

市民のみなさまへ

この冊子は、津波で想定される浸水区域、大雨などによる洪水や土砂災害の危険区域、また、それら災害時の避難に関する情報を総合的にまとめたものです。いざというときに備え、日ごろから家族で話し合い、地域の防災訓練に参加し、被害を最小限に食い止めるための知識と行動力を身につけましょう。

防災の心得 3か条



家族で話し合う

①

日ごろから、地震・津波・洪水・土砂災害が発生した場合に備え、それぞれの避難所や避難経路を家族と話し合う。



情報確認は、安全な場所に避難してから

②

テレビやラジオの情報を待っていると逃げ遅れることがあるので、避難場所（高台）等の安全な場所に避難してから確認する。



避難の際には、非常持ち出し袋も忘れずに

③

避難後すぐに、行政等から食料や生活用品が届くとは限らないので、3日間は自力で生活できるよう、非常持ち出し袋も忘れずにもっていく。



わが家の防災マップ

わが家の防災マップをつくろう！

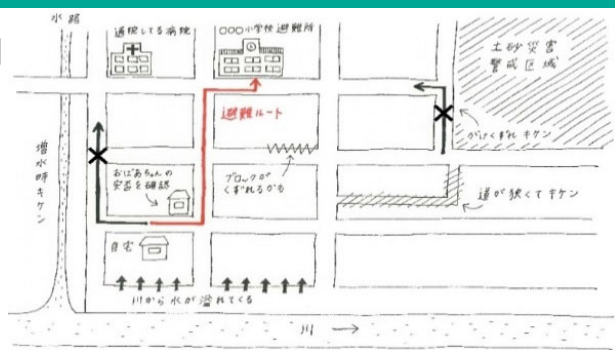
家の付近を実際に歩いてみて、危険な場所や避難場所・避難所と自宅からの避難ルートを確認します。通行できない事態に備えて、避難ルートは複数決めておきましょう。

それらをイラストなどで簡単にあらわした「わが家の防災マップ」を作成しましょう。

<記載しておきたいこと>

- 危険になりそうな場所
- 避難ルート
- 避難場所、避難所（親戚宅や知人宅などを含む）
- 家族の集合場所

例



地震による死亡原因で多くの割合を占めているのが圧死です。地震で命を奪われないために、家具類の配置を工夫し、転倒防止措置をとっておきましょう。

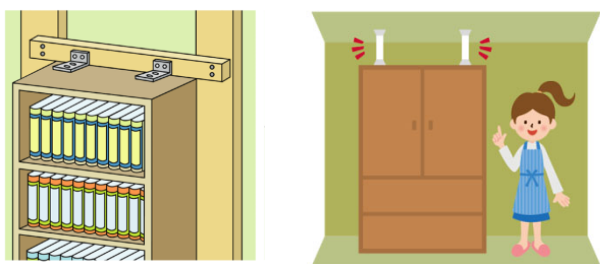
■安全な空間の確保

- 部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。
- 無理な場合は、少しでも安全なスペースができるように配置換えを考える。

■出入り口や通路には物を置かない

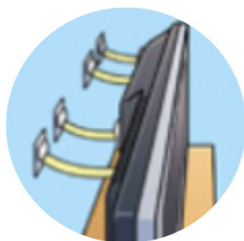
- 玄関などの出入り口までの通路に、家具など倒れやすい物を置かない。
- 玄関に色々と物を置くと、いざというときに出入り口をふさいでしまうことがある。

■たんす、戸棚、本棚の転倒・移動防止



- L字型の金具や、チェーンを利用して、壁に家具を固定する。
- 天井と家具の間につける「つっぱり」形の転倒防止器具は、壁側の奥にセットする。

■テレビ等の飛び出し防止



- 揺れが大きい場合に飛んでくる可能性があるため、高い場所には置かない。
- 粘着マット（樹脂製の免震シート）を敷いて転倒を防ぐとともに、機器の裏側をワイヤーなどで壁やテレビボードに固定する。

■ストーブ火災の防止



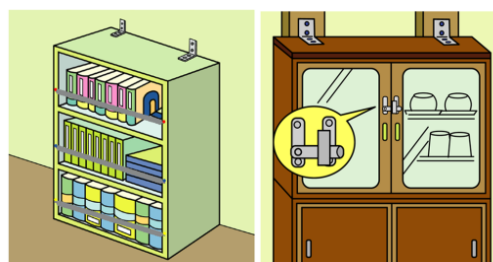
- 耐震自動消火装置を備えたものを使用する。
- 移動・転倒の際に怪我を負わないように、置き場所に注意する。

■就寝場所と家具の配置に注意

- 就寝中に地震に襲われたときに備え、家具が倒れる可能性のある範囲で就寝しない。
- 暗がりでの行動に備え、懐中電灯を枕元に用意しておく。



■戸棚、本棚の中身の落下防止



- 戸棚はひもやゴムバンドなどを掛けて中身の飛び出しを防止する。
- 開きの棚には止め金具をつけ、食器などが飛び出ないようにする。

■ガラスの飛散防止

- 市販の飛散防止フィルムは、説明書をよく読んでしっかり貼る。
- 粘着テープを用いる場合サッシ部分まで貼る。ガラス部分だけでは塊となって落ちてくる。



■照明器具の落下防止

- 照明はチェーンと金具を使って数箇所止める。
- 蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。

震度と揺れ・被害の状況

4



【震度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る。
- 座りの悪い置物が、倒れることがある。

5弱



【震度5弱】

- 大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
- 棚にある食器類や本が落ちることがある。
- 固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。

5強



【震度5強】

- 物につかまらなさと歩くことが難しい。
- 棚にある食器類や本で落ちるものが多くなる。
- 固定していない家具が倒れることがある。
- 補強されていないブロック塀が崩れることがある。

6弱



耐震性が高い



耐震性が低い

【震度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。ドアが開かなくなることがある。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。
- 耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。

6強



耐震性が高い

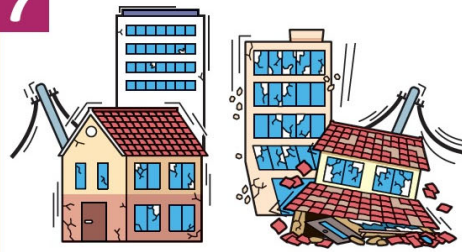


耐震性が低い

【震度6強】

- はわなないと動くことができない。飛ばされることもある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- 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。
- 大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。

7



耐震性が高い

耐震性が低い

【震度7】

- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに多くなる。
- 耐震性の高い木造建物でも、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、倒れるものが増える。

※気象庁「震度とゆれの状況」を加工して作成

耐震化等対策のすすめ

地震による被災軽減に向けては、建物の耐震化等の対策が重要です。宮古市は、住宅の耐震化を促進し、地震の際の安全性を向上させるため、次の事業を行っていますので、必要に応じてご活用ください。

宮古市における住宅の耐震化のための補助事業

- ◆ 木造住宅の耐震診断事業
- ◆ 木造住宅の耐震改修工事の補助
- ◆ 家具転倒防止器具の取り付けの補助
- ◆ ブロック塀等撤去工事費補助



○宮古市ホームページ『住宅の耐震化のための補助について』
https://www.city.miyako.iwate.jp/kenchikujuutaku/jyuyutaku_taisin_hojo.html

後発地震

■一度発生するとその周辺で続いて大きな地震が発生することがあります

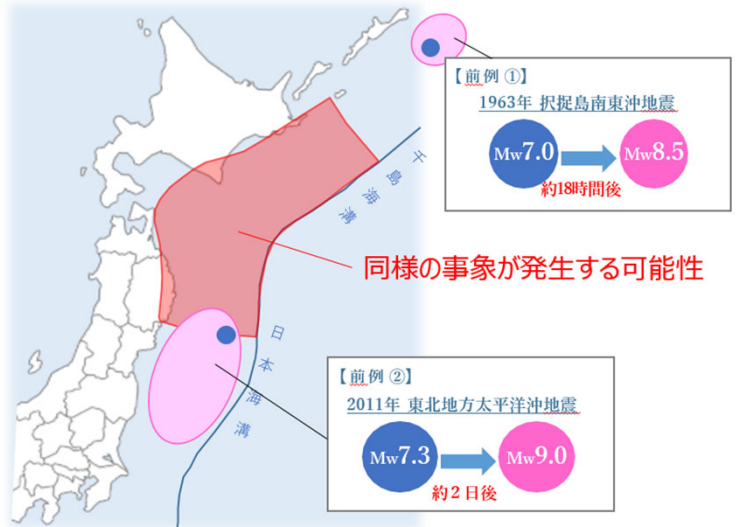
日本海溝・千島海溝沿いの領域では、マグニチュード7クラスの地震が発生した後に、更に大きなマグニチュード8クラス以上の大規模な地震が発生した事例も確認されており、今後も同様の事象が発生する可能性があります。

■マグニチュード7以上の地震発生で注意情報が発信されます

巨大地震発生時の甚大な被害を少しでも軽減するため、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震の想定震源域とその周辺でマグニチュード7以上の地震が発生した場合、大地震の発生可能性が平時よりも相対的に高まっているとして、後発地震への注意を促すため「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発表されます。

■情報が発信されたら備えの再確認と直ぐに避難できる態勢の準備を!

- すぐに避難できる態勢での就寝
- 非常持出品の常時携帯
- 揺れによる倒壊への備え
- 土砂災害等への注意
- 緊急情報の取得体制の確保
- 平時からの備えの再確認



*資料：内閣府（防災担当）・気象庁

※注意情報が発信されたとしても、必ず巨大地震が発生するとは限りません。

長周期地震動

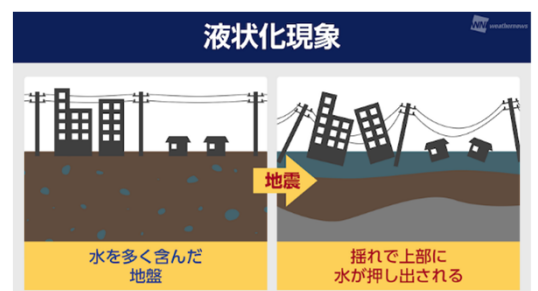
大きな地震が発生した際は、高層ビルなどで、ゆっくりと大きな揺れが長時間続くことがあり、これを長周期地震動と言います。長周期地震動は、震度階級とは別に、長周期地震動階級1～4の4区分で設定されています。宮古市内に、長周期地震動の発生が想定される高層ビル等はありませんが、**長周期地震動階級3以上が予想されると、緊急地震速報（警報）が発表されます。**

緊急地震速報（警報）の発表基準

発表基準	震度5弱以上を予想した場合、または、 長周期地震動階級3以上を予想した場合
対象地域	震度4以上を予想した地域、または、 長周期地震動階級3以上を予想した地域

液状化

大きな地震動により、液状化現象が発生することもあります。液状化とは、河川沿いの平地部など堆積した地盤で、地震により地盤が揺られると、支え合っていた土の粒子がバラバラになり、地盤全体がドロドロの液体のような状態になることを言います。液状化により、**噴水・噴砂の発生、戸建住宅の沈下や傾斜、道路面の変形、上下水道などライフライン施設の被害**が発生し、生活に長期間影響を及ぼすことがあります。



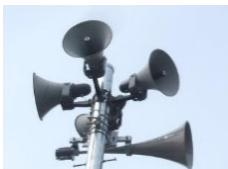
津波の危険を感じたら

■地震が起きたら、まず避難！

強い揺れや弱くても長い揺れを感じるとき、また地震を体で感じなくても、「津波警報」等を見聞きしたときは、直ちに海岸から離れ、可能な限り高い場所へ避難する。

■情報を待っていては逃げ遅れる！

テレビ・ラジオ等の情報を待っていると避難が間に合わないことがあるので、高い場所に避難してから情報を確認するように心がける。



■避難は原則徒歩で！

車での避難は渋滞を引き起こし、逃げ遅れてしまう可能性があるため、原則徒歩で避難を行う。



※漁港からの一本道など、車で移動した方が有利な場所もあります。（絶対に海に向かわないこと）

■運転中に地震が起きたら、まずは道路の左端に停止！

- 急ハンドル、急ブレーキを避けるなど、できるだけ安全な方法により道路の左側に停止させる。
- 停止後は、カーラジオ等により地震情報や交通情報を聞き、その情報や周囲の状況に応じて行動する。
- 引き続き車を運転するときは、道路の損壊、信号機の作動停止、道路上の障害物などに十分注意する。

■車を置いて避難するときは、キーはつけたまま、ドアをロックしない！

やむを得ず道路上に置いて避難するときは、道路の左側に寄せて駐車し、エンジンを止め、エンジンキーは付けたままとするか運転席などの車内の分かりやすい場所に置いておくこととし、窓を閉め、ドアはロックしない。駐車するときは、避難する人の通行や災害応急対策の実施の妨げとなるような場所には駐車しない。

■まず、わが身を！

まずは自分の命を守る。貴重品を取りに戻ったり、船の様子を見に行ったりしては、津波に巻き込まれる恐れがある。

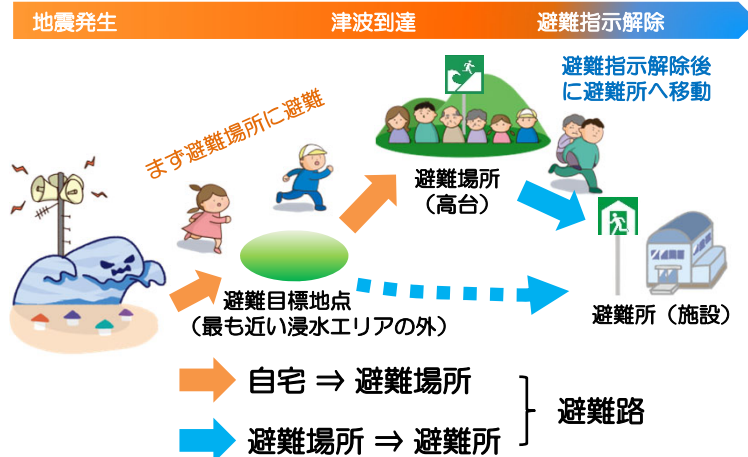
■津波は繰り返し来襲する！

津波は繰り返し来襲する。津波警報・注意報が解除されるまでは避難した場所にとどまる。

■地域で協力を！

お年寄りや身体の不自由な方などに声をかけ、地域全体で避難を行う。（個別避難計画の作成に協力しましょう。）

～津波避難の原則～



津波警報・注意報の種類

津波予報には、大津波警報、津波警報、津波注意報の3種類があります。それぞれ、予想される津波の高さをメートル単位で発表するほか、海岸に到達する予想時刻も合わせて発表されます。

宮古市は、大津波警報等が発表された場合、右記のとおり避難指示を発表します。

種類	発表される津波の高さ		宮古市が発令する避難指示の範囲
	数値での発表 (津波高さ予想の区分)	巨大地震の場合の発表	
大津波警報	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	岩手県が令和4年3月に公表した「津波防災地域づくり法」に基づく最大クラスの津波浸水想定区域
	10m (5m<予想高さ≤10m)		
	5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	
津波注意報	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	堤防または海岸から海側の区域

※マグニチュード8を超えるような巨大地震の場合は、地震の規模を高い精度ですぐに求めることができないため、その海域における最大の津波想定等をもとに津波警報・注意報を発表します。その場合、最初に発表する大津波警報や津波警報では、予想される津波の高さを「巨大」や「高い」という言葉で発表して、非常事態であることを伝えます。

■避難は浸水前に！

浸水が始まってからの避難は困難となる。水害は発生の予想が可能なので、洪水の危険が高まったら、早めに避難する。

お年寄りや子ども、病人などの要配慮者の避難には地域で協力して当たる。

■転落しないよう気をつける！

浸水の中を避難する場合は、探り棒を持ち、窪地、側溝、マンホールに転落しないように注意する。

避難時は、スニーカー等の動きやすい靴を履く。長靴は中に水が入ると歩きにくく、脱げ易くなるので使用しない。

■流れの中を避難するのは危険！




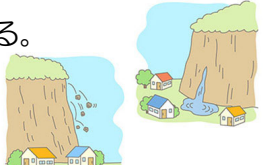


流れの中では水深が50cmを超えると大人でも歩くのは困難になる。無理をせず、高所で救助を待つ方が安全な場合もある。



土砂災害

— 知っていますか？土砂災害の種類と前兆現象 —

土砂災害にはいくつかの種類があり、前兆現象がみられる場合もあります。必ず前触れがあるというものではありませんが、普段と異なる状況に気づいた場合には、周りの人と直ちに安全な場所へ避難しましょう。

土砂災害の種類		災害の前触れ（前兆現象）
土石流		<ul style="list-style-type: none"> 急に川の水が濁り、流木が混じりはじめる。 降雨が続いているのに、川の水位が下がる。 立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる。 山鳴りがする。 
がけ崩れ		<ul style="list-style-type: none"> 小石がパラパラと落ちてくる。 がけから水が湧き出る。 がけにひび割れができる。 地鳴りがする。 
地すべり		<ul style="list-style-type: none"> 井戸や沢の水が濁る。 地面がひび割れ・陥没する。 がけや斜面から水が噴き出す。 亀裂や段差が発生する。 

*資料提供 政府広報オンライン

●もし、避難が遅れてしまったら？

次善策として、2階へ退避することも

早めに避難先へ移動（①水平避難）する避難が原則ですが、逃げ遅れて危険が切迫している場合は、建物の2階以上に一時的な避難（②垂直避難）をすることも検討してください。



※土砂災害に対しては、建物の2階以上で、かつ山と反対側の部屋へ避難する。

災害時の避難情報

宮古市は、災害の恐れがある場合に避難情報を発表します。表の下段へ行くほど緊急度が高くなります。必ずしも、順を追って発表されるとは限りません。

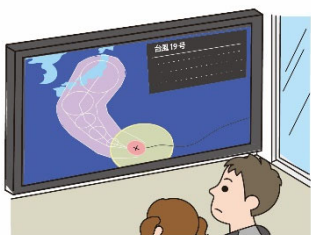
緊急の度合い
↓
高

避難情報	とるべき行動
警戒レベル3 高齢者等避難	災害が想定されている区域等では、市からの高齢者等避難の発令に留意するとともに、高齢者以外の方も普段の行動を見合わせ始めたり、 キキクル（危険度分布） や 河川の水位情報 等を用いて避難の準備をしたり自ら避難の判断をしたりしてください。
警戒レベル4 避難指示	災害が想定されている区域等では、市からの避難指示の発令に注意するとともに、避難指示が発令されていなくても キキクル（危険度分布） や 河川の水位情報 等を用いて自らの避難判断をしてください。
警戒レベル5 緊急安全確保	何らかの災害がすでに発生している可能性が極めて高い状況です。命の安全が迫っているため直ちに身の安全を確保してください。

とるべき行動

宮古市から警戒レベル4避難指示や警戒レベル3高齢者等避難が発令された際には速やかに避難行動をとってください。

レベル1 早期注意情報



災害への心構えを高める

レベル2 大雨注意報等



自らの避難行動を確認

レベル3 高齢者等避難

及び

レベル4 避難指示



立ち退き避難
[指定避難所
・指定緊急避難場所]



立ち退き避難
[親戚・知人宅]



立ち退き避難
[ホテル・旅館]



上階へ移動



上階に留まる（待機）

レベル5 緊急安全確保



上階へ移動



上階へ移動



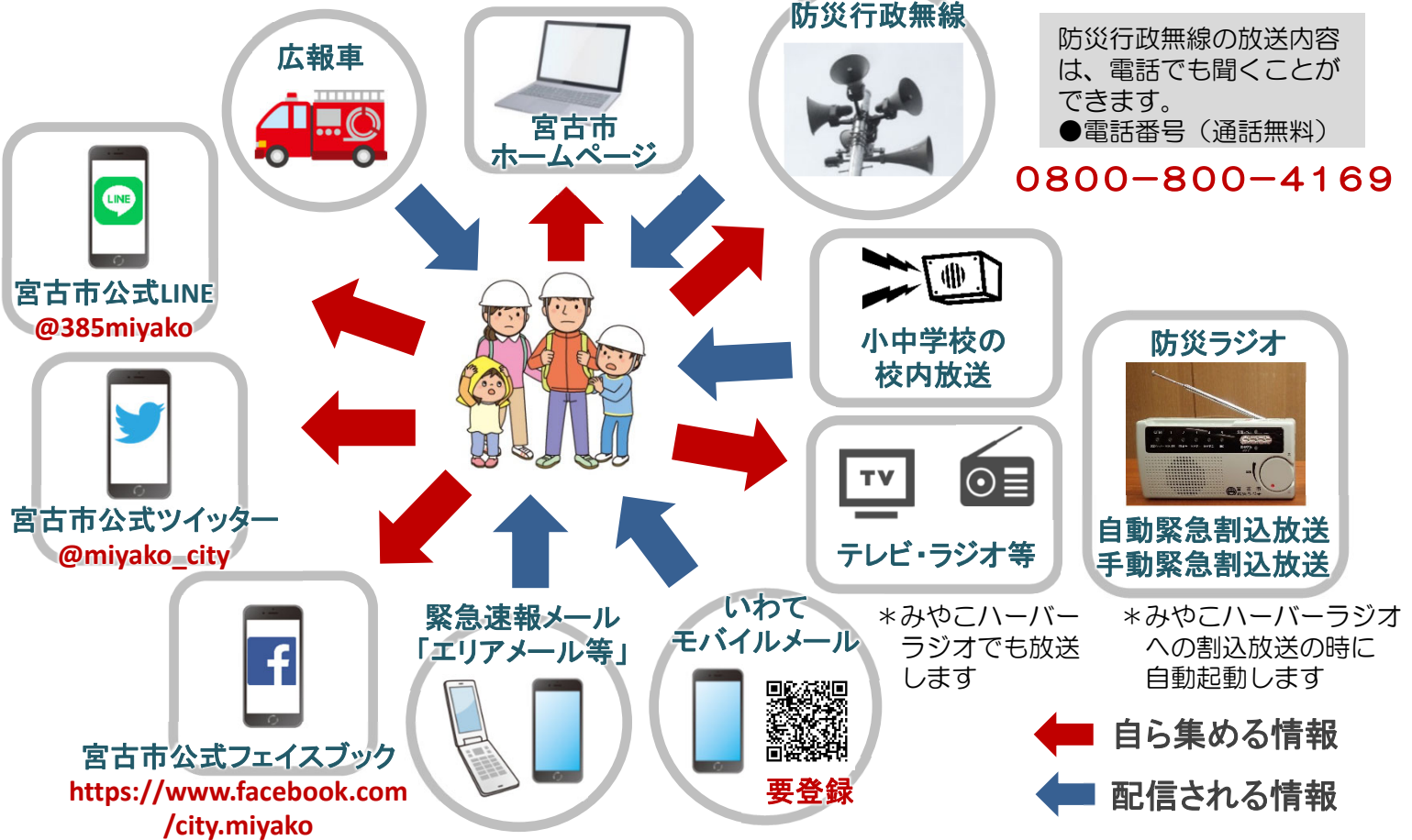
崖から離れた部屋に移動



近隣の建物の上階へ移動

防災情報の入手先

防災情報は、気象庁や岩手県から、市などを通して市民のみなさんに伝達されます。津波予報や避難情報を把握したら、速やかに避難してください。




0800-800-4169

テレビデータ放送からの防災情報の入手

テレビデータ放送からは、気象警報・注意報、避難情報発令地区、開設避難所情報など、様々な防災情報が得られます。災害に備え、使い方を確認しておいてください。

(例) データ放送から洪水時の河川水位情報を入手する方法

- 

【操作手順】

①TVのチャンネルをNHKにあわせ、TVのリモコンの「**dボタン**」を押します。

②NHKデータ放送TOPメニューの「**新型コロナ(岩手)・防災・生活情報**」を選択します。

③「**河川水位・雨量**」を選択します。

③ 「新型コロナ(岩手)・防災・生活情報」TOP画面



② NHKデータ放送TOP画面



④ 「河川水位情報」TOP画面



特別警報・警報・注意報

気象庁では、災害を防止・軽減するために、下表に示すように警報や注意報、防災気象情報を発表します。大雨が想定されるときは、防災気象情報に特に注意してください。

種類	発表の基準(◎とるべき行動)
大雨特別警報	◎ ただちに命を守る行動をとる 数十年に1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。
大雨警報	◎ 災害情報に注意し、避難準備を開始 大雨によって重大な災害が起こるおそれがあるとき。
大雨注意報	◎ 気象情報に注意 大雨によって災害が起こるおそれがあるとき。
記録的短時間 大雨情報	1時間雨量100ミリの猛烈な雨を観測、また解析したとき。
土砂災害 警戒情報	◎ 避難情報が発表されたら速やかに避難開始 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。

土砂災害・洪水・津波情報の入手

●宮古市 防災・災害情報

現在の災害の状況、気象や河川に関する情報、防災に関する各種情報を見ることができます。
『宮古市役所ホームページ』から「**災害情報**」へ (<http://www.city.miyako.iwate.jp/>)



●いわて災害情報ポータル（岩手県）

各種気象警報・注意報を閲覧できる他、リアルタイムの気象・土砂災害・地震・避難情報等を取得することができます。

いわて防災情報ポータル (<http://iwate.force.com/>)



●重ねるハザードマップ（国土交通省）

浸水想定区域や道路情報、危険箇所、標高などを地図や写真に重ねて、シームレスに閲覧できます。
『国土交通省ハザードマップポータルサイト』から「**重ねるハザードマップ**」へ
(<https://disaportal.gsi.go.jp/>)



●川の防災情報（国土交通省）

気象・河川（水位情報、河川カメラ撮影画像）・土砂災害等の情報を閲覧できます。
『国土交通省防災ポータル』から「川の防災情報」へ
(<https://www.river.go.jp/index>)



●キキクル（気象庁）

地図上で雨による災害の危険度（土砂災害・浸水害・洪水害）をリアルタイムで見ることができます。
『気象庁ホームページ』から「キキクル（危険度分布）」へ
(<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>)



●IBCつながるアプリ（IBC岩手放送）

地震・津波などの速報のほか避難情報などがプッシュ通知されます。また洪水・土砂災害のハザードマップの上に、キキクル（危険度分布）情報を重ねて見ることができます。
『IBC岩手放送ホームページ』から「IBCつながるアプリ」へ
(<https://www.ibc.co.jp/appli/>)



総合防災ハザードマップの活用にあたって

ハザードマップの使い方

このハザードマップには、「自分が知っておくべき危険な箇所はどこか?」、「わが家の避難場所・避難所はどこか?」、「誰に連絡するか?」など、必要な情報を書き込んでください。

そして【**あなたのハザードマップ**】を作成してください。

①危険な箇所、避難場所・避難所、避難ルートの確認

津波・洪水・土砂災害により危険が想定される範囲、最寄りの避難先と位置を確認してください。

そのうえで、自宅から避難先までの避難ルートを複数決めてください。

②災害時の対応を話し合う

①で決めた避難ルートについて、家族やご近所の方と話し合い、避難方法について確認してください。



③避難ルートを歩いてみる

避難ルートを実際に歩いて、安全に通行できるか確認してください。



◆このハザードマップは、あくまで想定です！！

ハザードマップに示した浸水範囲や危険区域は、一定の条件のもとで想定したものです。大きな災害を想定して作成していますが、場合によってはハザードマップに示していない範囲にも災害が起こる可能性があります。避難の際には、気象情報や防災情報の入手はもちろんのこと、避難ルートの状況にも注意しながら避難してください。

自主防災活動に取り組みましょう

災害による被害の拡大を防ぐためには、市の対応（公助）だけでは限界があり、早期に実効性のある対策をとることが難しいため、自分の身を自分の努力によって守る（自助）とともに、普段から顔を合わせている地域や近隣の人々が集まって、互いに協力し合いながら、防災活動に組織的に取り組むこと（共助）が必要です。

「自助」「共助」「公助」が有機的につながることにより、被害の軽減を図れるよう、自主防災組織・自主防災活動に取り組みましょう。

自助

自分の身を
自分の努力
によって守る

共助

地域や近隣の
人が互いに
協力し合う

公助

行政
(国、岩手県、宮古市)
による
救助・援助等

担当する班	平常時	災害時
情報収集 連絡班	防災に関する事業を計画する。 (防災知識普及と意識の高揚を図る)	災害防止を会員に呼びかける。 災害情報を収集する。
消火班	各家庭への初期消火器具の設置を促進する。 初期消火訓練の実施と、組織としての消火体制を確立する。	火災の警戒。 班をあげての初期消火活動。
救出救護班	町内会の備品として防災資機材、備蓄品を調達し、管理する。 救出、救護訓練の実施、特に高齢者等災害時に自力で行動できない人の救出体制等を計画する。	負傷者の救出、救護。 防災資機材物資配分。 災害時要支援者の救出。
避難誘導班	安全な避難経路及び避難場所の確認と会員に周知する。 町内の危険箇所の点検。 避難訓練の実施。	避難誘導。 避難路の安全性の確認。 避難世帯及び人員の確認。
給食給水班	各家庭での非常食の備えを呼びかける。 給食、給水訓練の実施。	給食、給水の取りまとめと配分。

総合防災ハザードマップの更なる理解に向けて

記号・凡例の解説

避難場所・避難所



津波避難場所 津波の危険から身を守るために一時的に避難する場所です。



津波避難ビル 高台への避難が遅れた場合に津波から身を守るため、一時的に避難するための施設です。



避難場所 地震・洪水・土砂災害の危険から身を守るために一時的に避難する場所です。

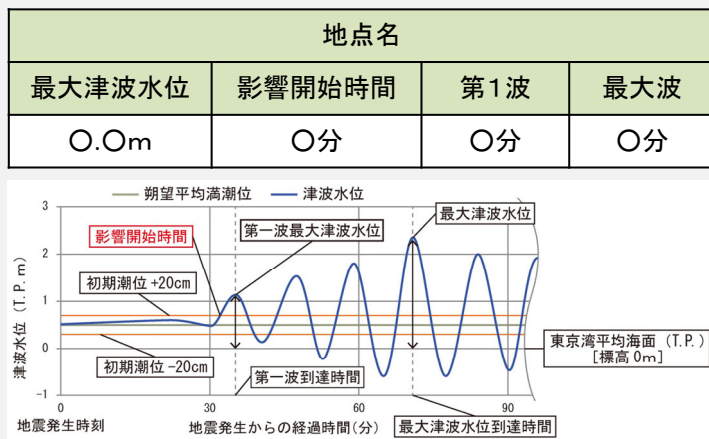


避難所 避難生活がある程度長引くと考えられる場合に、避難者が生活するための施設です。

津波水位・到達時間

最大津波水位	沿岸部（海岸線より海側）の津波水位の最大値で、東京湾平均海水面からの高さです。
影響開始時間	初期潮位に対して±20cm以上の水位変動が生じるまでの時間で、津波注意報の下限值になります。
第一波	地震発生から第一波の最大津波水位到達までの時間です。
最大波	地震発生から最大津波水位となるまでの時間です。

《各地点における想定津波水位と到達時間》



災害の種類と危険区域等の設定条件

災害の種類	図示している内容	条件など
①地震	<ul style="list-style-type: none"> 想定震度 液状化の危険度 	<ul style="list-style-type: none"> 日本海溝、千島海溝沿いの巨大地震、東日本太平洋沖地震のうち、最も影響の大きい日本海溝モデルによるシミュレーション結果を設定
②津波	<ul style="list-style-type: none"> 想定する津波による浸水範囲 東日本大震災時の実績の津波浸水範囲 	<ul style="list-style-type: none"> 日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震、東日本太平洋沖地震、明治三陸地震、昭和三陸地震のシミュレーション結果を重ね合わせた最大値による設定
③洪水	<ul style="list-style-type: none"> 対象とする河川が氾濫したときに想定される浸水範囲と浸水の深さ、家屋倒壊等が想定される範囲 平成28年台風10号のときの実績の浸水範囲 ため池が決壊したときに想定される浸水範囲 	<ul style="list-style-type: none"> 想定最大規模降雨（1,000年に1回程度の大雨）により河川が氾濫した場合に想定される最大の浸水深をシミュレーションにより設定 【対象河川】 閉伊川・津軽石川、長沢川、刈屋川 計画規模降雨（100年に1回程度の大雨）により河川が氾濫した場合に想定される最大の浸水範囲をシミュレーションにより設定 【対象河川】 閉伊川、津軽石川、長沢川、刈屋川
④土砂	<ul style="list-style-type: none"> 土石流、がけ崩れ、地すべりが発生するおそれのある範囲 大規模盛土造成地 雪崩危険箇所 	<ul style="list-style-type: none"> 現地調査、地形図などから設定

※①震度階・液状化危険度、②津波浸水範囲は **A**「**岩手県地震・津波被害想定調査報告書（令和4年9月）**」に基づくデータを使用し、東日本大震災時の実績津波浸水範囲は「**東日本大震災津波詳細地図（日本情報地質学会）**」のデータを使用しています。上記「**岩手県地震・津波被害想定調査報告書（令和4年9月）**」では、各種の想定地震・計算モデルに基づく結果が岩手県のホームページで公開されていますので、確認してみましょう。

A <https://www.pref.iwate.jp/kurashikankyou/anzenanshin/bosai/jishintsunami/1059428.html>

※③洪水の情報は、**岩手県の浸水予想シミュレーション結果**によるものです。詳細は73ページを参照してください。

※④土砂災害の危険が想定される区域は、**岩手県が作成・公表している** **B**「**土砂災害警戒区域等の位置図**」及び **C**「**いわてデジタルマップ**」に基づいて作成しています。

岩手県のホームページで公開されていますので、確認してみましょう。

B <https://www.pref.iwate.jp/kendozukuri/kasensabou/doshasaigai/1044566/index.html>

C https://www.sonicweb-asp.jp/iwate/map#layers=ROADMAP%2Cth_68&theme=th_68



A



B



C

「想定最大規模」と「計画規模」の浸水想定

●「想定最大規模」と「計画規模」の違い

近年、現在の堤防等の施設計画を超える浸水被害が多発していることから、平成27年に水防法が改正され、想定し得る最大規模の洪水に係る区域に拡充して公表することになりました。これが「想定最大規模」の洪水浸水想定区域です。

「想定最大規模」の降雨規模は1,000年に1回程度を想定しています。1,000年毎に1回発生する周期的な降雨ではなく、1年の間に発生する確率が1/1,000(0.1%)以下の降雨です。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。

これに対し、従前から宮古市総合防災ハザードマップで公表している「計画規模」の降雨規模は10～100年に1回程度を想定しています。

●家屋の倒壊・流失のおそれのある区域

岩手県では「想定最大規模」の洪水浸水想定区域と併せ、河岸が削られ土地が流出することが想定される区域である「家屋倒壊等氾濫想定区域（河岸侵食）」と、氾濫時に家屋の倒壊や流出をまねくことが想定される区域である「家屋倒壊等氾濫想定区域（氾濫流）」について公表しています。



※上記は、岩手県のホームページで河川ごとに公開されていますので、確認してみましょう。

<https://www.pref.iwate.jp/kendozukuri/kasensabou/kasen/bousai/1009822/index.html>

安否確認

大規模な災害が発生した場合には、被災地への電話がつながりにくくなります。電話がつながりにくい時は、災害用伝言ダイヤルや災害用伝言板を利用して安否を確認することができます。それぞれ体験利用できる日があります。もしもの時に備え、使い方を覚えておいてください。

 <p>災害用伝言ダイヤル（171） 電話番号 171</p>	 <p>災害用伝言板 （web171）</p> <p>https://www.web171.jp/</p>		
 <p>NTTドコモ 災害用伝言板</p> <p>http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</p>		 <p>a u 災害用伝言板</p> <p>http://dengon.ezweb.ne.jp/</p>	
 <p>ソフトバンク 災害用伝言板</p> <p>http://dengon.softbank.ne.jp/</p>		 <p>ワイモバイル 災害用伝言板</p> <p>http://dengon.softbank.ne.jp/</p>	

語り継ぎ、行動する

「此处より下に家を建てるな」

これは、「大津波記念碑」と標記された右の重茂姉吉地区の石碑に刻まれた文章の一節です。明治三陸地震津波と昭和三陸地震津波で多数の人命が失われた当地区では、残された人々が津波到達地点にこの石碑を建立しました。

こうした先人と同じように私たちは、経験した塗炭の苦しみや、得た教訓を将来世代に語り継ぐとともに、災害に強い街やコミュニティを作り、一人ひとりが防災行動力を身につけるための取り組みを続けることが求められています。



大津波記念碑
（重茂姉吉地区）

宮古市では「避難情報の発令基準及び災害時行動計画」を定めています。
https://www.city.miyako.iwate.jp/kikikanri/hinankankoku_hatureikijhyun_saigaijikoudoukeikaku1.html



これを参考に、わが家のマイ・タイムラインを作りましょう。

マイ・タイムラインを作ろう

目安時間(※)	行政から 発信される情報	災害が 発生するまで	わが家の備え	備えの例
3日前 ↓ ↓ ↓	台風情報	台風が発生		<ul style="list-style-type: none"> ・台風の進路を確認 ・1週間分の薬を受け取りに行く ・買い物に行く ・家のものが風に飛ばされないようにする
2日前 ↓ ↓ ↓	大雨注意報 洪水注意報	風や雨が だんだん強まる		<ul style="list-style-type: none"> ・テレビやインターネットで雨や川の状況を確認 ・非常時出品を準備
1日前 ↓ ↓ ↓	大雨警報 洪水警報			<ul style="list-style-type: none"> ・携帯電話の充電 ・防災マップでわが家の避難場所を再確認 ・川の水位、土砂災害の危険度を調べる ・通行止め情報を確認
半日前 ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓	水防団待機水位到達 氾濫注意水位到達 暴風警報	山から水が増え、がけから水がわきだしたり沢の水が濁ったりする 激しい雨で、川の水がどんどん増えて、河川敷にも水が流れる		<ul style="list-style-type: none"> ・避難しやすい服装に着替える
5時間前 ↓ ↓ ↓ ↓	避難判断水位到達 【警戒レベル3】 高齢者等避難	山が崩れそう 川の水があふれそう		<ul style="list-style-type: none"> ・わが家の避難場所へ移動を始める ・近所へ声をかける
3時間前 ↓ ↓ ↓ ↓	氾濫危険水位到達 土砂災害警戒情報の発表 【警戒レベル4】 避難指示			<ul style="list-style-type: none"> ・危険な場所から全員避難
災害発生	【警戒レベル5】 緊急安全確保	川が氾濫 山が崩れる		<ul style="list-style-type: none"> ・直ちに安全確保

風雨が強くなる前に行くべき事項を済ませておく時期

水位などの状況を把握しつつ避難に要する時期に応じて避難行動を開始する時期

身の安全を確保すべき時期

※目安時間は、実際の状況によって大きく前後することがあります。

非常用備品



日頃から非常時に備えて、持ち出し袋を用意しておきましょう。非常用備品は3日分を目安に準備しましょう。

また、災害時に家族が集合する場所、連絡先などについて、ご家庭で話し合い、緊急連絡カードなどを作っておきましょう。

夏用・冬用など定期的に入れ換えるなど、季節ごとに点検しましょう。

非常食・水

- 非常食
- 飲料水



道具類

- 携帯ラジオ
- 携帯電話
- 懐中電灯（乾電池）
・ヘッドランプ
- ローソク・ライター・マッチ
- ティッシュ
- ナイフ・缶きり
- ロープ
- 軍手
- ビニール袋
- トイレットペーパー
- 携帯カイロ



衣類

- 下着
- タオル
- 毛布
- 手ぶくろ
- 防寒着



貴重品

- 免許証、保険証などの身分証明書
- 現金（小銭）
- 預金通帳
- 緊急連絡先
- マイナンバーカード



安全具・救急医薬品

- 防災ずきん
- 生理用品
- 常備薬
- お薬手帳



- 救急医薬品（救急箱等にまとめましょう）

- 消毒薬
- 胃腸薬
- 包帯
- きず薬
- 目薬
- ガーゼ
- 湿布薬
- マスク
- 絆創膏

など



災害時の主な連絡先

市役所・総合事務所・出張所

【市外局番 0193】

宮古市役所	62-2111
田老総合事務所	87-2111
新里総合事務所	72-2111
川井総合事務所	76-2111
崎山出張所	62-6036
津軽石出張所	67-2111
重茂出張所	68-2111
花輪出張所	69-2111
小国出張所	78-2111
門馬出張所	77-2111
川内出張所	75-2111

警察・消防・救急・病院・ライフライン

【市外局番 0193】

宮古警察署	64-0110	県立宮古病院	62-4011
宮古消防署	62-5533	三陸病院	62-7021
(田老分署)	87-2545)	宮古第一病院	62-3737
(新里分署)	72-2011)	宮古山口病院	62-3945
(川井分署)	76-2110)	宮古市上下水道部	63-1115
		NTT東日本（故障受付窓口）	113
		東北電力（停電・緊急時の問合せ）	0120-175-366

