

わが家の防災メモ

わが家の避難所

わが家の集合場所

家族の連絡先

名前	生年月日	血液型	会社や学校の連絡先	携帯電話番号

いざというときの連絡先

名称	電話番号	名称	電話番号
警察	110	矢巾町役場	019-697-2111(代)
火災・救急	119	東北電力 (停電・緊急時)	0120-175-366
紫波警察署	019-671-0110(代)	NTT (故障・不具合時)	133 (NTT固定電話から) 0120-444-113 (NTT以外の固定電話・携帯などから)
盛岡南消防署矢巾分署	019-697-0119		

▶ 災害時の連絡方法

地震や洪水などの大災害発生時は、電話利用が急激に増加し、電話がつながりにくい状況が続くことがあります。このような場合は、以下のサービスが開設されます。

災害用伝言ダイヤル 171

このサービスは、大規模な災害が発生した場合、「声の伝言板」(安否情報)の役割をする電話サービスです。被災地内とその他の地域の人々との間などで、伝言の登録・再生をすることができます。

**体験利用日** 毎月1日・15日、正月三が日、および防災週間(8月30日～9月5日)、防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)

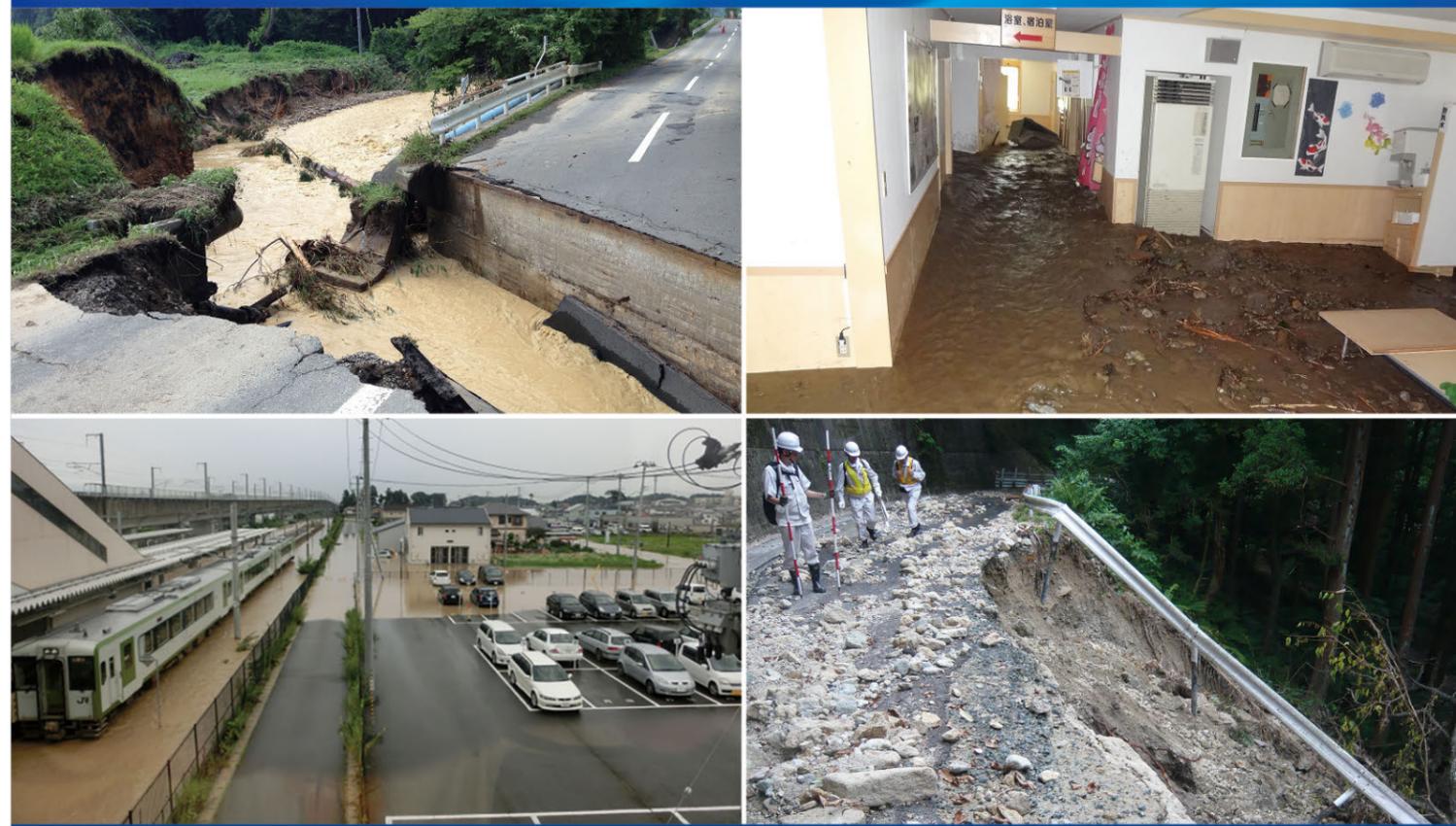


災害用伝言板(web171) <https://www.web171.jp/> ◀ 左記URLへアクセスし、案内に従って操作してください

スマートフォン・携帯電話・PC等から災害用伝言板(web171)にアクセスすることで、テキストによる安否情報(伝言)の登録・確認を行うことができます。\* 体験利用日は、災害用伝言ダイヤルと同様です。

※上記の他に携帯電話各社から「災害用伝言板サービス」が提供されます。利用方法については各社ホームページ等でご確認ください。

# 矢巾町 防災マップ



平成25年8月に生じた豪雨災害の様子

## 『安全・安心なまちづくり』の実現

誰も取り残さない、安全・安心な防災行動のために

～日頃の備えと早めの避難を～

▶ 改訂の趣旨

町民の皆様、災害への備えは大丈夫でしょうか？近年は地震や台風・豪雨等による自然災害が毎年のように全国的に頻発しており、ゲリラ雷雨や線状降水帯の形成等、降雨の局地化・集中化の影響から、河川の氾濫や低い土地の浸水、土砂災害などの被害の激甚化が見受けられるなど予断を許さない状況となっております。一方で、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、自然災害と感染症との複合災害ともいべき対策をしっかりと継続して行っていくことが必要となっております。

このような状況から、これまでに得た多くの教訓を踏まえ、防災気象情報の改善、避難情報の改正、洪水浸水想定区域の更新等に伴い、最新の防災関連情報等を掲載したほか、実際の避難行動に役立つ「マイ・タイムライン」や「避難者名簿」、「健康チェックシート」などを取り入れ「矢巾町防災マップ」を更新しました。

今後、町では引き続き防災対策を進めてまいります。被害を最小限に食い止めるには、平素において、町民の皆様一人一人がご家庭等でできる防災・減災対策を行うことが最も重要です。

ぜひ、この防災マップをご家庭で活用され、災害への備えや災害等発生時の適切な行動の一助となれば幸いです。

矢巾町

目次

はじめに	P.1
防災マップの活用方法・防災活動の基本	P.2
ハザードマップ	P.3～16
平時の備え・災害の知識	P.17・18
防災情報の入手について	P.19・20
避難情報について	P.21・22
避難について	P.23
避難所運営に係る基本構想	P.24
避難所一覧表	P.25・26
避難の準備について	P.27・28
わが家の避難行動計画、避難時携行書類について	P.29
マイ・タイムライン(記入様式・記入例)	P.30・31
避難者名簿(記入様式・記入例)	P.32・33
健康チェック表(記入様式・記入例)	P.34・35
わが家で行う風水害への備え	P.36
地区別ハザードマップ索引図	P.37
地区別ハザードマップ	巻末ポケット

▶ このマップの活用方法



**自宅周辺の災害の程度を確認しましょう**

自宅周辺やよく行く場所などが、災害により、どの程度の被害を受ける想定なのかを確認しておきましょう。



**近くの避難場所とその周辺を確認しましょう**

避難場所も被害を受ける可能性があります。どこに避難場所があり、そこはどんなところか知っておきましょう。



**避難経路を確認しましょう**

近くの避難場所までの避難経路を確認し、離ればなれになったときの集合場所や安否確認の方法などについて、家族や地域で話し合っておきましょう。



**わが家の防災行動計画(マイ・タイムライン)を作成しましょう**

いざというときにあわてず行動するために、どのような防災行動をとるか、マイ・タイムライン(本冊子のP.30に掲載)にまとめておきましょう。

▶ 自助・共助・公助

防災・減災のキーワードとして、「自助」「共助」「公助」という言葉がよく使われます。自助とは「自分の身は自分で守る」こと、共助とは「家族・近所でお互いに助け合い地域を守る」ことを指します。また、公助とは「公的機関からの救助や支援」を指しています。災害の発生を完全に予見し防ぐことはできませんが、自助、共助、公助が連携し、効果的に機能することで、被害を減らすことが可能です。



# 1 洪水ハザードマップ 北上川(想定最大規模)

【このマップに表示しているハザード情報】

国土交通省東北地方整備局岩手河川国道事務所が平成28年6月に指定した北上川水系北上川洪水浸水想定区域(想定最大規模)

S=1:25,000



### 施設等凡例

- 指定緊急避難場所 (指定緊急避難場所)
- 指定避難所 (指定避難所)
- 指定福祉避難所 (指定福祉避難所)
- 交番 (交番)
- 消防・屯所 (消防・屯所)
- 高速道路 (高速道路)
- 国道 (国道)
- 主要地方道 (主要地方道)
- 一般県道 (一般県道)
- 鉄道 (鉄道)

### 洪水浸水想定区域 (想定最大規模)

#### 浸水深

- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 0.5~3.0m未満
- 0.5m未満

#### 家屋倒壊等氾濫想定区域

- 河岸侵食
- 氾濫流

#### 過去の浸水実績区域

- 平成19年大雨災害
- 平成25年大雨災害

### ● 浸水深の目安 ●

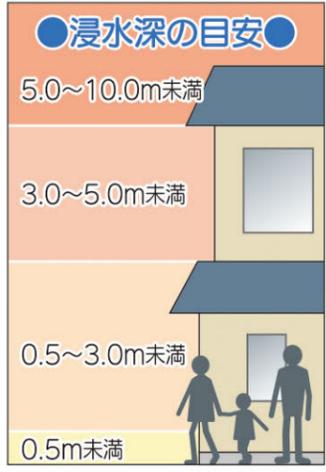
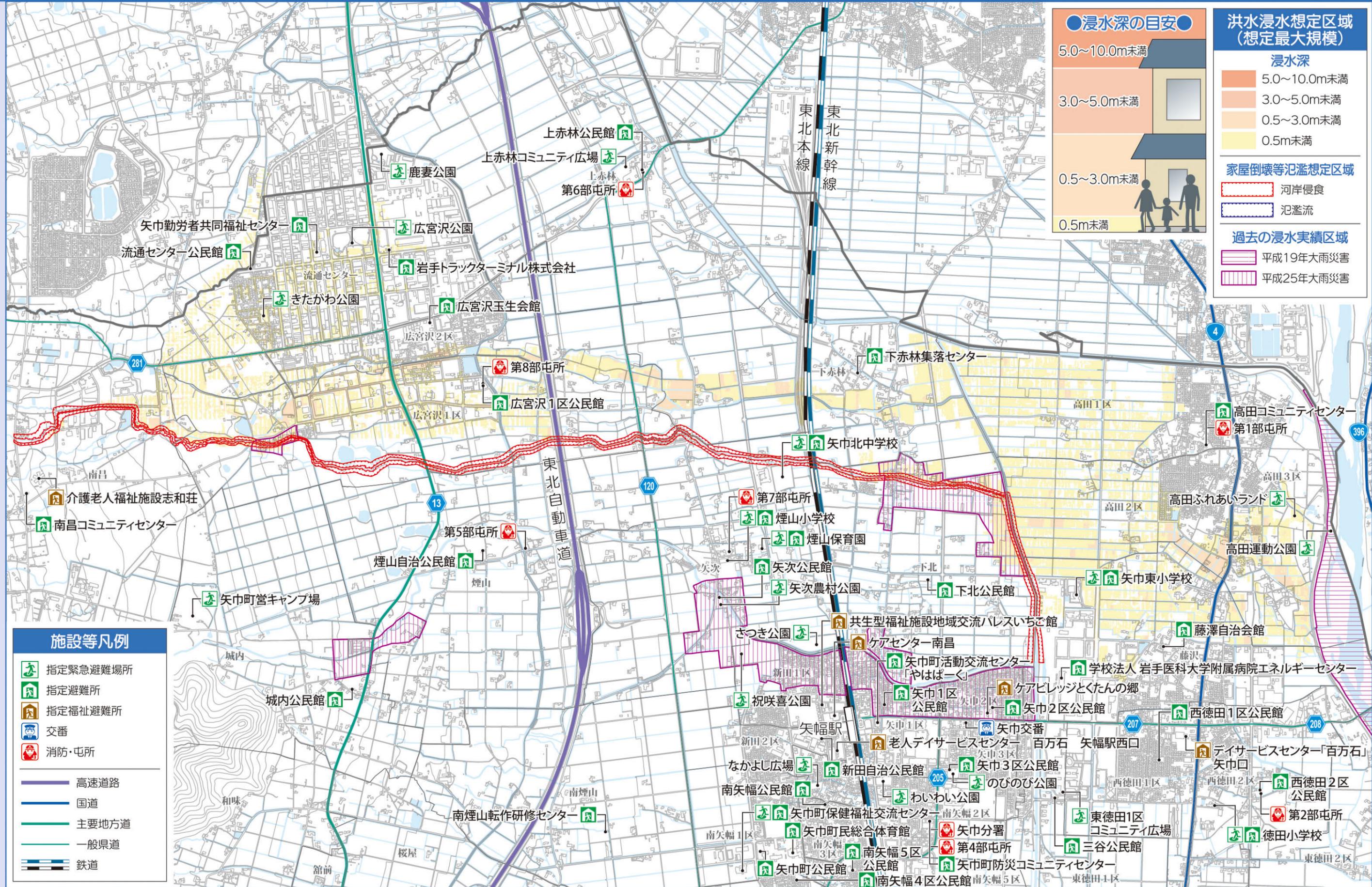
- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 0.5~3.0m未満
- 0.5m未満

# 2 洪水ハザードマップ 芋沢川(想定最大規模)

【このマップに表示しているハザード情報】

岩手県が令和4年3月に指定した北上川水系芋沢川洪水浸水想定区域(想定最大規模)

S=1:20,000



# 3 洪水ハザードマップ 岩崎川(想定最大規模)

【このマップに表示しているハザード情報】

岩手県が令和4年3月に指定した北上水系岩崎川洪水浸水想定区域(想定最大規模)

S=1:22,000



- ### 施設等凡例
- 指定緊急避難場所
  - 指定避難所
  - 指定福祉避難所
  - 交番
  - 消防・屯所
  - 高速道路
  - 国道
  - 主要地方道
  - 一般県道
  - 鉄道

### 洪水浸水想定区域 (想定最大規模)

**浸水深**

- 10.0~20.0m未満
- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 0.5~3.0m未満
- 0.5m未満

**家屋倒壊等氾濫想定区域**

- 河岸侵食
- 氾濫流

**過去の浸水実績区域**

- 平成19年大雨災害
- 平成25年大雨災害

### 浸水深の目安

- 10.0~20.0m未満
- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 0.5~3.0m未満
- 0.5m未満

# 4 洪水ハザードマップ 太田川(想定最大規模)

【このマップに表示しているハザード情報】

岩手県が令和4年3月に指定した北上川水系太田川洪水浸水想定区域(想定最大規模)

S=1:20,000



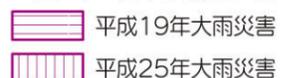
## 洪水浸水想定区域 (想定最大規模)



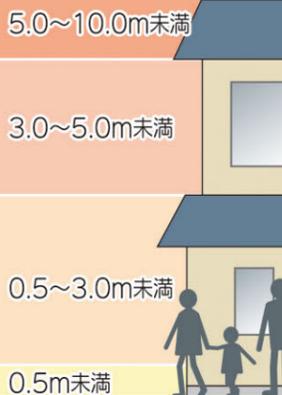
## 家屋倒壊等氾濫想定区域



## 過去の浸水実績区域



## ●浸水深の目安●



### 施設等凡例

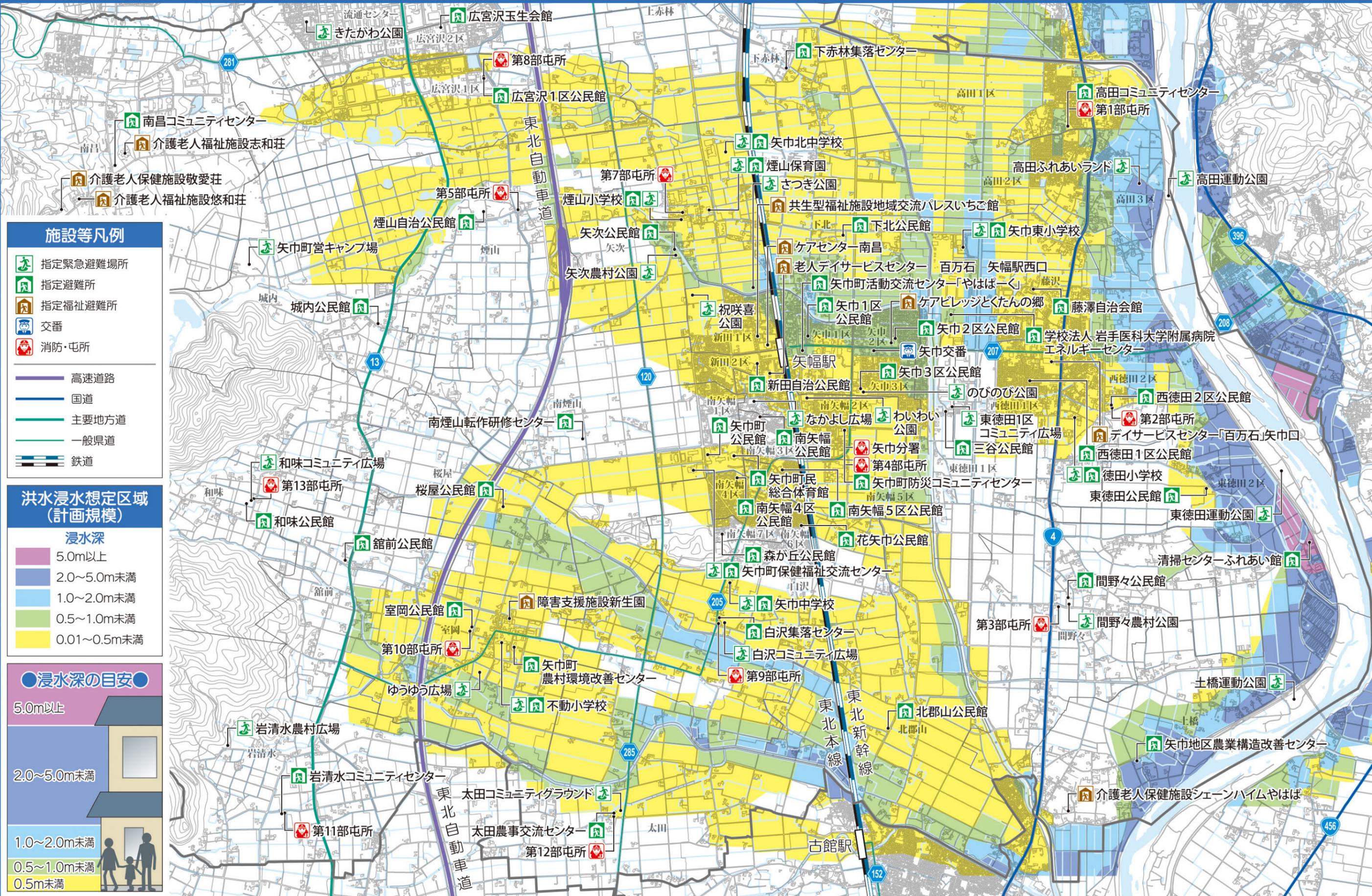
- 指定緊急避難場所
- 指定避難所
- 指定福祉避難所
- 交番
- 消防・屯所
- 高速道路
- 国道
- 主要地方道
- 一般県道
- 鉄道

# 5 洪水ハザードマップ 町内河川(計画規模)

【このマップに表示しているハザード情報】

北上川、見前川、岩崎川、芋沢川、太田川、大白沢川の計画規模降雨時による浸水想定区域を重ね合わせて最大値を表示したもの

S=1:25,000



### 施設等凡例

- 指定緊急避難場所 (指定緊急避難場所)
- 指定避難所 (指定避難所)
- 指定福祉避難所 (指定福祉避難所)
- 交番 (交番)
- 消防・屯所 (消防・屯所)
- 高速道路 (高速道路)
- 国道 (国道)
- 主要地方道 (主要地方道)
- 一般県道 (一般県道)
- 鉄道 (鉄道)

### 洪水浸水想定区域 (計画規模)

浸水深

- 5.0m以上
- 2.0~5.0m未満
- 1.0~2.0m未満
- 0.5~1.0m未満
- 0.01~0.5m未満

### ●浸水深の目安●

- 5.0m以上
- 2.0~5.0m未満
- 1.0~2.0m未満
- 0.5~1.0m未満
- 0.5m未満

# 6 内水ハザードマップ (想定最大規模)

【このマップに表示しているハザード情報】  
矢巾町が公表した内水浸水想定区域(想定最大規模)

S=1:22,000  
0 1000m

- ### 施設等凡例
- 指定緊急避難場所
  - 指定避難所
  - 指定福祉避難所
  - 交番
  - 消防・屯所
  - 高速道路
  - 国道
  - 主要地方道
  - 一般県道
  - 鉄道

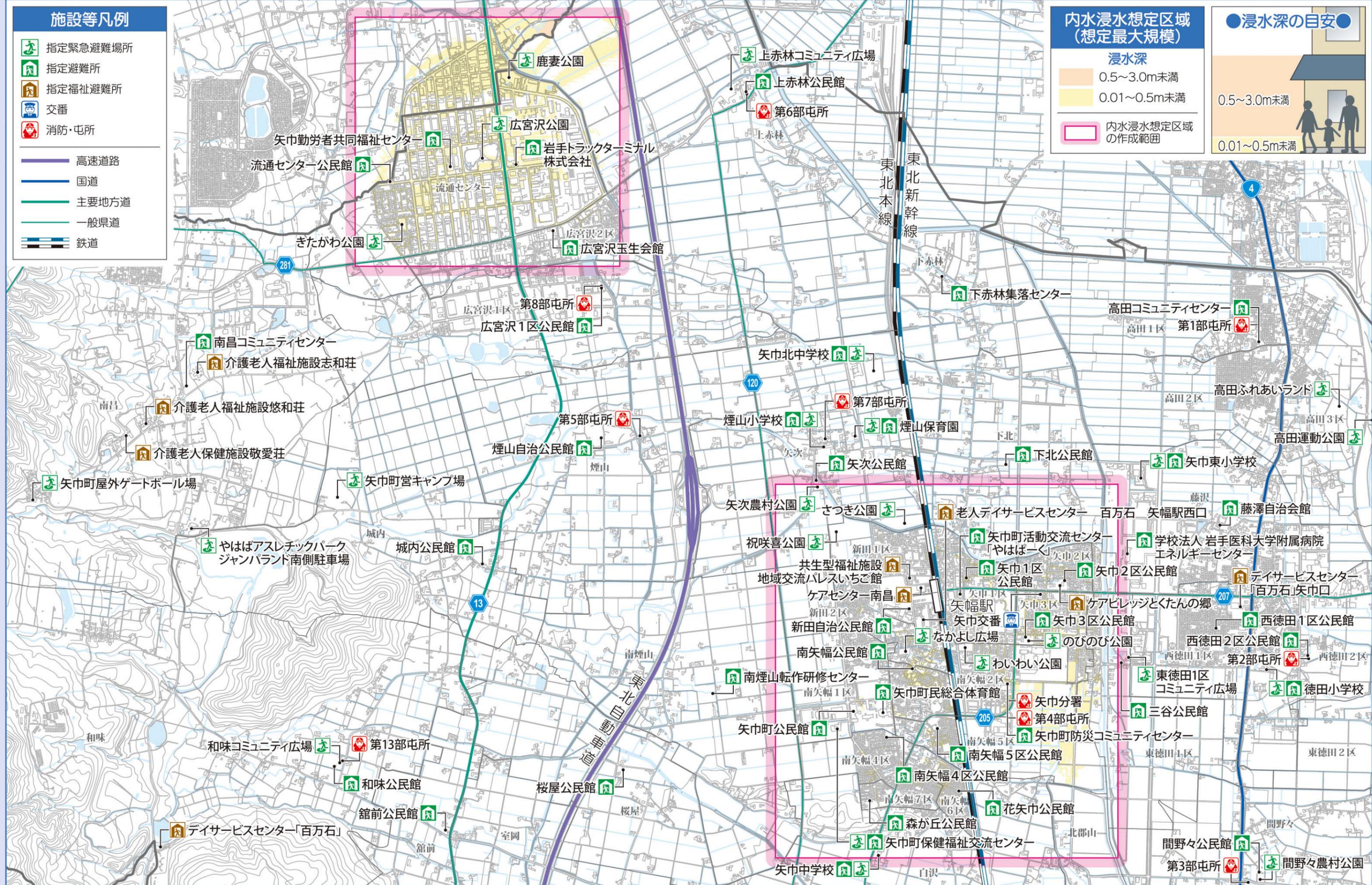
### 内水浸水想定区域 (想定最大規模)

浸水深

- 0.5~3.0m未満
- 0.01~0.5m未満
- 内水浸水想定区域の作成範囲

### ● 浸水深の目安 ●

- 0.5~3.0m未満
- 0.01~0.5m未満



測量法に基づく国土地理院長承認(使用) R4JH5 545

# 7 土砂災害 ハザードマップ

【このマップに表示しているハザード情報】

岩手県が指定・公表した土砂災害(特別)警戒区域及び新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」

S=1:22,000



### 施設等凡例

- 指定緊急避難場所
- 指定避難所
- 指定福祉避難所
- 交番
- 消防・屯所
- 高速道路
- 国道
- 主要地方道
- 一般県道
- 鉄道

### 土砂災害警戒区域等

#### 土砂災害警戒区域

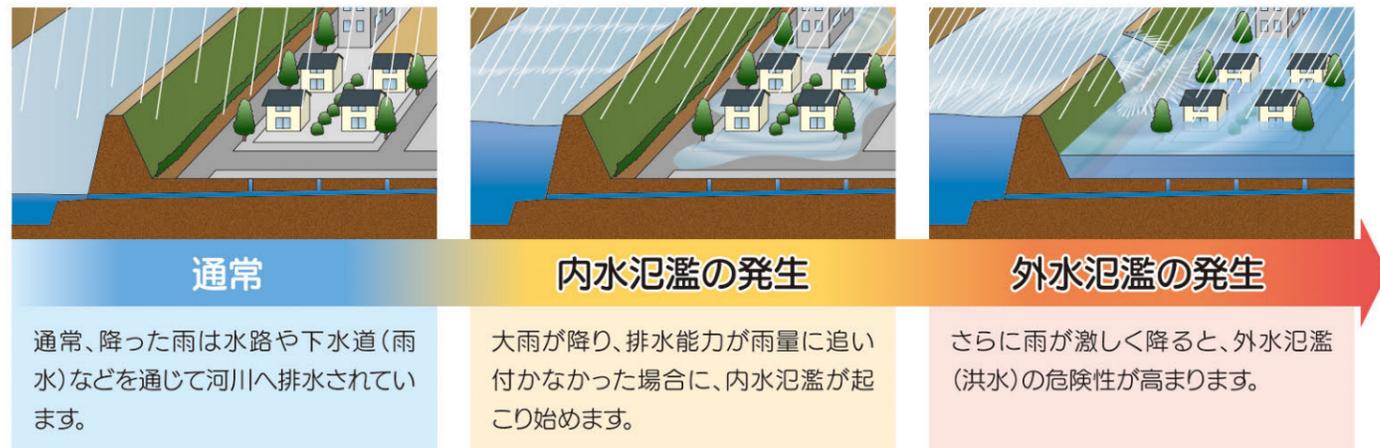
- 土石流危険渓流【イエローゾーン】(危害のおそれ)
- 土石流危険渓流【レッドゾーン】(著しい危害のおそれ)

#### 新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」

- 急傾斜地の崩壊

## ▶ 洪水発生仕組み

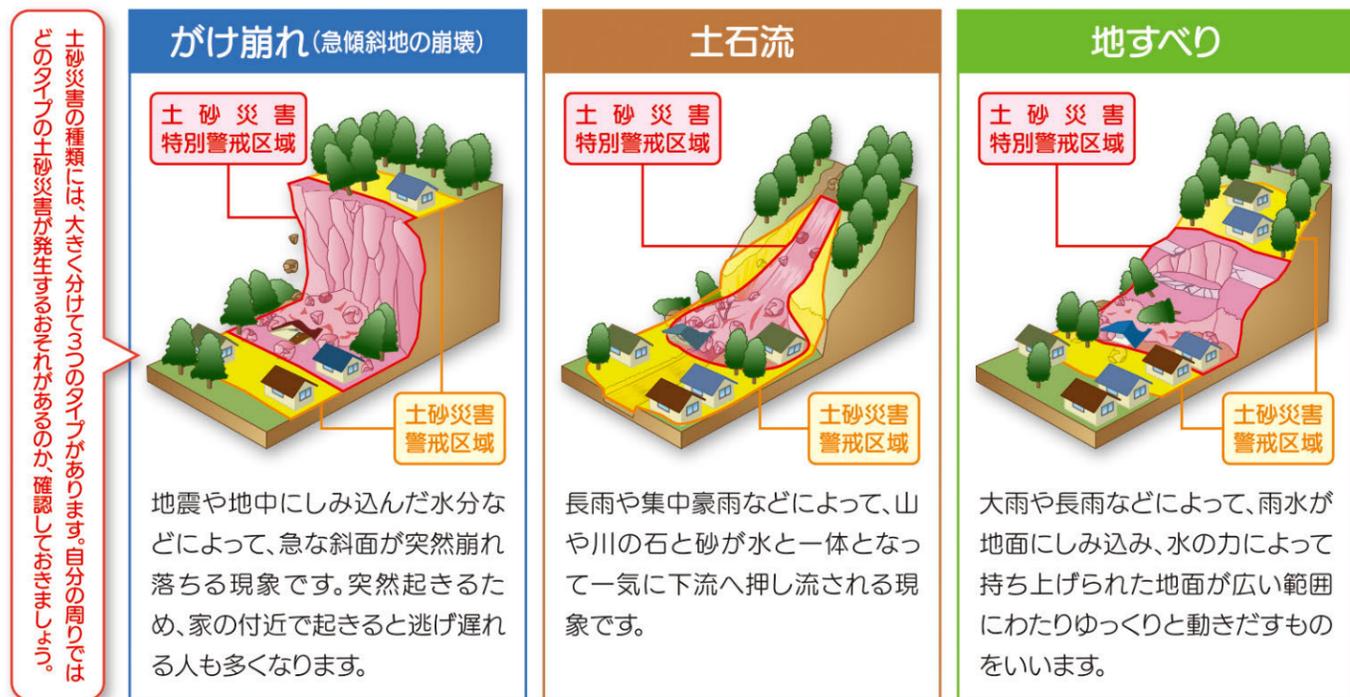
洪水には、降った雨が水路や下水道などで排水しきれなくなるにより起こる氾濫(内水氾濫)と、川の堤防が壊れたり、水が溢れたりして発生する氾濫(外水氾濫)があります。まずは、洪水の発生するしくみを理解して、避難所等まで安全に避難できるよう経路を確認しておきましょう。



その場で雨が降ってなくても、川の upstream で降った大雨により、下流で氾濫が発生することがあります。

## ▶ 土砂災害の種類と発生仕組み

土砂災害は、すさまじい破壊力を持つ土砂が、一瞬にして多くの人命や住宅などの財産を奪ってしまう恐ろしい災害です。土砂災害から身を守るために、ハザードマップで自分が住んでいる場所の周辺で土砂災害発生の可能性がある場所を確認しましょう。



### ●土砂災害警戒区域(イエローゾーン)

急傾斜地の崩壊などが発生した場合、住民の生命・身体に危害が生じるおそれのある区域

### ●土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)

急傾斜地の崩壊などが発生した場合、建築物に損壊が生じ住民などの生命・身体に著しい危害が生じるおそれのある区域

## ▶ 地震が発生したら

大地震が起きると「揺れ」「液状化」「土砂災害」「地震火災」「津波」などがほぼ同時に起こり、大きな被害が生じるおそれがあります。周囲の状況を判断して、まず身の安全を確保し、避難場所など安全なところに避難しましょう。

地震発生!	1~5分	5~10分	10分~数時間
命を守る	家族を守る	地域を守る	助け合いの心で
<p>揺れが収まってから行動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 落ち着いて、自分の身を守る。</li> <li>● ドアや窓を開けて、逃げ道を確認する。</li> <li>▶ 家屋倒壊のおそれがある場合や、土砂災害の危険が予測される地域は、すぐ避難!</li> <li>▶ 沿岸部は津波のおそれがあるので高台に避難!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家族の安全を確認。</li> <li>● 火の元を確認・初期消火。</li> <li>● 足をケガしないように靴をはく。</li> <li>● 必需品を手元に用意する。</li> <li>● 次の地震に注意。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 隣近所の安全を確認。</li> <li>● ラジオなどで情報を確認。</li> <li>● 電気のブレーカーを切る・ガスの元栓を閉める。</li> <li>▶ 通電火災を防ぐためにブレーカーを切って避難!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 協力して消火・救出活動。</li> <li>● 水・食料は備蓄でまかなう。</li> <li>● 災害情報、被害情報の収集。</li> <li>● 壊れた家には入らない。</li> <li>● 引き続き地震に注意。</li> <li>● 避難場所では集団生活のルールを守る。</li> </ul>

## ▶ 火災になったら、火災を見つけたら

火災では初期消火が非常に重要となります。消火活動では、個人でできることは限られていますが、地域の住民全体がこれを身につけることで、効果は一層高まります。地域の住民全体で訓練するようにしましょう。

① 大声で知らせる	② 早く消火する	③ 早く逃げる
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「火事だー!」と大声を出し、家族や近所に知らせます。</li> <li>● 小さな火でも119番。通報は近くの人に頼み、当事者は消火にあたります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 出火から3分以内が消火できる限度です。</li> <li>● 水や消火器だけでなく、ぬれたタオルや毛布で火を覆うなど、機転をきかせて消火にあたりましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 天井に火が燃え移ったら、あきらめてすぐに避難しましょう。</li> <li>● 延焼を防ぐため、燃えている部屋のドアや窓は閉めて避難しましょう。</li> </ul>

油火災には「水」は厳禁。消火器や、ぬれたタオルなどで鍋を塞ぎ空気を遮断して消火(窒息消火)しましょう

## ▶ 防災気象情報の種類と解説

### 大雨・洪水に関する注意報、警報

大雨による危険が迫った場合、気象庁から「注意報」「警報」が発表されます。警報の基準をはるかに超える豪雨などが予想され、重大な災害の危険性が著しく高まっている場合は、「特別警報」が発表されます。

大雨・洪水注意報	大雨・洪水警報	大雨特別警報
<p><b>災害が発生するおそれがある</b></p> <p><b>大雨</b> 大雨による土砂災害や浸水害が発生するおそれがあると予想したときに発表されます。</p> <p><b>洪水</b> 河川の上流域での大雨や融雪によって下流で生じる増水により洪水災害が発生するおそれがあると予想したときに発表されます。対象となる洪水災害として、河川の増水及び堤防の損傷、並びにこれらによる浸水害があげられます。</p>	<p><b>重大な災害が発生するおそれがある</b></p> <p><b>大雨</b> 大雨による重大な土砂災害や浸水害が発生するおそれがあると予想したときに発表されます。</p> <p><b>洪水</b> 河川の上流域での大雨や融雪によって下流で生じる増水や氾濫により重大な洪水災害が発生するおそれがあると予想したときに発表されます。対象となる重大な洪水災害として、河川の増水・氾濫及び堤防の損傷・決壊、並びにこれらによる重大な浸水害があげられます。</p>	<p><b>「警報」よりもはるかに高い危険度</b></p> <p><b>大雨</b> 台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合に発表されます。特に警戒すべき事項を標題に明示して「大雨特別警報(土砂災害)」、「大雨特別警報(浸水害)」又は「大雨特別警報(土砂災害、浸水害)」のように発表されます。</p> <p>「洪水」は、全国約400の河川において指定河川洪水予報を発表しているため、特別警報の設定はありません。</p>

### ⚠️ 「特別警報」が発表されない場合でも、甚大な被害が発生する可能性があります

●大雨などのときには、テレビやラジオなどで最新の注意報・警報・特別警報の発表状況を確認するようにしましょう。また、NTT天気予報サービス「177」や気象庁ホームページ(<https://www.jma.go.jp/>)でも確認できます。

## ▶ キキクル(大雨・洪水警報の危険度分布)

キキクル 検索 🔍

キキクルは気象庁が公開している危険度分布の情報サイトです。警報が発表されたときや、強い雨が降ってきたときに、どこで土砂災害や浸水害、洪水災害の危険度が高まっているかを知ることができます。パソコンやスマートフォンで「キキクル」を検索、または右のQRコードからアクセスすることで、情報を確認できます。\*危険度の高まりをアプリやメールで通知するサービスも民間事業者から提供されています。

キキクル  
(危険度分布)



### 発表されたら厳重な警戒を! 土砂災害警戒情報

土砂災害警戒情報とは、大雨警報の発表中に、土砂災害発生の危険度が高まったとき、岩手県と盛岡地方気象台が共同で発表する情報です。

土砂災害警戒情報が発表されたら、土砂災害に厳重に警戒し、町からの情報を入手して避難してください。また、土砂災害警戒区域内にいる場合は、ただちに避難してください。

※土砂災害警戒情報が発表されていなくても、地形や地質の条件により土砂災害が発生するおそれがあります。



## ▶ 防災関連情報の入手

### 矢巾町

●町の防災情報・避難情報の提供

<https://www.town.yahaba.iwate.jp/>



### わたまるメール(災害時等一斉メール配信サービス)

●町の防災情報等を携帯電話・スマートフォンに電子メールで通知

#### 登録方法

①「yahabakara.yahaba-town@raidan2.ktaiwork.jp」あてに空メールを送信し、返信されたメールの文中にあるURLから登録ページに接続してください。(右のQRコードからも送信できます)

②登録画面で利用条件などを確認して同意の上、配信を希望する項目を選択してください。

※ドメイン「town.yahaba.iwate.jp」からの受信を許可する必要があります。

〈問い合わせ〉 矢巾町役場 企画財政課統計情報係(TEL:019-611-2742)



### 国土交通省 川の防災情報

●全国の河川の水位や洪水予報が発表されている地域などの情報を提供

<https://www.river.go.jp/>



### いわて防災情報ポータル

●岩手県内の防災気象情報や避難情報などをとりまとめて提供

<https://iwate.secure.force.com/>



### 盛岡地方気象台

●防災気象情報、キキクル(危険度分布)などの各種情報を提供

<https://www.jma-net.go.jp/morioka/>



### 岩手県河川情報システム

●岩手県内の河川の水位や、水位観測所からのカメラ映像などを提供

<http://kasen.pref.iwate.jp/iwate/servlet/Gamen30Servlet>



### 国土交通省 北上川のリアルタイム情報

●全国の河川の水位や洪水予報が発表されている地域などの情報を提供

<http://www2.thr.mlit.go.jp/iwate/bousai/kitakami>



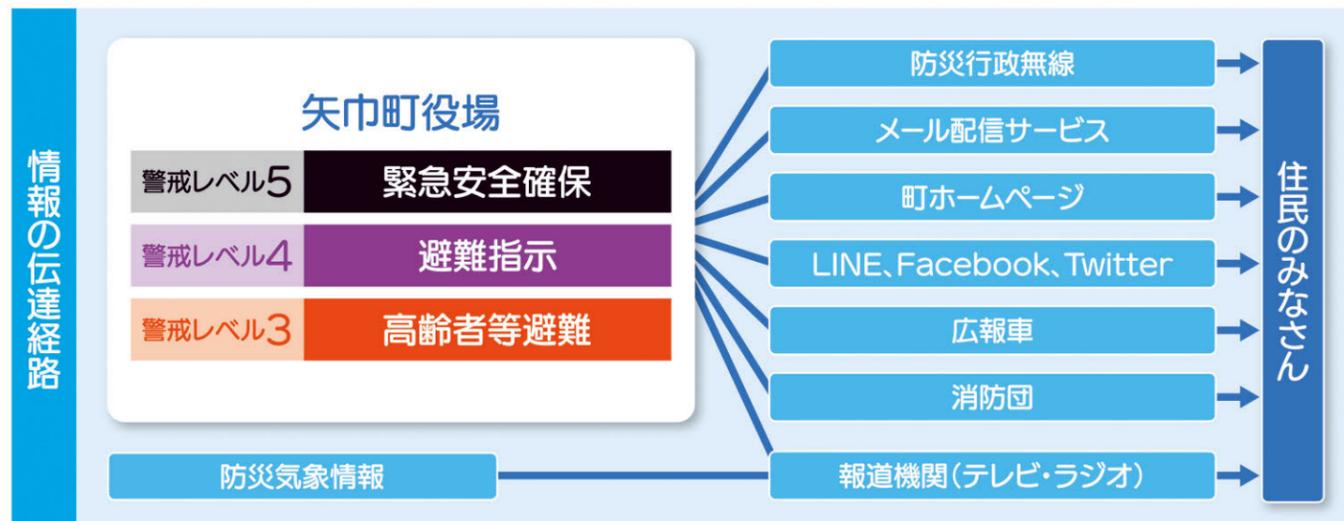
## ▶ 町が発令する避難情報の種類と解説

警戒レベル	状況	みなさんがとるべき行動	避難情報等	防災気象情報等
警戒レベル5 <sup>※1</sup>	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保!	緊急安全確保	警戒レベル5相当情報 ● 氾濫発生情報 ● 大雨特別警報 ● キキクル「災害切迫」(黒)等
〈警戒レベル4までに必ず避難!〉				
警戒レベル4	災害のおそれ高い	危険な場所から 全員避難	町が発令 避難指示 <sup>※2</sup>	警戒レベル4相当情報 ● 氾濫危険情報 ● 土砂災害警戒情報 ● キキクル「危険」(紫)等
警戒レベル3 <sup>※3</sup>	災害のおそれあり	危険な場所から 高齢者等は避難	高齢者等避難	警戒レベル3相当情報 ● 氾濫警戒情報 ● 大雨警報 ● 洪水警報 ● キキクル「警戒」(赤)等
警戒レベル2	気象状況悪化	自らの避難行動を 確認	気象庁が発表	● 大雨注意報 ● 洪水注意報 ● キキクル「注意」(黄)等
警戒レベル1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを 高める	気象庁が発表	● 早期注意情報

※1 警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。  
 ※2 避難指示はこれまでの避難勧告のタイミングで発令されることとなります。  
 ※3 警戒レベル3は高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

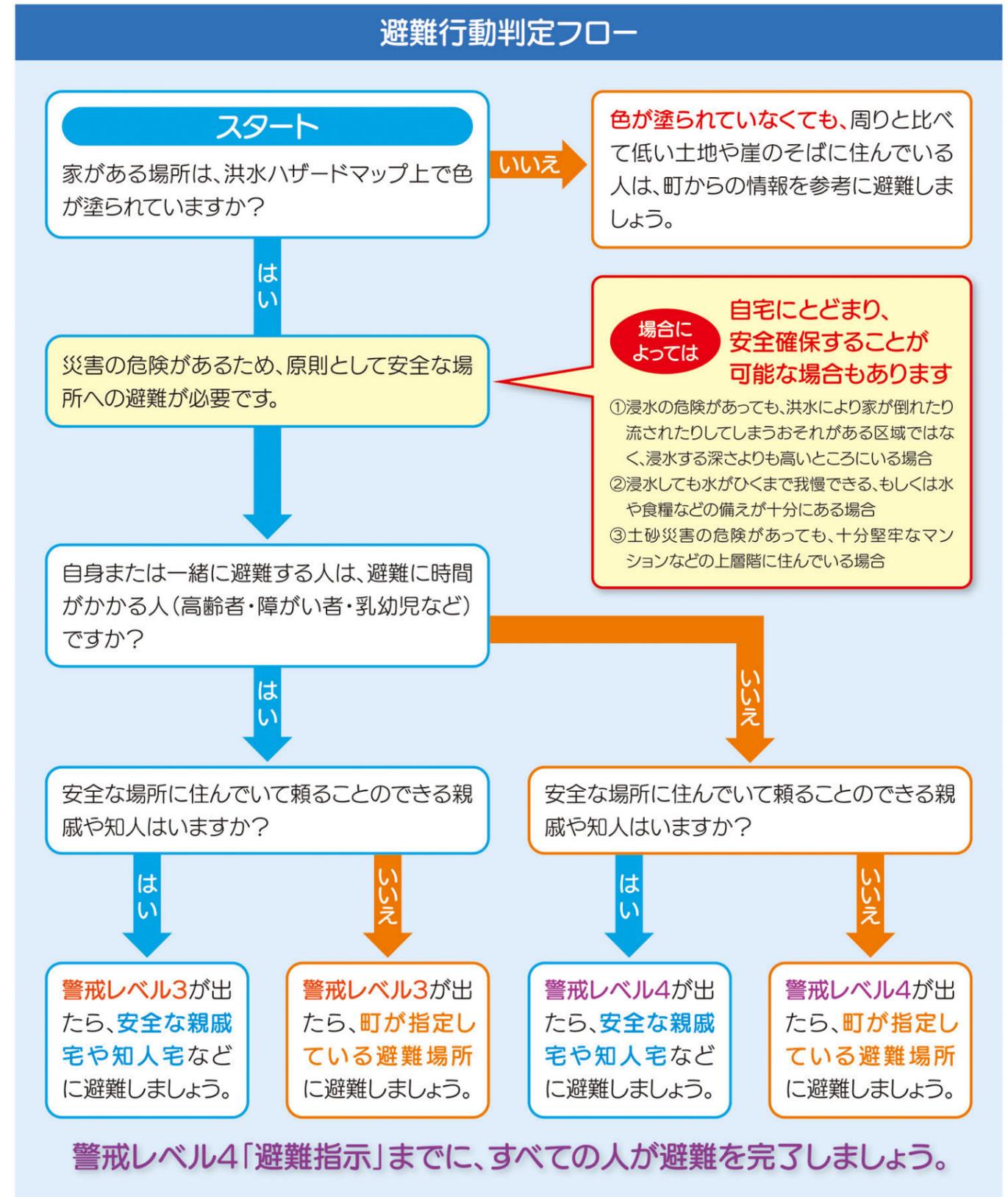
## ▶ 情報の伝達経路

町からの避難情報は、下図のような経路で住民のみなさんに伝達されます。



## ▶ 避難行動判定フロー

台風や豪雨時にあわてずに避難をするためには、日頃から、周囲の災害リスクを把握し、いつ、どのような避難行動を取るべきか、事前に考えておくことが大切です。台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に「避難行動判定フロー」を確認しましょう。

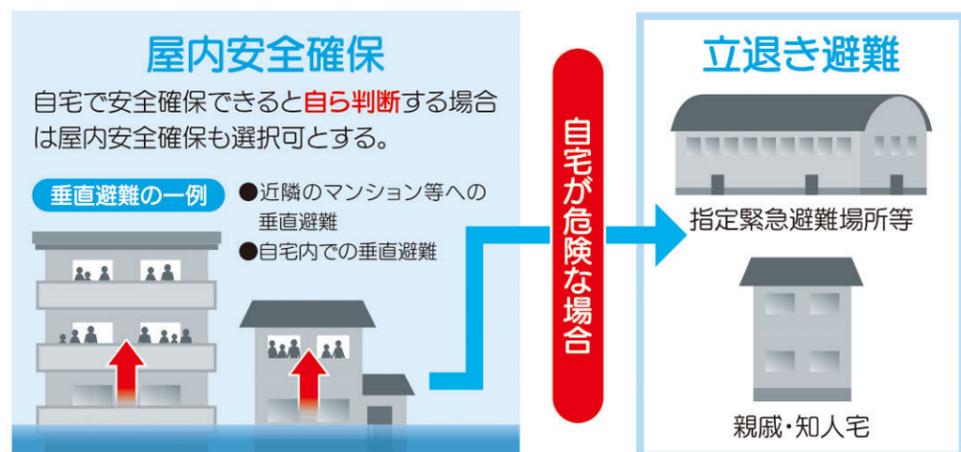


▶ 避難とは？

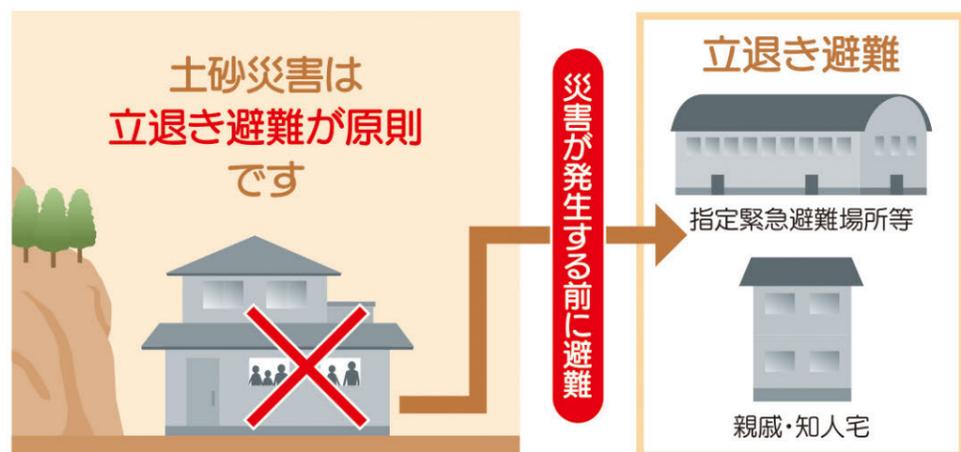
- 避難とは「難」を「避」けることです。避難所に行くことだけが避難ではありません。つまり、ご自身の安全を確保することをいいます。
- 例えば、Aさんは「平素から防災マップで浸水想定区域を確認しておいたところ、自宅は0.5m未満の浸水深となっていました。朝から雨が降り続いていましたが、午後になり、気象庁から「洪水警報」が発表され、町からは避難情報として「避難指示」が発令されました。想定される自宅家屋の被害は、最悪の状況でも床下浸水までに限定されることを防災マップで把握していましたので、普段から備蓄品などを事前に準備していた自宅の2階へ避難し安全を確保しました」
- また、Bさんは「平素から防災マップで浸水想定区域を確認しておいたところ、自宅は2.0m～5.0m未満の浸水深となっていましたので、町からの「避難指示」の発令に伴い、直ちに浸水想定区域外にある親戚の家に避難行動を開始しました」
- このように、平素からご自身の避難先として、地区避難所(公民館等)だけでなく、親戚や友人・知人宅も含めて複数の避難先を検討しておくことが大切です。

▶ 避難行動の一例

洪水等の例 浸水しない高い場所等へ避難



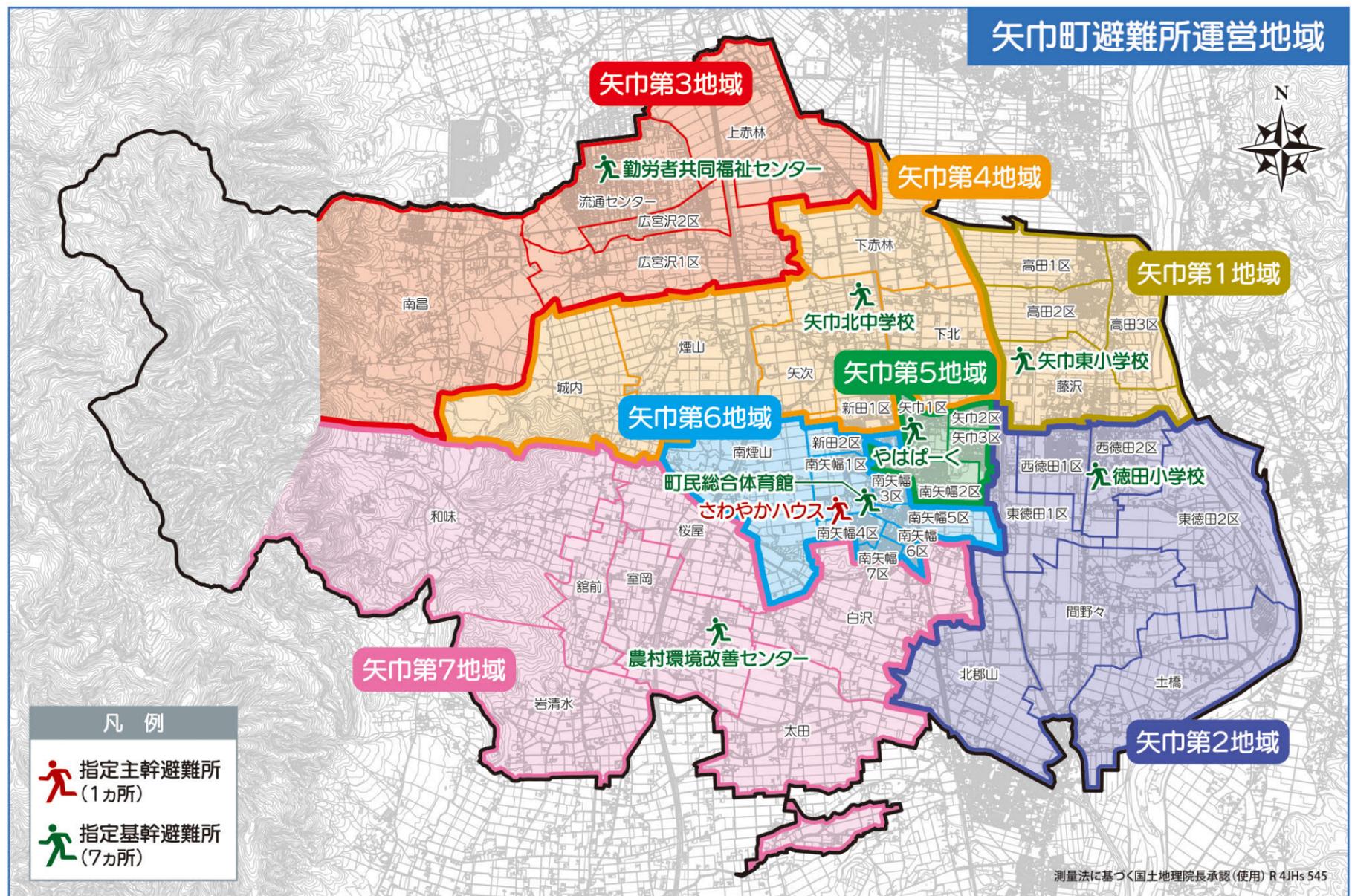
土砂災害の例 災害の危険がない場所へ移動



▶ 基本方針

矢巾町は、中期的な視点に立ち、新型コロナウイルス感染症禍における自然災害との複合災害への対策を基本とした指定避難所の体制整備を段階的に行うとともに、町民と一体となった避難所の運営に係る訓練を継続的に行うことにより、自助、共助、公助機能の効率的な発揮と要配慮者を含めた、誰一人として取り残さない安全・安心な避難体制の構築を目指します。

この際、指定避難所の運営及び機能の効果的な発揮に資するため、要配慮者のうち、高齢者、乳幼児、妊産婦とその家族等を主体とした避難者のための主要施設として矢巾町保健福祉交流センター(さわやかハウス)を主幹避難所として指定します。また、町内を7つの避難所運営地域に区分するとともに、各運営地域における地区避難所の中心的な存在として各運営地域に1つの基幹避難所をそれぞれ指定して、指定主幹避難所と併せて災害対策本部で総合的に運用し、指定主幹避難所・指定基幹避難所・指定避難所・指定福祉避難所及び民間ホテル等を含めた避難所のネットワーク化を推進していきます。



# 避難所一覧表

## 指定避難所

名称	所在地	名称	所在地
徳田小学校	西徳田6-53	矢次公民館	又兵工新田3-122-12
矢巾東小学校	医大通2-3-1	下北公民館	北矢幅4-53-1
煙山小学校	北矢幅1-2	煙山保育園	上矢次6-45-1
不動小学校	室岡12-50	新田自治公民館	南矢幅6-558
矢巾中学校	白沢5-220	矢巾1区公民館	駅東1-13-14
矢巾北中学校	上矢次7-115	矢巾2区公民館	又兵工新田7-143-3
矢巾町保健福祉交流センター	南矢幅14-78	矢巾3区公民館	南矢幅9-194-2
矢巾町公民館	南矢幅13-123	南矢幅公民館	南矢幅5-93-8
高田コミュニティセンター	高田12-66	南矢幅4区公民館	南矢幅14-15-196
藤澤自治会館	藤沢7-34-5	南矢幅5区公民館	南矢幅11-8-4
西徳田1区公民館	西徳田4-9-27	矢巾町防災コミュニティセンター	南矢幅8-96-1
西徳田2区公民館	西徳田7-91-1	矢巾町民総合体育館	南矢幅13-118
三谷公民館	医大通1-1-94	花矢巾公民館	白沢3-35-53
東徳田公民館	東徳田11-216	森が丘公民館	南矢幅6-175-5
間野々公民館	間野々12-95-1	和味公民館	和味10-40-4
矢巾地区農業構造改善センター	土橋8-104	岩清水コミュニティセンター	岩清水5-199-1
北郡山公民館	北郡山6-173-2	館前公民館	北伝法寺7-85-1
上赤林公民館	赤林5-120	桜屋公民館	北伝法寺15-51-5
下赤林集落センター	赤林16-169	室岡公民館	室岡6-40-6
広宮沢1区公民館	広宮沢5-53	矢巾町農村環境改善センター	室岡11-132-1
広宮沢玉生会館	広宮沢10-501-29	太田農事交流センター	太田11-1-10
流通センター公民館	流通センター南4-23	白沢集落センター	白沢7-201-1
矢巾勤労者共同福祉センター	流通センター南1-2-7	清掃センターふれあい館	西徳田12-168-2
南昌コミュニティセンター	広宮沢1-2-129	矢巾町活動交流センター「やはばーく」	駅東1-12-1
城内公民館	煙山8-83-2	学校法人 岩手医科大学附属病院 エネルギーセンター	医大通2-1-1
煙山自治公民館	煙山18-11-3	岩手トラックターミナル株式会社	流通センター南2-4-35
南煙山転作研修センター	煙山31-86		

## 指定緊急避難場所

名称	所在地	名称	所在地
徳田小学校	西徳田6-53	矢巾町屋外ゲートボール場	煙山2-81-1
矢巾東小学校	医大通2-3-1	きたがわ公園	流通センター南4-7
煙山小学校	北矢幅1-2	矢次農村公園	又兵工新田3-122-12
不動小学校	室岡12-50	煙山保育園	上矢次6-45-1
矢巾中学校	白沢5-220	わいわい公園	南矢幅8-446
矢巾北中学校	上矢次7-115	なかよし広場	南矢幅6-350-2
矢巾町保健福祉交流センター	南矢幅14-78	のびのび公園	南矢幅9-194-1
ゆうゆう広場	室岡9-55-6	和味コミュニティ広場	和味10-42-1
広宮沢公園	流通センター南1-1	岩清水農村広場	岩清水4-4-45
鹿妻公園	流通センター南2-1-2	太田コミュニティグラウンド	太田11-1-10
高田運動公園	高田18-37-2	白沢コミュニティ広場	白沢7-201
東徳田1区コミュニティ広場	医大通1-1-94	高田ふれあいランド	高田17-37-2
東徳田運動公園	西徳田12-186	祝咲喜公園	又兵工新田3-75
間野々農村公園	間野々12-95-2	さつき公園	北矢幅地内
土橋運動公園	土橋2-56外	やはばアスレチックパーク ジャンパランド南側駐車場	煙山第2地割内
上赤林コミュニティ広場	赤林5-115-3		
矢巾町営キャンプ場	煙山3-14-2		

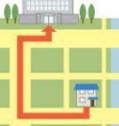
## 指定福祉避難所

名称	所在地	名称	所在地
介護老人福祉施設志和荘	広宮沢1-100	デイサービスセンター「百万石」	和味2-106-5
介護老人福祉施設悠和荘	広宮沢1-2-312	矢巾町南デイサービスセンター	太田17-13-1
介護老人保健施設敬愛荘	広宮沢1-2-181	ケアビレッジとくたんの郷	又兵工新田7-212-1
介護老人保健施設 シェーンハイムやはば	土橋11-35-1	老人デイサービスセンター 百万石 矢幅駅西口	南矢幅6-606
小規模多機能型居宅介護むつき	太田17-13-1	障害支援施設新生園	室岡12-125
ケアセンター南昌	又兵工新田5-335	障害支援施設第二新生園	太田17-54
デイサービスセンター「百万石」 矢巾口	西徳田5-200-12	共生型福祉施設地域交流 パレスいちご館	又兵工新田5-339

# 避難の準備について

## ▶ 避難の心得

いざというときのために、日頃から避難に必要なものを整理し、避難の手順について話し合っておきましょう。また、災害の危険性が想定された場合には、情報を入手して、早めの避難を心がけましょう。

 <p><b>状況により、すばやく避難しましょう</b> 避難情報などが発表されていなくても、状況などから判断し、自主的に避難しましょう。</p>	 <p><b>浸水時、自動車での避難は危険</b> 普通自動車は約30cmの浸水で走行困難になります。浸水時、自動車での避難は危険です。</p>
 <p><b>浸水時に長靴は厳禁</b> 避難には運動靴が最適です。長靴は水が入ると歩けなくなります。動きやすい服装で避難しましょう。</p>	 <p><b>家族には連絡メモを残そう</b> 外出中の家族には、「どこへ避難する」といったようなメモを残しておくといいでしょう。</p>
 <p><b>避難時はブレーカーを切りましょう</b> 避難の際は、浸水による漏電や、電気火災の予防のためブレーカーを切ってから避難しましょう。</p>	 <p><b>集団で助け合おう</b> 単独での行動は避け、近所の人たちと集団で決められた場所へ避難しましょう。</p>
 <p><b>持ち出し品は最小限に</b> 非常持ち出し品はリュックサックにまとめ、両手が自由に使えるようにしましょう。</p>	 <p><b>安全なルートで避難</b> 避難場所への経路は、川べりや地下歩道などは避け、できるだけ安全な広い道を選びましょう。</p>

※避難施設に着いたら、係の人の指示に従い、住所・氏名を報告しましょう。

## ▶ 避難行動（立退き避難・屋内安全確保と緊急安全確保）

水害や土砂災害の避難行動は、ためらわず災害リスクのない安全な場所へ早めに「立退き避難(水平避難)」することが基本です。また、浸水しない自宅の上階への避難や上層階にとどまる「屋内安全確保(垂直避難等)」により身の安全を確保することも有効です。立退き避難を行う必要があるにもかかわらず、適切なタイミングで避難することができなかった場合などは、少しでも浸水しにくい高い場所やがけから離れた場所に避難し、身の安全を可能な限り確保する「緊急安全確保」を行ってください。

### 計画的な避難行動

**立退き避難  
(水平避難)**



**屋内安全確保  
(垂直避難)**



▲想定浸水高さ

避難行動の基本です。

長時間の孤立に備え、水、食料などを備蓄しておきましょう。

### 緊急的な避難行動

**緊急安全確保**



逃げ遅れた場合の行動です。身の安全を確保できるとは限りません。

## 浸水後の避難 やむを得ず移動する場合は…

 <p><b>歩ける深さ</b> 浸水時に歩ける深さは膝くらいまで。腰まで浸かって歩くと体力を消耗します。また、水深20cm位でも、流れが速い場合は危険を伴うことがあるので注意が必要です。</p>	 <p><b>足元に注意</b> 浸水により足下が見えにくくなることで、道路と側溝や水路等の区別がつかなくなります。長い棒などで深い場所がないか安全を確認しながら歩きましょう。</p>
--	---

## ▶ 非常持ち出し品の準備

いざというときときには、ただちに避難しなければいけません。そのようなときに備えて、非常持ち出し品を常備しておきましょう。

避難のとき、両手が自由に使えるようにリュックサックなどにまとめましょう。



<p><b>食料</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水(1人1日3リットルを目安)</li> <li><input type="checkbox"/> 非常食(缶詰、乾パン、レトルト食品など)</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯食(チョコレート、キャンディーなど)</li> <li><input type="checkbox"/> 粉ミルクと哺乳瓶(赤ちゃんがいる場合)</li> </ul> <p>日頃から、7日分の食料と飲料水を、備蓄品として常備しておきましょう。</p> 	<p><b>救急・安全対策</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 常備薬(胃腸薬、かぜ薬など)</li> <li><input type="checkbox"/> 包帯、ガーゼ、ばんそうこう</li> <li><input type="checkbox"/> 傷薬、消毒薬</li> <li><input type="checkbox"/> 持病のある方の薬</li> <li><input type="checkbox"/> ヘルメット、防災ずきん</li> <li><input type="checkbox"/> ホイッスル</li> </ul> 	<p><b>貴重品</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 現金(小銭)</li> <li><input type="checkbox"/> 預貯金通帳、印鑑</li> <li><input type="checkbox"/> クレジットカード類</li> <li><input type="checkbox"/> 健康保険証</li> <li><input type="checkbox"/> マイナンバーカード、免許証など(本人確認できるもの)</li> </ul> 																										
<p><b>衣類など</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 衣類(厚手の物と薄い物)</li> <li><input type="checkbox"/> 下着類</li> <li><input type="checkbox"/> タオル、毛布</li> <li><input type="checkbox"/> 手袋、軍手</li> <li><input type="checkbox"/> 寝袋</li> <li><input type="checkbox"/> 雨具</li> </ul> 	<p><b>日用品など</b></p> <table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> ビニール袋</td> <td><input type="checkbox"/> 筆記用具(油性マジック)</td> <td><input type="checkbox"/> 布ガムテープ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 新聞紙</td> <td><input type="checkbox"/> 洗面用具</td> <td><input type="checkbox"/> ロープ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ライター</td> <td><input type="checkbox"/> メガネ</td> <td><input type="checkbox"/> 地図(ハザードマップ)</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り</td> <td><input type="checkbox"/> マスク</td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ティッシュペーパー</td> <td><input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ</td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ウエットティッシュ</td> <td><input type="checkbox"/> 紙おむつ</td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池)</td> <td><input type="checkbox"/> 生理用品</td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池)</td> <td><input type="checkbox"/> 体温計</td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器・バッテリー)</td> <td><input type="checkbox"/> 手指消毒液</td> <td></td> </tr> </table> 	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 筆記用具(油性マジック)	<input type="checkbox"/> 布ガムテープ	<input type="checkbox"/> 新聞紙	<input type="checkbox"/> 洗面用具	<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> ライター	<input type="checkbox"/> メガネ	<input type="checkbox"/> 地図(ハザードマップ)	<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り	<input type="checkbox"/> マスク		<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ		<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> 紙おむつ		<input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池)	<input type="checkbox"/> 生理用品		<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池)	<input type="checkbox"/> 体温計		<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器・バッテリー)	<input type="checkbox"/> 手指消毒液	
<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 筆記用具(油性マジック)	<input type="checkbox"/> 布ガムテープ																										
<input type="checkbox"/> 新聞紙	<input type="checkbox"/> 洗面用具	<input type="checkbox"/> ロープ																										
<input type="checkbox"/> ライター	<input type="checkbox"/> メガネ	<input type="checkbox"/> 地図(ハザードマップ)																										
<input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り	<input type="checkbox"/> マスク																											
<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー	<input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ																											
<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> 紙おむつ																											
<input type="checkbox"/> 懐中電灯(予備電池)	<input type="checkbox"/> 生理用品																											
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(予備電池)	<input type="checkbox"/> 体温計																											
<input type="checkbox"/> 携帯電話(充電器・バッテリー)	<input type="checkbox"/> 手指消毒液																											

## ▶ 備蓄品の準備

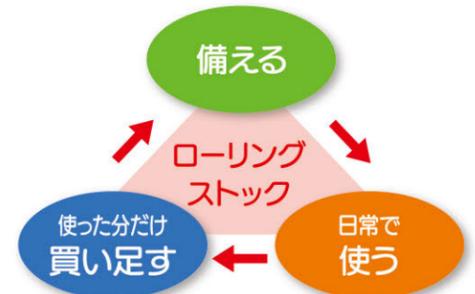
日頃から、7日分の食料と飲料水を備蓄品として常備しましょう。

<p><b>食料</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水(1人1日3リットルを目安)</li> <li><input type="checkbox"/> 米(缶詰やレトルトのご飯なども便利)</li> <li><input type="checkbox"/> 缶詰や菓子類</li> <li><input type="checkbox"/> 粉ミルク・離乳食</li> </ul>	<p><b>燃料・日用品など</b></p> <table border="0"> <tr> <td><input type="checkbox"/> カセットコンロ</td> <td><input type="checkbox"/> 割り箸</td> <td><input type="checkbox"/> 布製ガムテープ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 予備のガスボンベ</td> <td><input type="checkbox"/> 衣類</td> <td><input type="checkbox"/> キッチン用ラップ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 毛布または寝袋</td> <td><input type="checkbox"/> 新聞紙</td> <td><input type="checkbox"/> なべ</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> ブルーシート</td> <td><input type="checkbox"/> 簡易トイレ</td> <td></td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/> カセットコンロ	<input type="checkbox"/> 割り箸	<input type="checkbox"/> 布製ガムテープ	<input type="checkbox"/> 予備のガスボンベ	<input type="checkbox"/> 衣類	<input type="checkbox"/> キッチン用ラップ	<input type="checkbox"/> 毛布または寝袋	<input type="checkbox"/> 新聞紙	<input type="checkbox"/> なべ	<input type="checkbox"/> ブルーシート	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	
<input type="checkbox"/> カセットコンロ	<input type="checkbox"/> 割り箸	<input type="checkbox"/> 布製ガムテープ											
<input type="checkbox"/> 予備のガスボンベ	<input type="checkbox"/> 衣類	<input type="checkbox"/> キッチン用ラップ											
<input type="checkbox"/> 毛布または寝袋	<input type="checkbox"/> 新聞紙	<input type="checkbox"/> なべ											
<input type="checkbox"/> ブルーシート	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ												

備蓄 → 消費 → 補充 を繰り返す ……………

## 「ローリングストック(循環備蓄)」を心がけましょう

ローリングストック(循環備蓄)とは、普段から使用する食材、加工品を多めに買って置き、使ったら使った分だけ買い足していくことで、常に一定量の食料を家庭に備蓄しておく方法を言います。この備蓄方法を行うことで、いざというときにも日常生活に近い食生活を送ることができます。



# わが家の避難行動計画、避難時携行書類について

## ▶マイ・タイムラインの作成について

### マイ・タイムラインとは

近年の集中豪雨等による自然災害の激甚化、頻発化など予断を許さない状況を踏まえ、災害の発生または発生のおそれなど、「いざ」というときにあわてず、自身と家族の命を守る行動を適切にするため、事前に具体的な避難行動の基準を決めておくものです。

### マイ・タイムラインを作しましょう

マイ・タイムラインは、「いつ(どの段階で)」、「誰(自身及び家族等)が」、「どのように行動するか?」について、時系列的、かつ具体的に整理したものです。付録にマイ・タイムライン記入用紙がありますので、裏面の記入例を参考にしながら、家族などでよく話し合っ、具体的なマイ・タイムライン(わが家の避難行動計画)を作ってみましょう。



## ▶マイ・タイムラインの作成手順

- 1 情報入手手段の選定** わが家の防災情報を入手できる手段を選び、家族で認識しましょう。
- 2 防災マップの確認** わが家で想定すべきハザードを防災マップで確認し、家族で認識しましょう。
- 3 避難先の選定** 防災マップで確認した、わが家のハザードを踏まえ、具体的な避難先と優先順位を決めましょう。
- 4 避難の準備** 防災気象情報及び警戒レベルに応じて、避難準備に関して具体的に書きましょう。
- 5 避難の開始** 町が発令する避難情報に基づき、速やかに避難を開始するため、行動予定を具体的に書きましょう。

## ▶避難者名簿及び健康チェック表について

- 避難者名簿と健康チェック表は、町が指定するすべての避難所に入所する際に必要な書類です。
- 記入する際は、裏面の記入例を参考に記入してください。
- 避難する際は、防災マップとともに、または切り取り線で切り離して携行し、避難所の受付に提出してください。

矢巾町

## 矢巾町 マイ・タイムライン(わが家の避難行動計画)

防災気象情報(警戒レベル相当情報) 警戒レベル 町が発令する避難情報等 行動の目安	早期注意情報(警報級の可能性) 大雨、洪水、強風、注意報、氾濫注意情報、キキクル「注意」(黄) 大雨、洪水、暴風警報、氾濫警報、キキクル「警戒」(赤) 大雨特別警報、氾濫発生情報、キキクル「災害切迫」(黒)	1 平常時 気象状況悪化のおそれ 最新情報の収集 災害への心構えを高める 最新情報に注意 (対象者)すべての方 <b>① 情報の入手</b> テレビ等でごまめに気象情報や台風情報などを確認し、災害への心構えを高めます。 わが家で防災情報が入手できる手段を考えてみましょう。下記の主な手段で該当するものをチェックし、家族で認識しましょう。 <input type="checkbox"/> テレビ <input type="checkbox"/> やはラジオ <input type="checkbox"/> 緊急速報メール <input type="checkbox"/> わたまるメール <input type="checkbox"/> 町ホームページ 各種SNS LINE、Twitter、Instagramなど <input type="checkbox"/> 屋外放送 <input type="checkbox"/> 広報車 <input type="checkbox"/> 消防団 親戚、友人・知人、自治会、自主防災会、防災士など <input type="checkbox"/> その他の手段	2 気象状況の悪化 気象状況悪化 防災体制の強化 防災マップなどで 避難先、経路の確認 (対象者)すべての方 <b>② 行動の確認</b> 防災マップ、マイ・タイムラインを活用し、どのように行動するか確認しましょう。 防災マップで、ご自身が所在する場所のハザードを確認しました。 <input type="checkbox"/> 家族を含め、避難所や緊急避難場所等の避難先と避難経路を確認しました。 マイ・タイムラインで、事前に決めておいた、ご自身や家族の行動順序を確認しました。 <input type="checkbox"/> 必要に応じて、家族や親類、友人・知人等と連絡をとりました。 その他(必要だと気づいた点等を記入してください)	3 災害のおそれあり 高齢者等避難 危険な場所から 高齢者等は避難 (対象者)高齢者等 <b>④ 避難の開始</b> 町から避難情報(警戒レベル)3・高齢者等避難が発令されたら、直ちに避難を開始しましょう。 <b>▶避難時の最終確認事項</b> <input type="checkbox"/> 火の元、戸締りを確認しました。 <input type="checkbox"/> 家族や親類、友人・知人等と連絡をとりました。 <input type="checkbox"/> 避難先は、( )です。 <input type="checkbox"/> 避難経路は、( )です。 <input type="checkbox"/> 移動手段は、( )です。 徒歩・自家用車・その他(避難にかかる時間は、( )分です。 ●冬の季節 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 ●冬の季節以外 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 <input type="checkbox"/> 避難先は、( )です。 <input type="checkbox"/> 避難経路は、( )です。 <input type="checkbox"/> 移動手段は、( )です。 徒歩・自家用車・その他(避難にかかる時間は、( )分です。 ●冬の季節 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 ●冬の季節以外 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。	4 災害のおそれ高い 避難指示 危険な場所から 全員避難 (対象者)すべての方 <b>⑥ 避難の開始</b> 町から避難情報(警戒レベル)4・避難指示が発令されたら、直ちに避難を開始しましょう。 <b>▶避難時の最終確認事項</b> <input type="checkbox"/> 火の元、戸締りを確認しました。 <input type="checkbox"/> 家族や親類、友人・知人等と連絡をとりました。 <input type="checkbox"/> 避難先は、( )です。 <input type="checkbox"/> 避難経路は、( )です。 <input type="checkbox"/> 移動手段は、( )です。 徒歩・自家用車・その他(避難にかかる時間は、( )分です。 ●冬の季節 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 ●冬の季節以外 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 <input type="checkbox"/> 避難先は、( )です。 <input type="checkbox"/> 避難経路は、( )です。 <input type="checkbox"/> 移動手段は、( )です。 徒歩・自家用車・その他(避難にかかる時間は、( )分です。 ●冬の季節 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。 ●冬の季節以外 風間:約( )分です。 夜間:約( )分です。	5 災害発生または切迫 緊急安全確保 命の危険 直ちに安全確保 (対象者) <b>⑦ 緊急安全確保</b> 既に災害が発生している、または災害の発生が切迫しており、立退き避難ができない極めて危険な状況です。 町から避難情報(警戒レベル)5・緊急安全確保が発令されたら、「警戒レベル4・避難指示」までに避難を完了することができなかった方は、直ちに <b>自走</b> や <b>近隣の建物</b> などで身の安全を確保してください。 次のいずれかに該当する場合は <b>立退き避難が必要</b> です。(すべてに該当しなければ屋内安全確保が可能です) <b>▶土砂災害</b> <input type="checkbox"/> 自宅等が土砂災害警戒区域内に入っている。 <b>▶洪水浸水害</b> <input type="checkbox"/> すべての居室が浸水する。 <input type="checkbox"/> 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っている。 <input type="checkbox"/> 浸水継続時間(雨水が継続する期間)の影響による生活環境の悪化(停電や断水など)が許容できない。 ※ 家屋倒壊等氾濫想定区域とは、河川が氾濫した場合に、氾濫した洪水の流れが早く、氾濫流により木造の家屋が倒壊のおそれがある区域や洪水により、河岸が削られることによる家屋が倒壊するおそれがある区域をいいます。
--	--	--	--	--	--	---

警戒レベル4までに必ずすべての人が避難を完了しましょう。

わが家の避難先	対象者	第1優先	第2優先	第3優先
家族全員ひとりずつ、具体的に書きましょう。	は、	は、	は、	

## 私と家族の防災行動計画

風水害 大雨・洪水・嵐・土砂災害等



## 健康チェック表

- 避難所における感染症の拡大防止を図るため、なにとぞご理解のうえ、本健康チェックをお願いします。
- なお、この健康チェックは、避難所到着時、避難所生活において1日2回(朝・夕)及び移送時に行います。
- 避難所運営スタッフも毎日自己評価をしてください。
- 記入にあたっては、**太枠内の記入**をお願いします。

記入日	氏名	年齢	体温
令和 年 月 日		歳	℃

下の表の質問に該当する方は「はい」の欄に○を、  
該当しない方は「いいえ」の欄に○をつけてください。

番号	質問	はい	いいえ
1	体調がよくない。(息苦しさを感ずる)		
2	〃 (強いだるさを感ずる)		
3	〃 (風邪のような症状がある)		
4	〃 (風邪のような症状は、数日前から続いている)		
5	咳が出る。		
6	咳は、数日前から続いている。		
7	咽頭痛がある。		
8	味覚・嗅覚障害がある。		
9	基礎疾患(糖尿病、循環器疾患、慢性呼吸器疾患、悪性腫瘍、透析を受けているなど)がある。		
10	喫煙している。		
11	免疫抑制剤や抗がん剤を用いている。		
12	同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる。		
13	過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航及び感染拡大地域での滞在又は当該在住者との濃厚接触がある。		

※この他、ご自身の健康状態について気になること、相談したいことがあれば、( )の中に記入してください。

※質問内容は、(公社)日本医師会「新型コロナウイルス感染症時代の避難所マニュアル(2020.6.17)」を参考に作成

災害対策本部からの指示	●避難所への入所：可・不可、専用スペース(テント・車内・他施設)で待機	受付スタッフ名
	●他施設に移送：施設名( ) 移送手段(私有車・移送チーム・その他 )	

※太枠の中を記入してください。

## 避難者名簿

記入例

入所年月日	令和 〇年 〇月 〇△日	所属自治会	矢巾〇区
ふりがな 記入者氏名	やばば 矢巾 たろう 太郎	家屋の 被害状況	全壊・半壊・一部損壊・(被害なし)・わからない ※半壊・一部損壊の場合：(寝泊りできる)・寝泊りできない 断水・停電・ガス停止・電話不通・(下水使用不可)
生年月日(年齢)	大正(昭和) 〇〇年 〇△月 〇◇日(〇△歳)	居住の可否 (可・否)	
住 所	矢巾町大字矢巾〇〇-〇△	車種	トヨタカローラ
電話番号	697-〇〇〇△△	ペット	有(種類： )・(無)
緊急連絡先 ※必ずご記入願います。	ふりがな 住 所	電話番号	090-〇〇〇〇-〇△〇◇
家族構成	ふりがな	電話番号	090-△△△〇〇-〇〇〇〇△
	氏名	住所	
電話番号	電話番号	続柄	同上
	氏名	性別	男・女
電話番号	電話番号	生年月日	大正(昭和) 〇・◇・△ 〇〇
	氏名	年齢	職業等 (勤務先・学校・学年)
電話番号	電話番号	資格・ 特技等	なし
	氏名	要介護 高齢者	
電話番号	電話番号	配慮の区分	
	氏名	安否確認	不明 死亡
電話番号	電話番号	現在寝泊まりしている場所 (避難所名、自宅、親戚宅等)	実家(兄宅)

避難者一覧の表示・公開に 同意する ・ 同意しない

痛風の薬を服用している。(1か月分の薬を保有している)

退所年月日	
退所後住所	
退所後連絡先	青枠の中は、受付スタッフが記入します。避難者の方は、上の太枠の中を記入してください。
災害対策本部からの指示	避難所への入所：可・不可、専用スペース(テント・車内・他施設)で待機 (他施設に移送：施設名( )、移送手段(私有車・移送チーム・その他 )、受付スタッフ名 )

# 健康チェック表

記入例

- 避難所における感染症の拡大防止を図るため、なにとぞご理解のうえ、本健康チェックをお願いします。
- なお、この健康チェックは、避難所到着時、避難所生活において1日2回(朝・夕)及び移送時に行います。
- 避難所運営スタッフも毎日自己評価をしてください。
- 記入にあたっては、**太枠内の記入**をお願いします。

記入日	氏名	年齢	体温
令和 4 年 8 月 9 日	矢巾 太郎	68 歳	36.8 °C

下の表の質問に該当する方は「はい」の欄に○を、  
該当しない方は「いいえ」の欄に○をつけてください。

番号	質問	はい	いいえ
1	体調がよくない。(息苦しさを感ずる)		<input type="radio"/>
2	// (強いだるさを感ずる)		<input type="radio"/>
3	// (風邪のような症状がある)		<input type="radio"/>
4	// (風邪のような症状は、数日前から続いている)		<input type="radio"/>
5	咳が出る。		<input type="radio"/>
6	咳は、数日前から続いている。		<input type="radio"/>
7	咽頭痛がある。		<input type="radio"/>
8	味覚・嗅覚障害がある。		<input type="radio"/>
9	基礎疾患(糖尿病、循環器疾患、慢性呼吸器疾患、悪性腫瘍、透析を受けているなど)がある。	<input type="radio"/>	
10	喫煙している。	<input type="radio"/>	
11	免疫抑制剤や抗がん剤を用いている。		<input type="radio"/>
12	同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる。		<input type="radio"/>
13	過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航及び感染拡大地域での滞在又は当該在住者との濃厚接触がある。		<input type="radio"/>

※この他、ご自身の健康状態について気になること、相談したいことがあれば、( )の中に記入してください。

( 毎朝降圧剤を服用しており、約1か月分を所持している。 )

※質問内容は、(公社)日本医師会「新型コロナウイルス感染症時代の避難所マニュアル(2020.6.17)」を参考に作成

●避難所への入所：可・不可 車田スペース(テント・車内・他施設)で待機 受付スタッフ名 青枠の中は、受付スタッフが記入します。避難者の方は、上の太枠の中を記入してください。 移送手段(私有車・移送車両・その他)
--

# わが家で行う風水害への備え

## ▶ 家屋の被害を抑える

風水害による家屋の被害を抑えるために、日頃から家の周りの点検や整備を行いましょう。

**外壁**  
●モルタルの壁に亀裂はありませんか

**ベランダ**  
●植木鉢や物干し竿など、落下や飛散の危険はありませんか

**ブロック**  
●傾きやひび割れ、破損している箇所はありませんか

**排水溝**  
●側溝や雨水ますにゴミや土砂はありませんか

**窓**  
●窓枠のがたつきはありませんか  
●雨戸にがたつきはありませんか

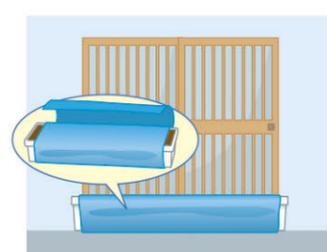
**屋根・雨どい**  
●不安定なアンテナはありませんか  
●トタンがめくけていませんか  
●瓦のひび・割れ・はがれはありませんか  
●雨どいにゴミや木の葉は溜まっていませんか

**板塀**  
●板塀に腐りや浮きはありませんか  
●板塀に支柱はありますか

**その他**  
●ガスボンベ(プロパンガス等)は固定されていますか  
●商店などでは看板のぐらつきはありませんか  
●ゴミ箱や植木鉢などは、飛ばないように固定していますか  
●庭木には添え木をしていますか  
●窓ガラスが飛散しないよう対策をしていますか

## ▶ 家庭でできる簡易水防

浸水が浅い場合には、土のう(無い場合は水のう)を設置することで、水が建物へ浸入するのを防げます。簡易的な措置として、植栽用プランターや石油用ポリタンク、長めの板(はしごやテーブルでもOK)などを、ビニールシートで包んで設置してもよいでしょう。道路よりも建物が低い場合や、地下室がある場合などは、止水板を設置しておく、より効果的です。



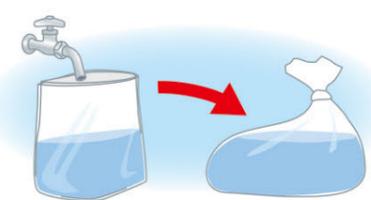
**簡易水防工法例 ①**  
**プランター + ビニールシート**  
土を入れたプランターをビニールシートで巻き込んだものを使用し、浸水を防ぎます。



**簡易水防工法例 ②**  
**簡易水のう + 止水板**  
簡易水のうを作り、長めの板などと組み合わせて出入りに設置し、浸水を防ぎます。

### 簡易水のうの作り方

家庭で使用しているゴミ袋(40リットル程度の容量)を二重にして、中に半分程度の水を入れて閉めます。



# 地区別ハザードマップ

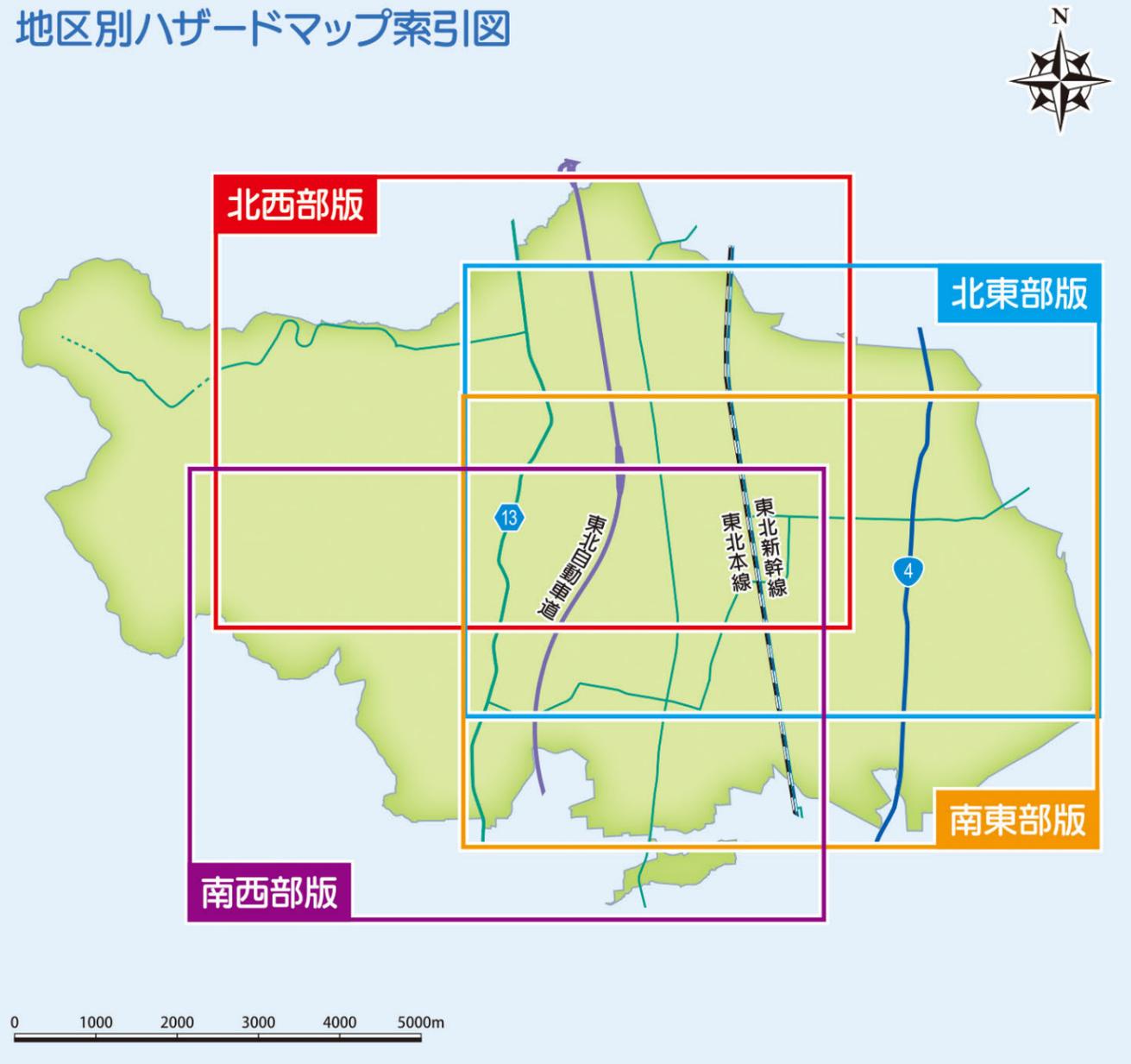
- 右のポケットに入っているマップは、お住いの地域における洪水浸水想定区域等を示したものです。
- P.3～P.10のハザードマップ①～④は、各河川毎の想定しうる最大規模の降雨時の浸水深を表示しています。
- 一方で、右のポケットに入っているマップで示している浸水深は、北上川、雫石川、芋沢川、岩崎川、太田川の想定最大規模降雨時における浸水深を重ね合わせて最大値を表示しています。
- お住いの地域における想定最大規模の浸水範囲、浸水深を確認し、避難先や避難経路の検討などに活用してください。

※「想定最大規模降雨」とは1000年に1回程度降る規模の降雨を示しています。

これは、1000年毎に1回発生する周期的な降雨ということではなく、1年の間に発生する確率が1/1000以下の降雨という意味です。毎年の発生確率は小さいですが、規模の大きな降雨であることを示しています。

※向田川、見前川、大白沢川の想定しうる最大規模の降雨時における浸水深は本マップ作成時点では未公表のため、右のポケットに入っているマップの浸水深には含まれていません。避難先や避難経路の検討の際にはご注意ください。

## 地区別ハザードマップ索引図



このポケットにハザードマップを  
差し込んで保管してください