

## 連絡先一覧

### 町の主な施設

名称	電話	所在地
利根町役場	0297-68-2211 (代)	利根町布川841-1

### 警察・消防

名称	電話	所在地
取手警察署	0297-77-0110 (代)	取手市桑原955-1
利根消防署	0297-68-3755 (代)	利根町横須賀1163

### ライフライン

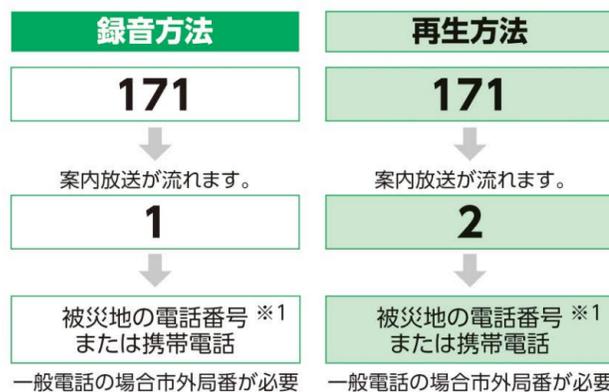
名称・電話
茨城県南水道企業団 0297-66-5131
東京電力パワーグリッド 0120-995-007 (フリーダイヤル) ※0120番号をお使いになれない場合 03-6375-9803
東京ガスネットワーク 0570-023388 ※IP電話などナビダイヤルをご利用になれない場合 03-6627-6257

## 災害時に家族と連絡がとれない場合は？

### 災害用伝言ダイヤル 171

災害時には電話が混雑し、家族と連絡がとれないことがあります。そんなときには「171」をダイヤルし、利用案内に従って伝言の録音・再生をおこなってください。

※一般電話・公衆電話・携帯電話から利用できます。  
※利用開始の時期はNTTが決定し、テレビやラジオなどを通じてお知らせします。



※1 連絡を取りたい被災地の一般電話地域が被災指定を受けていない場合は登録できません。携帯電話については地域に関係なく利用できます。

体験利用日	時間
毎月1日・15日	0時～24時
正月三が日 (1月1日0時～1月3日24時)	
防災週間 (8月30日9時～9月5日17時)	
防災とボランティア週間 (1月15日9時～1月21日17時)	

### 災害用伝言板 Web171

大規模災害等が発生した時に、携帯・スマホ・パソコン等を利用して伝言の登録・確認ができる伝言板です。

NTT東日本	<a href="https://www.web171.jp/">https://www.web171.jp/</a>
NTTdocomo	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>
au (KDDI)	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>
SoftBank	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp/">http://dengon.softbank.ne.jp/</a>

※楽天モバイル等のキャリア携帯をご利用の方は「NTT東日本」のアドレスよりご利用ください。



保存版

# 利根町

# 防災 ガイド ブック

## 災害に備えて

この「利根町防災ガイドブック」は、水害や大地震が起きた時の対応方法などについてまとめています。ひとりでも多くの方が災害から身を守り、地域の被害を減らせるよう、ご熟読をおねがいします。

このマークは目の不自由な方のための「音声コード」です。専用のスマートフォンアプリ(Uni-Voice)でハザード情報(洪水・土砂災害)を音声でご案内します。

Uni-Voice



# 目次

災害に備えよう		1
非常用持出品・備蓄品		2
風水害	避難判断の流れ	3
	5段階の警戒レベル	4
	避難時の心得	5
	雨の降り方	6
	大規模水害時における牛久市への広域避難	7
	マイ・タイムラインのつくりかた	8
	わが家の風水害「マイ・タイムライン」	9・10
土砂災害	土砂災害の種類と警戒区域	11
竜巻・雷	竜巻・雷から身を守るには	12
地震	地震発生後の行動	13・14
	屋内外の地震対策	15
	地震ハザードマップ	16
避難／自主防災	避難場所・避難所一覧	17
	避難所生活・車中泊	18
	自主防災活動に参加しよう	19
	要配慮者を支援しよう	20
	早めの避難があなたの命を救います	21
わが家の防災メモ/ハザードマップ		巻末
連絡先一覧/災害時に家族と連絡がとれない場合は?		23

## 災害に備えよう

### ハザードマップで自宅周辺の状況を確認

本書を読み始める前にハザードマップを見て、避難が必要かどうか、自宅やその周辺に浸水や土砂災害のおそれがあるかを確認します。  
ハザードマップは本書の巻末に付属しておりますのでご確認ください。  
町ホームページ、防災危機管理課でも掲載・配布しています。



### 「避難場所」を考えよう

避難場所、その優先順位、避難場所までの経路を考えましょう。自宅で安全が確保できる場合は、自宅にとどまる選択も可能です。



### 「避難の目安」を考えよう

避難情報や大雨警報などの気象情報を入手して、どの情報が出されたときに避難を始めるか、自分や家族に合った避難のタイミングを考えましょう。

### 非常用持出品のリストをチェック

非常用持出品を備えましょう。

### 地域に対しての行動を考えよう

近所に避難の呼びかけを行ったり、高齢者や障がい者など災害時に助けが必要な人を支援するなど、自分ができることを考えます。地域の中で話し合っておくことも大切です。



## 非常用持出品・備蓄品

### 事前に確認 準備が出来たら■にチェックしましょう。

非常用持出品は実際にリュックに詰めて、重すぎないか背負って確認しましょう。  
また、電池の使用期限や缶詰などの賞味期限等は、半年に一度を目安に点検しましょう。

#### 非常用持出品(例)

##### 携帯ラジオ

- ラジオ  予備電池



##### 医療・衛生用品

- 常備薬  包帯  ばんそうこう  
 お薬手帳  体温計  マスク  
 アルコール消毒液  ハンドソープ



##### 貴重品

- 現金  預金通帳  印鑑  
 免許証  健康保険証  権利証書  
 マイナンバーカード



##### 懐中電灯

- 懐中電灯(できれば一人にひとつ)  
 予備電池(多めに用意)



##### 非常用食品等

火を通さずに食べられるもの、食器など

- 非常用食品  紙皿  紙コップ  
 飲料水  缶詰  
 缶切り  水筒



##### その他

- 衣類(下着・上着など)  メガネ  タオル  生理用品  
 ライター  ウェットティッシュ  カップ  ヘルメット  
 スリッパ  ラップフィルム(止血や食器にかがせて使う)  
 携帯電話の充電器  モバイルバッテリー  
 防災ガイドブック(本書)  ビニール手袋・エプロン(使い捨て)  
 ポリ袋  携帯トイレ  ペーパータオル  
 カイロ  レジャーシート  軍手  
●乳幼児のいるご家庭は下記も用意しましょう。  
 ミルク  ほ乳びん  離乳食  紙おむつ



### 非常用食品を「回転させながら」備蓄する「ローリングストック」

非常用食品は袋や棚の奥にしまいこんだままにしておくと、気づかないうちに賞味期限や消費期限が切れていることがあります。  
例えば新しく保存食を買ったらそれをいちばん奥にしまい、押し出された古い保存食を先に食べるサイクルをつくります。

#### ローリングストックのイメージ

食べ物や日用品を少し多めに購入、日常の中で消費

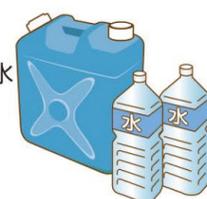


#### 非常用備蓄品(例)

復旧までの数日間(最低3日~7日)を生活できるようにチェックしましょう。

##### 飲料水

- ペットボトルや缶入りの飲料水(1人1日3リットルを目安に)  
 貯水した防災タンクなど



##### 非常用食品

- お米(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)  
 缶詰・レトルト食品  
 梅干し・調味料など  
 ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)



##### 燃料

- 卓上コンロ  ガスボンベ  
 固形燃料



##### その他

- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)  
 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど  
 調理器具(なべ・やかんなど)  
 バケツ・各種アウトドア用品など  
 電源装置  ペット用品  割り箸  
 工具セット(ロープ・バール・スコップ)

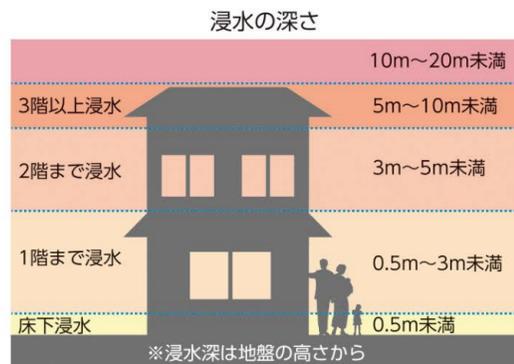


# 風水害

## 避難判断の流れ

スタート

- ・自宅は \_\_\_ 階まで浸水するおそれ  
※洪水ハザードマップを確認してみましょう。
- ・自宅は \_\_\_ 階建て  
自宅の最上階は浸水する?



はい

いいえ

**自宅の浸水しない上階へ避難しましょう (在宅避難)**

色が塗られていなくても、周り比べて低い土地にお住まいの方は、避難情報を参考に必要に応じて避難。

いいえ

自分自身や一緒に避難する人の中に高齢者や障がい者、乳幼児など避難に時間がかかる人がいる

はい

**警戒レベル3で避難を開始**

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人がいる

**警戒レベル4で避難を開始**

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人がいる

はい

安全な親戚や知人宅などへ避難 (広域避難)  
日頃から相談しておきましょう

いいえ

近隣のできるだけ高い建物へ避難 (垂直避難)  
または  
避難所・避難場所へ避難 (水平避難)

いいえ

安全な親戚や知人宅などへ避難 (広域避難)  
日頃から相談しておきましょう

はい

いずれの場合も、安全な避難経路を普段から確認しておきましょう!

避難する場合は以下のポイントを確認し安全に避難しましょう!



- ・大雨時の屋外避難は危険です。
- ・避難に時間を要する方とその支援をする方は「警戒レベル3」、その他の方は「警戒レベル4」で避難を開始してください。

避難する際は、近所の人にも声を掛け、互いに助け合いましょう!

## 5段階の警戒レベル

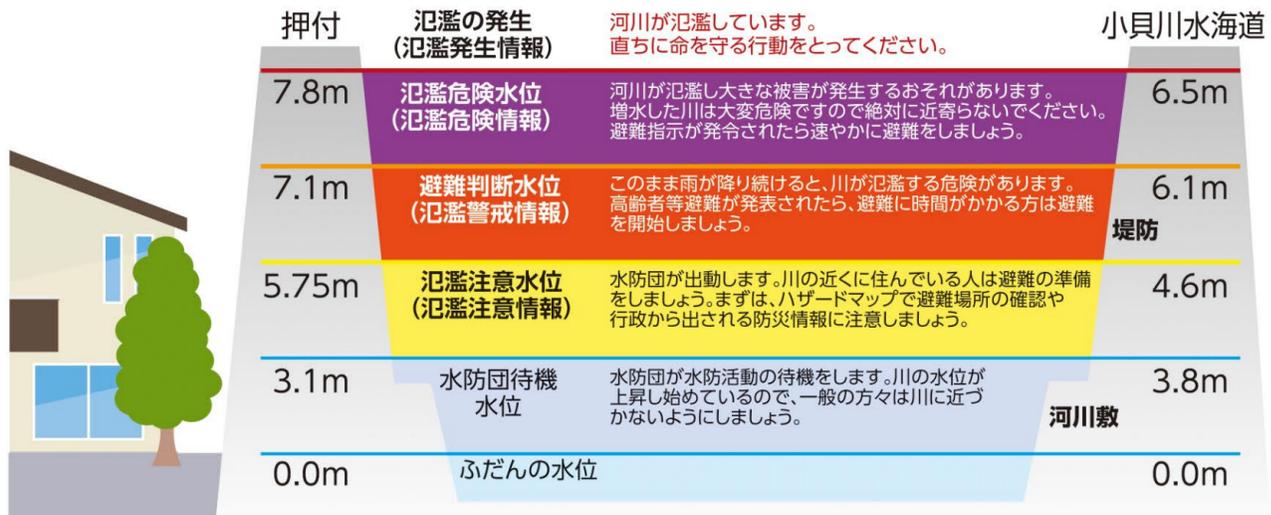
### 警戒レベルと避難情報

レベル4で  
全員避難

危険度	警戒レベル	とるべき行動	町が発令	気象庁等の情報	水位観測所	キキクル	
↑ 高 ↓ 低	5	命を守る最善の行動	緊急安全確保 ※必ず発令されるものではありません	大雨特別警報	記録的短時間大雨情報	氾濫発生情報 災害切迫	
	警戒レベル4までに必ず避難!					氾濫危険情報	危険
	4	危険な場所から全員避難	避難指示	土砂災害警戒情報			
	3	危険な場所から高齢者等は避難 他の住民は準備	高齢者等避難	大雨警報 洪水警報		氾濫警戒情報 警戒 (警報級)	
	2	避難行動の確認		警報の可能性(高)注意報 大雨注意報 洪水注意報	氾濫注意情報	注意 (注意報級)	
1	心の備えを高める		早期注意情報				

### 河川水位について

利根川、小貝川の洪水に関する避難情報は押付水位観測所、小貝川水海道水位観測所で計測された水位により判断されます。町から避難指示が発令されたときには速やかに必要な避難行動をとってください。



# 避難時の心得

## 安全に避難しましょう

万一、避難することになったら、冷静に状況を判断しながら、安全な避難を心がけてください。

### 避難の呼びかけに注意を

町や警察、消防等から呼びかけがあった場合には、速やかに従ってください。



### 電気・ガスの始末

電気やガスが復旧した際、出火する危険性がありますので、避難する前には電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。



### 家族や知人との連絡

公衆電話・FAXなどを使い、避難先や安否情報を伝えましょう。親戚や知人を連絡中継地にしたリ、NTTの災害用伝言ダイヤルや携帯電話の災害用伝言板サービスを利用する方法もあります。(※裏表紙参照)



### 避難するときは

家族やとなり近所の人とも声を掛け合って、避難します。警察や消防、自主防災組織(自治会)のリーダー等の指示があるときは、それに従って避難してください。自転車やオートバイは使用せず、徒歩で避難します。



### 災害時要配慮者への支援

お年寄りや障がいのある人などは、災害時の避難行動や情報収集・避難生活などで、困難な状況に置かれることが多いので、周囲の方々は積極的に支援・協力してください。



## 大雨警報等の発表基準

種類	発表の時期
大雨特別警報	台風や集中豪雨により数十年に一度の大雨が予想されるとき。重大な災害が発生する可能性が高まっているとき。
記録的短時間大雨情報	1時間雨量100mmの猛烈な雨を観測したとき。
大雨警報	大雨によって重大な災害が起こるおそれのあるとき。
洪水警報	河川の増水によって重大な災害が起こるおそれのあるとき。
大雨注意報	大雨によって災害が起こるおそれのあるとき。
洪水注意報	河川の増水によって、災害が起こるおそれがあるとき。
土砂災害警戒情報	雨量や過去の災害の記録などから土砂災害が発生する危険度が高まったとき。
竜巻注意情報	積乱雲の下で発生する竜巻、ダウンバースト等による激しい突風が発生しやすい気象状況になったと判断された場合に発表します。

# 雨の降り方

## 雨の降り方と警戒の目安

### 集中豪雨に注意しよう

突発的かつ局地的な集中豪雨に備えて、ふだんから雨の様子をチェックしておきましょう。



#### やや強い雨

1時間に10～20mmの雨  
地面からの跳ね返りで足元がぬれる。長く続くときは注意が必要。



#### 強い雨

1時間に20～30mmの雨  
傘をさしていてもぬれてしまうほどの土砂降り。側溝や下水などがあふれる。



#### 激しい雨

1時間に30～50mmの雨  
バケツをひっくり返したような雨。道路が川のようになる。



#### 非常に激しい雨

1時間に50～80mmの雨  
滝のような雨。水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる。

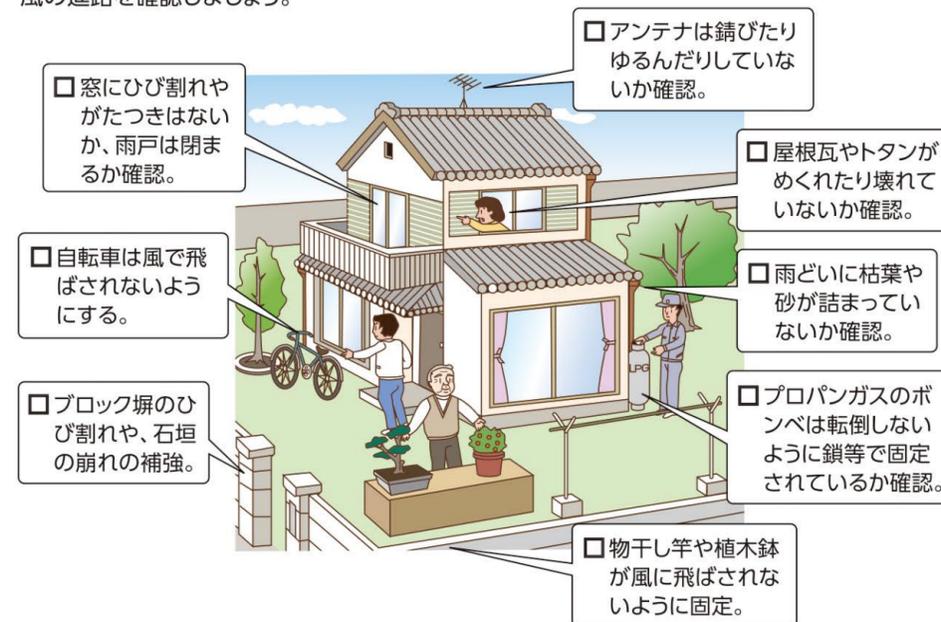


#### 猛烈な雨

1時間に80mm以上の雨  
息苦しくなるような圧迫感がある。大規模な災害が発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要。

## 台風にも備え事前にチェック

台風は事前に備えができる災害です。接近してからではなく、普段から対策に取り組みましょう。テレビのニュースなどで台風の進路を確認しましょう。



### 屋内での対策

- 窓ガラスは、外から板でふさいだり、内側から養生テープを×印に貼りましょう。
- 家財道具や貴重品を高い場所へ移動しましょう。



# 大規模水害時における牛久市への広域避難

## 広域避難の内容

利根町内で大規模な水害が発生し、または発生するおそれがある場合、町は、「牛久市への避難指示」を発令し、牛久市においては、利根町民の避難先として、牛久市内の5箇所の学校施設を避難所として開放していただくものです。

## 牛久市へ避難するとき

利根川の決壊など、利根町全域が水没するような大規模な水災害が予想される場合に、町民の皆様には「牛久市への避難指示」を発令しますので、この避難指示を受け、牛久市の指定された避難所へ避難していただくことになります。

具体的には、利根川押付観測所（利根川押付新田地内）で、【警戒レベル4 氾濫危険水位（7.80m）】に到達し、さらに水位の上昇が見込まれる場合が避難指示発令の目安となります。

なお、「牛久市への避難指示」情報については、防災行政無線、防災行政無線テレホンサービス、エリアメール、行政アプリ等でお知らせいたします。

「牛久市への避難指示」が発令された場合、浸水想定区域内に居住する方は、各地区ごとに指定している避難所へ、すみやかに避難してください。

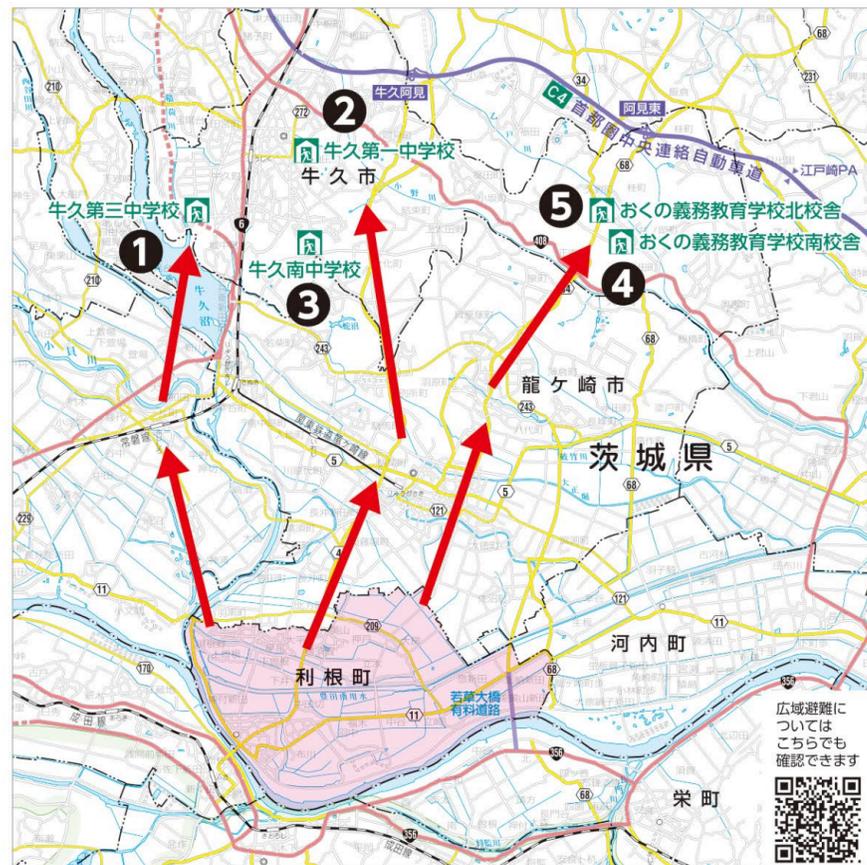
※牛久市の避難所開設にあたっては、町が牛久市に避難所開設の要請を行い、要請後、町民の皆様には「牛久市への避難指示」を発令します。発令前には、牛久市の避難所は開設されていませんのでご注意ください。

## 牛久市の避難所

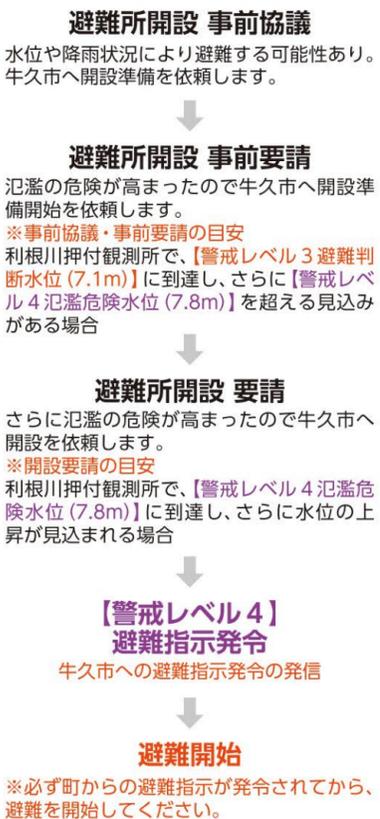
- ① 文地区 → 牛久第三中学校
- ② 布川地区A → 牛久第一中学校
- ③ 布川地区B → 牛久南中学校
- ④ 文間地区 → おくの義務教育学校南校舎
- ⑤ 東文間地区 → おくの義務教育学校北校舎

### 布川地区A・Bの区分

- 布川地区A 押付本田の一部、内宿、浜宿、中宿、馬場、上柳宿、下柳宿、利根フレッシュタウン、八幡台の一部、北郷
- 布川地区B 谷原、三番割、白鷺の街、利根ニュータウン、太子堂、四季の丘



### 牛久市への避難指示発令までの流れ



# マイ・タイムラインのつくりかた

マイ・タイムラインとは、台風の接近による大雨など、これから起こるかもしれない災害に対し、一人ひとりの家族構成や地域の特性に合わせ、「いつ」「誰が」「何をするか」を時系列で整理した、オリジナルの避難行動計画のことです。いざというとき慌てないように、あらかじめ作成しておきましょう。

次の「マイ・タイムライン作成のポイント」や記入例を参考に、安全に避難するための行動を考え、P9-10の「マイ・タイムライン」に記入しましょう。

## マイ・タイムライン作成のポイント

### 洪水ハザードマップなどで自宅（周辺）の災害リスクを確認

- 洪水ハザードマップを参照し、自宅やその周辺に浸水のおそれがあるか確認しましょう。
- 避難する場合に備え、複数の避難先と避難経路を決めましょう。  
なお、自宅で安全が確保できる場合は、在宅避難も検討しましょう。

### 警戒レベルごとに「いつ」「誰が」「何をするか」を確認

- 自分自身、または家族で話し合い、警戒レベルごとに「いつ」「誰が」「何をするか」を記入しましょう。  
それぞれにかかる時間を考えて、行動に無理がないかなど、余裕を持って行動できるように検討しましょう。
- 気象情報や避難情報から、どんな情報が出された時に避難を開始するか、避難のタイミングを決めておきましょう。  
避難のタイミングは、家族構成や避難所からの距離など、家庭の状況を踏まえて設定しましょう。
- 年に一度は、マイ・タイムラインの内容を確認し、追加や変更を行いましょう。

### 避難する時、持っていくものを確認

- 風水害時には、P2を参照し、家族構成に応じた非常用持出品を考え、準備しましょう。

### 情報の入手方法を確認

- 災害時、最新の正しい情報を入手することが迅速な避難行動につながります。  
P21を参照し、複数の入手方法を確認しておきましょう。

## マイ・タイムライン（記入例）

警戒レベル	警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル5
町からの情報			高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
気象庁等からの情報	● 早期注意情報	● 大雨注意報 ● 洪水注意報 ● 氾濫注意報	● 大雨警報 ● 洪水警報 ● 氾濫警戒情報	● 顕著な大雨に関する情報 ● 土砂災害警戒情報 ● 氾濫危険情報	● 大雨特別警報 ● 氾濫発生情報 等
とるべき行動（例）	● 災害への心構えを高める ● 気象情報の確認 ● 自宅の風雨対策（P6を参照） ・土のう袋の作成 ・板などによる浸水対策 ・側溝、排水溝の清掃 ● 水や食料、衣類、薬やミルク等の非常用持出品の確認、ペットのケージなどを準備	● テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報や計画運休等の確認 ● 避難に備え、ハザードマップで自分や家族の避難行動の確認 ● 避難に備え、親戚や知人宅の連絡先の確認や町の避難所の確認 ● 町のホームページ、防災アプリ、防災情報メール、防災行政無線放送の確認	● 高齢者や障がいのある方などは〇〇へ立ち退き避難開始 ● 近隣の高齢者や障がいのある方など避難に時間がかかる方への声かけ ● テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報の確認 ● 町のホームページ、防災アプリ、防災情報メール、防災行政無線放送の確認	● 立ち退き避難〇〇へ避難開始 ● 外への避難が危険な場合は自宅2階へ避難	● 命を守る行動をとる ・1階から2階へ移動 ・がけの反対側の部屋へ避難 ・がけの反対側へ避難
名前	とるべき行動		とるべき行動		
わたしの計画 （記入例）	持出品の準備	気象情報を確認	近隣の要配慮者への声掛け	〇〇小学校へ避難開始	2階へ避難

# わが家の風水害「マイ・タイムライン」

台風などの風水害は気象情報などである程度事前に予測ができる災害です。大切な命を守るために災害の発生に備えて、自分や家族がどのタイミングで何をするかをあらかじめ決めておけば、いざというときあわてずに行動することができます。一人一人がどのように行動するかを時間の経過にそって整理したマイ・タイムラインを作成しましょう。

警戒レベル	警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル5
町からの情報			高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
気象庁等からの情報	●早期注意情報	●大雨注意報 ●洪水注意報 ●氾濫注意報	警戒レベル相当情報 ○大雨警報 ○洪水警報 ○氾濫警戒情報  ※町が発令する避難情報は、警戒レベル相当情報と必ずしも一致しません。 ※緊急安全確保は、地域の状況に応じて発令される情報であり、必ず発令されるものではありません。	○顕著な大雨に関する情報 ○土砂災害警戒情報 ○氾濫危険情報	○大雨特別警報 ○氾濫発生情報 等
とるべき行動(例)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●災害への心構えを高める</li> <li>●気象情報の確認</li> <li>●自宅の風雨対策(P6を参照)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・土のう袋の作成</li> <li>・板などによる浸水対策</li> <li>・側溝、排水溝の清掃</li> </ul> </li> <li>●水や食料、衣類、薬やミルク等の非常用持出品の確認、ペットのケージなどを準備</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報や計画運休等の確認</li> <li>●避難に備え、ハザードマップで自分や家族の避難行動の確認</li> <li>●避難に備え、親戚や知人宅の連絡先の確認や町の避難所の確認</li> <li>●町のホームページ、行政アプリ、防災情報メール、防災行政無線放送の確認</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●高齢者や障がいのある方などは〇〇へ立ち退き避難開始</li> <li>●近隣の高齢者や障がいのある方など避難に時間がかかる方への声かけ</li> <li>●テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報の確認</li> <li>●町のホームページ、行政アプリ、防災情報メール、防災行政無線放送の確認</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●立ち退き避難〇〇へ避難開始</li> <li>●外への避難が危険な場合は自宅2階へ避難</li> </ul>  <p><b>全員避難!</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●命を守る行動をとる</li> <li>・1階から2階へ移動</li> <li>・がけの反対側の部屋へ避難</li> </ul>  <p><b>命の危険! 直ちに安全確保</b></p>
わたしの計画 上記のとるべき行動(例)を参考に記載	名前	とるべき行動	とるべき行動		

# 土砂災害

## 土砂災害の種類と警戒区域

土砂災害はいつ発生するかわかりません。命を守るには、危険な場所を避け、早めに避難することが大切です。長雨のときは、地中に多くの雨が貯まり土砂災害発生の危険性が高まります。いまのうちに前兆現象を学び、注意して行動しましょう。

### 土砂災害の種類

#### がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)

傾斜度が30度以上の土地が崩壊する自然現象

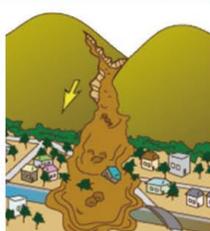


#### 主な前兆現象

- がけにひび割れができる
- 擁壁が変形する。亀裂が入る
- 小石がパラパラと落ちてくる
- 湧き水が止まる・噴き出す

#### 土石流

山腹が崩壊して生じた土石等または溪流の土石等が水と一体となって流下する自然現象



#### 主な前兆現象

- 山鳴りがする
- 腐った土の臭いがする
- 川が急に濁ったり、流木が混ざり始める
- 雨が続けているのに、川の水位が下がる

#### 地すべり

土地の一部が地下水等に起因して滑る自然現象またはこれに伴って移動する自然現象



#### 主な前兆現象

- 地面がひび割れたり、陥没する
- 井戸や沢の水が濁る
- 樹木が傾いたり、裂ける音が出る

### 土砂災害警戒情報とは

土砂災害警戒情報は、大雨により土砂災害の危険度が高まった時に、気象庁と茨城県が共同で発表します。情報は市町村単位で発表され、町の防災活動や避難指示等の判断を支援し、住民の皆さんの自主避難の判断にも利用できます。自宅近くが土砂災害(特別)警戒区域に指定されている場合は、非常に危険な状態になりますので、早めに避難しましょう。

### 土砂災害のおそれがある区域

町では、「土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律」に基づいて茨城県が指定した土砂災害警戒区域を示した「土砂災害ハザードマップ」を作成しています。自宅とその周辺が、立退き避難が必要な土砂災害のおそれがある区域か確認しましょう。

#### 土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)

土砂災害が発生した場合、住民の生命または身体に危害が生じるおそれがある区域として指定されます。

- 区域指定について
- 問い合わせ: 茨城県電ケ崎工事事務所  
☎0297-65-1716

#### 土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)

土砂災害が発生した場合、建築物に損壊が生じ、住民の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域として指定されます。この区域では、開発行為の制限、建築物の構造規制や移転勧告などが行われます。

※レッドゾーンはイエローゾーンの中に含まれます。

#### 土砂災害ハザードマップ

町内の土砂災害警戒区域等の指定状況や避難場所などが掲載されています。

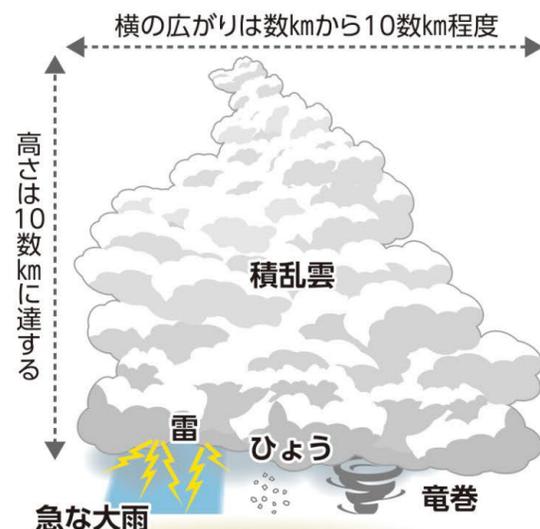


←マップはこちら  
防災関連マップ

# 竜巻・雷

## 竜巻・雷から身を守るには

こんなときは竜巻や雷が発生するおそれがあります



### 雷から身を守る

- 建物や車に避難する
- 平たんな畑や広場などでは姿勢を低くする
- 海水浴やゴルフなどは中断し、避難する
- 傘、釣り竿、ゴルフクラブなど長い物は持たない
- 樹木や電柱には近づかない



### 竜巻発生確度 ナウキャストとは

気象庁は竜巻の発生確度を1時間先まで予測したデータを公開し、10分ごとに更新されています。

竜巻発生確度ナウキャスト

検索



### 竜巻発生・接近のきざし

- 真っ黒な雲が近づき、周囲が急に暗くなる
- 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする
- ヒヤッとした冷たい風が吹き出す
- 大粒の雨やひょうが降り出す

すぐに  
安全な場所へ  
避難!

### 竜巻から身を守る

竜巻は突然発生します。竜巻の特徴を知り、すばやく身を守る行動をとりましょう。

#### 建物内にいる場合



- 1階の窓のない部屋に移動する
- 雨戸・カーテンを閉め、窓から離れる
- 机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭を守る

#### 外にいる場合



- 頑丈な建物の中に駆け込む。駆け込める建物がない場合は、できるだけ頑丈な建造物の陰に入り、身を小さくする
- 物置やプレハブの中には入らない
- 太い樹木や電柱には近づかない

# 地震

## 地震発生後の行動

大地震が発生した際、冷静に対応するのは難しいものですが、一瞬の判断が生死を分けることもあります。いざというとき「あわてず、落ち着いて」行動するために、地震発生時の基本的な対応パターンを覚えておきましょう。

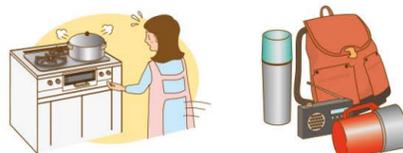
### 地震発生

- 机やテーブルなどの下へもぐり、身を守る。
- 倒れてくる家具や落下物に注意する。
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する。



### 1～2分

- ガスの元栓を閉める。
- 火元を確認し、出火していたら初期消火する。
- 家族の安全を確認する。
- 靴を履き、ガラスの破片などから足を守る。
- 非常用持出品を手近に用意する。



避難する場合 **がけ崩れの危険が予想される地域は身の安全を確認してすぐ避難**

### 3分

- 隣近所の安全を確認する。特に、一人暮らしの高齢者など要配慮者がいる世帯には積極的に声をかけ、安否を確認する。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消火する。
- 大きな地震の後には余震が発生します。余震にも注意する。



### 5分

- テレビ・ラジオなどで災害情報を確認する。
- 電話はなるべく使わないようにする。
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する。避難の際、ブロック塀の倒壊やガラスの落下に注意する。
- 避難の際、車は使わないようにする。



### 5～10分

- 通電火災をふせぐため、電気のブレーカーを落とす。



### 10分～数時間

- 隣近所で協力し、消火・救出活動を行う。あわせて消防署等へ通報する。



### ～7日くらい

- 災害発生から数日間は、外部からの応援が期待できないため、生活必需品は備蓄でまかなう。
- 災害情報、被害情報を収集する。
- 自宅などが壊れた場合、入らないようにする。
- 引き続き余震に注意する。



### 避難生活では

- 自主防災組織を中心に行動する。
- 集団生活のルールを守る。
- 助け合いの心を持つ。



## 安全確保行動1-2-3 (シェイクアウト)

- ①まず姿勢を低く!
- ②頭を守る!
- ③動かない!



安全確保行動1-2-3は地震発生時に身を守る方法として、とても重要で簡単な方法です。周囲の状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しましょう。

## 家の中で大きな揺れを感じたら

### ●まずは身の安全を守る

地震が起きたら、まず第一に身の安全を確保しましょう。ある程度揺れがおさまってから、次の行動に移りましょう。

### ●揺れがおさまったら火の始末

揺れがおさまったらガス器具やストーブなどの火を消しましょう。出火しても天井に燃え移る前なら慌てず消火器等で初期消火に努めましょう。通電火災を防ぐため、避難前に電気ブレーカーを落としましょう。

### ●戸を開けて出口を確保

マンションなどの中高層住宅では出口の確保が重要です。逃げ口を失い閉じこめられないようにしましょう。

### ●慌てて外に飛び出さない

家屋倒壊の心配から外へ逃げる場合、瓦やガラスなどの落下物には十分注意し、お年寄りや子どもとは手をつないで避難しましょう。

### ●正確な情報を

すぐにテレビ・ラジオをつけ、報道機関や町からの正確な情報を得るようにし、デマには惑わされないようにしましょう。



## 外出先で大きな揺れを感じたら

### 屋外にいるときは

- 持ち物で頭を守りましょう。
- 建物から離れ、空き地など安全と思われる場所へ避難しましょう。
- ブロック塀、自動販売機、ショーウィンドウから離れましょう。

### スーパーなどの建物の中では

- ガラスや陳列棚から離れ、落下物から頭を守りましょう。
- 場内放送や係員の指示に従い、あわてず落ちついて行動しましょう。

### 車を運転しているときは

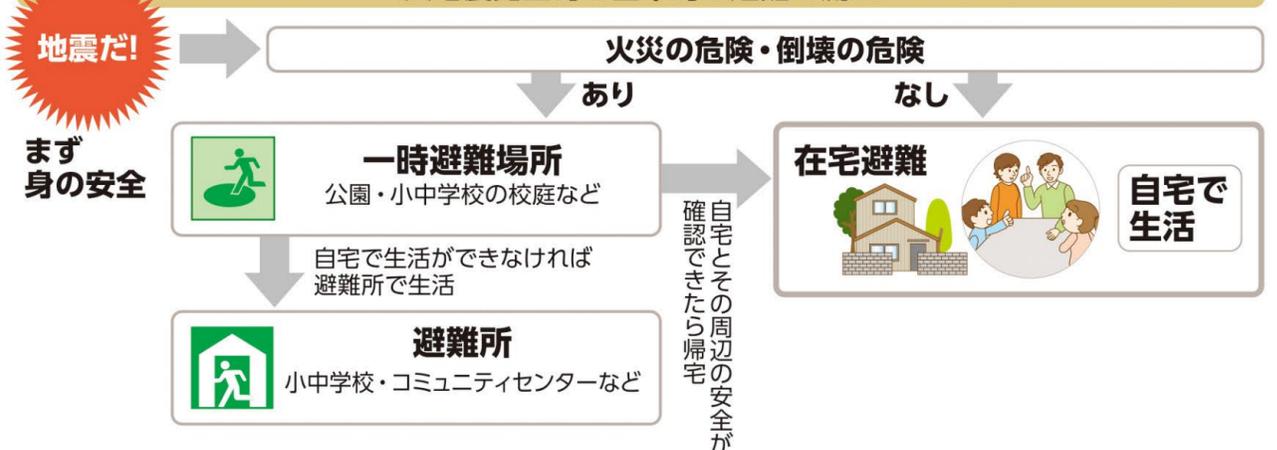
- 徐々に速度を落とし、道の左端に止めてエンジンを切りましょう。
- 車を離れるときはキーを付けたままで、ドアはロックしない(スマートキー搭載車はキーを車内に置いておく)。

## 自宅が安全なら「在宅避難」

「災害が起きたら避難所に行くしかない」そのように思っていないですか? でも避難所で暮らすことは選択肢のひとつに過ぎません。避難所では環境の変化などによって体調を崩す人もいます。住まいの防災対策や日常備蓄を行うことで、可能な限り在宅避難ができる準備を整えましょう。

※自宅周辺に水害や土砂災害の危険がある場合には、安全な場所への避難が必要です。

### 大地震発生時の基本的な避難の流れ



# 屋内外の地震対策

地震で家具が倒れたり、窓ガラスが割れて飛び散ったりすると、家の中が危険な場所になり、倒れた家具は避難の妨げにもつながります。家具を固定するなど日ごろから地震対策をしておきましょう。また、家の周囲に地震発生時に危険な箇所がないか点検しましょう。また、古い建物は専門家による耐震診断や耐震補強を検討しましょう。

## 屋内の安全対策のポイントをチェックしよう

- 住宅用火災警報器は付いていますか？
- カーテンは防災処理を施したものでありますか？
- 背の高い家具の転倒対策は確実ですか？  
※背の高い家具はL字型金具やつっぱり棒で固定する。家具の下に小さな板などを差し込み、壁や柱によりかかるようにすると更に効果的です。
- 窓ガラスや棚のガラスに飛散防止フィルムを貼っていますか？
- ガラスによるケガを防ぐためのスリッパやスニーカーは準備していますか？
- 停電に備えて懐中電灯の場所は把握していますか？
- テレビの転倒防止や壁固定は確実ですか？

**寝室や出入り口付近の家具を固定できない場合は**

- 寝ている場所に家具が倒れてこないよう、向きを工夫する。
- 家具が倒れても机などにあたり、自分の上に倒れてこない位置に置く。
- 家具が倒れても出入り口が開く位置・向きに置く。

## 屋外の安全対策のポイントをチェックしよう

- 屋根瓦やトタン屋根に破損や腐食箇所はありませんか？アンテナはしっかりと固定されていますか？
- ベランダにある植木鉢や物干し竿などは落下するおそれはありませんか？
- プロパンガスのボンベは転倒しないように鎖等で固定されていますか？
- 壁面や基礎に亀裂がないか、腐ったりシロアリに食われたりしている箇所はありませんか？
- ブロック塀にはしっかりした鉄筋がはっていますか？破損箇所はありませんか？
- 自転車・ベビーカー・植木鉢などは脱出時の妨げにはなっていませんか？

# 地震ハザードマップ

### 利根町地震ハザードマップ ゆれやすさマップ

**想定地震**  
利根町地震ハザードマップで想定した地震は、茨城県沖から房総半島沖を震源とするマグニチュード8.4の「茨城県沖～房総半島沖地震」です。  
予測される地震の強さ（震度）は、町全体で震度5強から6強となり、利根町に被害を与える可能性があります。

**ゆれやすさマップとは？**  
茨城県沖～房総半島沖地震（マグニチュード8.4）が発生した場合の震度分布を250mメッシュ単位で表示したものです。震度とは地震による揺れの程度を表す指標です。  
(出典) 茨城県地震被害想定調査報告書（概要版）（平成30年12月）

**震度の目安（震度の違いでどのようなことになるの？）**

- 6強** はわないと動けない。ブロック塀が崩れ、戸がはがれて飛ぶこともある。
- 6弱** 立っていることが困難になる。壁のタイルや窓ガラスが壊れ、壁に亀裂が生じる。
- 5強** 一部の人は行動に支障を感じる。家具が移動し、テーブル上の食器や本が落ちる。

**凡例**

- 指定緊急避難場所
- 指定避難所
- 利根町役場
- 消防署
- 交番
- 有料道路
- 国道
- 主要地方道
- 鉄道 (JR)

**震度階級**

- 震度6強
- 震度6弱
- 震度5強

地震ハザードマップについてはこちらでも確認できます

### 利根町地震ハザードマップ 液状化マップ

**液状化マップとは？**  
揺れやすさマップ相当の揺れとなった場合に、地盤に液状化が生じる程度を250mメッシュ単位で表したものです。  
(出典) 茨城県地震被害想定調査報告書（概要版）（平成30年12月）

**液状化とは？**  
地震の揺れによって地盤が一時的に泥水のような状態になる現象で、地下水を含んだ砂質の地盤で発生します。

**液状化発生**

地震前：砂粒子が水と混ざり、安定している状態。  
地震時（液状化発生）：雨水発生、砂粒子が水と混ざり、安定しなくなる状態。  
地震後：沈下発生、砂粒子が再堆積し、地盤が沈下した状態（噴砂、噴水）。

**液状化危険度**

- 非常に高い
- 高い
- やや高い
- 可能性あり
- やや可能性あり
- 対象外

# 避難 自主防災

## 避難場所・避難所一覧

### 指定緊急避難場所 令和7年4月現在

地震や水害などの災害による危険を回避するために一時的に避難する場所

番号	施設・場所名	住所	連絡先	対象とする異常な現象の種類		
				洪水	崖崩れ、土石流 及び地すべり	地震
1	羽根野中央公園	羽根野850-150		○	○	○
2	利根町健康増進等複合施設(旧文小学校)	下曾根254	TEL.0297-68-2211		○	○
3	利根町立利根中学校	横須賀1277	TEL.0297-68-2211	○	○	○
4	利根町総合教育センター(旧文間小学校)	大房228	TEL.0297-68-2211		○	○
5	利根っ子公園	布川618-1			○	○
6	日本ウェルネススポーツ大学 第1キャンパス	布川1377	TEL.0297-68-6787	○		○
7	旧布川小学校グラウンド	布川1709		○		○
8	風の公園	布川2100-18			○	○
9	利根町立利根小学校	布川4230	TEL.0297-68-2211		○	○
10	八幡台児童公園	八幡台2-15		○	○	○
11	早尾台第1公園	早尾500-235		○	○	○
12	羽根野台東公園	羽根野900-49		○	○	○
13	もえぎ野台自然公園	もえぎ野台2-4-7		○	○	○
14	もえぎ野台中央公園	もえぎ野台3-16-4		○	○	○
15	上曾根運動公園	上曾根472-2		○	○	○
16	四季の丘第2公園	四季の丘1-14-3			○	○
17	旧東文間小学校	立崎425	TEL.0297-68-3263		○	○
18	利根町生涯学習センター	中谷967	TEL.0297-68-3263		○	○
19	利根町民すこやか交流センター	布川2968	TEL.0297-68-7771			○
20	布川地区コミュニティセンター	布川2958-1	TEL.0297-68-3263	△		○

※ △は浸水時、3階以上を利用

### 指定避難所 令和7年4月現在

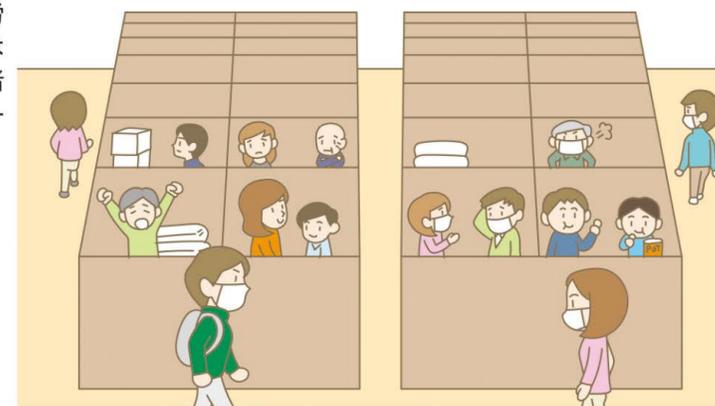
自宅での居住が危険または困難な時、一時的に滞在する施設。物資の配給拠点。

番号	施設名	住所	管理担当連絡先	対象とする異常な現象の種類		
				洪水	崖崩れ、土石流 及び地すべり	地震
1	利根町民すこやか交流センター	布川2968	TEL.0297-68-7771			○
2	布川地区コミュニティセンター	布川2958-1	TEL.0297-68-3263	△		○
3	日本ウェルネススポーツ大学 第1キャンパス	布川1377	TEL.0297-68-6787	○		○
4	日本ウェルネススポーツ大学 第2キャンパス	布川1649	TEL.0297-68-6787	○		○
5	利根町健康増進等複合施設(旧文小学校)	下曾根254	TEL.0297-68-2211	△	○	○
6	利根町文化センター	下曾根187	TEL.0297-68-7881		○	○
7	文間地区農村集落センター	大房488-2	TEL.0297-68-2211		○	○
8	利根町総合教育センター(旧文間小学校)	大房228	TEL.0297-68-2211	△	○	○
9	利根町生涯学習センター	中谷967	TEL.0297-68-3263		○	○
10	利根町立利根中学校	横須賀1277	TEL.0297-68-2211	○	○	○
11	利根町立利根小学校	布川4230	TEL.0297-68-2055	△	○	○
12	利根町保健福祉センター【福祉避難所】	下曾根221-1	TEL.0297-68-8291		○	○
13	利根東部農村集落センター	加納新田2736	TEL.0297-68-2211		○	○
14	柳田國男記念公苑	布川1787-1	TEL.0297-68-3263			○
15	利根町図書館	下曾根278-1	TEL.0297-68-8868		○	○

※ △は浸水時、3階以上を利用

## 避難所生活・車中泊

避難所での生活は、慣れない環境でストレスや疲労から体調を崩してしまうこともあり、健康管理には十分な注意が必要です。また、避難所では被災者同士が共同生活を送ることになりますので、マナーとルールを守り、みんなで支え合しましょう。



### 健康管理

#### 感染症の予防

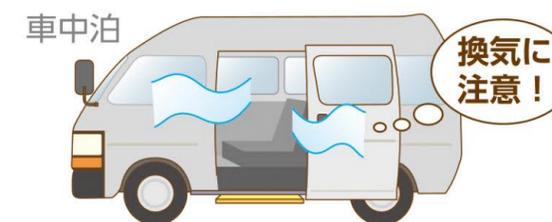
新型コロナウイルスをはじめ、インフルエンザなどの感染症、食中毒を予防するため、マスクの着用やこまめな手洗いをしましょう。  
また、定期的に体温を測りましょう。体調の変化を感じたときは、避難所運営スタッフに申し出てください(体温計、マスク、消毒液は持参しましょう)。



#### 一酸化炭素中毒の予防

被災地での停電時、発電機、石油ストーブ、カセットコンロなどを使用する場合には、一酸化炭素中毒に注意する必要があります。  
一酸化炭素は無色・無臭で気づきにくく、微量でも死に至ることがありとても危険です。

- 発電機は、屋内で絶対に使用しないようにしましょう。
- 石油ストーブなどを使用する場合、定期的に窓を開けて換気をしましょう。
- 車中泊の場合は、他の車の排気ガスなどを取り込まないように他の車とは距離をとって駐車しましょう。
- エアコンは外気を入れながら動かし、こまめに窓を開けて換気をしましょう。



- 駐車は許可された場所で。
- エンジン音は騒音になることもあります。ご注意ください。

#### 熱中症の予防

夏場の避難所では熱中症に注意しましょう。特に高齢者や子どもは要注意です。のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分の補給を行うことが大切です。



#### エコノミークラス症候群の予防

食事や水分を十分にとらない状態で、狭い空間に長時間座り足を動かさないと、血行不良が起こり、血液が固まりやすくなります。その結果、血の固まり(血栓)が肺動脈に詰まって、肺塞栓などを誘発するおそれがあります。この現象をエコノミークラス症候群と呼びます。  
災害時にはトイレを敬遠した結果、エコノミークラス症候群の発症にいたるケースが多発しています。携帯トイレ・水分等の備蓄の持参、定期的な運動を心がけましょう。



# 自主防災活動に参加しよう

## 地域ぐるみで防災活動を

自主防災組織は「顔の見える関係」を大切にした防災活動を行う集まりのことです。「自分たちのまちは自分たちで守る」ため、年に数回活動しています。活動に積極的に参加して、地域ぐるみで災害に備えましょう。

## 平常時の主な自主活動内容

### 防災知識の普及

- 地域の防災マップの作成
- 防災講演会などのイベントの実施
- 防災施設の視察



### 防災巡視・防災点検

- ハザードマップでの危険箇所把握
- 燃えやすいものの放置状況の点検
- ブロック塀、石垣、看板、自動販売機など倒れやすいものの点検



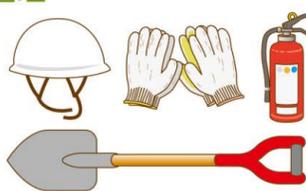
### 防災訓練の実施

- 初期消火訓練
- 救出・救護訓練
- 避難誘導訓練
- 情報収集・伝達訓練
- 炊き出し訓練
- 避難所運営訓練
- 安否確認訓練



### 防災資機材などの整備・管理

- ヘルメット、消火器、担架、ハンマー、バール、投光器、発電機などの救助用工具や防災資機材の整備・管理
- 非常時の食料品、救急医療品などの備品の管理



## 緊急時の主な自主活動内容

### 初期消火活動

- 消火器・バケツリレーなどによる初期消火活動



### 救出活動

- 負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動



### 救護活動

- 負傷者の応急手当、救護所への搬送



### 情報の収集・伝達

- 災害に関する正しい情報の収集・伝達
- 要配慮者の安否確認



### 避難所の運営

- 避難所施設の状況確認
- 避難者誘導・受け入れ
- 避難者の居住場所と業務の割り振り
- 備蓄食料や救援物資などの避難所への運搬および配布
- 炊き出し
- 水の確保
- トイレの清掃
- ゴミの撤収保管
- 施設内の清掃
- 感染症対策



## 防災組織の活動に係る町の事業

令和7年3月現在

### 自主防災組織活動支援補助金

町内の地区が組織する自主防災組織に対し、自主防災組織の活動費用の一部を補助します。

### 防災士資格取得補助金

町内の地区が組織する自主防災組織等で活動する、地域の防災リーダーを育成するため、防災士資格取得に要した費用の一部を補助します。

### 利根町防災士連絡会

認定特定非営利活動法人日本防災士機構に認定された防災士のうち、町に在住又は通勤する者で、地域の自主防災活動を推進し、安心、安全なまちづくりに寄与することに、賛同し、ボランティア活動に、理解と積極的に参加する意思を持つ防災士で構成しています。

### 利根町消防団

消防団は消火活動だけでなく、地震や風水害等多数の動員を必要とする大規模災害時の救助救援活動、避難誘導などにおいて、非常に重要な役割を果たしています。各地域に設置した分団が平常時においても巡回、広報、特別警戒など地域に密着した活動を展開し、地域における防災力の要となっています。

お問い合わせ：防災危機管理課

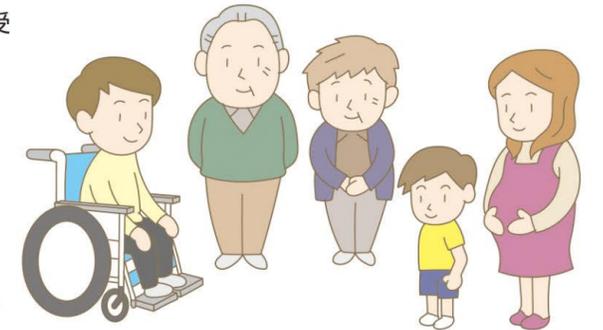
# 要配慮者を支援しよう

## 災害時に支援が必要な人をみんなで守ろう！

高齢者や障がい者などの要配慮者は、大規模災害時に被害を受けやすく、地域の人々の支援が必要です。

### 要配慮者とは

- ① 聞こえない、見えない → 聴覚障がい者、視覚障がい者
- ② 移動できない → 高齢者、要介護者、肢体不自由者
- ③ 助けを呼べない、動けない → 重度障がい者、言語障がい者
- ④ 理解・判断しにくい、混乱する、自分の状況を伝えにくい → 発達障がい者、精神障がい者、知的障がい者、外国人
- ⑤ 生活の上で特別な配慮が必要 → 妊産婦、乳幼児、難病患者



## 日ごろからの信頼関係と支援体制をつくろう！

### 要配慮者の把握と共有

要配慮者本人の意思やプライバシーに配慮しながら、自主防災組織などでどのような支援ができるのかを話し合っておきましょう。日常生活でのあいさつや交流などで、お互いの認識を深めましょう。



### 支援内容・体制を決めておく

自主防災組織などで地域内の要配慮者の居住状況、生活状況などを把握し、災害時の情報の伝え方や支援方法、支援体制などを具体的に決めておきましょう。



### 防災訓練への参加

いざという時、冷静に対処できるように要配慮者と訓練を行い、避難方法や避難生活でのニーズを把握しておきましょう。



## 要配慮者を安全に誘導するポイント

### 要配慮者支援の留意点

- ① 支援だからと押しつけず、要配慮者本人の立場や意思を尊重する。
- ② 要配慮者本人の希望を聞くために密なコミュニケーションをとる。
- ③ 事故に繋がることがあるため、無理な支援の約束はしない。

### 車いすを利用している人

- 必ず誰かがつきそい、車いすを押すなどの支援を行います。
- 階段では必ず2人以上、できれば3人以上で援助します。上がるときは前向き、下がる時は後ろ向きが基本で、恐怖感を与えないよう、相手と確認しましょう。



### 目の不自由な人

- 一歩先を歩き、肘か肩に手を置いてもらい、ゆっくりと歩きます。手や白杖（はくじょう）を引っ張るのは危険です。
- 方向を示すときは「左に曲がって10mくらい」などと具体的に。「○時の方向です」と時計の針を想定して伝える方法もあります。



### 高齢者・病気の人

- 災害時の支援者をあらかじめ決めておきます。できるだけ複数で支援しましょう。
- 「声をかけて励ます」「手を添える」「肩を貸す」など、程度に応じた支援をします。



### 知的・発達・精神障がいの人や外国人

- 簡単な言葉で、やさしく、ゆっくり話してください。
- 何が起きているのかを教えてください。
- 見通しが立たないと不安です。例えば、急に触るのではなく、「これからケガを診るために触ります」などと予告します。
- 別室や間仕切りなどの環境で安心できることがあります。



### 耳の不自由な人

- 口をはっきりと動かし、正面から、身振りを交えて情報を伝えます。
- 手話が出来なければ、文字や絵などで伝えます。筆記具がない時は手のひらや地面などに指で字を書いたり、携帯電話やスマートフォンを利用し、文字を画面で伝える方法もあります。



# 早めの避難があなたの命を救います

## 各種災害等のリアルタイム情報の入手



**気象庁「気象警報・注意報」**  
警報・注意報の予測が確認できます。



**Yahoo! 防災速報**  
緊急地震速報や避難情報などのお知らせサービスです。



**気象庁「キキクル」**  
洪水や土砂災害の危険度を確認できます。




**茨城県防災・危機管理ポータルサイト**  
茨城県の防災に関する情報が確認できます。




**国土交通省「川の防災情報」**  
川の水位をリアルタイムで確認できます。

## 利根町防災行政無線テレホンサービス

防災行政無線の放送を補完するために、下記フリーダイヤル（無料）で放送内容を聞くことができます。防災行政無線が聞こえなかった場合や放送内容を再確認したい場合にご利用ください。

電話番号（フリーダイヤル）

**0120 - 355 - 633**

### ●案内の内容

放送の新しいものから順に、最大5件の放送をご案内します。（「夕方のチャイム」、「下校の見守り」も含まれます。また、放送から24時間経過したものは、自動的に消去されます。）

### ●注意事項

以下の電話からは、フリーダイヤルをご利用できません。  
・衛星電話  
・「050」番で始まる一部のIP電話  
（電話番号の頭に「0000」を付けてダイヤルするとフリーダイヤルをご利用できる場合があります。）

## 町からの情報の入手

### 情報メール斉配信サービス

メールアドレスを登録していただくことによって、利根町より様々な情報を携帯電話やインターネット接続されたパソコンへメール配信するサービスが受けられます。

登録は右の二次元コードよりアクセスしてください。



### 利根町行政アプリ

重要なお知らせや、補助金・くらしのサポート情報、災害から自分や大切な人の命を守るための防災情報などを、町民の皆さまへスピーディーにお届けできるよう、スマートフォン用アプリを公開しました。ぜひ、ご利用ください。

App Store または Google Play で「利根町」と検索または、右の二次元コードよりダウンロードしてください。

App Store



Google Play



# わが家の防災メモ

	氏名	電話(会社・学校)	住所	メモ
家族の連絡先				

	氏名	電話(会社・学校)	住所	メモ
親戚知人の連絡先				

	氏名	生年月日	血液型	アレルギー	常備薬	病歴
家族の救急メモ						

	連絡先	電話	連絡先	電話
緊急連絡先				