

もしも…は突然やってくる!!

災害に  
負けない  
まちへ!

# 壬生町

## 防災住民マニュアル・ハザードマップ

安全・安心に避難する  
▶P2

ハザードマップ  
▶P3~11

災害を及ぼす気象に注意  
▶P12

浸水被害に注意  
▶P13

地震が発生したら…  
▶P14

災害への備え  
▶P15.16

壬生町公認キャラクター  
みぶの妖精 ミーナ

©柘あおい

緊急時でも  
慌てない!

### 緊急時連絡先一覧表

#### 役場

壬生町役場 総務課 消防防災係 Tel. 0282-81-1808

防災行政無線(電話応答装置)  
(防災無線がきこえない場合はこちら) Tel. 0282-82-9000

#### 警察

事件・事故は → **110**

壬生交番 Tel. 0282-82-0105

おもちゃのまち交番 Tel. 0282-86-2426

#### 消防

火災・救急・救助は → **119**

壬生消防署 Tel. 0282-82-2000

石橋地区消防組合消防本部 Tel. 0285-53-1119

#### 電気に関すること

東京電力エナジーパートナー カスタマーセンター栃木  
(停電情報や倒木、切れた電線等の連絡先) Tel. 0120-995-007

#### その他

東日本電信電話株式会社栃木支店 Tel. 028-632-4460

宇都宮地方気象台 (防災担当窓口) Tel. 028-635-7260

気象台自動応答装置 (天気予報、気象実況) Tel. 028-638-4444

NTT東日本 (電線の設備不良) Tel. 0120-444-113



# 安全・安心に避難する

## ◆ 災害発生！命を守るには避難の判断と心得が重要！！

災害が起きた場合、避難の判断によって生死が分かれることがあります。テレビやラジオ、行政などから発信される、下記の「**避難警戒レベル**」に応じて、避難の判断とタイミングを決めましょう。

### 避難警戒レベル

状況に応じて正しい避難を！

災害の危険度	警戒レベル	住民がとるべき避難行動	避難情報と気象情報	情報発信		
↑ 高 ↓ 低	警戒レベル <b>5</b>	<b>すでに災害が発生しています</b> 命を守るための最善の行動をとってください	<b>緊急安全確保</b> ※1 大雨特別警報 氾濫発生情報	気象情報 避難情報 市町村が発令	*身の危険を感じたときには警戒レベルに関わらず避難してください。また、必ずしも段階的にレベル1から順に発令されるとは限りません。  ※1:市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、必ず発令される情報ではありません。  ※2: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。	
	<b>&lt;警戒レベル4までに必ず避難！&gt;</b>					
	警戒レベル <b>4</b>	危険な場所から <b>全員避難</b> してください。 避難所へ避難しましょう。	<b>避難指示</b> 土砂災害警戒情報 氾濫危険情報	気象情報 市町村が発令		
	警戒レベル <b>3</b>	危険な場所から <b>高齢者等は避難</b> しましょう。 他の住民のみなさんは、避難の準備をしましょう。	<b>高齢者等避難</b> ※2 大雨・洪水警報 氾濫警戒情報	気象情報 市町村が発令		
	警戒レベル <b>2</b>	避難に備え、ハザードマップなどにより <b>自らの避難行動を確認</b>	大雨・洪水・氾濫 注意報	気象情報		
警戒レベル <b>1</b>	防災気象情報などの最新情報に注意するなど、 <b>災害への心がまえを高める</b>	早期注意情報(警報級の可能性)	気象情報			

### ガスの元栓を閉める



地震後はガス器具やガス管が壊れている場合があります。ガスが復旧した際にガス爆発の危険があるため、ガスの元栓を閉めましょう。

### 連絡・メモを残す



避難する際には、自分や家族の安否情報、連絡先などのメモを残しましょう。電話の混線が想定されるので、SNSなどを利用するのも良いでしょう。

### 2人以上で避難を



特別な事情を除き、避難は徒歩が原則です。できるだけ1人の避難は避け、子どもと一緒にいる場合は目を離さないように注意しましょう。

### ブレーカーを落とす



停電している時でも必ずブレーカーを落としてから避難してください。停電から復旧した際に「通電火災」が起こる可能性があります。

### 思いやりを大事に

高齢者や障がい者、傷病者、小さな子ども、妊産婦、旅行者などは避難に時間がかかったり、情報や状況を迅速に把握できない場合があります。日頃から近所の要配慮者を把握しておいたり、災害時には地域のみなさんと協力しあって要配慮者を支援しましょう。

### 高齢者・傷病者

- 正しい情報を伝える
- 不安を取り除くように声をかける
- 手を貸したり、おぶって避難



### 障がい者

- 介助の手助けを
- 耳が不自由な方には、筆談や身振りで対応



### 妊産婦・幼児

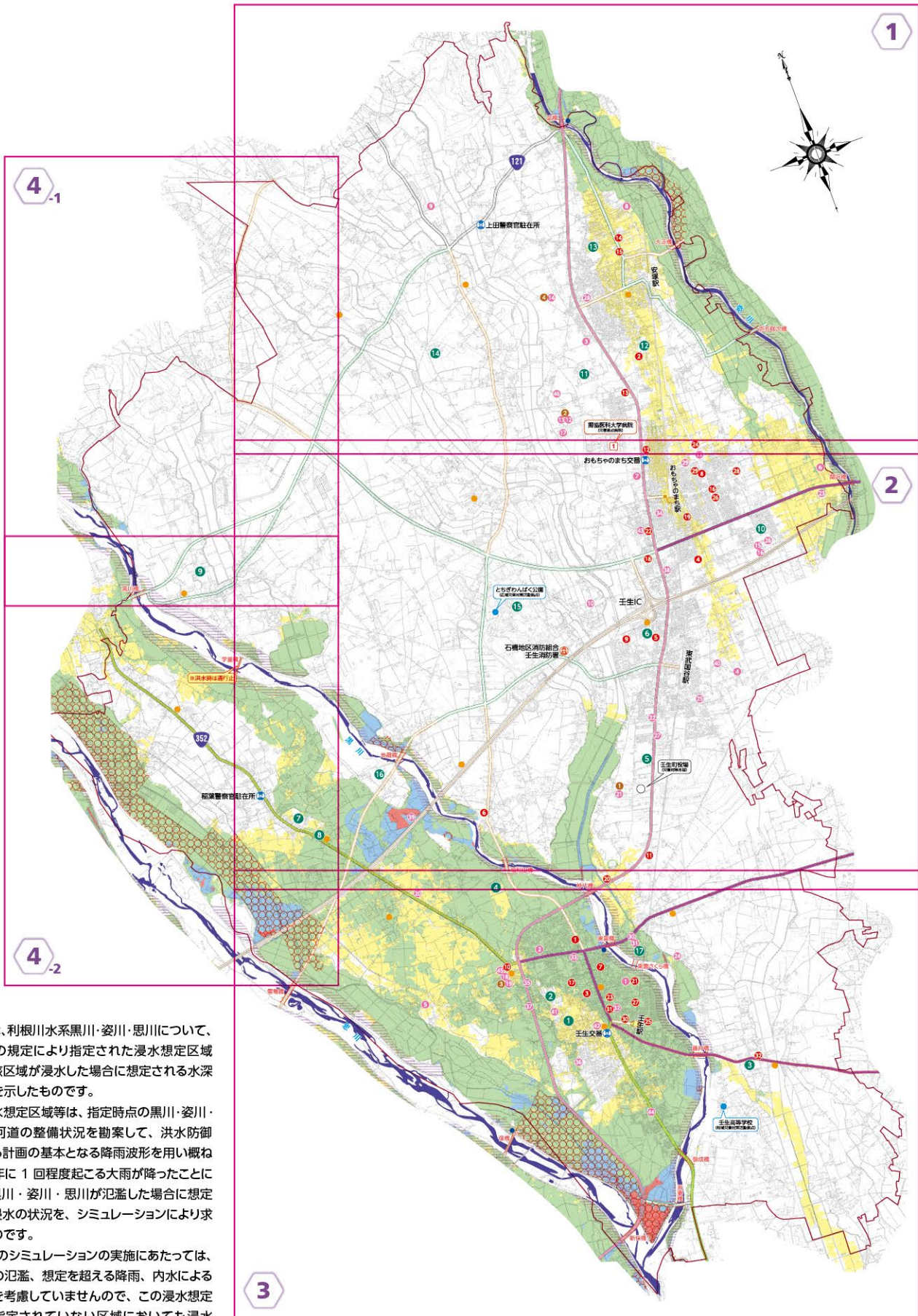
- 手荷物を持ったりの手助けを
- 子どもがはぐれたり、ケガをしないよう気をつける





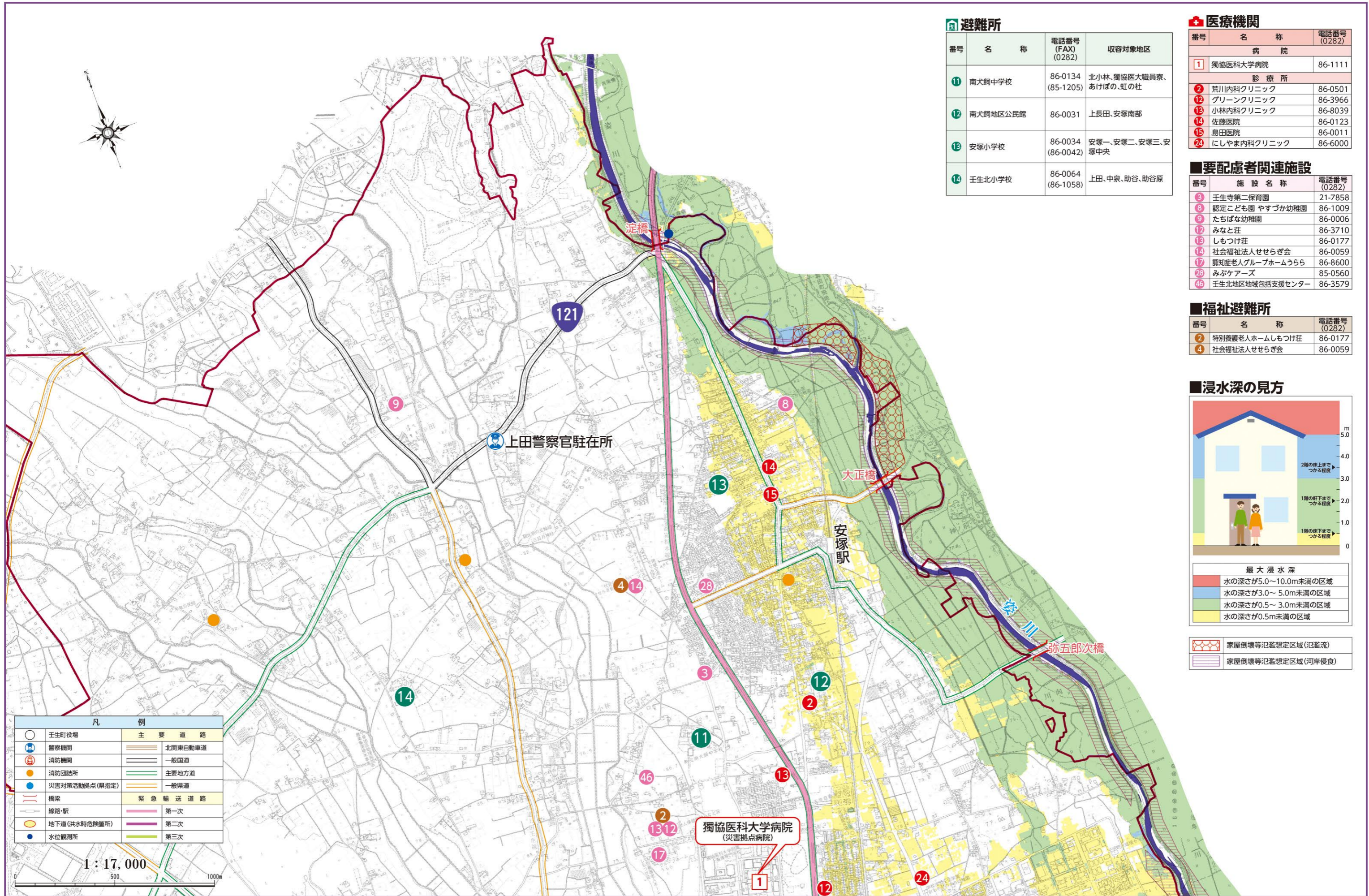
# 黒川・姿川・思川 浸水想定区域図

## 全域図



- (1) この図は、利根川水系黒川・姿川・思川について、水防法の規定により指定された浸水想定区域と、当該区域が浸水した場合に想定される水深その他を示したものです。
- (2) この浸水想定区域等は、指定時点の黒川・姿川・思川の河道の整備状況を勘案して、洪水防御に関する計画の基本となる降雨波形を用い概ね1000年に1回程度起こる大雨が降ったことにより、黒川・姿川・思川が氾濫した場合に想定される浸水の状況を、シミュレーションにより求めたものです。
- (3) なお、このシミュレーションの実施にあたっては、支流川の氾濫、想定を超える降雨、内水による氾濫等を考慮していませんので、この浸水想定区域に指定されていない区域においても浸水が発生する場合や、想定される水深が実際の浸水深と異なる場合があります。

# 1 黒川・姿川・思川 浸水想定区域図



## 避難所

番号	名称	電話番号 (FAX) (0282)	収容対象地区
11	南大飼中学校	86-0134 (85-1205)	北小林、獨協医大職員寮、あけぼの、虹の杜
12	南大飼地区公民館	86-0031	上長田、安塚南部
13	安塚小学校	86-0034 (86-0042)	安塚一、安塚二、安塚三、安塚中央
14	壬生北小学校	86-0064 (86-1058)	上田、中泉、助谷、助谷原

## 医療機関

番号	名称	電話番号 (0282)
1	獨協医科大学病院	86-1111
診療所		
2	荒川内科クリニック	86-0501
12	グリーンクリニック	86-3966
13	小林内科クリニック	86-8039
14	佐藤医院	86-0123
15	島田医院	86-0011
24	にしやま内科クリニック	86-6000

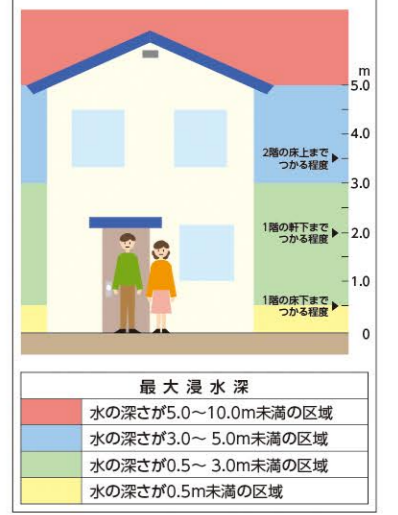
## 要配慮者関連施設

番号	施設名称	電話番号 (0282)
3	壬生寺第二保育園	21-7858
8	認定こども園 やすづか幼稚園	86-1009
9	たちばな幼稚園	86-0006
12	みなと荘	86-3710
13	しもつけ荘	86-0177
14	社会福祉法人せせらぎ会	86-0059
17	認知症老人グループホームうらら	86-8600
28	みぶヶアース	85-0560
46	壬生北地区地域包括支援センター	86-3579

## 福祉避難所

番号	名称	電話番号 (0282)
2	特別養護老人ホームしもつけ荘	86-0177
4	社会福祉法人せせらぎ会	86-0059

## 浸水深の見方



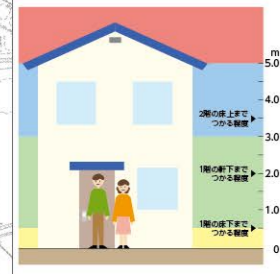
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫流)
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸侵食)

凡 例	
○	壬生町役場
Ⓜ	警察機関
Ⓜ	消防機関
●	消防団詰所
●	災害対策活動拠点(県指定)
—	橋梁
—	線路・駅
—	地下道(洪水時危険箇所)
●	水位観測所
—	主要道路
—	北関東自動車道
—	一般国道
—	主要地方道
—	一般県道
—	緊急輸送道路
—	第一次
—	第二次
—	第三次



# 2 黒川・姿川・思川 浸水想定区域図

## ■ 浸水深の見方

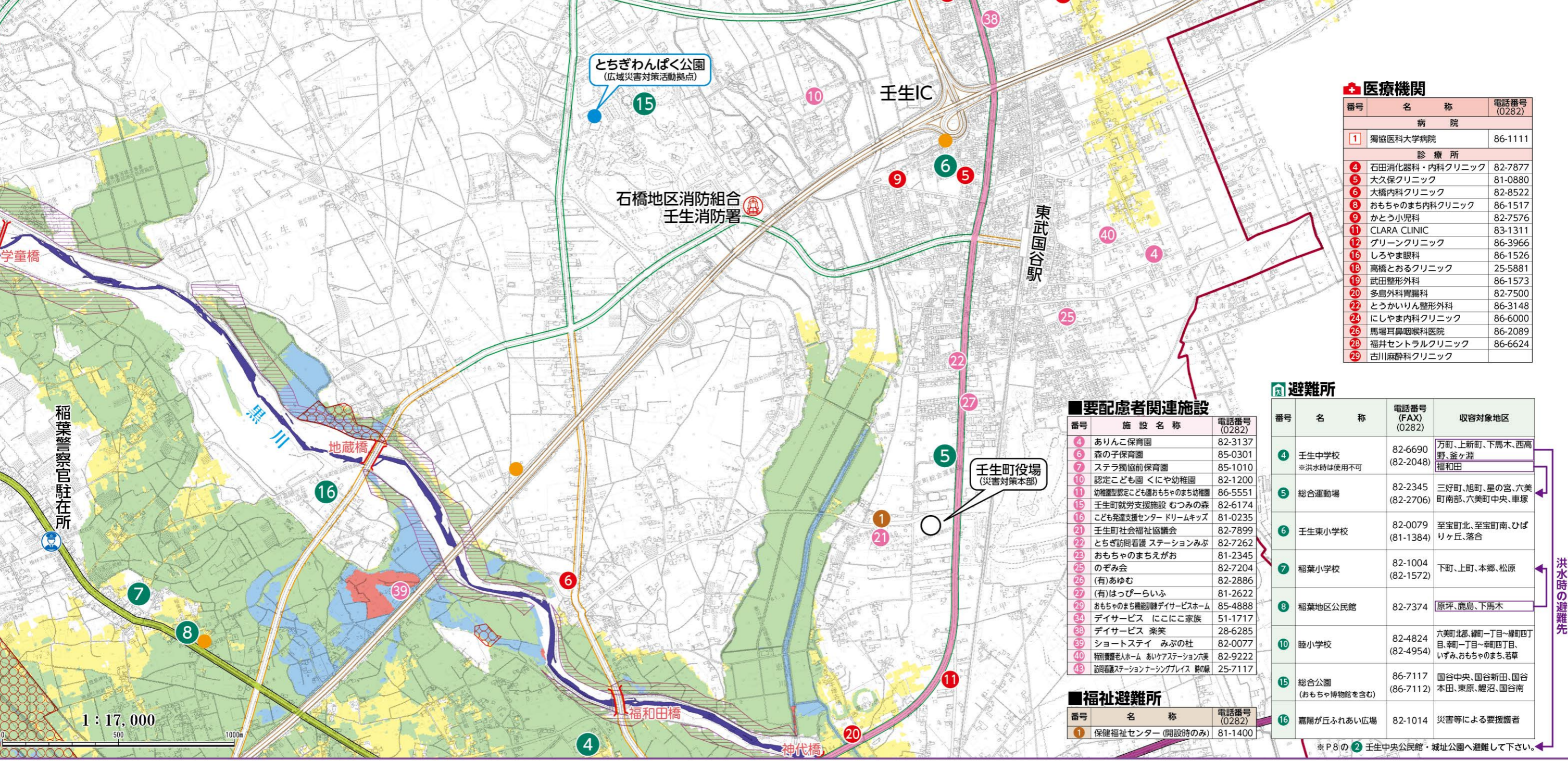


最大浸水深

- 水の深さが5.0～10.0m未満の区域
- 水の深さが3.0～5.0m未満の区域
- 水の深さが0.5～3.0m未満の区域
- 水の深さが0.5m未満の区域

凡 例	
○	壬生町役場
🚓	警察機関
🚒	消防機関
🚒	消防団詰所
📍	災害対策活動拠点(県指定)
🌉	橋梁
🚉	線路・駅
🚇	地下道(洪水時危険箇所)
📍	水位観測所
—	主要道路
—	北関東自動車道
—	一般国道
—	主要地方道
—	一般県道
—	緊急輸送道路
—	第一次
—	第二次
—	第三次

🏠	家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫河)
🏠	家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)



## 🏥 医療機関

番号	名称	電話番号(0282)
病院		
1	獨協医科大学病院 (災害拠点病院)	86-1111
診療所		
4	石田消化器科・内科クリニック	82-7877
5	大久保クリニック	81-0880
6	大橋内科クリニック	82-8522
8	おもちゃのまち内科クリニック	86-1517
9	かとう小児科	82-7576
11	CLARA CLINIC	83-1311
12	グリーンクリニック	86-3966
16	しろやま眼科	86-1526
18	高橋とおるクリニック	25-5881
19	武田整形外科	86-1573
20	多島外科胃腸科	82-7500
22	とうかいりん整形外科	86-3148
24	にしやま内科クリニック	86-6000
26	馬場耳鼻咽喉科医院	86-2089
28	福井セントラルクリニック	86-6624
29	古川麻酔科クリニック	

## 🏠 避難所

番号	名称	電話番号(FAX)(0282)	収容対象地区
4	壬生中学校 ※洪水時は使用不可	82-6690 (82-2048)	万町、上新町、下馬木、西高野、金ヶ淵、福和田
5	総合運動場	82-2345 (82-2706)	三好町、旭町、星の宮、六美町南部、六美町中央、車塚
6	壬生東小学校	82-0079 (81-1384)	至宝町北、至宝町南、ひばりヶ丘、落合
7	稲葉小学校	82-1004 (82-1572)	下町、上町、本郷、松原
8	稲葉地区公民館	82-7374	原坪、鹿島、下馬木
10	睦小学校	82-4824 (82-4954)	六美町北、緑町一丁目～緑町四丁目、幸町一丁目～幸町四丁目、いずみ、おもちゃのまち、若草
15	総合公園 (おもちゃ博物館を含む)	86-7117 (86-7112)	国谷中央、国谷新田、国谷本田、東原、雙沼、国谷南
16	嘉陽が丘ふれあい広場	82-1014	災害等による要援護者

## ■ 要配慮者関連施設

番号	施設名称	電話番号(0282)
4	ありんこ保育園	82-3137
6	森の子保育園	85-0301
7	ステラ獨協前保育園	85-1010
10	認定こども園 くまの幼稚園	82-1200
11	幼稚園認定こども園おもちゃのまち幼稚園	86-5551
15	壬生町就業支援施設 むつみの森	82-6174
16	こども発達支援センター ドリームキッズ	81-0235
21	壬生町社会福祉協議会	82-7899
22	とちぎ訪問看護 ステーションみぶ	82-7262
23	おもちゃのまちえがお	81-2345
25	のぞみ会	82-7204
26	(有)あゆむ	82-2886
27	(有)はっぴーらいふ	81-2622
29	おもちゃのまち機能訓練サービスホーム	85-4888
34	デイサービス にこにこ家族	51-1717
38	デイサービス 楽笑	28-6285
39	ショートステイ みぶの社	82-0077
40	特別養護老人ホーム あいケアステーション六美	82-9222
43	訪問看護ステーションサンプレイス 時の縁	25-7117

## ■ 福祉避難所

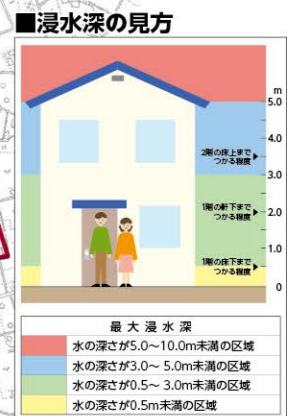
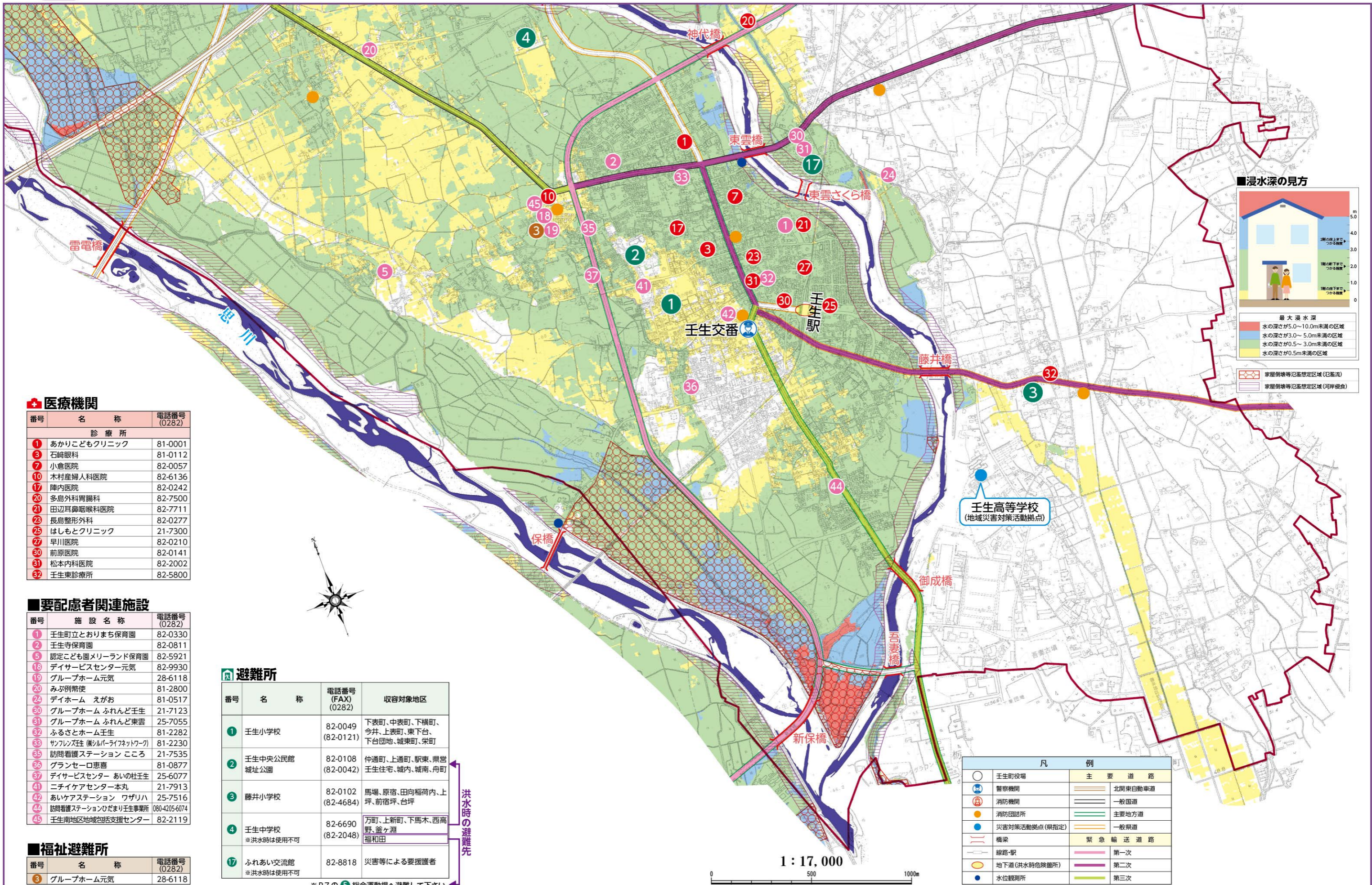
番号	名称	電話番号(0282)
1	保健福祉センター(開設時のみ)	81-1400

洪水時の避難先

※ P8 の 2 壬生中央公民館・城址公園へ避難して下さい。

1 : 17,000

# 3 黒川・姿川・思川 浸水想定区域図



### 医療機関

番号	名称	電話番号 (0282)
1	あかりこどもクリニック	81-0001
3	石崎眼科	81-0112
7	小倉医院	82-0057
10	木村産婦人科医院	82-6136
17	陣内医院	82-0242
20	多島外科胃腸科	82-7500
21	田辺耳鼻咽喉科医院	82-7711
23	長島整形外科	82-0277
25	はしもとクリニック	21-7300
27	早川医院	82-0210
30	前原医院	82-0141
31	松本内科医院	82-2002
42	壬生東診療所	82-5800

### 要配慮者関連施設

番号	施設名称	電話番号 (0282)
1	壬生町立とおりまち保育園	82-0330
2	壬生寺保育園	82-0811
5	認定こども園メリーランド保育園	82-5921
18	デイサービスセンター元気	82-9930
19	グループホーム元気	28-6118
20	みぶ例幣使	81-2800
24	デイホーム えがお	81-0517
30	グループホーム ふれんど壬生	21-7123
31	グループホーム ふれんど東雲	25-7055
32	ふるさとホーム壬生	81-2282
33	サンプラザ壬生 (ネットワーグ)	81-2230
35	訪問看護ステーション こころ	21-7535
36	グランセー口恵喜	81-0877
37	デイサービスセンター あいの社壬生	25-6077
41	ニチイケアセンター本丸	21-7913
42	あいケアステーション ワザリハ	25-7516
44	訪問看護ステーションひだまり壬生事業所	080-4205-6074
45	壬生南地区地域包括支援センター	82-2119

### 福祉避難所

番号	名称	電話番号 (0282)
3	グループホーム元気	28-6118

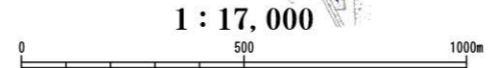
### 避難所

番号	名称	電話番号 (FAX) (0282)	収容対象地区
1	壬生小学校	82-0049 (82-0121)	下表町、中表町、下横町、今井、上表町、東下台、下台団地、城東町、栄町
2	壬生中央公民館 城址公園	82-0108 (82-0042)	仲通町、上通町、駅東、泉宮 壬生住宅、城内、城南、舟町
3	藤井小学校	82-0102 (82-4684)	馬場、原宿、田向稲荷内、上坪、前宿坪、台坪
4	壬生中学校 *洪水時は使用不可	82-6690 (82-2048)	万町、上新町、下馬木、西高野、釜ヶ淵 福和田
17	ふれあい交流館 *洪水時は使用不可	82-8818	災害等による要援護者

※ P7 の 5 総合運動場へ避難して下さい。

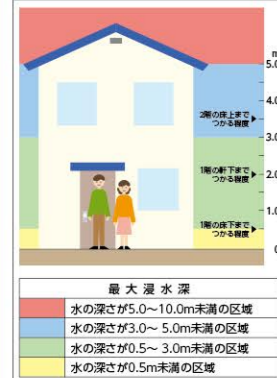
### 凡例

○	壬生町役場	主要道路
🚓	警察機関	北関東自動車道
🚒	消防機関	一般国道
🚒	消防団詰所	主要地方道
📍	災害対策活動拠点 (県指定)	一般県道
🌉	橋梁	緊急輸送道路
🚉	線路・駅	第一次
🚇	地下道 (洪水時危険箇所)	第二次
📍	水位観測所	第三次



# 4 黒川・姿川・思川 浸水想定区域図

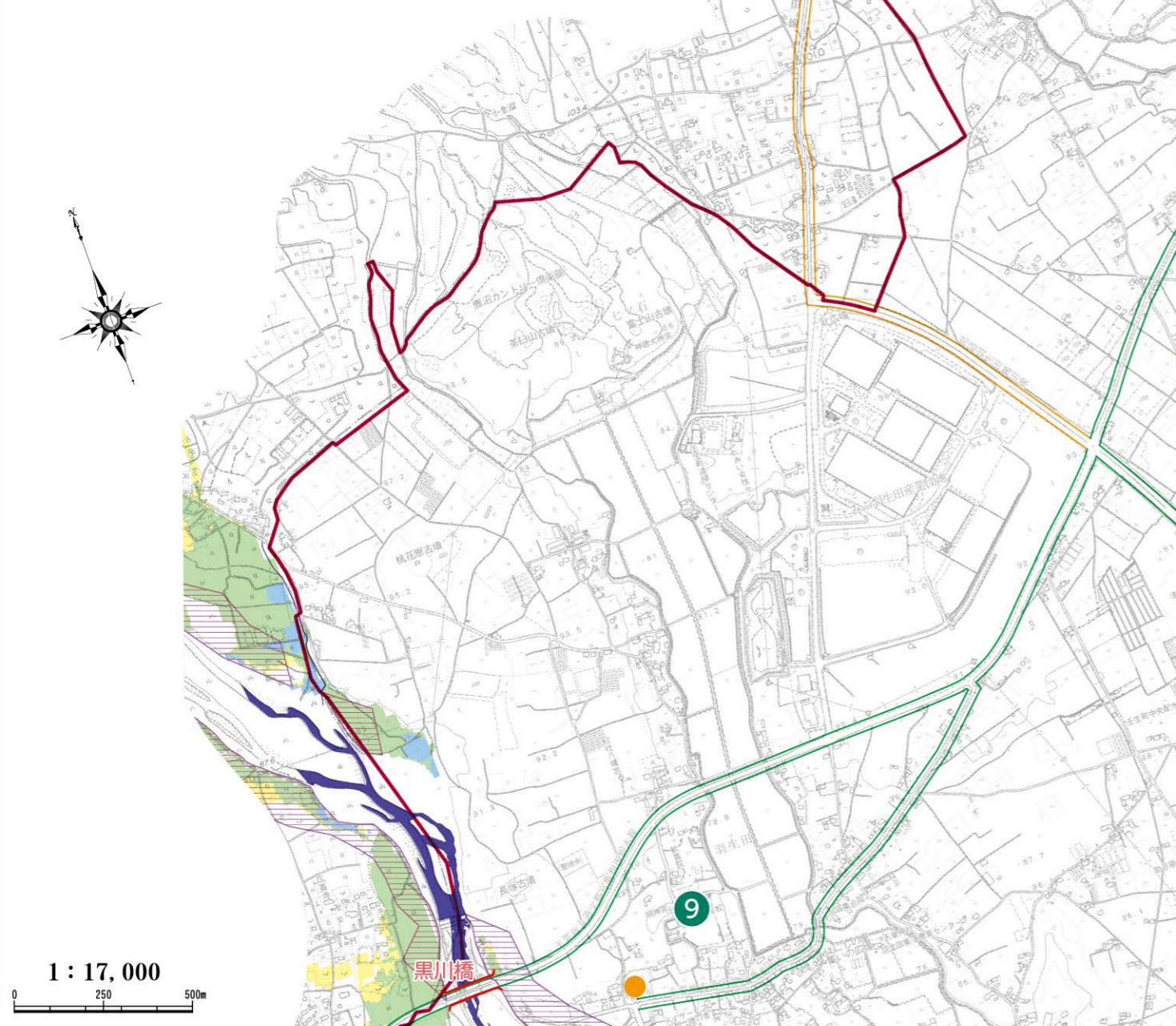
## ■浸水深の見方



凡 例		
○	壬生町役場	主要道路
🚓	警察機関	北関東自動車道
🚒	消防機関	一般国道
📞	消防団詰所	主要地方道
📍	災害対策活動拠点(県指定)	一般県道
🌉	橋梁	緊急輸送道路
🚉	線路・駅	第一次
🚇	地下道(洪水時危険箇所)	第二次
📍	水位観測所	第三次

## ■避難所

番号	名称	電話番号(FAX)(0282)	収容対象地区
9	羽生田小学校	82-1022(82-8410)	西部、中央、北原、台宿、下坪



## ■浸水深の見方



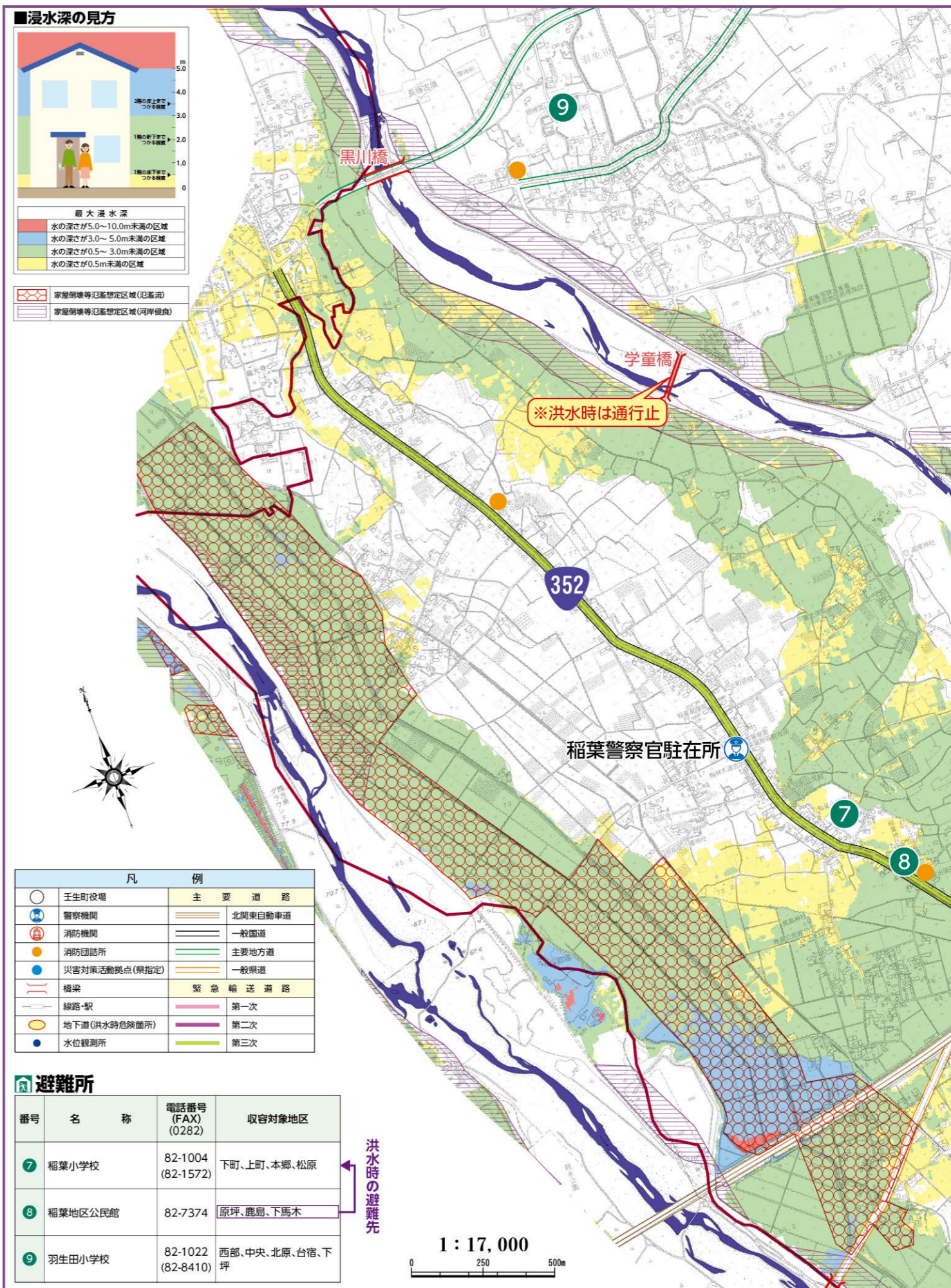
🏠	家屋倒壊等氾濫想定区域(氾濫源)
🌊	家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

凡 例		
○	壬生町役場	主要道路
🚓	警察機関	北関東自動車道
🚒	消防機関	一般国道
📞	消防団詰所	主要地方道
📍	災害対策活動拠点(県指定)	一般県道
🌉	橋梁	緊急輸送道路
🚉	線路・駅	第一次
🚇	地下道(洪水時危険箇所)	第二次
📍	水位観測所	第三次

## ■避難所

番号	名称	電話番号(FAX)(0282)	収容対象地区
7	稲葉小学校	82-1004(82-1572)	下町、上町、本郷、松原
8	稲葉地区公民館	82-7374	原坪、鹿島、下馬木
9	羽生田小学校	82-1022(82-8410)	西部、中央、北原、台宿、下坪

洪水時の避難先





# 災害を及ぼす気象に注意

## ◆ 気象情報・防災情報を知り、災害に備えよう

初夏から秋にかけては、台風や前線の影響で大雨、洪水、暴風などによる自然災害が発生しやすくなりますが、台風や豪雨はある程度の進路や規模などを予測できるため、普段から気象情報に注意しましょう。気象や防災に関する情報はテレビやラジオのほか、以下のホームページなどから入手できます。

壬生町  
防災メールの  
登録はこちら!

	<b>防災情報全般</b> (防災・行政などのお知らせ)	<b>壬生町防災WEB</b>	 <a href="http://www.bousai-mibu.jp/mail/pub/">http://www.bousai-mibu.jp/mail/pub/</a>	
			 <a href="http://www.bousai-mibu.jp/bousai/">http://www.bousai-mibu.jp/bousai/</a>	
	<b>避難所開設情報</b>	<b>VACAN(バカン)Maps</b>	 <a href="https://vacan.com/area/mibu-town-evacuation/evacuation-center/12">https://vacan.com/area/mibu-town-evacuation/evacuation-center/12</a>	
	<b>気象情報</b>	<b>気象庁</b>	 <a href="https://www.jma.go.jp/jma/">https://www.jma.go.jp/jma/</a>	
		<b>宇都宮地方気象台</b>	 <a href="https://www.jma-net.go.jp/utsunomiya/">https://www.jma-net.go.jp/utsunomiya/</a>	
	<b>雨量・水位情報</b>	<b>国土交通省 川の防災情報</b>	 <a href="https://www.river.go.jp/">https://www.river.go.jp/</a>	
			 <a href="https://www.river.go.jp/s/">https://www.river.go.jp/s/</a>	
		<b>栃木県リアルタイム 雨量河川水位観測情報</b>	 <a href="https://www.dif.pref.tochigi.lg.jp/">https://www.dif.pref.tochigi.lg.jp/</a>	
			 <a href="https://www.dif.pref.tochigi.lg.jp/m">https://www.dif.pref.tochigi.lg.jp/m</a>	

## ◆ 雨と風による危険度

### 雨の強さと降り方



#### やや強い雨

1時間に  
10~20mm未満

ザーザーと降る雨。地面一面に水たまりができ、地面からの跳ね返りで足元が濡れ、話し声が聞き取りにくくなります。



#### 強い雨

1時間に  
20~30mm未満

どしゃ降りの雨。傘をさしても濡れてしまうほどの雨で、側溝や下水、小さな川があふれ、小規模のかけ崩れなどの心配があります。



#### 激しい雨

1時間に  
30~50mm未満

バケツをひっくり返したように降る雨。道路が川のようになり、山崩れ・がけ崩れが起きやすくなるため、危険地帯では避難の準備が必要になります。



#### 非常に激しい雨

1時間に  
50~80mm未満

滝のように降る雨。傘は全く役に立たず、水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなるため車の運転は危険。河川氾濫のおそれもあります。



#### 猛烈な雨

1時間に  
80mm以上の雨

息苦しくなるような圧迫感や恐怖を感じる雨。雨による大規模災害が発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要となります。

### 風の強さと吹き方

※風速は10分間の平均風速です。  
最大瞬間風速は平均風速の約1.5倍~3倍以上になることがあります。



#### やや強い風

風速10~15m/s

風に向かって歩きにくくなり、樹木全体や電線が揺れ始めます。高速運転時は横風に流される感覚を受けます。



#### 強い風

風速15~20m/s

風に向かって歩けなくなり、転倒する人も出ます。看板やトタン板が外れ始め、高所での作業は極めて危険です。



#### 非常に強い風

風速20~25m/s

何かにつかまっていなくて立ってられません。通常速度による運転が困難になり、飛来物による負傷にも注意しましょう。



#### 猛烈な風

風速25~30m/s

細い木が折れたり、根の張っていない木が倒れ始めます。屋根材や看板が落下・飛散し、道路標識が傾きます。



#### 猛烈な風

風速30m/s以上

屋外での行動は極めて危険です。多くの樹木が倒れ、走行中のトラックが横転したり、倒壊する住宅も出てきます。





# 浸水被害に注意

## ◆ 河川氾濫の危険レベルと避難の注意点

気象庁から注意報・警報が発表されるほどの雨が降ると、洪水や家屋浸水などの災害が発生する場合があります。また水の力はとても強く、大雨による浸水被害が起こった場合、人や車は簡単に押し流されてしまいます。大雨が予想される時は水辺に近づかないようにしましょう。

### ❗ 「特別警報」に注意

警報の発表基準をはるかに超える豪雨などが予想され、重大な災害の起こるおそれ著しく高まっている場合には、「特別警報」が発表されます。ただちに命を守る適切な行動をとってください。



### 水防団待機水位

(指定水位)

大雨などにより、この水位をこえると水防関係機関が水防活動の準備に入ります。

テレビ、ラジオなどの最新の気象・洪水情報に注意し、警戒を強めてください。また、避難に時間を要する人(高齢者、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は避難の準備を整えましょう。

### 氾濫注意水位

(警戒水位)

洪水注意報の基準となり、災害のおそれがある水位です。この水位をこえると水防関係機関が出動します。

### 避難判断水位

「高齢者等避難」の発令基準となる水位です。

避難に時間を要する人とその支援者は避難を開始し、その他の人は避難の準備を整えましょう。避難の際は危険な場所を通らないようにしましょう。

### 氾濫危険水位

(特別警戒水位)

「避難指示」の発令基準となり、家屋浸水等の被害を生じる氾濫のおそれがある水位です。

速やかに避難所へ避難しましょう。外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

### 歩ける深さは膝下まで!



水かさが増し、水の流が速くなればなるほど、水の力も強くなり、徒歩での避難が難しくなります。水深が腰まであったり、浅くても水の流が速い場合は無理をせず、高い場所で救助を待ちましょう。

### 車が浸水したらすぐ外へ!



水深が約30cm前後に達すると、車のエンジンが停止する可能性があり、水深と流速が増すと車ごと流される危険もあります。車が浸水した場合は、すぐに外に出ましょう。

### 避難に遅れたら…



万一、避難に遅れ危険が迫った時には、自宅の2階か近くの頑丈な建物の2階以上に逃げましょう。

避難する時は裸足や長靴は避け、ひもで締められる運動靴などを履きましょう!





# 地震が発生したら…

## ◆ 地震だ！まず何をする？ 地震発生時の行動マニュアル



地震発生から

1分

### まずはとにかく「身を守る」!!

大きな揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたら、まずは自分の身を守り、周囲の状況に応じて揺れがおさまるまで待ちましょう。

慌てて外に飛び出さないこと!



#### 屋内では

- テーブルや机の下に入る
- 座布団や雑誌などで頭を保護
- 家具・ガラスから離れる
- 商業施設や公共施設などでは係員の指示に従う
- エレベーターは全てのボタンを押し、停止した階で降りる

#### 屋外では

- ブロック塀・自動販売機などの倒壊に注意
- 看板・ガラスなどの落下物に注意

#### 鉄道・バス乗車中は

- 緊急停車に備え、手すりやつり革にしっかりつかまる
- 座っている場合は、低い姿勢をとって頭部を鞆などで保護

#### 自動車運転中は

- 徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車する
- ハザードランプを点灯し、周りの車に注意を促す



地震発生から

1分〜5分

### 落ち着いて「安全確保」と「状況確認」!!

大きな揺れはおよそ1分程度と言われています。揺れがおさまったら、慌てず落ち着いて行動しましょう。身のまわりの安全確保と状況確認を行い、避難指示が発令されたり、家屋倒壊などの危険がある場合は速やかに避難しましょう。

危険と判断したら…

# 急いで避難!



#### 火元の点検

コンロやガス器具、ストーブ、タバコなどの火元を消しましょう。

#### 出口の確保

建物の傾きによって閉じ込められないよう、玄関や窓を開け、脱出口を確保しましょう。

#### 状況確認

ガラス片や転倒家具などに注意し、家族や周りの人の安全確認・確保を行いましょう。

#### 情報を入手する

テレビ・ラジオ、緊急速報メールなどで災害情報、避難情報を入手しましょう。

地震発生から

5分

### 「地域で協力」しあおう!!

隣近所も同じように被災しています。安否確認を行い被害が出ている場合は、お互いに協力しあいましょう。

- 行方不明者、けが人の確認
- 家屋や家具などの下敷きになっている人の救出
- けが人の救護
- 火災発生時の初期消火
- 手助けが必要な方への協力 [P2 安全・安心に避難するへ](#) (高齢者・障がい者・けが人・病人・妊婦・幼児など)



火災が発生した場合

### 「初期消火」!!



#### すぐに大声で知らせる

火災を発見したら、大声や大きな音を立て、周囲に知らせましょう。



#### 早く消火する

水や消火器、座布団で叩く、布団を被せて密閉するなどして、消火にあたりましょう。



#### 早く逃げる

出火から3分が自力消火の限界です。火が天井に燃え移ったら消火を諦め、速やかに避難を。





# 災害への備え 1

## ◆ 1週間分の食糧を備蓄しましょう

防災用の食料備蓄は、約1週間分を用意しておくのがベスト。

定期的に(1ヶ月に1、2度)食べて、食べた分を買い足し備蓄していく「**ローリングストック法**」は、食べながら備えるため、消費期限が短いレトルト食品等も非常食として扱えます。



## 備蓄しておくの良いもの

### 冷凍食品

非常食の備蓄だけでなく冷蔵庫なども活用し、1週間分の食料を備えましょう



### 乾麺

(ラーメン・パスタ等)  
ゆで時間の短いものを



### フリーズドライ食品

(スープ等)  
スープ類は食欲が無いときでも摂取しやすい



### カセットコンロ・ボンベ

カセットボンベ1本で約60分使用可能  
停電時に、食材や非常食を調理するために必須



## 非常持ち出し品を備える!

避難用品も一緒に置いておくとう便利!



両手が使えるリュックがおすすめ!



避難する際に必要最低限のものをすぐ持ち出せるように袋に入れて用意しておくのが「**非常持ち出し品**」です。中身は自分にとって必要なものを、家族1人分ずつ準備しておくようにしましょう。使用期限や賞味期限を定期的に点検し、玄関や寝室などに置いておけば、いつでも持ち出すことができます。

コロナ対策を万全に!

**衛生・救急用品**

マスク・体温計・アルコール除菌・絆創膏・包帯・消毒液・常備薬・持病薬・ビニール袋・(ウェット)ティッシュ・生理用品など

**情報収集用品**

懐中電灯・携帯ラジオ・筆記用具など、予備の電池や携帯電話・スマートフォンの充電器も忘れずに

**貴重品**

現金・預金通帳等・印鑑・健康保険証・運転免許証など、重要なものはコピーをとって利用しましょう

**非常食・飲料水**

飲料水・乾パン・ビスケット・ゼリー飲料・栄養補助食品など避難行動時のエネルギー補給ができるもの

**衣料品・防寒対策用品**

雨具・レジャーシート・使い捨てカイロ・防寒具など、雨などに濡れた場合に備えて着替えは1セット分を用意

**個別必需品**

予備メガネ・コンタクトレンズ・補聴器・入れ歯・携帯用杖・紙おむつ・おしり拭き・粉ミルク・哺乳瓶・ベビーフードなど



# 災害への備え 2

## ◆「わが家のマイ・タイムライン」で避難行動を確認しましょう!

「マイ・タイムライン」は、台風などの接近によって河川の水位が上昇する時に、自分や家族がとる標準的な防災・避難行動を時系列的に整理し、とりまとめる行動の計画表です。自分の家族構成や生活環境にあった避難に必要な情報・判断・行動を把握して「わが家のマイ・タイムライン」に行動を書き込み、「わが家の避難行動」を確認しましょう。

警戒レベルと避難情報	避難行動チェックリスト	わが家のマイ・タイムライン
<p>注意喚起(壬生町) 早期注意情報(気象庁)</p> <p><b>1</b></p> <p>台風接近 5日前～</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 台風予報を注意して見る。</li> <li><input type="checkbox"/> 家族全員の予定を確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 非常持ち出し品や備蓄品の確認をする。</li> <li><input type="checkbox"/> 薬を病院に受け取りに行く。</li> <li><input type="checkbox"/> テレビやインターネットなどで 雨や川の様子に注意する。</li> <li><input type="checkbox"/> 住んでいる所と上流の雨量を調べる。</li> <li><input type="checkbox"/> 川の水位を確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯電話を充電しておく。</li> <li><input type="checkbox"/> ハザードマップを確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 壬生町からの情報に注意する。</li> </ul> 	<p>家族で話し合っ て記入しま しょう!</p> 
<p>自主的広域避難情報 大雨・洪水注意報(気象庁)</p> <p><b>2</b></p> <p>台風接近 3～2日前</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 台風(大雨)情報を確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 家族や知人などと避難について話してみる。</li> <li><input type="checkbox"/> 安全な場所の親類・知人宅への避難を依頼してみる。</li> <li><input type="checkbox"/> 避難するときの持ち出し品を準備する。</li> <li><input type="checkbox"/> 車で避難する場合は燃料を補給する。</li> </ul>	
<p>高齢者等避難</p> <p><b>3</b></p> <p>台風接近 2～1日前</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>高齢者などの災害時要配慮者は、避難を開始する。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 高齢者や障がい者、乳幼児など移動に時間がかかる方は早めに避難を開始する。</li> <li>■ 上記以外の人も、必要に応じ、普段の行動を見合わせたり、避難の準備や自主的に避難をする。</li> <li>■ 体温測定し体調を確認する。</li> </ul>	
<p>避難指示</p> <p><b>4</b></p> <p>台風接近 当日</p>	<p><input type="checkbox"/> <b>全員避難</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 速やかに全員避難!!</li> <li>■ 近所の方へも避難の呼びかけを!</li> <li>■ ガスの元栓を閉め、 電気のブレーカーを落とす。</li> </ul> 	
<p>緊急安全確保</p> <p><b>5</b></p>	<p><input type="checkbox"/> <b>逃げ遅れたら自宅や建物の高いところに避難する。</b></p>	

### 感染症拡大時の避難

新型コロナウイルスなど、新たな感染症の拡大防止のため、避難場所の過密状態を避ける必要があります。可能な方は避難場所への避難ではなく、安全な場所にある親類・知人宅、ホテル等を事前に確保し、避難してください。また、避難場所では、車内避難となる場合もあります。