保存版

【東伊那地区他】
駒ヶ根市防災ハザードマップ

この防災ハザードマップは、天竜川および駒ヶ根市内を流れる河川が大雨によって氾濫した場合に、浸水が想定される区域とその深さ、あわせて、土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域を示しています。

今回の改訂では、天竜川、太田切川、中田切川、上穂沢川、鼠川、七面川、田沢川、古田切川、精進川における、想定し得る最大規模降雨による洪水浸水想定区域を新たに示しています。

また、土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域は、令和5年1月30日告示の情報までを追加して示しています。今後の災害に備える参考資料としてご活用ください。令和6年3月

ハザードマップの使い方

①あなたの家はどこですか？

ハザードマップであなたの家を探して、予想されている浸水や土砂災害区域に入っているか（浸水深は何mになるか、土砂災害は警戒区域か特別警戒区域かなど）を確認しましょう。

②避難先はどこですか？

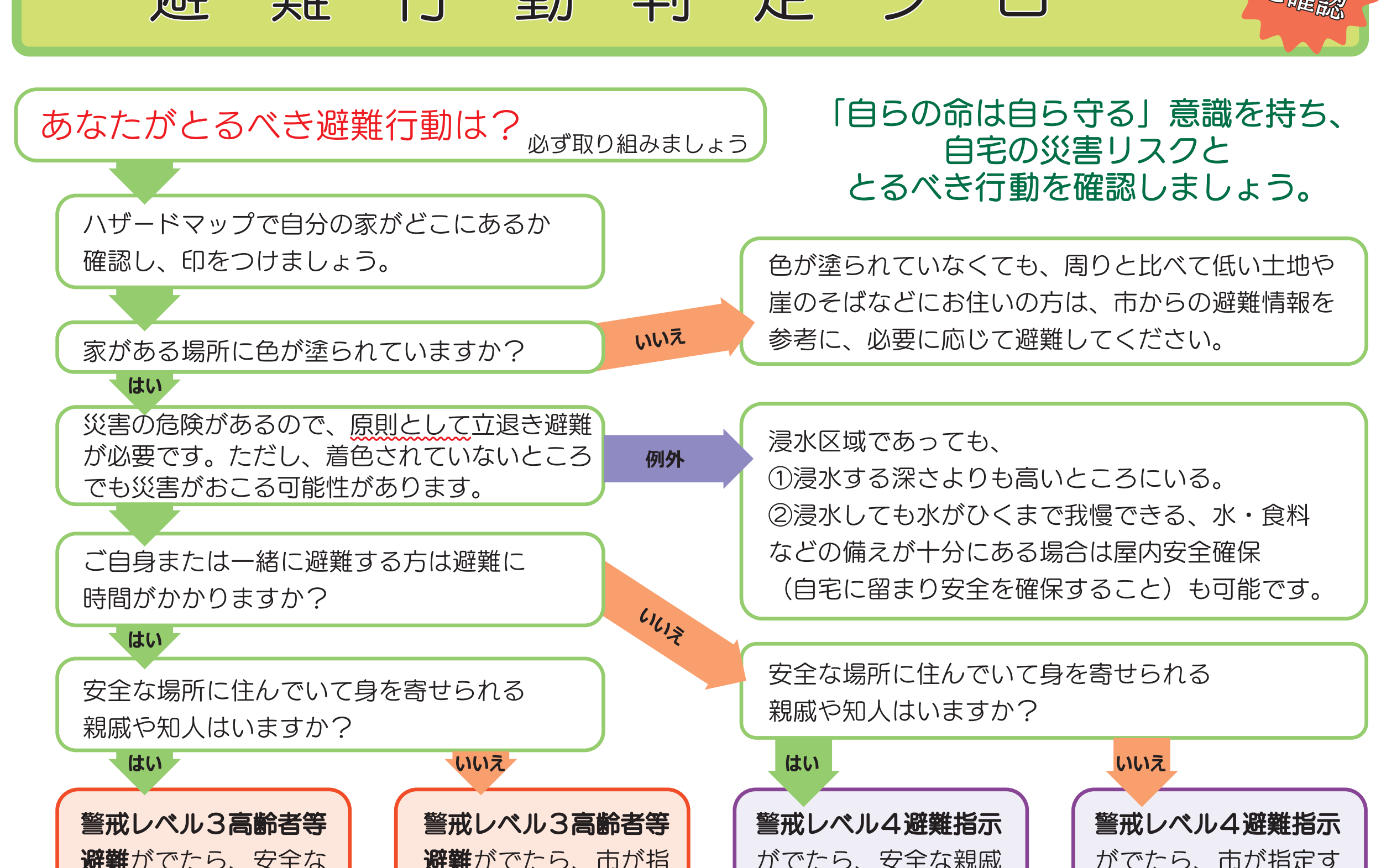
目標とする避難先を確認して、安全な避難経路を考えてみましょう。浸水や土砂災害の区域にかかる道路や橋、地下道、狭い道路は避ける経路を選んでおきましょう。

③実際に歩いてみよう！

実際に避難経路の確認のため避難先まで歩いてみましょう。ハザードマップを持って危険なところを確認しながら歩き、安全で避難しやすい経路、所要時間を確認してハザードマップに書き込みましょう。

避難行動判定フロー

平常時に確認



あなたがとるべき避難行動は？ 必ず取り組みましょう

「自らの命は自ら守る」意識を持ち、
自宅の災害リスクと
とるべき行動を確認しましょう。

ハザードマップで自分の家がどこにあるか確認し、印をつけましょう。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ → 色が塗られていなくても、周りと比べて低い土地や崖のそばなどにお住いの方は、市からの避難情報を参考に、必要に応じて避難してください。

はい ↓

災害の危険があるので、原則として立退き避難が必要です。ただし、着色されていないところでも災害がおこる可能性があります。

例外 → 浸水区域であっても、
①浸水する深さよりも高いところにいる。
②浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食料などの備えが十分にある場合は屋内安全確保（自宅に留まり安全を確保すること）も可能です。

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間がかかりますか？

はい ↓

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

- はい → **警戒レベル3高齢者等避難**がでたら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう（日頃から相談しておきましょう）
- いいえ → **警戒レベル3高齢者等避難**がでたら、市が指定する避難所に避難しましょう。

いいえ → 安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか？

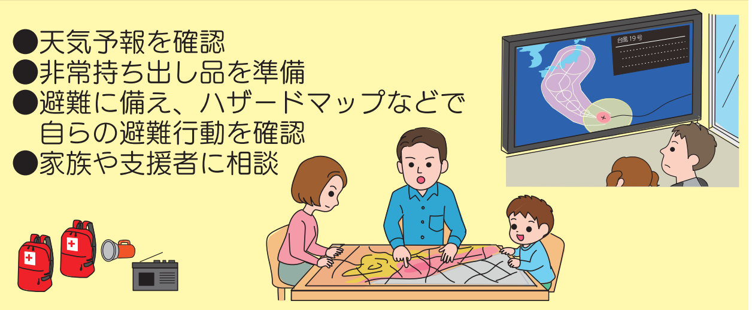
- はい → **警戒レベル4避難指示**がでたら、安全な親戚や知人宅に避難しましょう（日頃から相談しておきましょう）
- いいえ → **警戒レベル4避難指示**がでたら、市が指定する避難所に避難しましょう。

「避難行動判定フロー」の行動は、あくまでも参考例です。危険を感じたら、すぐに避難しましょう！

問合せ先▷駒ヶ根市役所危機管理課　TEL 0265-83-2111

防災情報などの確認

警戒レベルによる避難行動



警戒レベル	周囲の様子	どんな行動をするか
1 早期注意情報（気象庁が発表）	**今後気象状況悪化のおそれ** ●大雨になりそうな状態	●天気予報を確認 ●非常持ち出し品を準備 ●避難に備え、ハザードマップなどで自らの避難行動を確認 ●家族や支援者に相談
2 大雨・洪水注意報（気象庁が発表）	**気象状況悪化** ●大雨・洪水「注意報」発表	
3 高齢者等避難（市が発令）	**災害のおそれあり** ●大雨警報（土砂災害）洪水警報発令	**命を守る行動開始** ●高齢者や障がいのある人は危険な場所から避難する。 ●家族や支援者に連絡　●早めに安全なところへ移動 ●その他の人は、避難の準備
4 避難指示（市が発令）	**災害のおそれ高い** ●一晩中雨が続く　など ●土砂災害警戒情報発令	**危険な場所から全員避難** ●暗くなる前に安全な場所へ避難 （安全な場所にいると確認できる場合は留まることも可能。）
～警戒レベル4までに必ず避難！～		
5 緊急安全確保（市が発令）	**災害発生！** ●川の水があふれる ●崖が崩れる、土石流発生 ●大雨特別警報発令　など	**命の危険、直ちに安全確保** ●まだ避難できていない場合は、少しでも危険から離れる ●崖が崩れていたら、なるべく遠くへ避難 ●身を守る最善の行動を

駒ヶ根市メール配信サービス

駒ヶ根市では、登録者に対して防災情報やイベント情報などを配信するサービスを実施しています。

携帯電話から簡単に登録いただけます

① t-komagane@sg-p.jp へ空メールを送信	
② 仮登録メール受信	受信したメール本文のURLをクリックすると「受信者登録」画面に移ります。
③ カテゴリー選択～登録	配信カテゴリやお住いの地域などを選択し、内容確認～登録へと進みます。
④ 以上で登録完了です	登録結果画面が表示されれば登録完了です。

このQRコードを読み取ることで、簡単に空メールが送信できます。

災害時の連絡方法

171 災害用伝言ダイヤル
電話で安否情報を確認する「声の伝言板」

171 にダイヤル → 音声ガイダンス → 録音は 1 / 再生は 2 → 音声ガイダンス → 被災地の方の固定電話（市外局番から）及び携帯電話・IP電話の番号をダイヤルしてください。0265-　-　 → 音声ガイダンス → ガイダンスに従い 録音(再生)

Web171 災害用伝言板
インターネットで安否情報を確認する「Web伝言板」

https://www.web171.jp/ へアクセス、または「Web171」で検索 → 伝言を登録する被災地の方などの 電話番号を入力 → ガイダンスに従い 登録／確認

※確認時に他社の伝言板に伝言がある場合はリンクが表示されます。

土砂災害の基礎知識と備え

土砂災害の心得

●雨量に注意しましょう。
（1時間に20mm以上、連続して100mm以上の場合は土砂災害が起こりやすくなると言われています。）
●土石流から逃げるときは川の流れる方向と直角に逃げましょう。
●避難所の確認をしましょう。

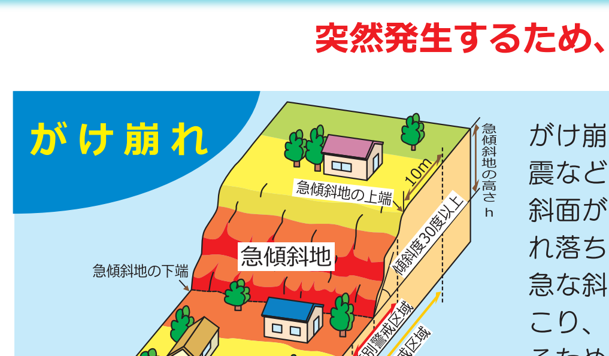
土砂災害警戒区域（イエローゾーン） 土砂災害のおそれがある区域

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン） 建物が破壊され人々の生命に大きな被害が生じる恐れがある区域

土砂災害の前兆現象

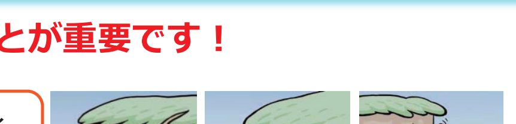
突然発生するため、前兆現象に気づくことが重要です！

がけ崩れ



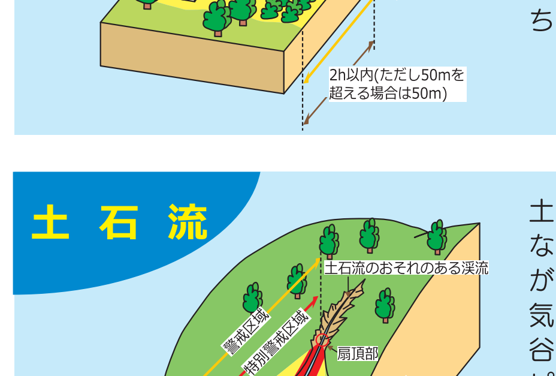
がけ崩れは、大雨や地震などをきっかけに、斜面が緩んで一気に崩れ落ちる現象。急な斜面で突発的に起こり、瞬時に崩れ落ちるため、避難が遅れがちになる。

前兆現象



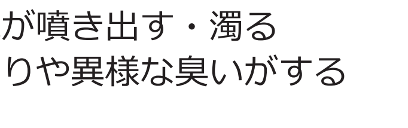
1.崖に割れ目が見える
2.崖から水が出る
3.崖から小石がパラパラと落ちてくる
4.湧水が噴き出す・濁る
5.山鳴りや異様な臭いがする

土石流



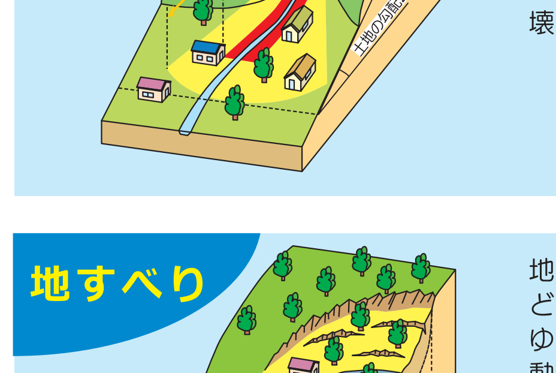
土石流は、大雨や地震などにより、渓流の水が土石を巻き込んで一気に流れ下る現象。谷筋で起きるので、スピードが速く大きな破壊力を持っている。

前兆現象



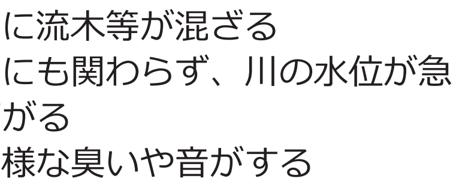
1.川の水が急激に濁る
2.川に流木等が混ざる
3.雨にも関わらず、川の水位が急激に下がる
4.異様な臭いや音がする
5.近くで、山崩れや土石流が発生している

地すべり



地すべりは、地下水などの影響により斜面がゆっくりと滑るように動く現象。一度に広い範囲の地盤が動き出すので、速度はゆるやかだが、発生すると大きな被害をもたらす。

前兆現象



1.斜面に亀裂が走る
2.湧水が噴き出す・濁る
3.地鳴りがする
4.斜面の木が傾く
5.根の切れる音がする
6.地表面の凸凹の発生

■土砂災害の前兆現象を見つけたら
速やかに土砂災害警戒区域外もしくは避難所へ避難し、右記へ連絡してください。

駒ヶ根市役所	TEL 0265-83-2111
伊南北消防署	TEL 0265-81-0119
駒ヶ根警察署	TEL 0265-83-0110

地震の基礎知識と備え

駒ヶ根市に迫りくる地震のおそれ

特に大きな被害が予想されている南海トラフ地震は、今後30年以内に80%程度の確率で起きるといわれ、市内でも震度6弱の揺れが予想されています。

駒ヶ根市で想定される最大震度

- 伊那谷断層帯（主部） → 震度 7
- 糸魚川ー静岡構造線（南部） → 震度 6強
- 南海トラフ地震 → 震度 6弱

震度	揺れなどの状況	強さ
7	・耐震性の低い木造建物は傾くものや倒れるものが多くなる。 ・耐震性の高い建物でもまれに傾くことがある。 ・耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。	強
6強	・はわないと動くことができず、飛ばされることがある。 ・固定していない家具のほとんどが移動し、転倒するものが多くなる。 ・大きな地割れが生じたり、大規模な地滑りや山体の崩壊が発生することがある。	
6弱	・立っていることが困難になる。固定していない家具の大半が移動し倒れるものもある。 ・壁のタイルや窓ガラスの破損、落下や耐震性の低い木造建物は瓦が落下する。 ・建物が傾いたり倒れたりすることもある。	
5強	・ものにつかまらないと歩くことができない。 ・棚の食器や本などの落下物が多くなり、補強されていないブロック塀などが崩れることがある。	
5弱	・大半の人がものにつかまりたいと感じる。棚の食器や本などが落下、固定していない家具が移動、不安定なものが倒れることがある。	
4	・ほとんどの人が驚く。電灯などのつり下げ物は大きく揺れ、すわりの悪い置物が倒れることがある。	弱

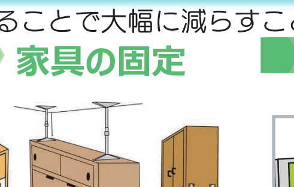
地震が起きる前にしておく準備

地震による被害は以下のような対策をとることで大幅に減らすことができます。今できることをしっかり行いましょう。

家の耐震診断・補強

家の耐震性を高める。

家具の固定



家具の転倒を防ぐことでけがを防ぎ命を守る。

家族防災会議

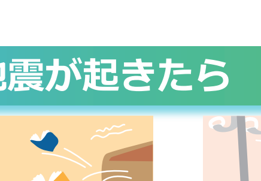
避難場所・集合場所・連絡手段等を確認する。

1人1人の家庭内備蓄

シリアル
カレー
ごはん

最悪のケースでは1日で備蓄食料が足りなくなると想定されます。各自の準備をお願いします。

地震が起きたら

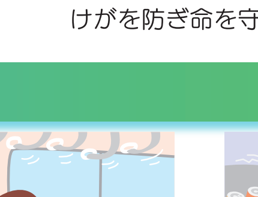


家の中

家具やテレビなどが倒れたり、ガラスが割れたりする。

対処法

頭を保護し、机の下など安全な場所に避難する。
あわてて外に飛び出さない。
火元から離れている時は、無理に火を消そうとしない。

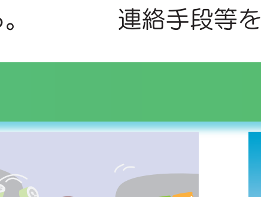


電車・バス等

急ブレーキや脱線などの可能性がある。網棚から物が落ちてくる。

対処法

つり革や手すりにしっかりとつかまる。
荷物で頭を守る。
乗務員の指示に従って行動する。

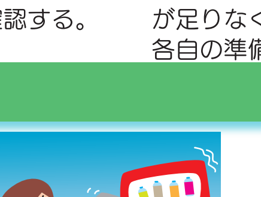


人が大勢いる施設

商品などの転倒、照明や天井が落下する可能性がある。

対処法

その場で頭を保護し、安全な姿勢をとる。
施設の係員の指示に従う。
あわてて出口や階段に殺到しない。

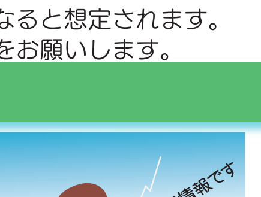


路上

ブロック塀や自動販売機が倒れ、看板やガラスが落下する可能性がある。

対処法

ブロック塀や自動販売機に近づかない。
カバンなどで頭を保護する。



車の運転中

パンクした様な感じになり、ハンドルをとられ運転が困難になる。

対処法

車を左に寄せて停止。
ドアは開けたまま、キーは付けたまま避難する。

わたし（わが家）の避難行動計画

わたし（わが家）の避難行動計画である「マイ・タイムライン」は、災害時に「自分」と「家族」の命を守るための防災行動を時系列にまとめたものです。自分の家族構成や生活環境にあわせて避難に必要な情報・行動を確認して「いつ」「誰が」「何をするか」をあらかじめ整理することで、スムーズな防災・減災行動につながります。

マイ・タイムライン

マイ・タイムラインを作ってみましょう。
【台風が発生】してから『災害が起きる』までの備えをいつから行動するか考えてみましょう。

台風情報です
ハザードマップ

時間	警戒レベル	避難情報・気象情報など	わが家のとるべき行動	防災行動の例
5~3日前	警戒レベル1	台風が接近 **早期注意情報** **台風発生** **豪雨予報**	・誰が何をしますか	・台風の進路を確認 ・家族の予定を確認 ・常備薬の確保 ・買い物を済ませる
2日前	警戒レベル2	雨風が強くなる **大雨・洪水注意報** **強風注意報**	・誰が何をしますか	・避難時の持ち物を準備 ・家の周りの確認 ・大切なものの避難 ・情報の収集 ・携帯電話の充電など
1日前		川の水位が上昇 雨が強くなる	・誰が何をしますか	・住んでいる付近の雨量確認 ・雨雲の動きを確認 ・近くの川の水位を確認 ・避難場所、避難経路再確認 ・親戚・知人に連絡する
半日前		川の水位が上昇 沢の水量が増加 **氾濫注意情報**	・誰が何をしますか	・避難しやすい服装に着替える ・安全な場所に移動開始 ・土砂災害の危険度情報を確認する ・避難場所、避難経路の再確認 ・親戚・知人に連絡する
5時間前	警戒レベル3 高齢者等避難	さらに川の水位が上昇 さらに雨が強くなる **大雨・洪水警報**		
		川の水があふれそう 崖から小石が落ちてきた **氾濫警戒情報**	・誰が何をしますか	・地区役員に連絡 ・安全なところへ移動を始める
3時間前	警戒レベル4 避難指示	**土砂災害警戒情報** **氾濫危険情報**	・誰が何をしますか	・市が指定する避難所へ避難する ・避難完了
災害発生	警戒レベル5 緊急安全確保	**大雨特別警報** **氾濫発生情報**	**直ちに安全確保**	

※なお、ここで示した警戒レベル等のタイミングはイメージであり実際の災害とは異なることがあります。

「マイ・タイムライン」は台風接近時などの防災行動の目安です。災害はマイ・タイムラインで想定したとおりに進行するとは限りません。例えば、災害の規模や程度によっては、警戒レベル3「高齢者等避難」が発令されず、警戒レベル4「避難指示」が発令されることがあります。

駒ヶ根市ホームページで「わたしの避難行動計画」を掲載していますので、ご活用ください。

出典：関東地方整備局ホームページ（https://www.ktr.mlit.go.jp/）を加工して作成（駒ヶ根市）

防災情報などの確認

関係機関が発信する情報

■気象庁キキクル（危険度分布）
浸水害、洪水害、土砂災害それぞれの危険度の高まりを地図上で確認できます。

■信州防災アプリ　〔ios〕〔android〕
長野県内の河川状況や避難情報などが確認できます。

■国土交通省　川の防災情報
河川の水位（ライブカメラ）や雨量などの情報を掲載しています。

■長野県河川砂防情報ステーション
長野県内の雨量、河川の水位（ライブカメラ）・土砂災害の危険度などが確認できます。

■駒ヶ根市ホームページ
駒ヶ根市の防災情報などを掲載しています。

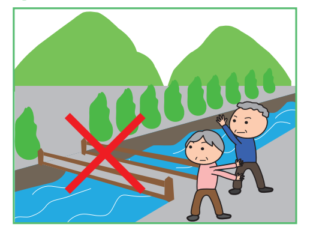
■駒ヶ根市雨量観測システム
市内6ヵ所に雨量計を設置して、365日24時間常時観測し、リアルタイムで情報提供しています。市のホームページやスマートフォンなどで確認できます。

避難する時の注意点

災害時は、誰でも慌ててしまいます。テレビやラジオ、インターネットなどで最新の気象情報を得て、冷静に状況を判断して、安全な早めの避難を心がけましょう。

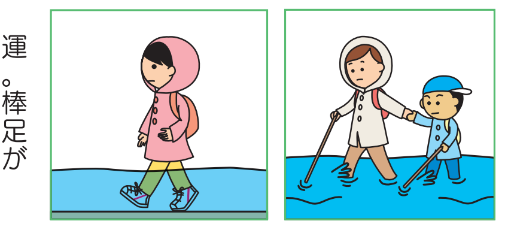
河川や水路などに近づかない

河川や水路に近づいたり、田畑や用水の様子を見に行くのは危険ですのでやめましょう。



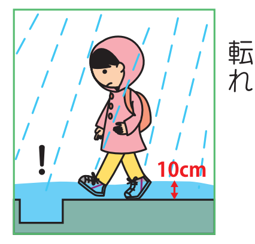
足元の確認

長靴をはかないで運動靴を履きましょう。
歩く時は傘や長い棒を杖代わりにして、足元の安全を確認しながら歩きましょう。

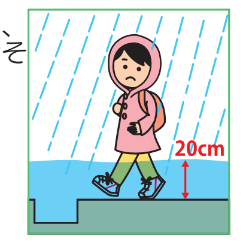


歩くのが危険な水深

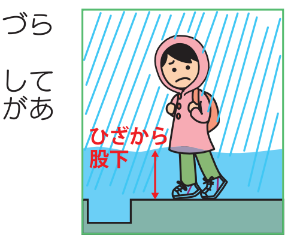
側溝やマンホールなどが分かりづらく、足を踏み外すおそれがあります。



水の流れが速いと、転倒して流されるおそれがあります。

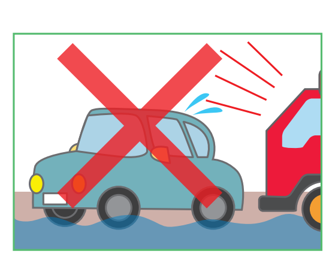


大人でも歩きづらくて危険です。
子どもは転倒して流されるおそれがあります。



車での避難の危険性

浸水深が30cmを超えるとエンジンが止まり、動かなくなり、車に閉じ込められたり、流されたりするなど非常に危険です。

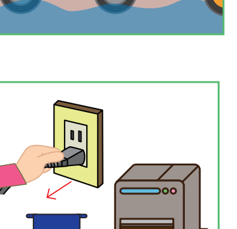


要配慮者へのサポート

自分の家族だけではなく、地域全体にも目を向けましょう。
高齢の方、障がいのある方、乳幼児、妊婦など、避難の際に支援が必要な方々とは、日ごろからコミュニケーションを図りましょう。

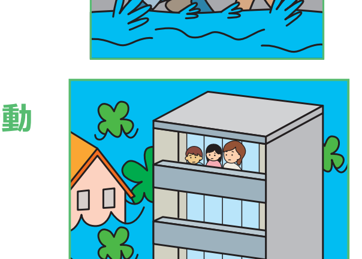
電気・ガス・火の元の確認

避難する前に、電気・ガス・火の元を確認しましょう。
コンセントからプラグを抜きブレーカーを切る。
ガスの元栓を閉める。



逃げ遅れた場合の避難行動

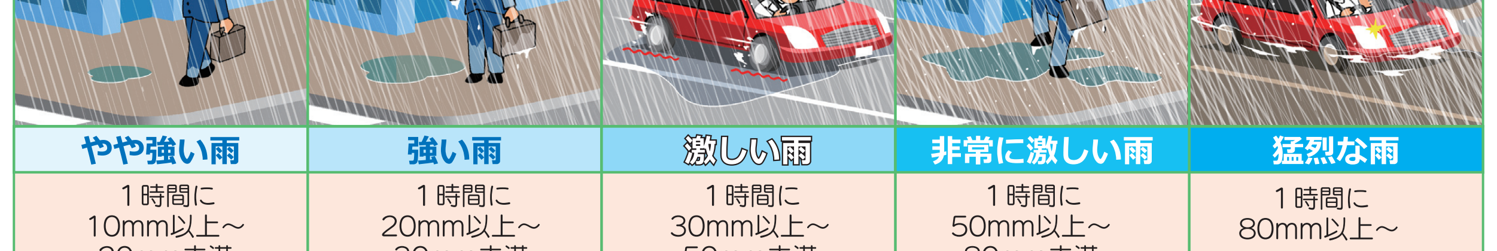
万が一、避難が遅れて危険が迫った場合は自宅や近くの頑丈な建物の2階以上に避難しましょう。



風水害の基礎知識と備え

雨の強さと降り方の目安

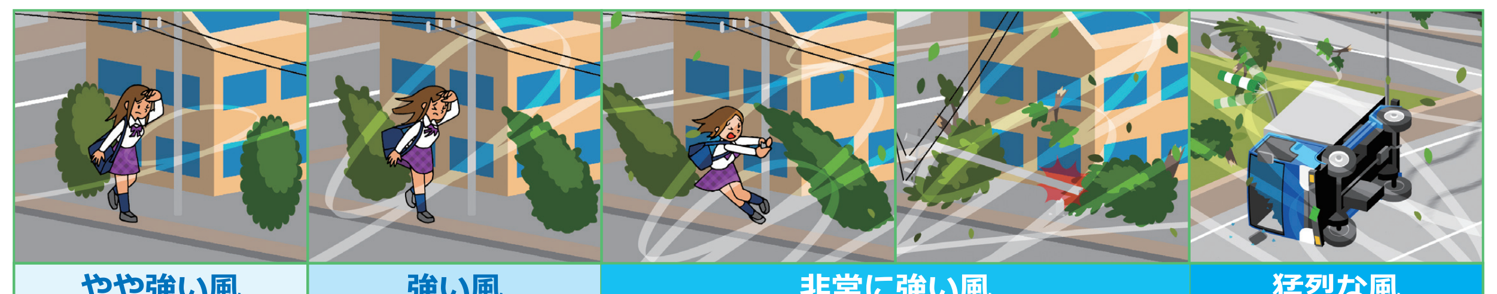
（気象庁 雨の強さと降り方より）



やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間に10mm以上～20mm未満	1時間に20mm以上～30mm未満	1時間に30mm以上～50mm未満	1時間に50mm以上～80mm未満	1時間に80mm以上～
ザーザーと降ります。地面からのはね返りで足下が濡れます。	どしゃ降りです。傘をさしていても濡れます。	バケツをひっくり返したように降ります。道路が川のようになります。	滝のように降ります。水しぶきで、あたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなります。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。

風の強さと吹き方の目安

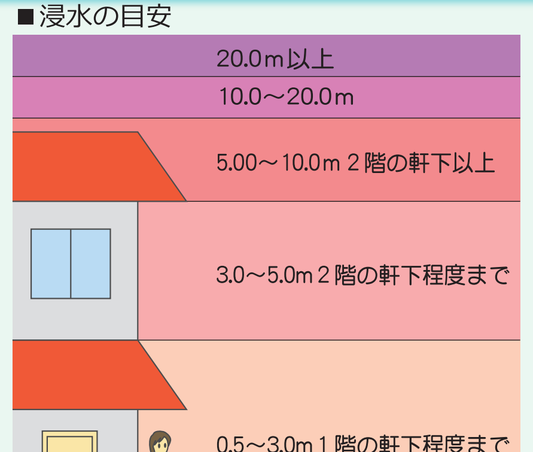
（気象庁 風の強さと吹き方より）



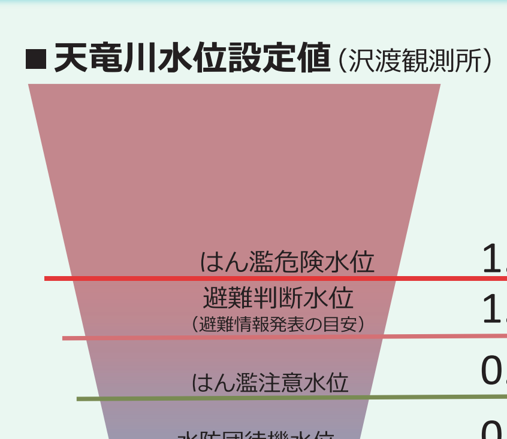
やや強い風	強い風	非常に強い風		猛烈な風
風速10m/s以上～15m/s未満	風速15m/s以上～20m/s未満	風速20m/s以上～25m/s未満	風速25m/s以上～30m/s未満	風速30m/s以上～
風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。	風に向かって歩けなくなり、転倒する人も出る。高所での作業はきわめて危険。	何かにつかまっていないと立っていられない。飛来物によって負傷するおそれがある。	細い木の幹が折れる。看板が落下、飛散する。屋外での行動は極めて危険。	多くの樹木が倒れる。ブロック塀で倒壊するものがある。屋外での行動は極めて危険。

浸水の深さと目安

■浸水の目安


20.0m以上
10.0～20.0m
5.00～10.0m 2階の軒下以上
3.0～5.0m 2階の軒下程度まで
0.5～3.0m 1階の軒下程度まで
0.5m未満 大人の膝下程度まで

■天竜川水位設定値（沢渡観測所）



非常用持出品・備蓄品

災害の発生直後は、道路や橋などの破損により救援物資が届かないケースが考えられます。
飲料水と食料、生活必需品は最低3日分、出来れば1週間分用意しましょう。
また、1年に1回は中身を点検して消費期限の近いものは入れ替えましょう。

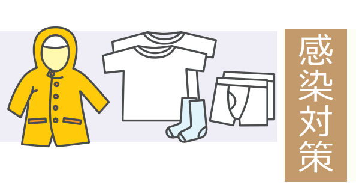
非常用持出品の例

●1人に1個の非常時持出袋を用意しましょう　●非常時持出袋は何箇所かに分散して保管しましょう

貴重品
□マイナンバーカード　□健康保険証
□身分証明書（運転免許証・パスポートなど）
□現金（小銭を含む）
□預金通帳　□カード類　□印鑑
□証書類（銀行口座番号・生命保険契約番号など）
□車・家などのカギ

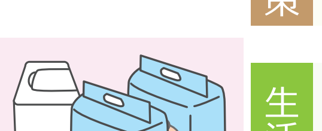
救急用具
□傷薬　□包帯
□ばんそうこう
□常備薬（風邪薬・胃腸薬など）
□持病薬　□お薬手帳

避難用具
□懐中電灯　□ろうそく
□携帯ラジオ　□予備電池
□ヘルメット
□軍手・手袋



非常食関係
□カンパン
□缶詰
□飲料水
□紙皿など食器・缶切り
※避難時に持出せる最小限の量で調理不要のもの

衣類
□下着　□着替え　□雨具
□防寒着　□防寒用保温シート
□帽子　□スリッパ



感染対策
□マスク
□体温計
□消毒液・除菌シート

個々の必需品
□メガネ・コンタクト用品
□入れ歯・補聴器　□生理用品
□紙おむつ　□哺乳瓶・母子手帳
□アレルギー対応食品
□ペット用品

生活用品
□ハンカチ　□ティッシュ
□万能ナイフ　□マッチ・ライター
□ガムテープ　□タオル
□ウェットティッシュ
□洗面用品　□裁縫用具　□筆記用具
□充電器　□携帯電話

備蓄品の例

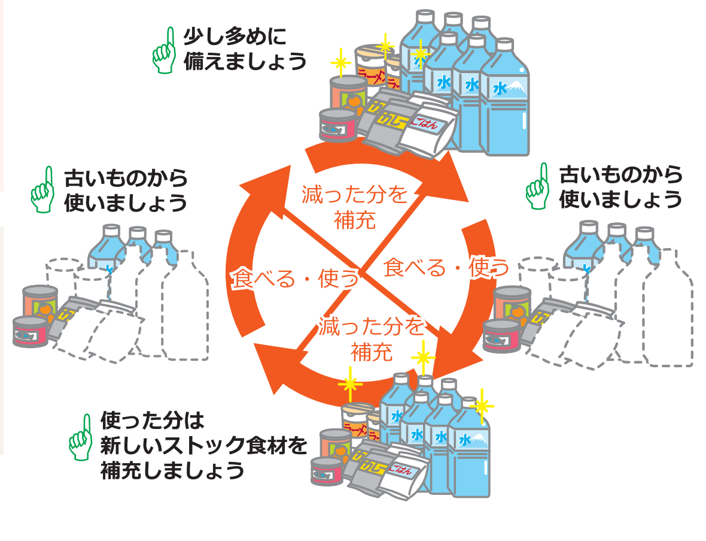
食料・飲料
□大人1人あたり1日3ℓは最低限必要
□レトルト食品　□缶詰・瓶詰　□インスタント食品
□スポーツ飲料・野菜ジュース　□インスタント味噌汁
※そのまま、または簡単な調理で食べられるもの

生活用品
□寝具　□ビニール袋　□キッチン用ラップ
□新聞紙　□鍋・やかん　□卓上コンロ・ガスボンベ
□皿・コップ（紙・ステンレスなど）・わり箸
□暖房器具・使い捨てカイロ　□ポータブル充電器

その他必要な物
□
□
□
□

※ご自身に必要な物をご記入ください。

■ローリングストックによる備蓄

ローリングストックは、普段の食事に利用する缶詰やレトルト食品、生活必需品（電池、常備薬、ラップ、トイレットペーパーなど）等を少し多めに購入する備蓄方法です。使った分を買い足していき、常に一定量の食料や生活必需品がある状態をキープします。