わないように  
具体的（いつ、だれが、何をするのか）に書いておこう

家族はもちろん、地域の皆が助かるためにできることを考えよう。

# ③わが家の避難計画を埋めてみよう

## 「わが家の避難計画（令和4年度版）」

②で作成したチェックシートを参考に、「わが家の避難計画」を作成しよう。作成したら家族と共有しておこう。

わが家の避難計画は作って終わりではなく、状況等が変化した場合には更新していくことも重要です。そして、万が一の時には持ち出せるようにしておきましょう。

# チェックシート

わが家の被害予想 (ハザードマップより)	
1 わが家の最大浸水深さは？	A 浸水しない    B 0.5m未満 (床下程度)    C 0.5~3.0m(1階くらいまで) D 3.0~5.0m    E 5.0~10.0m (2階部分も水没)    F 10.0m以上
2 わが家の流れの速さは？	A 秒速2mより小さい (地面が見えない箇所もあるので、慎重に避難しましょう) B 秒速2m以上 (避難が難しい状況です。水が来てしまっている時には垂直避難を考えましょう)
3 わが家はどんな区域に該当していますか？	A 家屋倒壊等はん濫想定区域  B 浸水区域    0.5m未満    20m未満 C 土砂災害特別警戒区域・土砂災害警戒区域  D その他 ( )

わが家の状況	
1 所属している地域組織の連絡先は分かれますか？	わからない ・ わかる (緊急時に連絡がとれる準備をしておきましょう)
2 避難する人数は何人ですか？	1 人 
3 避難に支援が必要な人はいますか？	1 人  (乳幼児・子供・妊婦・障がい者・高齢者)
4 車は何台保有していますか？	台 (避難所に行くことのできる自家用車は2台まで！)
5 農業機械等の移動できるものはありますか？	ない ・ ある (あらかじめ高台に移動することも検討しましょう)
6 ペットはいますか？	いない ・ いる (ケージに入らないと避難所に入ることができません)

わが家の避難場所	
町開設の避難場所:	その他:
1 どうやって避難しますか？	A 自動車 (この車で避難するか決めておきましょう) B 徒歩    C その他 ( )
2 避難する場所と所要時間はどれくらいですか？	A 避難所    C 自宅内で高い場所へ避難    所要時間 B 家族・親戚・知人宅    D その他 ( )    分

# わが家の避難計画

わが家の浸水深 \_\_\_\_\_ m    頼りになる人 \_\_\_\_\_ の連絡先 \_\_\_\_\_

わが家の避難場所 ( \_\_\_\_\_ )

あらかじめ確認すること				
LINE登録	Facebook登録	自動車、バイク	ラジオ	同報無線ON
		ガソリンスタンドを満タ		故障・紛失の場合は、事前に:町役場企画財政課へ (026-214-9102)

災害等の発生時の入手方法 (事前にも確認しましょう。)				
		スマホ用		小布施橋・松川橋 河川カメラ
				 国土交通省 川の防災情報 スマホ版
気象情報雨量情報	気象庁	スマホ用		避難情報 小布施町役場HP
	現在から1時間後までの予想雨量	PC用		小布施 obuse town 公式  小布施町役場

避難時に確認すること	
非常持出袋の再確認	要支援者・要配慮者の確認 近隣世帯も含め避難弱者の確認を！ 高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦の方のフォローを！
<input type="checkbox"/> 常備薬 (おくすり手帳) _____ 日分 <input type="checkbox"/> 貴重品 (現金、保険証など) <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 衣類・タオル等 <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器 <input type="checkbox"/> マスク、消毒液、体温計など <input type="checkbox"/> ( )	組長の連絡先 ( ) 避難後に報告をお願いします。 災害伝言板 ( 171 )

緊急時連絡先	
町役場	026-247-3111
福祉避難所	
避難所、避難場所の連絡先	避難する人

# わが家の避難計画

## 避難前の準備行動

災害時は正しい情報を知ることが大切です。

- ✓ 情報入手機器として携帯電話等の充電、同報無線の再確認
- ✓ 自動車の給油
- ✓ 正確な情報入手方法の確認

あらかじめ確認すること			
LINE登録	Facebook登録	自動車、電話、ラジオ	同報無線ON
		ガソリン、充電を 荷タンに！	故障・紛失の場合は、 事前に町役場企画財政課へ（026-214-9102）
災害等の情報の入手方法 (事前にも確認しましょう。)			
河川水位情報	砂防情報ステーション	スマホ用	小布施橋・松川橋 河川カメラ
		携帯版	国土交通省 川の防災情報 スマホ版
気象情報 雨量情報	気象庁	スマホ用	避難情報 小布施町役場HP
	現在から1時間後 までの予想雨量	PC用	小布施 obuse town 公式

## 避難行動

非常持出袋に入ってるものの最終確認をしよう。

避難時に確認すること	
非常持出袋の再確認	要支援者・要配慮者の確認 近隣世帯も含め避難弱者の確認を！ 高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦の方のフォローを！
<input type="checkbox"/> 常備薬（おくすり手帳） _____日分 <input type="checkbox"/> 貴重品（現金、保険証など） <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 衣類・タオル等 <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器 <input type="checkbox"/> マスク、消毒液、体温計など <input type="checkbox"/> ( )	組長の連絡先 ( ) 避難後に報告をお願いします。
	災害伝言板 ( 171 )

4	<b>【避難準備開始】</b> 避難所に持っていくものは何を準備しますか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・常用薬（おくすり手帳）、健康保険証</li> <li>・貴重品（現金、預金通帳、印鑑等）</li> <li>・携帯電話、充電器、予備バッテリー</li> <li>・救急/救援用品</li> <li>・その他 ( )</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・衣類（防寒着、タオル等）</li> <li>・飲料水、食品</li> <li>・衛生用品</li> </ul>	
---	---------------------------------------	--	---	--

### 家族の情報

名前	電話番号（自宅・携帯）	職場・学校（電話番号）
	生年月日： 年 月 日	
その他（アレルギー、持病など）		

名前	電話番号（自宅・携帯）	職場・学校（電話番号）
	生年月日： 年 月 日	
その他（アレルギー、持病など）		

名前	電話番号（自宅・携帯）	職場・学校（電話番号）
	生年月日： 年 月 日	
その他（アレルギー、持病など）		

名前	電話番号（自宅・携帯）	職場・学校（電話番号）
	生年月日： 年 月 日	
その他（アレルギー、持病など）		

名前	電話番号（自宅・携帯）	職場・学校（電話番号）
	生年月日： 年 月 日	
その他（アレルギー、持病など）		

連絡希望箇所（公共機関〈電気・ガス〉、親戚、知人など）

施設・名前	電話番号

## 避難する家族の情報

避難時には

✓ わが家の避難計画

✓ ハザードマップ

また、家族の情報を整理しておくと便利です。

# チェックシート

## 水害情報の入手と避難の準備

1	注意する川はどこですか？	・千曲川 ・松川 ・篠井川
番号	問	大雨が近づくと気象庁や小布施町から様々な情報が発令されます。いつ、誰が、何をするのか整理しておくことが重要です。 ①台風発生・豪雨予報 ②大雨・洪水・強風注意報 ③大雨・洪水警報/高齢者避難発令 ④暴風警報・はん濫危険情報/避難指示発令 ①から④の数字を記入しましょう

【情報入手開始】水害が迫っているとき、流域の「どんな情報」を調べますか？	・台風の進路、予想雨量、 ・時間雨量（今降っている雨の量） ・川の水位、その川の上流の情報 ・その他（ ）	景観雨量（これまでの雨の量）
その情報は、「何を使って（パソコン、テレビ等）」調べますか？	・テレビ、ラジオ ・パソコン、タブレット、スマホ ・家族に電話 ・その他（ ）	
【避難準備開始】避難所に持っていくものは何を準備しますか？	・常用薬（おくすり手帳）、健康保険証 ・貴重品（現金、預金通帳、印鑑等） ・携帯電話、充電器、予備バッテリー ・救急/救護用品 ・その他（ ）	・衣類（防寒着、タオル等） ・飲料水、食品 ・衛生用品
避難する前に家もしくは周辺でしておくことはありますか？	・ブレーカーや元栓の確認 ・飛んだり、流されそうなものを屋内へ ・大切なものはなるべく上階へ ・戸締り ・その他（ ）	・低い場所に土のうを積む ・近所への声掛け ・家族、親戚との情報共有 ・ペットの避難
ペットの避難はどうしますか？	・ケージ等に入れて家族と避難できるように準備 ・事前に安全な場所（ ）に避難	
避難するとき使うカバン・服装・靴はどのようなものを準備しますか？	・逃げやすい服装に着替える ・運動靴を準備 ・その他（ ）	・避難用リュックサックを準備 ・「草いす」や「つえ」等を準備

情報を入力する際には、「何を見れば欲しい情報が入手できるのか」あらかじめ確認しておきましょう。

避難時にすべきこと			
番号	問	最低限やるべきことをメモしましょう。	誰が行動する？
	【避難開始】どのように避難行動（声掛け・避難所への移動等）を行いますか？	例：・〇〇宅に声掛け、一緒に避難 ・〇〇に連絡してから避難 ・用水路の近くを通らない、排水箇所を無理に通らない	
	家族で手助けが必要な人はいませんか？誰がどうサポートしますか？	例：おじいちゃんは、避難準備情報が出そうであれば町外の〇〇宅に避難、重いす・つえ等を避難するときに父が車に積む	
	近所に手助けが必要な人はいませんか？いれば、誰がどうサポートしますか？	例：お隣のおばあちゃん、父が訪問して、貴重品と薬だけ準備をしてもらって一緒に避難	
	【避難完了】避難が完了したことを誰に報告しますか？	例：・組長さんに避難が完了した旨を報告 ・東京に住む子供に連絡 ・親戚等へ連絡	

避難してからは何をしますか？	例：・地区役員の役割 ・避難所での情報収集 ・避難所運営の手伝い（設置、吹き出し、受付等）	
----------------	---	--

# わが家の避難計画

災害への備えを出来ることからひとつひとつ みんなの命を守るために（作成： 年 月 日）

警戒レベル	気象情報	水位	行政機関から出される情報	備えへの主な行動
レベル1	台風発生 豪雨予報			
レベル2	大雨注意報 洪水注意報 強風注意報	千曲川 5.0m 松川(松川橋) 1.5m	無線伝達メールで情報発信	
レベル3	大雨警報 洪水警報 氾濫注意情報	千曲川 (立ヶ花観測所) 7.5m 松川(松川橋) 2.1m	高齢者等避難	
レベル4	暴風警報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報	(立ヶ花観測所) 9.2m 松川(松川橋) 2.4m		
レベル5			緊急安全確保	

## 避難前の準備行動

## 避難行動

## 避難後の行動

災害への備えを出来ることからひとつひとつ みんなの命を守るために (作成: 年 月 日)

警戒レベル	気象情報	水位	行政機関から出される情報	備えへの主な行動
レベル 1	台風発生 豪雨予報		河川の水位等の状況から判断し、小布施町より同報無線やエリアメールで情報発信	全員: テレビで予想雨量などを確認 父・母: 職場や小学校の状況確認 全員: 我が家の避難計画・避難場所の確認
レベル 2	大雨注意報 洪水注意報 強風注意報	千曲川 5.0m 松川 (松川橋) 1.5 m		父: 小布施町LINEの確認・同報無線の確認 全員: 現在の水位や今後の雨量を確認
レベル 3	大雨警報 洪水警報 氾濫注意情報	千曲川 (立ヶ花観測所) 7.5 m 松川 (松川橋) 2.1 m	高齢者等避難	母: 非常持出袋の準備、貴重品も入れる! 祖父: 常用薬を持ち出せるようにしておく 全員: 携帯電話の充電をしておく!
レベル 4	暴風警報 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報	千曲川 (立ヶ花観測所) 9.2 m 松川 (松川橋) 2.4 m	避難指示	全員: 避難しやすい服装に着替える 父: ブレーカー・ガスの元栓を閉める 父: 隣のおじいちゃんに声掛け 父以外: 戸締りをして車で避難 (10分) 父: 隣のおじいちゃんとともに避難 (10分) 全員: 家族全員の避難を確認 父: 組長さんに家族とお隣さんの避難を報告
レベル 5		氾濫・決壊	緊急安全確保 大雨特別警報	父・母: 避難所運営等のサポート

**家族世帯想定**

祖父 (持病有)  
 父・母  
 子 (小5) ・子 (3歳)