

宮古市地区防災計画

【田老】

（標準版）

Ver.1.0



令和3年3月

宮 古 市

〔目 次〕

1. はじめに	1
(1) 背景と目的.....	1
(2) 対象とする災害・範囲.....	1
2. 計画の対象地区	2
3. 基本的な考え方	3
(1) 基本方針.....	3
(2) 活動目標.....	3
4. 地区の特性	4
(1) 自然特性.....	4
(2) 社会特性.....	7
(3) 過去の災害履歴.....	10
5. 防災ハザードマップ（洪水・土砂）	11
(1) 想定される災害の種類と設定条件.....	11
(2) 地区別防災ハザードマップ.....	12
6. 地区の防災活動	13
(1) 活動体制.....	13
(2) 活動概要.....	13
(3) 避難情報と発令基準.....	14
(4) 避難情報等の入手方法.....	16
(5) 避難行動.....	18
● 新型コロナウイルス感染症対策.....	19
7. 計画の実践と検証	20
(1) 計画の実践.....	20
(2) 防災意識の普及啓発.....	20
(3) 検証等を踏まえた計画の見直し.....	20

1. はじめに

(1) 背景と目的

東日本大震災では、地震・津波により多くの行政機能が麻痺してしまい、住民自身による自助や、特に地域コミュニティにおける共助の重要性が強く認識されました。このような東日本大震災での経験を踏まえ、災害対策基本法（平成 26 年 4 月 1 日施行）において、地区防災計画制度が制定されました。

本地区防災計画は、この地区防災計画制度に基づいて、一定の地区の居住者等が行う自発的な防災活動について定めた計画となります。

今後、想定される災害が発生した場合においても、自分たちの地域の人命・財産を守るために、共助の取り組みを中心として、防災対策を事前に準備するための計画を策定することを目的とします。

計画名	対象	策定者
防災基本計画	国	中央防災会議
地域防災計画	都道府県・市町村	防災会議
地区防災計画	市町村の一定地区	居住者・事業者及び市

(2) 対象とする災害・範囲

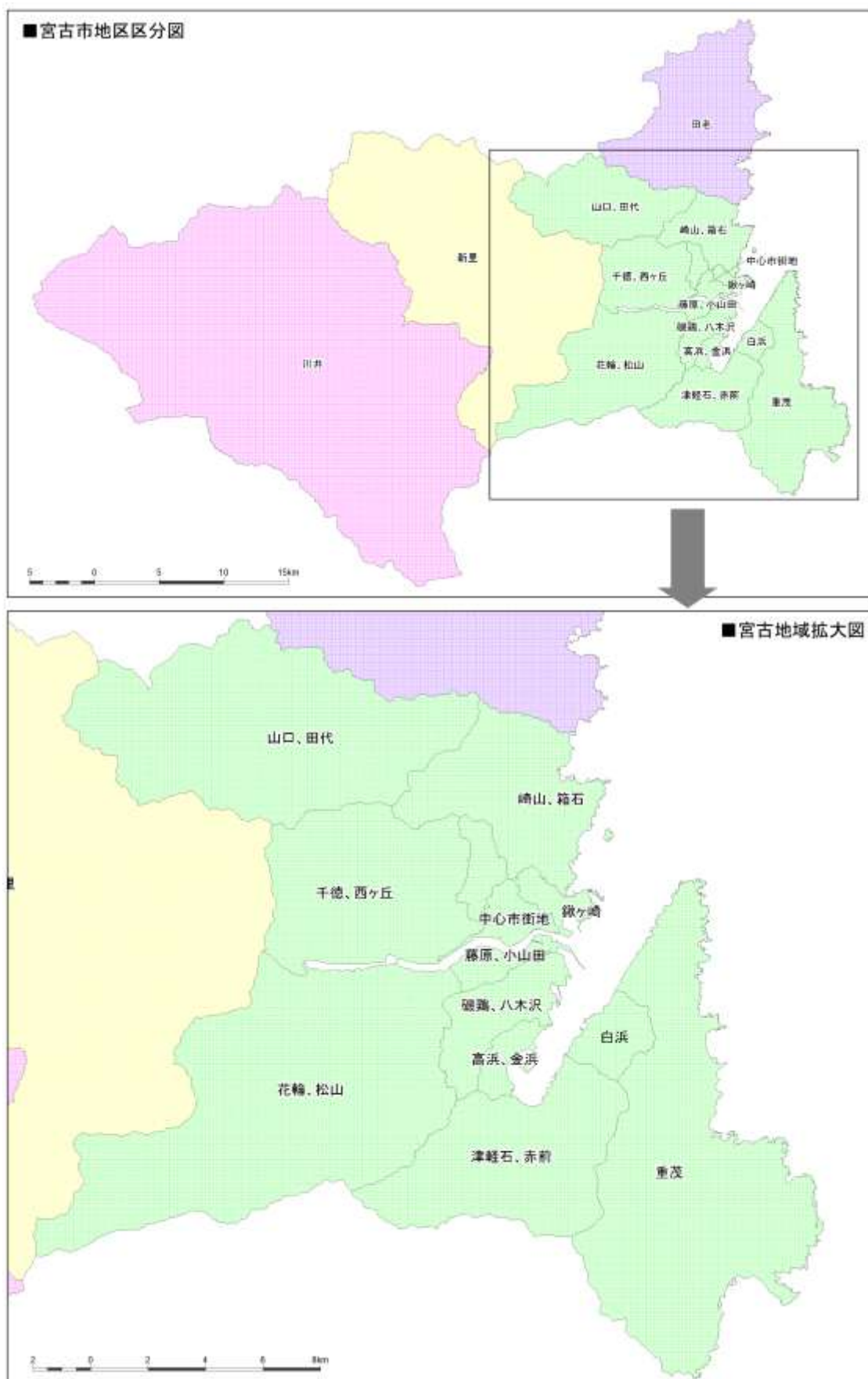
本計画では、近年多発する洪水・土砂災害を対象として、住民の安全な避難を中心とした内容について定めます。

対象災害	対象範囲
洪水	岩手県あるいは宮古市の計画規模降雨(※)による浸水予測シミュレーションに基づく浸水想定区域
土砂災害	岩手県により指定された土砂災害による危険区域

※計画規模降雨：100 年に 1 回程度の大雨を想定。ただし、摂待川のみ、昭和 23 年のアイオン台風と同程度の大雨を想定。

2. 計画の対象地区

平時からの地域コミュニティの活動範囲を踏まえて、宮古市を 15 地区に分割した、各地区を対象とします。



3. 基本的な考え方

(1) 基本方針

本地区防災計画は、これまでも取り組んできている地域の防災活動について、宮古市の標準的な内容を共有するとともに、地区の特性や実情を踏まえて、地区ごとの一層の地域防災力向上につながる取り組みを検討し、定めるものとします。

特に、洪水・土砂災害からの避難については、地域の既往リスクや取り組みを有効に活用し、想定される災害に対し、地域で実効性の高い、迅速かつ円滑な避難を可能とするものを目指します。

(2) 活動目標

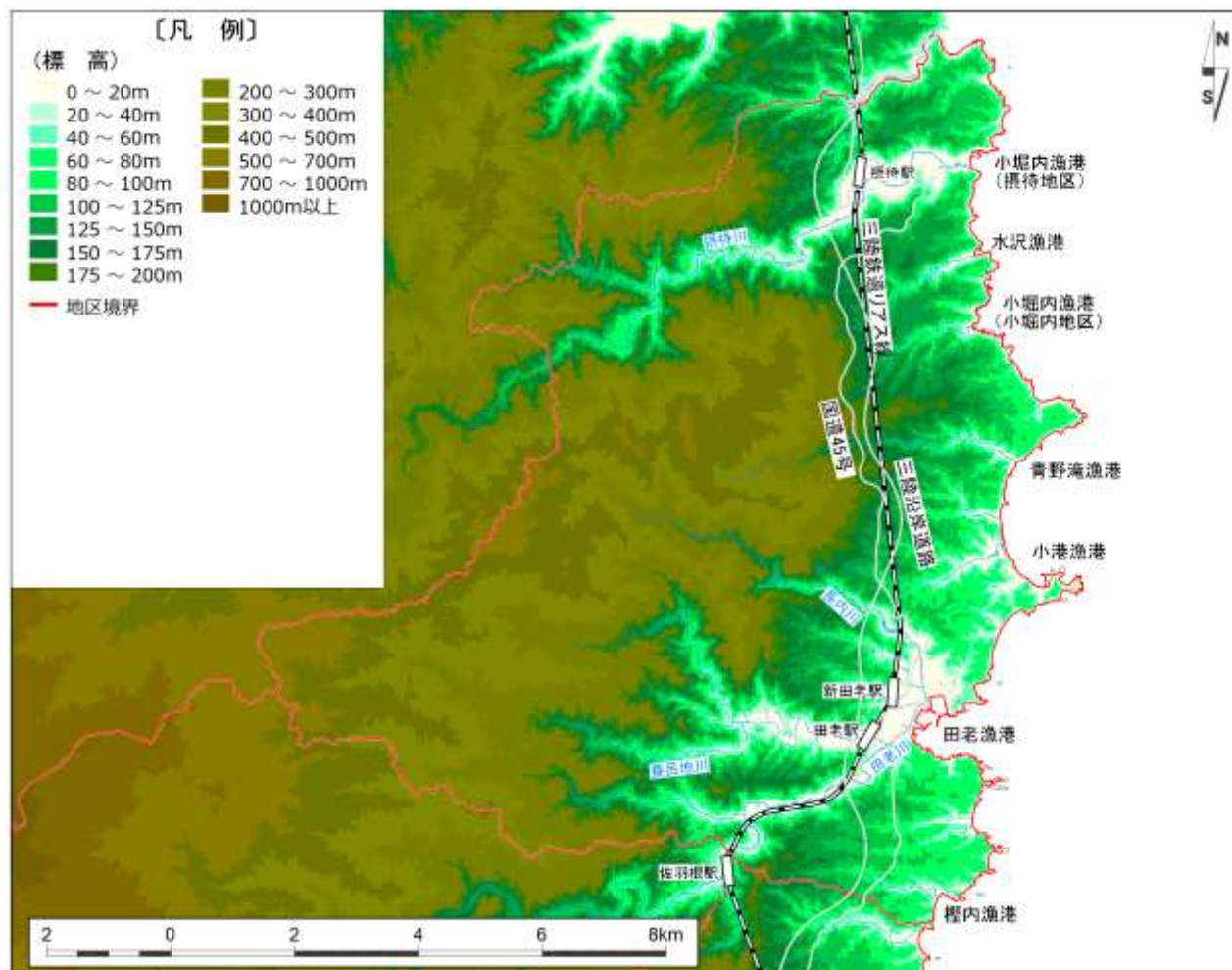
- ・ 平時より、ハザードマップなどを活用し、地域の災害リスクや避難方法など、情報の共有と意識啓発に心がけ、防災意識・災害対応力の向上を図ります。
 - ・ 避難所や避難ルートなどの適正を検証し、災害時の安全な避難行動につなげます。
 - ・ 自主防災組織の会長など地域の防災リーダーとなる防災士（※）や、自主防災本部などの役割分担を明確にし、円滑な防災活動のための連携体制を構築します。
- （※ここでは、市が主催する防災士養成研修講座を受講し、市の支援により取得した防災士を指す。）
- ・ 要配慮者の逃げ遅れなどを回避するため、地域で連携した避難体制を構築します。

4. 地区の特性

(1) 自然特性

① 地勢

田老地区は、豪壮、繊細な海岸線が続く陸中海岸国立公園内にあり、三王岩をはじめ真崎海岸、ウミネコ繁殖地の佐賀部、田老港など優れた景勝地となっています。三陸沿岸道路、国道45号、三陸鉄道リアス線が地区の中央部を南北方向に通過しています。田老駅と摂待駅周辺に僅かな平坦地が見られます。集落は急峻な地形にあり、急激な降雨の際には道路の決壊などが懸念され、孤立も考えられます。

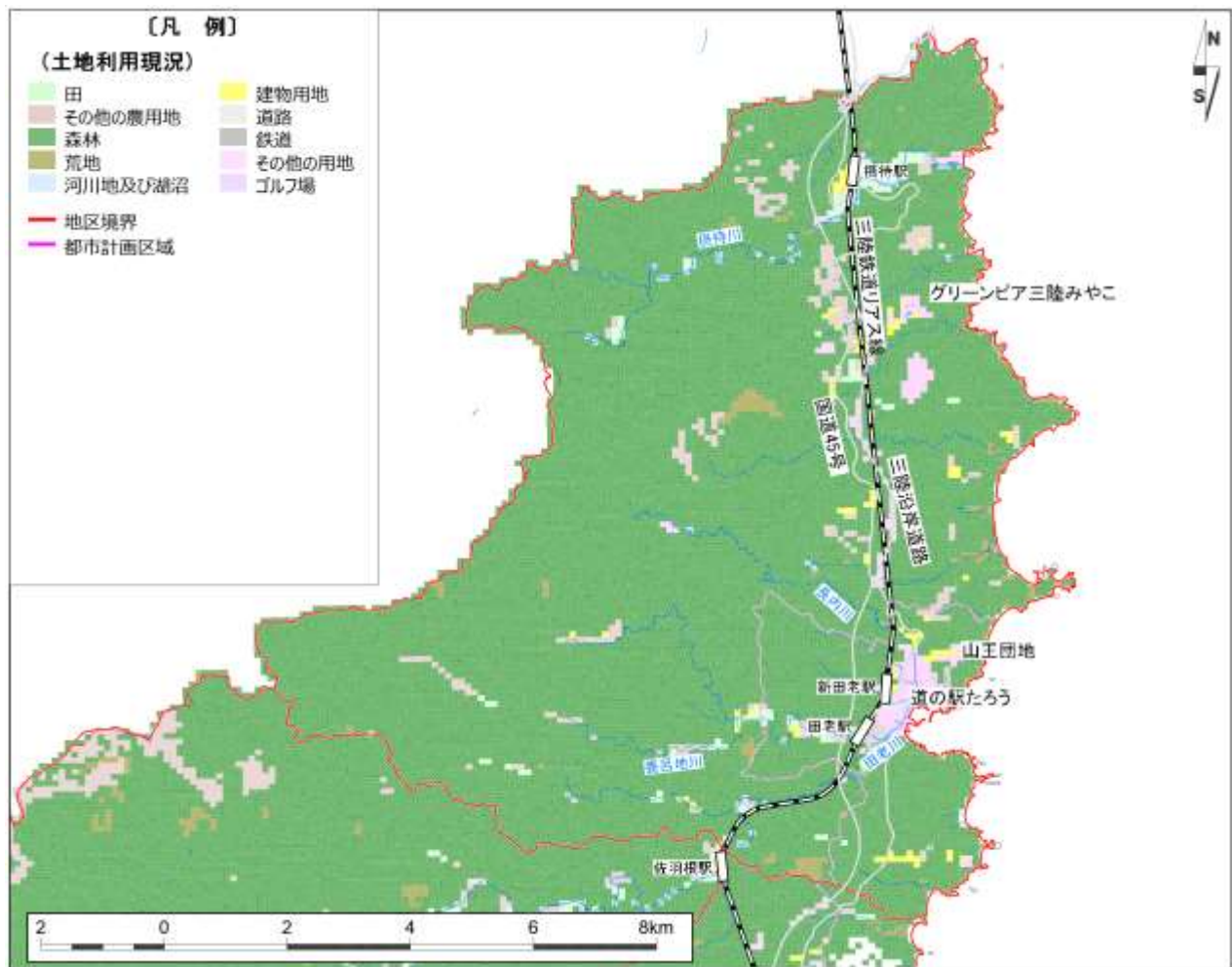


資料：「基盤地図情報」（国土地理院）

図 位置図

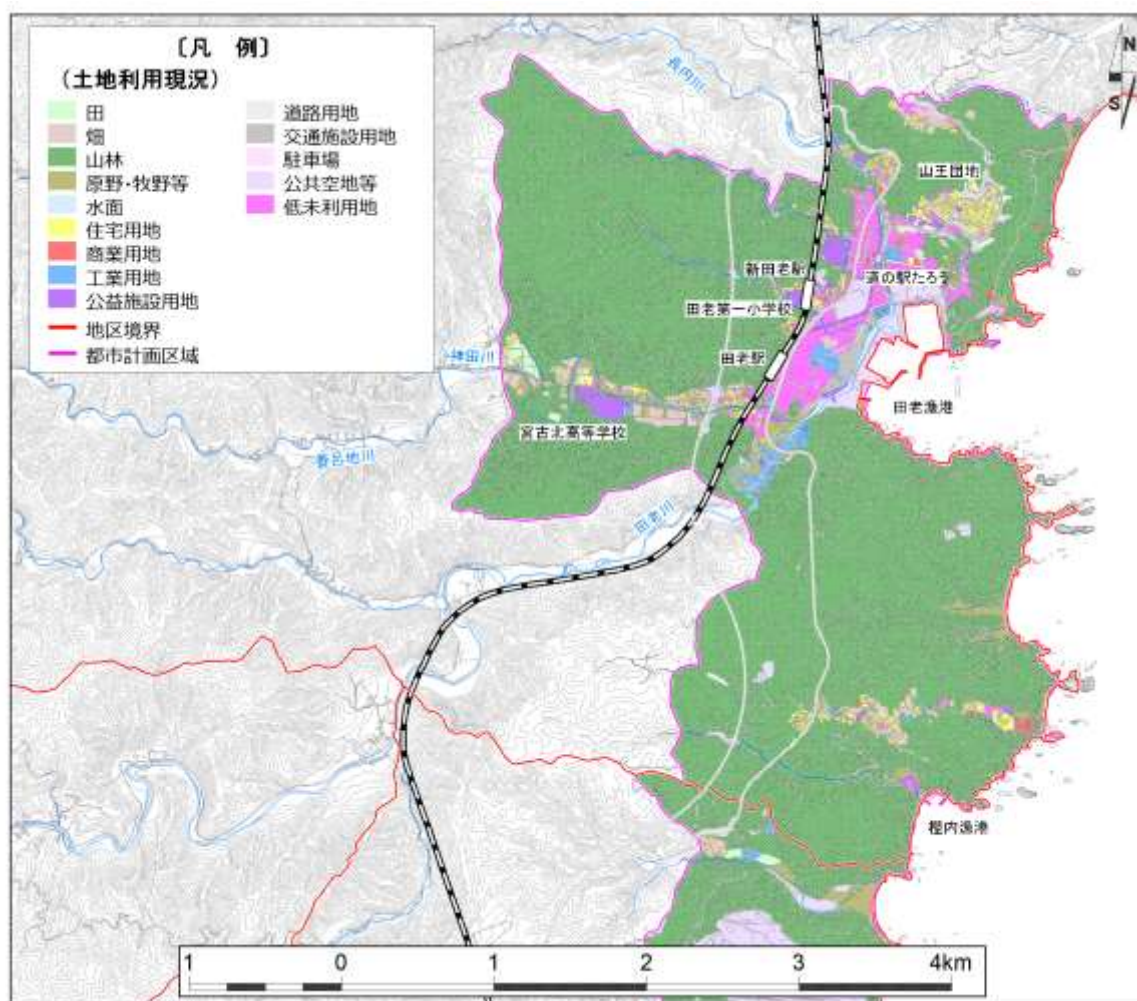
② 土地利用状況

地区全体の12%が都市計画区域に含まれており、都市計画区域外は国道45号沿道を除き大部分が森林となっています。地区内には、グリーンピア三陸みやこや道の駅たろう等の観光施設が立地しています。



資料：「国土数値情報 土地利用細分メッシュ」（国土交通省）
図 土地利用現況図

都市計画区域内を見ると、防災集団移転促進事業で高台移転するために整備された三王団地で住宅用地の集積が見られますが、国道45号沿道では低未利用地が多く見られます。



資料：「H28 都市計画基礎調査」（宮古市）

図 土地利用現況図（都市計画区域）

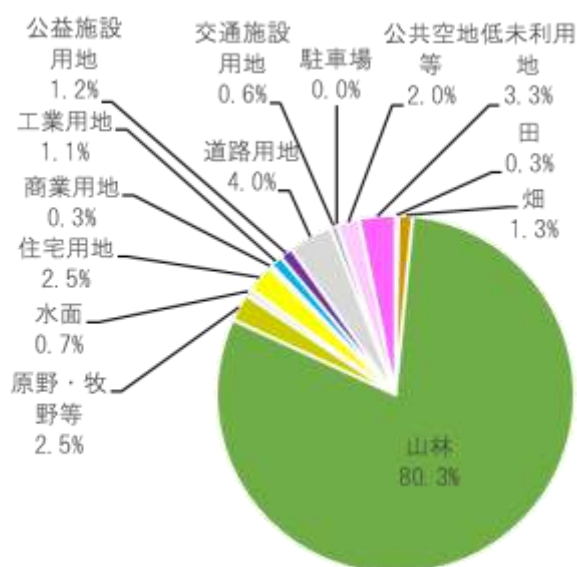


図 土地利用構成比（都市計画区域）

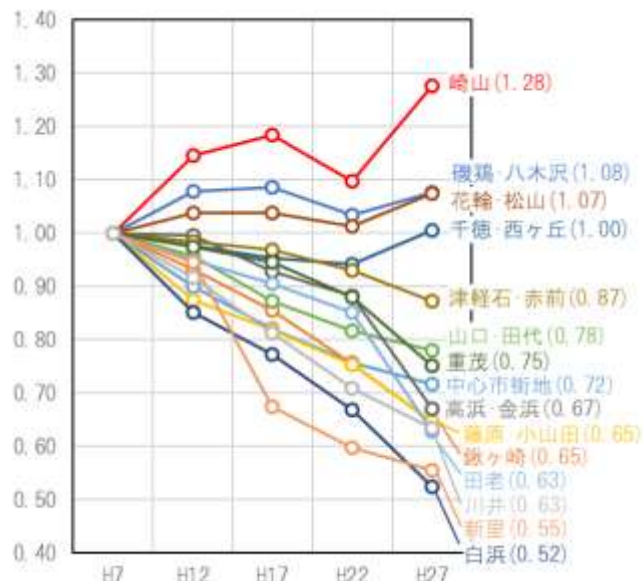
(2) 社会特性

① 人口

平成7年から平成27年までの地区別人口は徐々に減少しており、平成22年から27年にかけて減少率が高くなり、平成27年度では3,172人となっています。



図 地区別人口の推移 (H7～H27)



資料：「H7～H27 国勢調査」（総務省統計局）

図 H7 を 1.00 とした場合の推移 (H7～H27)

宮古市全体の年齢別構成比と比較すると、男女ともに50歳以上の人口比率が低く、50歳未満の比率が低くなっています。地区の高齢化率（65歳以上人口割合）は37.0%であり、宮古市全体の高齢化率34.0%より高くなっています。

表 男女別年齢別人口構成比 (H27)

	男性				女性			
	田老		宮古市		田老		宮古市	
	人数(人)	構成比	人数(人)	構成比	人数(人)	構成比	人数(人)	構成比
0～4歳	45	2.7%	948	3.4%	30	2.0%	849	2.9%
5～9歳	34	2.1%	999	3.6%	49	3.2%	980	3.4%
10～14歳	74	4.5%	1,166	4.2%	58	3.8%	1,118	3.9%
15～19歳	74	4.5%	1,261	4.5%	47	3.1%	1,113	3.9%
20～24歳	45	2.7%	887	3.2%	28	1.8%	779	2.7%
25～29歳	54	3.3%	1,168	4.2%	32	2.1%	1,000	3.5%
30～34歳	59	3.6%	1,327	4.8%	54	3.5%	1,257	4.4%
35～39歳	90	5.5%	1,581	5.7%	60	3.9%	1,438	5.0%
40～44歳	92	5.6%	1,937	7.0%	64	4.2%	1,634	5.7%
45～49歳	121	7.4%	1,946	7.0%	72	4.7%	1,631	5.7%
50～54歳	143	8.7%	2,053	7.4%	100	6.5%	1,662	5.8%
55～59歳	142	8.7%	2,075	7.4%	105	6.8%	1,879	6.5%
60～64歳	180	11.0%	2,300	8.3%	144	9.4%	2,290	7.9%
65～69歳	162	9.9%	2,462	8.8%	133	8.7%	2,462	8.5%
70～74歳	87	5.3%	1,800	6.5%	125	8.2%	2,273	7.9%
75～79歳	93	5.7%	1,607	5.8%	135	8.8%	2,204	7.7%
80～84歳	85	5.2%	1,254	4.5%	125	8.2%	1,945	6.8%
85～89歳	39	2.4%	668	2.4%	106	6.9%	1,381	4.8%
90～94歳	14	0.9%	220	0.8%	51	3.3%	644	2.2%
95～99歳	3	0.2%	34	0.1%	13	0.8%	179	0.6%
100歳以上	0	0.0%	7	0.0%	2	0.1%	27	0.1%
年齢不詳	3	0.2%	168	0.6%	0	0.0%	63	0.2%
計	1,639	100.0%	27,868	100.0%	1,533	100.0%	28,808	100.0%

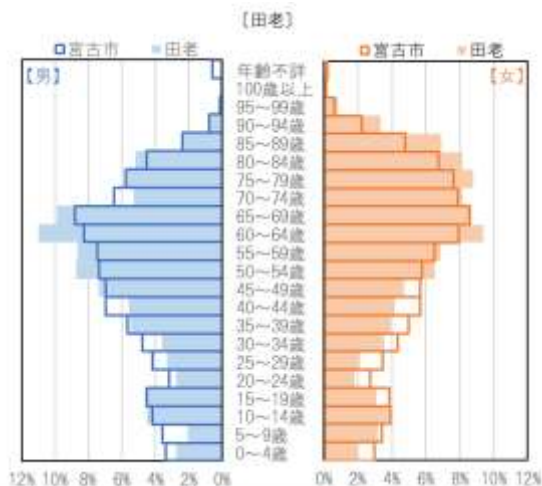
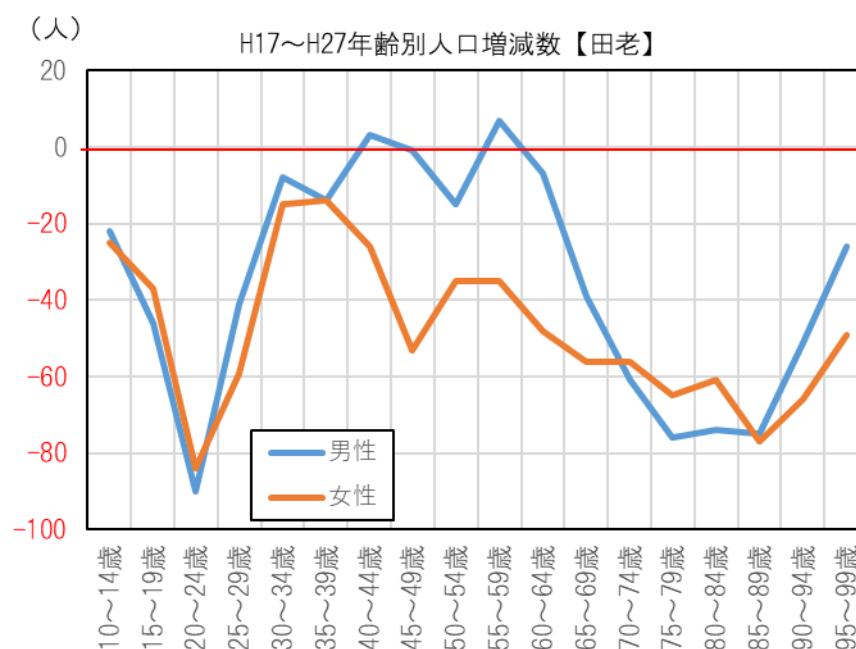


図 人口ピラミッド (H27)

資料：「H27 国勢調査」（総務省統計局）

平成17年から平成27年までの年齢別人口の増減をみると、大部分の年齢層で人口減少がみられ、男性よりも女性の減少数が多くなっています。



資料：「H17・H27 国勢調査」（総務省統計局）

図 男女別年齢別人口の増減（H17～H27）

② 地域コミュニティ

田老地区の行政区は次のとおりです。

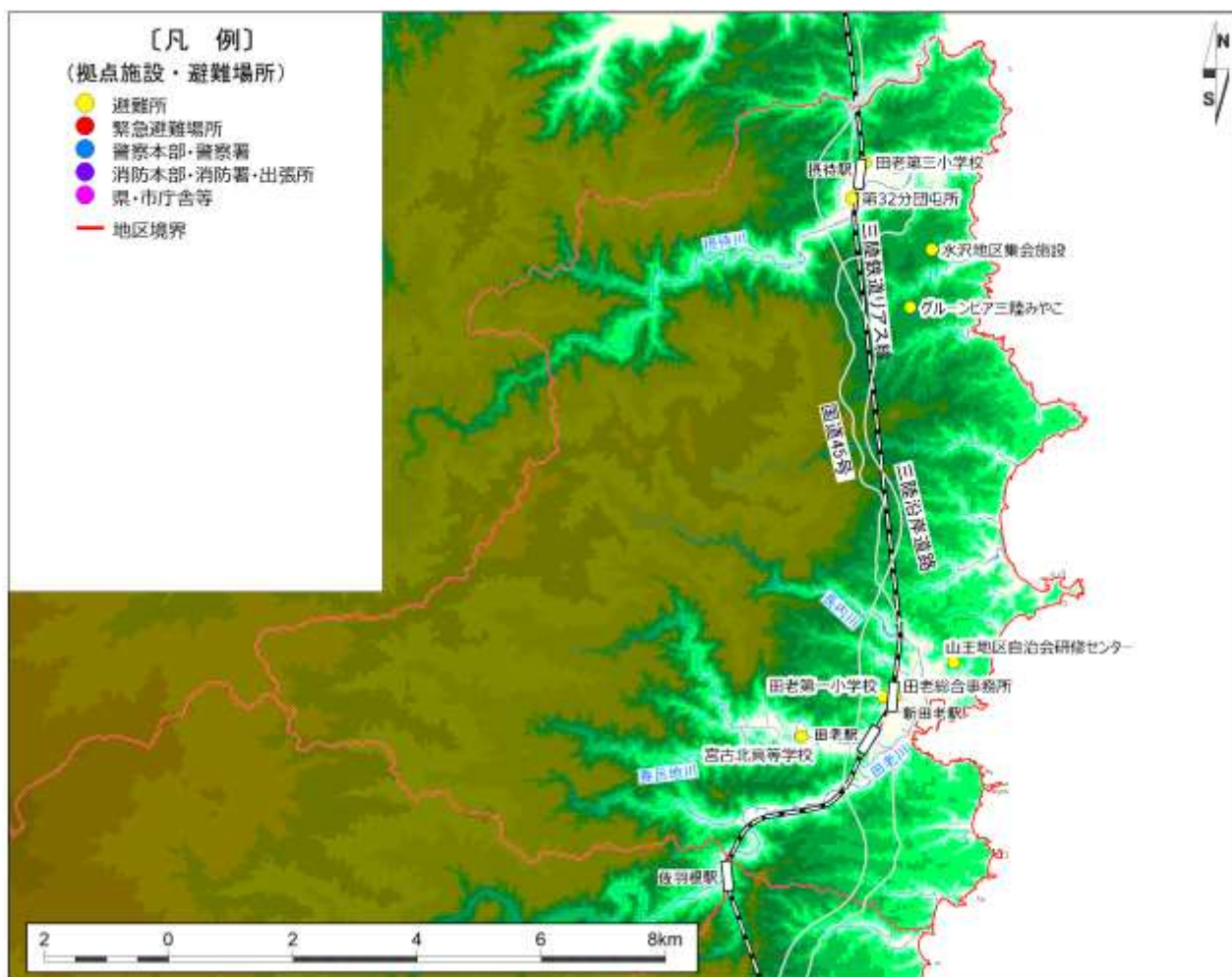
行政区の名称
末前、青倉、養呂地、神田、小田代、樫内、大平1、大平2、小林、堺町、田中、田の沢、上町(田)、中町、下町(田)、川向1、川向2、上荒谷、中荒谷、下荒谷1、下荒谷2、乙部1、乙部2、和野、新田平、新田、重津部、青野滝、小堀内、水沢、摂待、摂待和野、畑、田老一丁目、田老二丁目、田老三丁目、田老四丁目、田老三王一丁目、田老三王二丁目、田老三王三丁目

田老地区のコミュニティ組織は次のとおりです。

コミュニティ組織の名称
末前地区自治会、青倉地区自治会、養呂地自治会、神田自治会、小田代地区自治会、樫内地区自治会、大平地区自治会、小林地区自治会、田の沢地区自治会、館が森自治会、下荒谷自治会、和野地区自治会、新田平自治会、新田自治会、重津部自治会、青野滝自治会、小堀内自治会、水沢地区自治会、摂待自治会、摂待和野自治会、畑地区自治会、田老三王1自治会、田老三王2自治会

③ 防災拠点・避難場所

田老地区には、洪水・土砂災害時の避難場所が4箇所指定されています。



資料：「H28 都市計画基礎調査」（宮古市）

図 拠点施設・避難場所位置図

表 指定避難所

No.	名 称	洪水・土砂	津波・高潮
1	グリーンピア三陸みやこ	○	○
2	水沢地区集会施設		○
3	第 32 分団屯所		○
4	田老第一小学校		○
5	田老第三小学校		○
6	田老総合事務所	○	
7	宮古北高等学校	○	○
8	三王地区自治会研修センター	○	○

資料：「令和元年度 宮古市地域防災計画」（宮古市）

(3) 過去の災害履歴

発生年月日	災害の種類	主な被害
明治29. 6. 15	津波	(明治三陸地震津波) 死者・行方不明者1, 859名、被害戸数336戸、1家全滅130戸、被災生存者36名、漁船流失540隻(波高15m)
昭和8. 3. 3	津波	(昭和三陸地震津波) 死者548名、行方不明者363名、負傷者122名、流失家屋418戸、浸水家屋8戸、漁船流失909隻(波高10m)
昭和22. 6. 14～16	台風	(カスリーン台風) 家屋流失10戸、倒壊4戸、浸水239戸、堤防決壊2箇所、道路損壊8箇所、橋梁流失3箇所、耕地・田畑17箇所、定置網・漁船その他9千万円損害
昭和23. 9. 16	台風	(アイオン台風) 降雨量328. 5ミリ、土砂崩壊災害死者14名、全壊3戸、半壊3戸、堤防決壊9箇所、道路損壊130箇所、耕地120ha流出 被害総額約350万円
昭和34. 10. 10	豪雨	認定雨量581. 2ミリ、負傷者1名、被災者数2, 727名、住宅被害半壊4戸、床上浸水187戸、床下浸水349名、非住被害15戸、道路決壊22箇所8, 812m、橋梁流失10箇所165m、漁船流失9隻、漁船大破3隻、海産物被害3, 916kg(508, 300円) 被害総額1億円
昭和35. 5. 24	津波	(チリ地震津波) 波高3. 5m、漁船流失20隻
昭和36. 5. 29	フェーン災害	(三陸フェーン大火) 死亡1名、重傷1名、住宅全焼519戸、640世帯、被災者2, 449名、山林被害5, 860ha、大家畜被害45頭、小家畜被害122羽、漁船被害78隻、被害見積額21億1, 845万円
昭和43. 5. 16	津波	(十勝沖地震津波) 最大波2. 25m、大型船1隻沈没、トバタ船数隻流失 被害総額1億1, 845万円
平成23. 3. 11	津波	(東日本大震災) 最大波8. 5m以上、最大遡上高40. 5m、死者・行方不明者517名、負傷者33名、住家等全壊5, 968棟、大規模半壊3, 120棟、被災世帯4582世帯11, 979名、被害想定総額約2, 457億円
平成28. 8. 30	豪雨	(台風10号) 1日雨量126mm、1時間雨量77. 5mm、行方不明者1名、住家等全壊91棟、床上浸水84棟、床下浸水42棟、被害推定総額約227億円
令和1. 10. 12	豪雨	(令和元年東日本台風) 24時間最大雨量393. 5mm(観測史上最大)、1時間雨量84. 5mm(観測史上最大)、死者1名、住家等全壊71棟、大規模半壊74棟、床上浸水1, 173棟、床下浸水700棟他、合計2, 067棟、被害推計総額約94億円(R2. 1. 30現在)

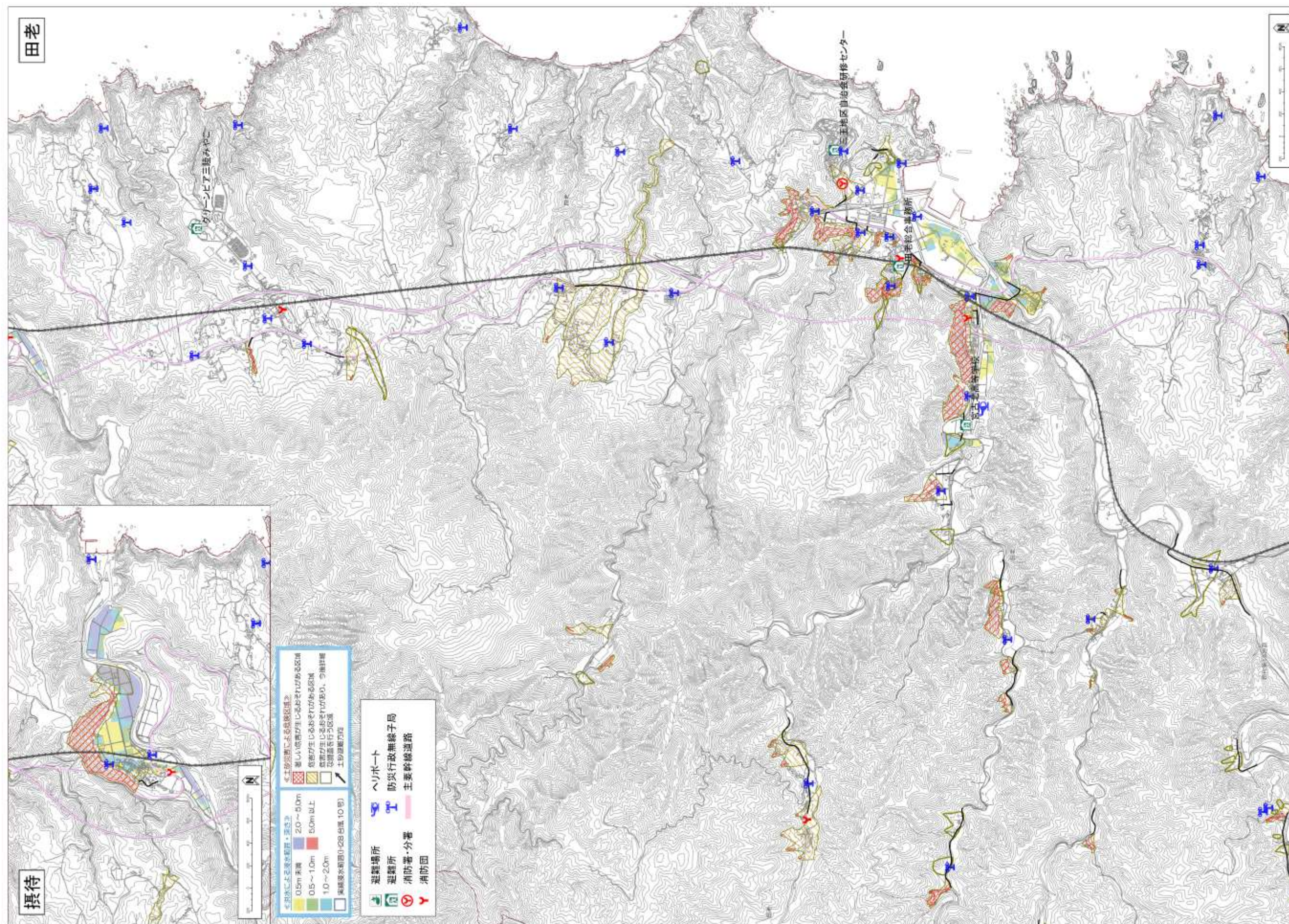
※顕著な被害のみを示した。

5. 防災ハザードマップ（洪水・土砂）

（1）想定される災害の種類と設定条件

災害の種類	設定条件など
洪水	・対象河川は、閉伊川、八木沢川、津軽石川、田代川、摂待川、神田川、長内川としています。 ・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深をシミュレーションにより設定しています。 ・摂待川のみ、昭和23年のアイオン台風と同規模の大雨を想定しています。 ※ 洪水浸水範囲や深さの値は、閉伊川、八木沢川、津軽石川については、岩手県による浸水予想シミュレーションの値を使用し、その他の河川については、岩手県の河川計画資料を参考に、宮古市独自にシミュレーションを行った結果を使用しています。
土砂	・現地調査、地形図などから設定しています。 ※ 土砂災害の危険度が想定される区域は、岩手県が作成した「土砂災害警戒区域等指定図」、「土砂災害基礎調査結果公表図」、「土砂災害危険箇所図」に基づいて作成しています。

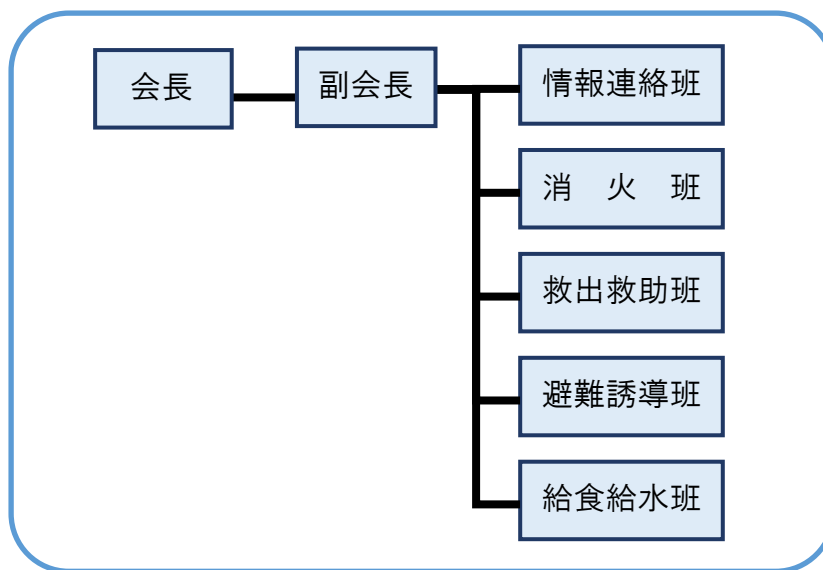
(2) 地区別防災ハザードマップ



6. 地区の防災活動

(1) 活動体制

地区の防災活動体制の基本的な組織構成例を以下に示します。



(2) 活動概要

【平時】

地区の災害時の活動に備えることも視野に、平時から取り組むべき活動について以下に示します。なお、自主防災組織の活動を支援するための補助金制度（宮古市自主防災組織育成強化支援事業補助金）も創設していますので、有効に活用しましょう。

- ① 組織のリーダー（会長、班長等）を決める。
- ② 活動計画・活動目標を定める。
- ③ 組織体制を定め、必要に応じた適切な見直しを行い、運営する。
- ④ 地域の防災資機材の台帳作成・管理と点検・整備を行う。
- ⑤ 地域の危険箇所や防災施設を把握し、定期的に点検・安全確認を行う。
- ⑥ 地域の防災マップ等を作成し、配布・回覧等をする。
- ⑦ 要配慮者の居住場所を把握し、日常的な声掛け・見守りを行う。
- ⑧ 要配慮者ごとの支援者を定める。
- ⑨ 講演会・勉強会などによる防災知識・意識の啓発活動を実施する。
- ⑩ 防災訓練の実施や、市主催・他地域との合同訓練への参加の呼びかけを行う。

【災害時】

本計画の対象とする大雨等による洪水・土砂災害時の活動について以下に示します。

- ① 自身・家族の安全確保及び情報収集
- ② 避難の呼びかけ・率先避難
- ③ 避難所等への避難行動・避難行動要支援者の支援を含む避難誘導
- ④ 避難所の安全確認
- ⑤ 避難者の収容支援
- ⑥ 避難所の立ち上げ

(3) 避難情報と発令基準

宮古市が発令する避難情報は、以下の3種類（※）があります。その発令基準は、河川の水位や流域雨量指数に基づき、総合的に判断します。例として、水位による発令基準を次に示します。

（※令和3年5～6月頃より、「高齢者等避難」と「避難指示」の2種類に変更となる予定です。）

【避難情報】

緊急の度合い ↓ 高	避難情報	とるべき行動
	避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間がかかる人：避難開始 避難に手助けや時間を要するお年寄り・障がいのある方・乳幼児等とその支援者は、避難を開始してください。 その他の人：避難準備開始 その他の人は、避難準備を開始してください。
	避難勧告	その他の人は、速やかに避難を開始してください。
	避難指示（緊急）	被害が発生する危険性が非常に高いので緊急に避難してください。

（「宮古市総合防災ハザードマップ」より抜粋）

【水位による避難情報の発令基準】

河川	地点	避難準備・ 高齢者等避難開始	避難勧告	避難指示（緊急）
閉伊川	千徳	3.7m	3.9m	6.13m
	茂市	3.25m	3.64m	5.07m
	川井	2.4m	2.9m	4.17m
津軽石川	新町	2.7m	3.0m	4.20m

（※実際は、流域雨量指数と組み合わせて総合的に判断し、発令する。詳細については、「地域防災計画資料編」より抜粋した付属資料参照。）

気象庁による警戒レベル（※）と避難情報、防災気象情報の関係を次ページに示します。ここで、気象庁等の発表する防災気象情報（大雨警報、土砂災害警戒情報など）は、市町村が避難情報を発表するための参考情報であり、警戒レベル相当の情報として発表されるものです。住民の避難は、あくまでも市が発令する避難情報に基づいて行うものであることに注意が必要です。

（※警戒レベル：令和元年6月より、住民が災害発生の危険度を直感的に理解し、的確に避難行動ができるように、5段階の「警戒レベル」が設けられました。警戒レベルは、基本的に避難情報とセットで市より発令されます。）

【避難情報と防災情報等の関係】

警戒 レベル	住民がとるべき行動	市町村の情報	警報等	警戒レベルに相当する 気象庁等の情報※3	指定河川 洪水等情報
5	災害がすでに発生しており、命を守るための最善の行動をとる	災害発生情報 ※可能な範囲で発令	大雨 特別警報	危険度分布	氾濫発生情報
4	- 危険度分布の「極めて危険」（濃い紫）出現時には、道路冠水や土砂崩れにより、すでに避難が困難となっているおそれがあり、この状況になる前に避難を完了しておく 速やかに避難 - 危険な区域※1の外の少しでも安全な場所に速やかに避難	避難指示(緊急) ※緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令 避難勧告	土砂災害 警戒情報	極めて危険 非常に危険	氾濫危険情報
3	高齢者等は速やかに避難 土砂災害警戒区域等や急激な水位上昇のおそれがある河川沿いにお住まいの方は、避難準備が整い次第、避難開始	避難準備・高齢者等避難開始	大雨警報 洪水警報	警戒 (警報級)	氾濫警戒情報
2	ハザードマップ等で避難行動を確認 危険な区域※1や避難場所等を再確認		大雨注意報※2 洪水注意報	注意 (注意報級)	氾濫注意情報
1	災害への心構えを高める		早期 注意情報 (警報級の可能性)		

※1 災害が想定されている区域（土砂災害警戒区域や浸水想定区域）等を日頃から確認し、避難の判断の際に活用ください。

※2 夜間～翌日早朝に大雨警報(土砂災害)に切り替える可能性が高い注意報は、避難準備・高齢者等避難開始（警戒レベル3）に相当します。

※3 気象庁等の特別警報・警報・注意報は概ね市町村ごとに、危険度分布は概ね1km四方の領域ごとに、指定河川洪水予報（氾濫発生情報、氾濫危険情報、氾濫警戒情報、氾濫注意情報）は河川ごとに発表されます。

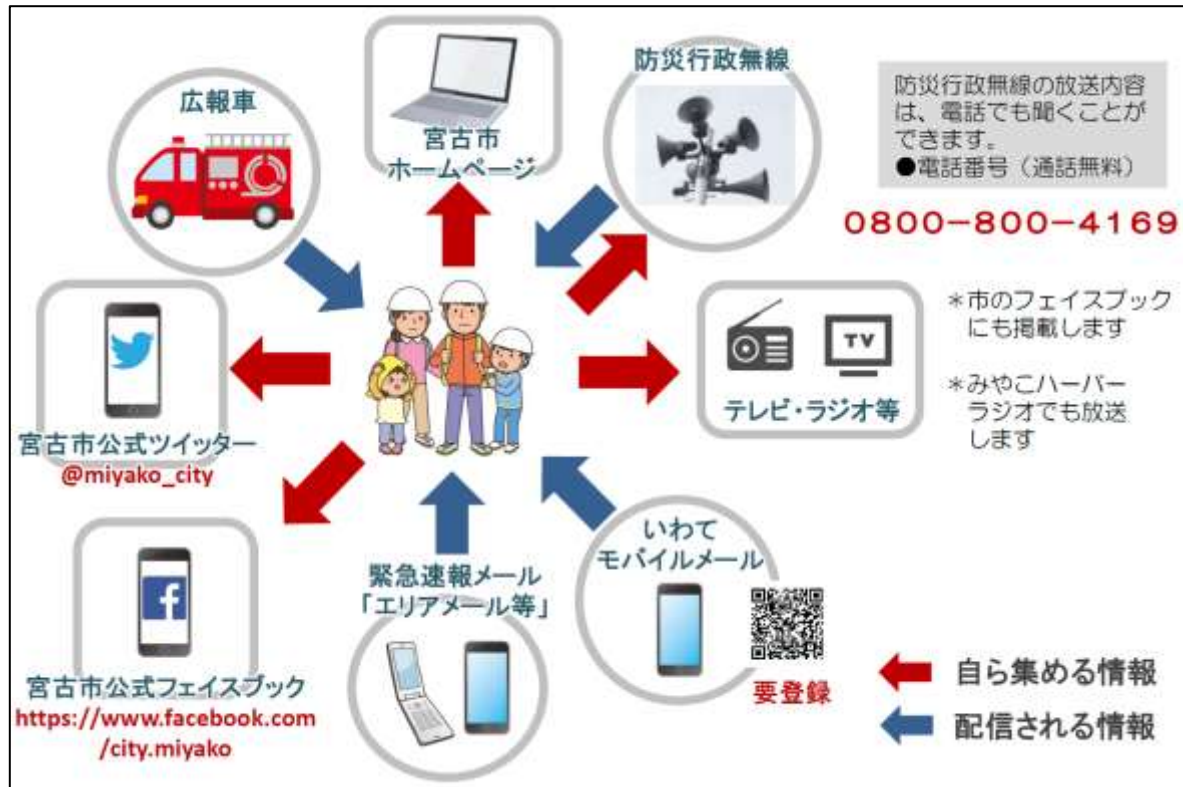

 * 防災気象情報と警戒レベルの対応の詳細については、ホームページをご覧ください。
<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/bosal/alertlevel.html>


気象庁
 Japan Meteorological Agency
 〒100-8122
 東京都千代田区大手町1丁目3番4号
 電話 (03)3212-8341（代表）
 FAX (03)6689-2917（耳が不自由な方向け）
 ホームページ <https://www.jma.go.jp/>
 令和2年6月

(4) 避難情報等の入手方法

洪水・土砂災害に関する気象庁・岩手県等からの防災情報や、市が発令する避難判断のための避難情報（避難準備・高齢者等避難開始、避難勧告、避難指示（緊急））を的確に入手することが重要になります。これらの情報は以下に示すようにいろいろな入手先がありますので、日頃より、どのようなものがあるか確認をしておくようにしましょう。

【防災情報・避難情報の入手先】



【洪水・土砂災害情報の入手先】

- 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）**
 ➡ **警報・注意報のページ**
 ➡ **リアルタイム情報**
 各種警報・注意報を閲覧できる他、リアルタイムの気象・河川・土砂災害・道路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/>)

（「宮古市総合防災ハザードマップ」より抜粋）

【データ放送からの防災情報の入手方法】

地デジのデータ放送からは、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】

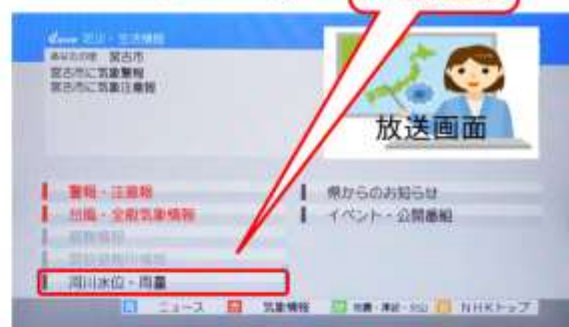
- ①TVのチャンネルをNHKにあわせ、TVのリモコンの「dボタン」を押します。
- ②NHKデータ放送TOPメニューの「防災・生活情報」を選択します。
- ③「河川水位・雨量」を選択します。



「防災・生活情報」を選ぶ



「河川水位・雨量」を選ぶ



《水位情報》

- 「氾濫注意水位」以上の場合、観測所名が黄色になる。
- 水位観測所は、リモコンの「左・右」ボタンで切替可能。選択した観測所は、背景が橙色に変化



《画面範囲》

- 表示する河川名等を表示
- 他の地域を見る場合は、リモコンの「上・下」ボタンでページを切り替え



《水位レベル表示の凡例》

- 氾濫危険水位（「避難勧告」等の発令判断の目安）
- 避難判断水位（「避難準備・高齢者等避難開始」発表の目安）
- 氾濫注意水位（水防団出動の目安）
- 水防団待機水位（水防機関が水防体制に入る水位）

母川名	観測所名	氾濫危険水位	避難判断水位	氾濫注意水位	水防団待機水位
阿伊川	千 穂	3.90m	3.70m	3.10m	2.50m
津軽石川	新 町	3.00m	2.70m	2.70m	2.10m



（「宮古市総合防災ハザードマップ」より抜粋）

(5) 避難行動

市から避難情報が発令された時は、あらかじめ定めた避難所に、速やかに避難します。ただし、ご自身のいる場所が、浸水区域や土砂災害の危険区域ではない安全な場所である場合は、無理に移動することが返って危険になる可能性もあります。その場所に留まることもある意味の避難ですので、あらかじめハザードマップ等により、お住いの危険性と避難の必要性を確認しておくようにしましょう。

また、避難所に到着した後の行動については、施設管理者の指示に従うようにしましょう。

○非常持ち出しを持って避難

日頃から非常時に備えて非常用の備品を準備しておき、それらを持って指定避難場所へ避難しましょう。

○徒歩を原則とした避難行動

避難は、原則徒歩になります。自転車・原動機付き自転車・自動二輪車については、迅速な避難につながることから奨励します。なお、自動車による避難は、特別の理由がある場合で、事前より安全かつ確実に避難するための方策を検討している場合に限り可能とします。

○垂直避難

避難が遅れてしまった場合、あるいは夜間などで避難することがかえって危険な場合は、自宅等屋内の上の階へ垂直避難します。

【垂直避難】

●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。

● 新型コロナウイルス感染症対策

感染症対策を確実にするため、避難するとき及び避難所では、下記を徹底しましょう。

- マスク、除菌ティッシュを非常持ち出し袋に入れて携行する。
- 避難行動時は、マスクをしない。
(迅速に避難場所(高台)に行くことを最優先に)
- 避難場所に着いたらマスクを着けて、人との間隔をとる。

避難所での対策

- マスク、除菌ティッシュ等を持参しましょう。
- 検温(1日2回)し記録をつけましょう。
- 2m以上の間隔をとり、大声での会話はしないようにしましょう。
- 食事は、一人一人別々にとります。会食は、遠慮してください。
- 定期的に換気をしましょう。
- 発熱がある場合、具合が悪い場合は、パーテーション内に移動していただきます。担当の指示に従って下さい。

ソーシャルディスタンス



ご協力をお願いします



7. 計画の実践と検証

(1) 計画の実践

- ・組織のリーダーを中心として、平時の活動を着実に実施します。
- ・地区の訓練や市の総合防災訓練、目的別の訓練など、計画的な訓練の実施と訓練への参加を積極的に行います。なお、自主防災組織の活動を支援する市の補助金制度がありますので、積極的に活用しましょう。

(2) 防災意識の普及啓発

- ・ハザードマップ等を活用した地域リスクや避難における注意点等を常に共有します。
- ・避難のタイミング・方法等について、議論する場や訓練の機会を設け、検証と改善を行います。
- ・市が開催している防災等に関する出前講座を積極的に活用しましょう。

(3) 検証等を踏まえた計画の見直し

- ・訓練の検証や実際の災害による避難の経験・教訓を踏まえ、本計画の見直しを行い、より実践的な計画に更新していきます。
- ・現在、岩手県が閉伊川及び津軽石川の計画規模降雨の見直し作業（想定しうる最大規模の降雨）を行っていることから、今後、浸水想定区域に変更が生じた際は、見直しを行います。