

我が家の防災メモ 避難場所や緊急連絡先を調べてメモしておきましょう

避難場所					
避難所					
緊急連絡先					
お名前	電話番号	生年月日	血液型	学校・勤務先／電話番号	持病・常備薬など

📞 困った時の対応・連絡先

香美市内の緊急連絡先

🏢 香美市役所	0887-53-3111
香北支所	0887-59-2311
物部支所	0887-58-3111
🚒 香美市消防署	0887-53-4176
香美市消防署 香北分署	0887-58-3161
👮 南国警察署 香美警察庁舎	0887-52-0110
片地駐在所	0887-52-1442
繁藤駐在所	0887-57-9703
香北駐在所	0887-59-2142
大柘駐在所	0887-58-2110

消防 Fire Department

119 火が発生した！大ケガをした！

警察 Police Department

110 事件・事故がおきた！

災害用伝言ダイヤル（安否確認）

171 録音するときは **1** ※ガイダンスが流れるので、その指示に従って落ち着いて録音・再生してください。
再生するときは **2**

ライフライン

🔌 電気のトラブルは	四国電力 高知支店	高知市本町4丁目1番11号	0120-410-430
📞 大規模災害時の停電情報は	四国電力大規模災害時のテレホンサービス		0120-459-271
📞 電話のトラブルは	NTT 西日本高知支店	高知市帯屋町2丁目5番11号	088-821-3466
🚰 上下水道のトラブルは	香美市 環境上下水道課	香美市土佐山田町宝町1丁目2番1号	0887-53-3110

Kami City
香美市
Natural Disaster
ハザードマップ
Hazard Map



いつ起きるかわからない災害から命を守るために
今日から準備を始めましょう。

はじめに

災害に強いまちづくりの実現に向けて

近年、全国各地で豪雨災害をはじめ、地震などの自然災害が相次いで発生し、甚大な被害をもたらしています。東日本大震災以降では、震度7を2度観測した2016年(平成28年)熊本地震、そして2018年(平成30年)には西日本を中心とした「平成30年7月豪雨」など、これまでの想定を超えた自然の猛威が各地を襲いました。

こうしたこれまでの経験を基に、香美市ではいつ起こるか分からない災害の発生に備えて、対策の強化を図っておりますが、災害が発生した場合、市や防災関係機関の対応だけでは立ち向かうことはできません。被害を最小限にとどめるためには、自助・共助を、市民の皆さま一人ひとりに心掛けていただき、実践することが大切です。

このハザードマップは、地震・洪水・土砂災害に関する情報のほか、災害情報の入手方法やマイ・タイムラインの作成など、より実用的な内容となっております。ご家庭のみならず地域や職場など、あらゆる場面でご活用いただき、災害時に備えていただきたいと思います。



2016年(平成28年)「熊本地震」



2018年(平成30年)「平成30年7月豪雨」

もくじ

香美市ハザードマップについて	1
地震	
香美市で想定される地震	2~3
日頃から地震に備えよう!	4~5
洪水	
前線/台風、ゲリラ豪雨に注意しよう!	6~7
土砂災害	
大雨、地震での地盤のゆるみに注意しよう!	8~9
ハザードマップ	
ハザードマップを確認しよう	10~11
索引図	12~13
ハザードマップ	14~61
指定緊急避難場所・指定避難所一覧	62~63
マイ・タイムライン	64~65
役立つ情報	66~69

香美市ハザードマップについて

ここ香美市では、近年においては大規模な自然災害は発生していないものの、過去にさかのぼれば、局地的な大雨により1998年(平成10年)9月24日に発生した国分川の氾濫や1972年(昭和47年)7月5日には土佐山田町繁藤で土砂災害が発生しています。

災害はいつ、どこで、どの程度の規模で発生するのかわかりません。「その日」は数年後、数十年後、あるいは明日かもしれません。

自分や大切な人を守るためには、起こりうる災害を理解し、日頃から適切な備えをしておく必要があります。

ハザードマップはあくまでも想定図ですが、本ハザードマップを活用して事前に災害をイメージし、避難行動について準備することができれば、いざという時に慌てずに行動することができます。

本ハザードマップには、さまざまな防災に関する情報を掲載していますので、あらかじめ目を通していただき、みなさん一人ひとりの災害に対する日頃の備えに役立ててください。



1972年(昭和47年)7月5日 繁藤災害

「広報かみ」平成24年7月号より



1998年(平成10年)9月24日 '98豪雨

高知県啓発冊子「南海トラフに備えよき(第5版) 平成24年7月号より

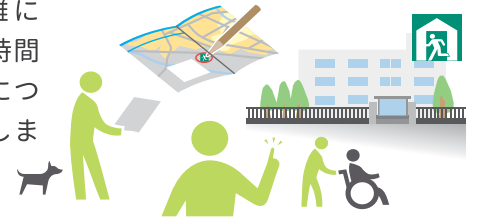
家の位置を確認し、避難経路を考えよう

あなたの家の場所をマップに書き込み、最寄りの避難場所・避難所を複数選びましょう。



実際に避難場所・避難所まで歩いてみよう

地図で選択したそれぞれの避難場所・避難所までの経路を確認しましょう。また、避難経路が安全かどうか、避難にどのくらい時間がかかるかについても確認しましょう。



家の周りの災害の危険性を確認しよう

あなたの家は、土砂災害による警戒区域もしくは、浸水が想定されている地域ですか？家の周りにブロック塀などの危険な場所はありますか？



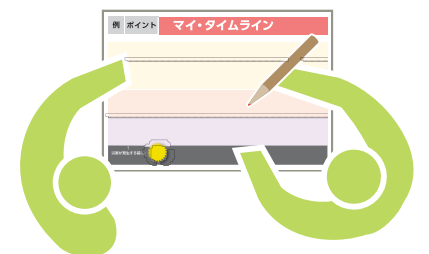
災害や避難について、話し合ってみよう

あなたの家だけでなく、家族の職場や学校、よく行く場所などについても避難所や危険性を確認しましょう。



マイ・タイムラインを作ってみよう

マイ・タイムラインは、大雨や台風が接近しているときに自分や家族が「いつ」「何をするのか」をあらかじめ決めておく計画表のことです。いつ災害が起こっても落ち着いて行動できるように個人や家庭の実情に合ったそれぞれのマイ・タイムラインを作成しておきましょう。



地震

洪水

土砂災害

ハザードマップ

マイ・タイムライン

役立つ情報

地震 香美市で想定される地震

地震について学ぼう

高知県内で被害が想定されている南海トラフ地震は、駿河湾から日向灘沖にかけてのプレート境界を震源域として、概ね100～150年間隔で繰り返し発生してきた大規模な地震です。その発生確率は、今後10年以内で「30%程度」、30年以内では「70～80%」、40年以内では「90%程度」と予測されています。

香美市内においても、広範囲で甚大な被害が予想されていますので、引き続き十分な警戒が必要です。

南海トラフ地震 想定震源域(内閣府)



2016年(平成28年)熊本地震

2016年(平成28年)4月14日21時26分、熊本県熊本地方を震源とするマグニチュード6.5(最大震度7)の地震が発生し、その約28時間後の4月16日1時25分、同じ熊本県熊本地方を震源とするマグニチュード7.3(最大震度7)の地震が発生し、地震活動域は熊本県阿蘇地方や大分県中部にまで拡大しました。最大震度1以上を観測する地震の回数は最初の震度7の地震から5か月後までに4,000回を超えるなど、地震活動は広域で極めて活発となり、熊本県を中心に甚大な被害が生じました。

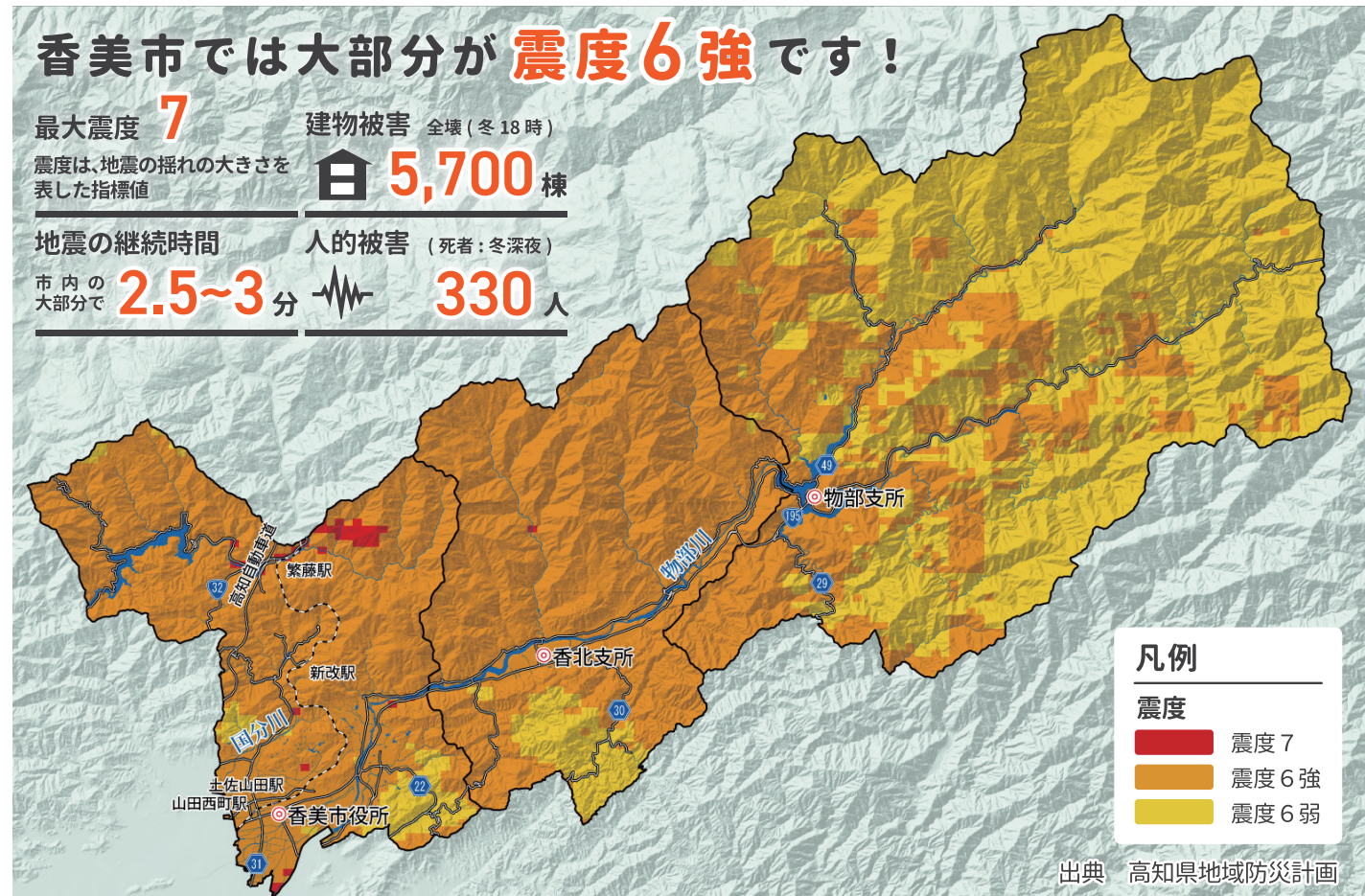
死者(災害関連死含)	272名
負傷者	2,808名
住家被害 全壊	8,668戸



南海トラフ地震による最大の被害想定を知ろう

香美市では大部分が震度6強です!

最大震度 **7** 建物被害 全壊(冬18時) **5,700**棟
 地震の継続時間 市内の大部分で **2.5~3**分 人的被害(死者:冬深夜) **330**人



凡例

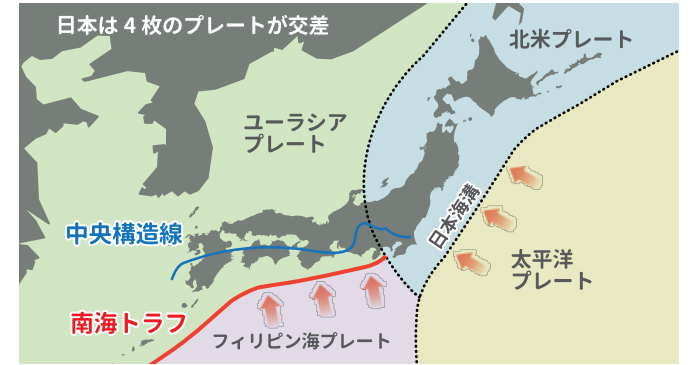
震度 7	震度 6強	震度 6弱
------	-------	-------

出典 高知県地域防災計画

地震大国日本：海溝(プレート境界)型と内陸直下型、2種類の地震

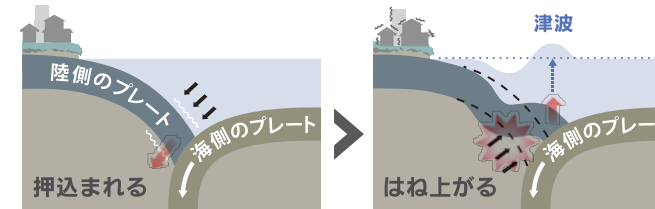
日本列島は、4つのプレートが周囲を取り囲む地震密集地です。日本で地震が多いのは、これらのプレートがぶつかり押し合うことによりエネルギーの破壊が起こるためであり、世界中で発生する地震のおよそ10%が日本列島周辺で発生しています。

日本列島周辺では、阪神・淡路大震災(1995)以降は「地震の活動期」に入っており、今後は高い確率で発生が予想されている南海トラフ巨大地震(海溝型)とその活動の前後で起こる活断層地震(内陸直下型)への警戒と備えが重要です。



海溝(プレート境界)型地震

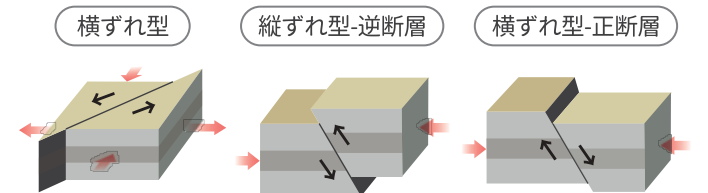
関東大震災、十勝沖地震、東日本大震災など



海側プレートが陸側プレートの下に潜り込むことで、境界にひずみエネルギーが溜まり、これが限界に達したときにプレートが元に戻る力ではね上がり、地震が起こります。(押込まれるときにも内陸側で地震が起きます)

内陸直下型地震

阪神・淡路大震災、新潟中越沖地震、芸予地震など



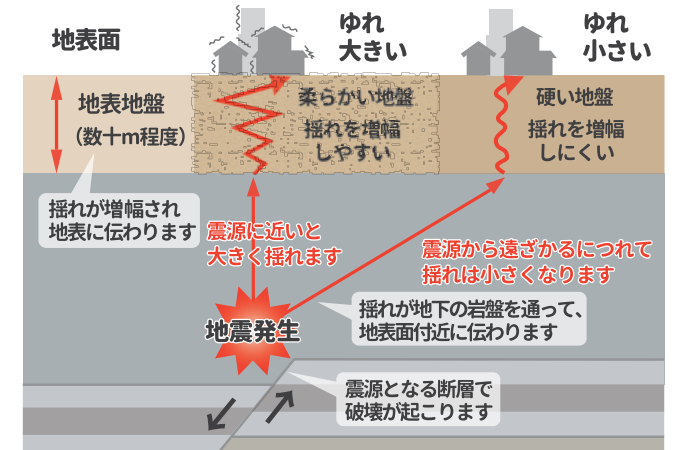
地下の岩盤に、押し合う力や引っ張り合う力が加わることで、内部にひずみのエネルギーが溜まり、これが限界に達したときに、ある面(活断層面)を境にずれ動き直下で地震が起こります。海溝に沈むプレート内でも同じ現象が起こります。

マグニチュードと震度について

地震を表す「マグニチュード(M)」は、「地震エネルギーの大きさ(規模)」を、「震度」は「地震のゆれの強さ」を示します。

「マグニチュード=エネルギー」が大きくても、震源が遠い、深い場合は「震度=ゆれの強さ」が小さくなります。逆に「マグニチュード」が小さくても、震源が近い、浅い場合は「震度」が大きくなります。

マグニチュードが1増えると地震のエネルギーは・・・



地震規模の比較 (M=マグニチュード)	阪神・淡路大震災 1995年1月17日	関東大震災 1923年9月1日	東日本大震災 2011年3月11日	スマトラ沖地震 2004年12月26日	南海トラフ 今回の想定
地震規模	M7.3	M7.9	M9.0	M9.1	M9.1
震源域面積	675 km ²	5,000 km ²	100,000 km ²	180,000 km ²	140,000 km ²
死者・不明	6437人	105,000人以上	18,716人	283,100人以上	323,000人

「南海トラフ」に関する数値は、耐震化等の対策を講じなかった場合に想定される数値であり、日頃から備え、防災・減災対策に取り組むことにより、地震の規模に関係なく被害を軽減することができます。

地震 日頃から地震に備えよう！

震度 5弱 大半の人が恐怖を覚え、物につかまらなると感じる。

- 耐震性の低い木造建物は、壁などに軽微なひび割れ・亀裂が入ることがある。
- 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。
- 亀裂や液状化、落石、がけ崩れが発生することがある。まれに窓ガラスが割れて落ちることがある。

震度 5強 物につかまらなると歩くことが難しい。

- 耐震性の低い鉄筋コンクリート造建物では、壁、梁、柱などの部材に、ひび割れ・亀裂が入ることがある。
- 棚にある食器類や本で落ちるものが増える。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。

震度 6弱 立っていることが困難になる。

- 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。
- 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。

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。

- 耐震性の低い木造建物は、傾くものや倒れるものが増える。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。
- 大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山の斜面の崩壊が発生することがある。

震度 7 動くこともできず、飛ばされることもある。

- 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建物では、倒れるものが増える。
- 広い地域でガス、水道、電気の供給が停止することがある。
- 大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山の斜面の崩壊が発生することがある。

液状化の発生も考えておきましょう

液状化が発生すると、建物の倒壊や道路の沈下が起こり、通行が難しくなる場合があります。液状化が発生する可能性がある場所をあらかじめ確認しておき、より安全に避難できるルートを考えてみましょう。

いろいろな場所での対応の仕方

地震から命を守るために、いざという時のとっさの避難行動や、安全でスムーズに避難するための方法を日頃から考えておきましょう。

家の中

- 頭を保護し、机の下などに逃げましょう。
- ガス器具、ストーブなどの火を消しましょう。(元栓を締める)
- 電気ブレーカーを落としましょう。

職場・学校

- カバンなどで頭を保護し、机の下などに逃げましょう。
- 本棚などの転倒に注意しましょう。

店舗・スーパー等

- 頭を保護し、ショーケースなどから離れましょう。
- 壁や太い柱に身を寄せましょう。あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。

人が大勢いる場所

- あわてて走り出すと危険です。係員の指示に従って落ち着いて行動しましょう。

エレベーター

- すぐに各階のボタンをすべて押し、停止した階でおりましょう。
- 閉じ込められた場合は、非常ボタンを押し続け外部に助けを求めましょう。

自動車の運転中

- 道路の左側か空き地に車を止め、エンジンを止めましょう。
- 警察官が交通規制を行っている場合は、その指示に従いましょう。
- 車を離れるときはキーをつけたままにし、ドアをロックしないでおきましょう。

香美市住宅耐震改修費等補助金

検索

□ ご自宅は、1981年(昭和56年)5月31日以前に建てられましたか？

香美市では1981年(昭和56年)5月31日以前に建築された2階建以下の住宅を対象に、耐震診断・耐震改修設計費補助・耐震改修費補助を行っています。詳しくは市のホームページをご確認ください。

香美市家具転倒防止等対策費補助金

検索

香美市では、家具転倒防止金具等の購入費及び取り付け費を支援しています。なお、取り付け費の補助は、市が委託する業者のみ補助対象となります。詳しくは市のホームページをご確認ください。

ハザードマップで自分の居場所の危険を知ろう

香美市では大部分が震度6強です！(最大震度7)

P.14 ~ P.61



まずやること

シェイクアウト

低い姿勢で、頭を守って揺れがおさまるのを待ちましょう。



避難時の注意 - あわてず、冷静に

すばやく火の始末

「火を消せ！」とみんなの声を掛け合い、調理器具や暖房器具などの火を消しましょう。



周りに気を付けよう

塀が倒れたり、火災が発生します。ガラスや瓦などの落下物に注意しましょう。



余震に注意

余震が繰り返す起ります。あらかじめ危険の少ない避難路を調べておきましょう。

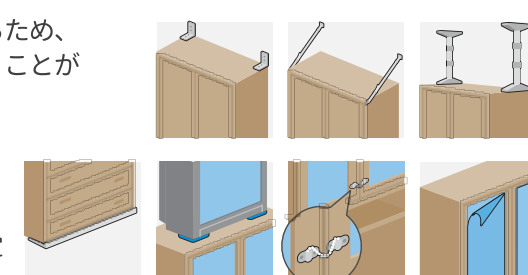


家具の転倒防止対策

家具の下敷きにならないように固定しましょう

地震によるけがを防止するため、各家庭において対策を行うことが大変重要です。

- L字金具 ● チェーン固定
- 突っ張り棒
- 家具転倒防止板
- 粘着マット ● 開き戸固定
- ガラス飛散防止フィルム



水・食料の備蓄

3日間をしのぐ

震災直後は、冷蔵庫の中をはじめ、台所周りに買い置きしている普段の食材・飲料水を工夫して食べましょう。

飲料水は、1人で1日3リットル
3リットル×家族分(4人)×3日間
=36リットル(2Lペットボトル18本分)

詳しくは P.68 へ

洪水 前線/台風、ゲリラ豪雨に注意しよう！

洪水の大元は？

前線の停滞や台風の襲来によって数時間にわたり大量の雨が降る集中豪雨、一時的に激しい雨が降るゲリラ豪雨に注意が必要です。

1. 前線の停滞

日本付近では、6月頃に梅雨前線、9月頃に秋雨前線が停滞して、雨が降り続きます。



2. 台風の接近

台風は暴風と大雨に注意が必要です。台風の規模によっては、広範囲にわたって甚大な被害をもたらします。



3. ゲリラ豪雨

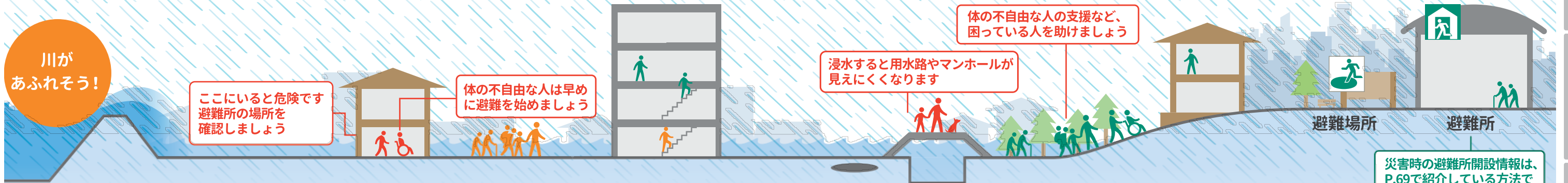
大気の状態が不安定な時、積乱雲が発達し、場合によっては線状降水帯が発生することにより局地的に強い雨が降ります。



- 真っ黒い雲が近づいてくる。
- 急に冷たい風が吹いてくる。
- 雷の音が聞こえてくる。

ハザードマップで自分の居場所の危険を知ろう

P.14 ~ P.61



災害時の避難所開設情報は、P.69で紹介している方法で入手できます

川に近づかない！

ライブカメラの活用

大雨・洪水時の河川は水位が短時間で急上昇するため、気づいてからでは逃げられません。大変危険なので、絶対に近づかないでください。

河川の状況はライブカメラ画像で確認しましょう。

国土交通省
川の防災情報



適切な避難方法を

洪水時の避難方法

- ① 浸水しない地域の親戚・友人宅へ避難
- ② 近くの避難所へ避難
- ③ 垂直避難(高いところへの避難)



屋内安全確保

浸水がすでに始まっている場合は今いる建物内で垂直避難

浸水が始まっているときに外へ移動するのは大変危険です。少しでも高い場所へ避難してください。



避難の注意

用水路・マンホールは危険！

浸水するとマンホールや用水路が見えにくくなります。また、水が吹き出す場合があります。大変危険です。



避難の時は足元注意！

浸水している場所を歩くときには、棒などで足元をよく確認し、用水路や側溝などに注意して避難しましょう。水の深さが膝を超えると歩行が難しくなります。

(目安)

- 大人男性 …… 水位 70cm
- 大人女性 …… 水位 50cm
- 子供 …… 水位 20cm



アンダーパスに注意しよう！

アンダーパスとは、交差する鉄道や道路などの下を通過するため、周辺の地面よりも低くなっている道路のことをいいます。地形的に雨水が集中しやすい構造となっています。大雨、洪水時には自動車での進入はやめましょう。



大雨時の災害リスクを知る

大雨時に想定される流域での災害リスクを知っておくことは重要です。また、ダム情報や水位情報により河川の状況を知ることができます。



ダムの放流について

- 雨がたくさん降ったり、台風などで川の水量が増加したとき、ダムから放流する場合があります。放流または河川の水位が上昇する際には、放流開始の約15分～30分前に各ダムの警報局よりサイレンを鳴らし、周辺の皆さんへ周知します。
- 併せて、永瀬ダム・杉田ダム・穴内川ダム・繁藤ダム・休場ダムでは、警報車による巡回広報も行います。ダム放流中は危険ですので、河川に近づかないようにしてください。



危機管理型水位計について

危機管理型水位計は、洪水時の水位観測に特化した水位計で、一定の水位を超えた時に、観測モードに切り替わり、10分以内毎に水位データを観測します。危機管理型水位計は、一般財団法人河川情報センターが提供する「川の水位情報」で閲覧することができます。



川の水位情報

ため池の増水や決壊に注意しよう！

大雨や地震によりため池が増水したり決壊することにより下流域に被害を及ぼすことも考えられます。詳しくは市のホームページより各ため池ハザードマップをご確認ください。



香美市ため池ハザードマップ

土砂災害 大雨、地震での地盤のゆるみに注意しよう！

急峻な山々に囲まれた香美市では、風水害や地震による土砂災害のおそれがあります。近年の土砂災害の状況を踏まえ、国では平成26年11月に「土砂災害防止法」を改正し、国民の生命および身体を守るため、土砂災害のおそれのある区域を明らかにした上で、警戒避難体制の整備などの対策を推進しています。

近年の気象状況を踏まえ、土砂災害についての理解を深め、発生に備えてスムーズな避難を行うことが防災・減災につながります。

山間部
山崩れに注意が必要です。山崩れは、集中豪雨だけでなく地震によっても発生します。

急傾斜地
がけ崩れに注意が必要です。がけ崩れは、豪雨や地震によって突然発生します。

下流部
山間部の集中豪雨に注意が必要です。豪雨によって山崩れが起きると、土石流の危険があります。

2018年(平成30年)7月豪雨の土砂災害
7月5日から本州付近に停滞する梅雨前線が活発になり、九州から東北にかけて、広範囲で断続的に非常に激しい記録的豪雨となり、6日夕方から8日までの降雨記録では、48時間降雨量は124地点、72時間降雨量では122地点で観測史上1位を更新しました。土砂災害発生件数は、1道2府29県で2,581件に及び、土石流等791件、地すべり56件、がけ崩れ1,734件の甚大な被害となりました。

死者	237名	全壊	6,767戸
負傷者	432名	半壊	11,243戸
		一部損壊	3,991戸

出典先/降雨記録:気象庁 平成30年7月13日発表
被災件数:内閣府 平成31年1月9日17:00時点集計



日本に土砂災害が多いのは？ 日本列島の地形や地質・気象などの自然条件に大きな原因があります。

- 地形や地質：山地が多く平地が少ない・もろい地質・急流な川
- 気象などの自然条件：大雨/台風・集中豪雨・大雪・地震・火山の噴火など

主な前兆現象 土砂災害が起こる多くの場合、事前に危険と思われる変化が見られます。よく注意してください。

川がにごった 川がにごり、木の枝などが混ざりはじめた	水位が下がった 雨が降り続けているのに川の水位が下がった	亀裂が走った 山の木が傾いたり、斜面に亀裂が走った	石が落ちてきた 山の斜面から石が転がり落ちてきた
湧き水が止まった 今まで枯れたことのない湧き水が止まった	湧き水が増えた 湧き水の量が急に増えた	井戸水がにごった 普段澄んでいる沢や井戸の水がにごってきた	地鳴りがする 地鳴りの音が聞こえてきた

3つの土砂災害 発生のしくみや土砂の動き方から、大きく「がけ崩れ」「土石流」「地すべり」があります。

がけ崩れ(急斜面地の崩壊) 傾斜した土地が崩壊する自然現象。突然崩れ落ちるため、ひとたび人家を襲うと逃げ遅れる人も多く、死者の割合も高くなっています。	土石流 山肌が崩落して生じる土石などや、渓流の土石などが一体となって流下する自然現象。その流れの速さは、時速20km～40kmで、一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。	地すべり 地面は何層もの地層が積み重なってできていますが、大雨が降り続けると地下に水がしみこみ、水を通しにくい粘土層の上に地下水がたまり、この地下水の力を持ち上げられて、粘土層を境に上の地面がゆっくりとすべり落ちます。
---	---	---

土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン) 土砂災害が発生した場合に、建物が壊れて命や身体に著しい危害が生じるおそれのある区域

土砂災害警戒区域(イエローゾーン) 土砂災害が発生した場合に、命や身体に危害が生じるおそれのある区域

ハザードマップで自分の居場所の危険を知ろう

P.14 ~ P.61



雨/土砂災害警戒情報に注意

土砂災害の多くは雨から起こります。1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上の降雨量になったら注意が必要です。土砂災害警戒情報は、土砂災害の危険性が高まった際、高知県と高知地方気象台が発表する避難に有効な情報です。早めの避難を行いましょ。

土砂災害警戒情報

逃げ方は立ち退き避難が基本です

安全な場所まで立ち退き避難

レッド・イエローゾーンは崩れる前に早期の避難を！
※土砂災害警戒情報は避難の判断図

直角に逃げましょう！

土石流はスピードが速いため、流れを背にして逃げたのでは追いつかれてしまいます。土砂の流れる方向とは、直角に逃げましょう。

屋内安全確保

土砂災害がすでにおこってしまい、逃げ後れた場合は建物内の高い場所へ避難

建物の2階以上で斜面とは反対側の部屋など、屋内の少しでも安全な場所へ避難しましょう。特に土石流が想定される場所では、危険なエリアから離れるか、近くの丈夫な建物の上階に避難しましょう。大雨が上がっても油断せず注意が必要です。

知っていますか？

ため池の決壊による、土砂災害の危険性

短時間に激しく降る大雨(ゲリラ豪雨)によりため池の水位が上がったり、上流部での土砂災害による土砂の流入により、ため池が決壊する可能性もあります。



ハザードマップを確認しよう！

自分の住む地域の被害想定を知る

ハザードマップでは、地震や大雨により土砂災害や洪水が起きたときに想定される被害を確認することができます。自分や大切な人たちが普段いる場所の被害想定を確認し、状況に応じた避難をしましょう。

当てはまる にチェック



浸水想定区域外でも、道路の冠水や内水氾濫が発生する可能性があるので注意しましょう。

土砂災害警戒区域	山沿いは要注意！ 土砂災害特別警戒区域 (レッドゾーン) 土砂災害警戒区域 (イエローゾーン)
家屋倒壊等氾濫想定区域	河川沿いは要注意！ 堤防が削られたり水深・流速によって建物の倒壊が想定される区域
洪水浸水想定区域 (浸水の深さ) 5.0~10.0m 未満	2階の屋根以上が浸水
3.0~5.0m 未満	2階の屋根まで浸水
1.0~3.0m 未満	2階の床下まで浸水
0.5~1.0m 未満	1階の床上まで浸水
0.5m 未満	1階の床下まで浸水

正しい避難行動を確認しよう！

「いつ」「どこに」「どうやって」避難する？

土砂災害警戒区域や浸水の深さに応じてどのような避難行動をとるか、事前に決めておくことが大切です。「いつ」「どこに」「どうやって」避難するのか、家族で話し合っておきましょう。

外が明るいうちに雨が強くなる前に！

安全な避難経路と時間が確保されているときは
外が明るいうちに**必ず避難**

土砂災害警戒区域外 かつ 浸水しない安全な場所へ

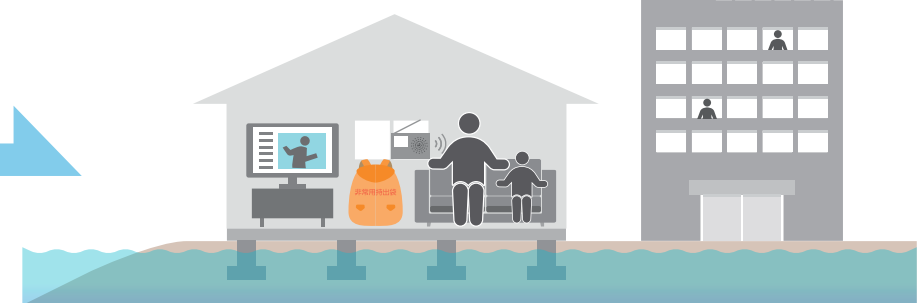
- 自宅以外の安全な場所へ**
事前に決めてチェック
- 知人・親戚の家
 - 指定緊急避難場所 / 指定避難所
 - ホテル (事前予約して宿泊)



今いる建物の2階以上 または 近くの安全な高い建物へ



あわてず、その場にとどまり安全確保



- すでに外が危険な場合**
- 暗くなっている
 - 大人の膝上まで浸水している
 - 道路と水路の区別がつかない
 - マンホールが見えない 等

安全だと思われる場合

地震
洪水
土砂災害
ハザードマップ
マイ・タイムライン
役立つ情報

地震
洪水
土砂災害
ハザードマップ
マイ・タイムライン
役立つ情報

ハザードマップ 指定緊急避難場所・指定避難所一覧

指定緊急避難場所・指定避難所

事前に避難先を決めておこう！

指定緊急避難場所



指定緊急避難場所とは、命を守ることを最優先に、災害の危険から逃れることを目的とした場所、施設です。

指定避難所



指定避難所とは、自宅が被災して帰宅できない場合に、一定期間、避難生活を送ることを目的とした公共施設などです。

避難が必要になったときには、まず身近な「指定緊急避難場所」へ、その後は「指定避難所」へと状況に応じて速やかに行動できるように心掛けましょう！

土佐山田町避難所一覧

No	避難施設名	指定緊急避難場所 地震 洪水 土砂災害	指定避難所	所在地	掲載ページ
1	東町中部公民館	○	○	土佐山田町東本町4-2-30	24
2	土佐山田中央集会所	○	○	土佐山田町旭町1-3-18	24
3	山田高等学校	○	○	土佐山田町旭町3-1-3	24
4	山田小学校	○	○	土佐山田町西本町2-4-5	24
5	秦山町一丁目公民館	○	○	土佐山田町秦山町1-4-1	24
6	地域福祉センター 土佐山田(プラザハ王子)	○	○	土佐山田町262-1	23
7	中組南部集会所	○	○	土佐山田町1023-イ	24
8	中央公民館	○	○	土佐山田町宝町2-1-27	24
9	土佐山田体育館	○	○	土佐山田町宝町2-7-15	24
10	平田公民館	○	○	土佐山田町楠目224-3	23
11	楠目小学校	○	○	土佐山田町楠目391-2	25
12	市民グラウンド	○	○	土佐山田町楠目831	23
13	楠目地区老人憩の家	---	○	土佐山田町楠目1045	23
14	鏡野中学校	○	○	土佐山田町楠目1973	23
15	油石農業振興集会所	○	○	土佐山田町楠目2544	23
16	植公民館	○	○	土佐山田町植148	22
17	秦山公園野球場 (土佐山田スタジアム)	○	○	土佐山田町植1252-2	22
18	秦山公園(ふれあい広場)	○	○	土佐山田町植1252-2	22
19	舟入小学校	○	---	土佐山田町山田1218	24
20	明治地区多目的集会所	○	○	土佐山田町山田1385-1	25
21	八王子公民館	○	○	土佐山田町山田1749	25
22	加茂公民館	○	---	土佐山田町加茂335-2	26
23	香美農林合同庁舎	○	○	土佐山田町加茂777	26
24	林田集会所	○	○	土佐山田町林田561-1	26
25	船谷公民館	○	○	土佐山田町船谷343-1	26
26	片地地区多目的集会所	○	○	土佐山田町宮ノ口1-2	26
27	片地小学校	○	○	土佐山田町宮ノ口9	26
28	高知工科大学(体育館)	○	○	土佐山田町宮ノ口185	28
29	仁井田公民館	○	○	土佐山田町佐野1642	28
30	森林研修センター	○	○	土佐山田町大平80	28
31	佐岡体育館	○	---	土佐山田町本村351	28
32	大後入公民館	○	○	土佐山田町大後入419	21

No	避難施設名	指定緊急避難場所 地震 洪水 土砂災害	指定避難所	所在地	掲載ページ
33	西後入公民館	○	○	土佐山田町西後入214	20
34	上改田公民館	○	○	土佐山田町上改田170-2	22
35	香長小学校	○	○	土佐山田町須江32	22
36	農山村コミュニティセンター	○	○	土佐山田町須江36-1	22
37	須江公民館	○	○	土佐山田町須江386-1	22
38	新改公民館	○	○	土佐山田町新改398-4	22
39	宮上谷公民館	○	○	土佐山田町曾我部川1282	19
40	新改北部構造改善センター	○	○	土佐山田町平山484-1	19
41	北滝本複合集会所	○	○	土佐山田町北滝本177	18
42	河ノ川部落集会所	○	○	土佐山田町角茂谷1841	16
43	繁藤地区 コミュニティセンター	○	○	土佐山田町繁藤3-1	15
44	繁藤老人憩の家	○	○	土佐山田町繁藤755-12	14
45	松本部落公民館	○	○	土佐山田町松本117-1	24
46	岩次公民館	○	○	土佐山田町岩次46-2	24
47	岩村地区老人憩の家	---	○	土佐山田町神通寺370	24

香北町避難所一覧

No	避難施設名	指定緊急避難場所 地震 洪水 土砂災害	指定避難所	所在地	掲載ページ
48	白石多目的運動広場	○	○	香北町白石434	38
49	白石公会堂	○	○	香北町白石472-1	38
50	根須公会堂	○	○	香北町根須535-4	38
51	香北体育センター	○	○	香北町吉野1188	36
52	農村広場	○	○	香北町吉野1225	36
53	佐敷公民館	○	○	香北町西川甲1601-3	33
54	保健福祉センター香北	○	○	香北町荏生野336-1	31
55	荏生野コミュニティセンター	○	○	香北町荏生野493	31
56	大宮小学校	○	○	香北町美良布654-1	31
57	香北中学校	○	○	香北町美良布892	31
58	香北武道館	○	○	香北町美良布908-1	31
59	基幹集落センター	○	○	香北町美良布1097	31
60	健康センターセラネ前広場	○	○	香北町美良布1211	31
61	本田集落センター	○	○	香北町美良布1511-3	31
62	下野尻多目的運動広場	○	○	香北町下野尻61	31
63	下野尻集落センター	○	○	香北町下野尻368	31
64	太郎丸公会堂	○	○	香北町太郎丸158-1	31

福祉避難所・広域福祉避難所

福祉避難所・広域福祉避難所の概要



福祉避難所

既存の建物を活用し、一般の避難所では生活に支障をきたす要配慮者に対するケアが行われ、何らかの特別な配慮がされた避難所のことをいいます。

広域福祉避難所

市町村の枠を外した広域の要配慮者が利用する福祉避難所のことをいいます。

● 福祉避難所・広域福祉避難所は、市が協定施設の被災状況や受け入れ態勢などを確認した後、必要に応じて開設される二次的な避難所であり、原則、ご自宅等から直接福祉避難所に避難することはできません。

利用対象者 ● 食事、排泄、移動等の日常生活全般に介助が必要な在宅の方。

No	避難施設名	指定緊急避難場所 地震 洪水 土砂災害	指定避難所	所在地	掲載ページ
65	北岩改公会堂	○	○	香北町岩改17-2	32
66	岩改小学校跡(広場)	○	○	香北町岩改972-2	32
67	萩野公民館	○	○	香北町萩野1223-3	30
68	橋川野集落センター	○	○	香北町橋川野161	30
69	白川上集会所	○	○	香北町白川561-3	30
70	暁霞公民館(広場)	○	○	香北町五百蔵1027-4	31
71	有瀬公民館	○	○	香北町有瀬772-1	34
72	日ノ御子公会堂	○	○	香北町日ノ御子548	34
73	谷相公民館	○	○	香北町谷相2073-2	35
74	三谷地区集会所	○	○	香北町谷相2478-1	35
75	朴ノ木公会堂	○	○	香北町朴ノ木561	35
76	永野コミュニティセンター	○	○	香北町永野2151-1	38
77	梅久保公民館	○	○	香北町梅久保234	38
78	清爪公会堂	○	○	香北町清爪527-1	41
79	猪野々集会所	○	○	香北町猪野々456	41

物部町避難所一覧

No	避難施設名	指定緊急避難場所 地震 洪水 土砂災害	指定避難所	所在地	掲載ページ
80	庄谷相多目的集会所	○	○	物部町庄谷相1234-1	41
81	中谷川公会堂	○	○	物部町中谷川318	41
82	浦山公会堂	○	○	物部町仙頭1854-3	42
83	特別養護老人ホーム荏生郷	○	○	物部町大栃89-1	44
84	奥物部ふれあいプラザ	○	○	物部町大栃878-3	44
85	香美市立高齢者生活 福祉センター「こづみ」	○	○	物部町大栃898-1	44
86	大栃区長事務所	○	○	物部町大栃1092-5	44
87	大栃小学校	○	○	物部町大栃1177-3	44
88	南組公会堂	○	○	物部町大栃1226	44
89	香美市役所物部支所	○	○	物部町大栃1390-1	44
90	久保組公会堂	○	○	物部町大栃1575-1	44
91	大栃中学校	○	○	物部町大栃1800-イ	44
92	旧大栃高等学校 (多目的棟1・2階)	○	○	物部町大栃1926	44
93	中屋公会堂	○	○	物部町大栃2064-3	44
94	大北組公会堂	○	○	物部町大栃2236	44
95	山崎老人憩の家	---	○	物部町山崎756-4	44

福祉避難所・広域福祉避難所一覧

No	避難施設名	所在地	掲載ページ
①	特定施設入所者生活介護事業所 ケアハウス好日館	土佐山田町550-6	22
②	特別養護老人ホームウエルプラザやまだ荘	土佐山田町秦山町3-4-20	24
③	(広域福祉避難所) かがみの育成園	土佐山田町楠目3660	23
④	(広域福祉避難所) 障害者支援施設白ゆり	土佐山田町山田1192-1	24
⑤	(広域福祉避難所) ワークセンター白ゆり	土佐山田町山田1319	24
⑥	(広域福祉避難所) ワークセンター第二白ゆり	土佐山田町山田1189-1	24
⑦	(広域福祉避難所) 高知県立山田特別支援学校	土佐山田町山田1361	24
⑧	養護老人ホーム白寿荘	香北町永野2100	40
⑨	特別養護老人ホーム白寿荘	香北町永野2152	40

役立つ情報

避難所での過ごし方

貴重品は常に携帯しましょう

過去の災害では、避難所での盗難が発生しています。貴重品は必ず持ち歩きましょう。



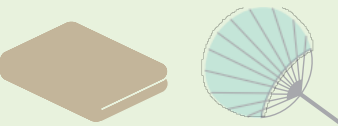
プライバシーを守りましょう

他人の荷物などを勝手に触ったり、のぞいたりしないようにしましょう。



暑さ/寒さ対策をしましょう

停電などで空調が使用できない場合に備えて、うちわや扇子、薄い毛布（ブランケット）などを用意しておきましょう。



協力して避難所運営を行いましょう

- 避難所マニュアルに従った秩序ある避難所運営を行う。
- 住民どうしの役割分担、要配慮者への支援をする。
- 助け合いの心を持ち、協力し合う。



避難所内での感染症拡大を防ぐために...

- 三密防止対策が必要です。
- 人数制限の可能性があります。

必ずマスクを着用しましょう

避難所内での感染症拡大を防ぐために、必ずマスクを着用しましょう。体調がすぐれない方は受付時に係員へ申し出てください。



ソーシャルディスタンスを保ちましょう

避難所では、密を避け、他の人との間隔をあけるように心掛けましょう。

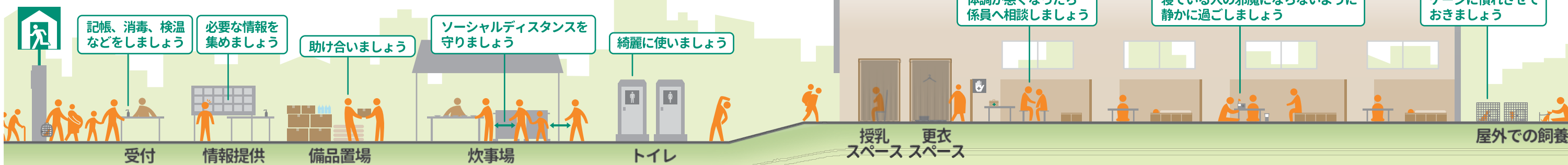


こまめに消毒をしましょう

ほとんどの場所が、たくさんの人の手が触れる共有スペースです。自分の生活スペースに戻る前に必ず消毒をしましょう。



避難所でのルールを守り、秩序を保って過ごしましょう！（下の図はイメージです。）



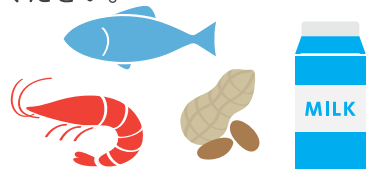
避難所ルール厳守

共同生活の場です。騒いだり、自分勝手な行動はやめ、ルールを守りましょう。



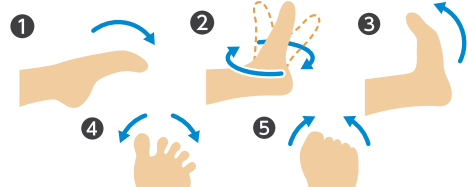
食物アレルギーに注意！

配給食料の中にはアレルギー対応していないものもあります。食品表示をよく確認するとともに、不安な時は避難所係員に聞いてください。



適度な運動を！

長時間同じ姿勢でいると、エコノミー症候群になる場合があります。定期的に立ち上がったたり、ストレッチをするなど、適度な運動を心掛けましょう。



女性への配慮

女性が避難所であるべくストレスなく過ごせるように、就寝場所や専用スペース等を巡回警備するなど、安全・安心への配慮が重要です。（女性用品の配布方法にも配慮が必要です）

男女共同参画の視点からの防災・復興の取組指針
https://www.gender.go.jp/policy/saigai/shishin/shishin_12.html

ペットも同行避難

ペットと一緒に避難

香美市が指定する避難所では、ペットを連れて避難できますが、基本的に屋外での飼養となります。アレルギーなどがある避難者の方もいますので、周囲の方への十分な配慮をお願いします。



ペット用避難用具

衛生管理上、ペットは屋外となります。そのため、ケージは必ず持参していただくとともに、日頃からケージに慣れさせておいてください。市ではペット用品の備蓄はしていません。ペット用品（食料等）は飼い主の方が持参してください。



要配慮者への協力

高齢者・乳幼児・傷病者・外国人の方には

高齢者や乳幼児は、手をつなぐ、背負うなどによりしっかりと援護します。傷病者には複数人で対応しましょう。急を要するときはひも等を使って背負うなどして、周囲の方が協力して援護しましょう。外国人の方で言葉が通じない場合には、声をかけて身振り手振りを交えて誘導しましょう。



目の不自由な人には

「お手伝いしましょうか」などと、まず声をかけましょう。話すときは、はっきりゆっくり、大きな声で。誘導するときは、杖を持っていないほうのひじのあたりを軽く触れるか、腕をかして、半歩前くらいをゆっくり歩きましょう。

視覚障がい者の安全やバリアフリーを考慮した建物・設備・機器に表示する世界共通のマークです。視覚障がい者の利用への配慮について、ご理解、ご協力をお願いします。



からだの不自由な人には

それぞれの人に適した誘導方法を確認しましょう。車椅子の場合は、必ず複数人で協力し、スロープを上がるときは前向きに、下がるときは後ろ向きにして、恐怖感を与えないように配慮しましょう。



耳の不自由な人には

話すときは、近くまで寄って相手にまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かしましょう。口頭でわからないようであれば、紙とペンで筆談しましょう。紙やペンがなければ、相手の手のひらに字を書いて筆談しましょう。

このマークの呼び方は「耳マーク」。聴覚に障がいがある方は、見た目では不自由があることが分かりづらいため、このマークを見かけたら十分配慮しましょう。



役立つ情報 非常持出品、備蓄品

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。
非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように日頃から備えておきましょう。

枕元に置いておきたいもの

- 運動靴(底が厚いもの)
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 携帯電話・スマートフォン
- 非常持出袋(リュックサックなど)
- 防寒着 タオル・毛布



感染症対策として備えておきたいもの(自宅を離れる場合)

- マスク アルコール消毒液 除菌シート
- 体温計 使い捨てビニール手袋 スリッパ



あると便利なもの

- 防災ずきん・ヘルメット 防寒具・雨具
- めがね・コンタクトレンズ 使い捨てカイロ
- 工具 簡易食器(割り箸・紙皿) 料理用ラップ
- マッチ・ライター 携帯トイレ
- 生理用品 折りたたみ椅子



非常持出袋に入れておくもの

- 貴重品：財布・現金、通帳、印鑑、健康保険証(コピーでも可)など
- 常備薬・救急セット(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ビニール袋・ゴミ袋
- マスク 軍手
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- 携帯ラジオ
- 電池・充電器類 筆記具(油性ペン)
- 着替え(下着・靴下)
- 食料品(カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど)
- 飲料水



食料・飲料などの備蓄(最低3日間、推奨1週間)

- 電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から「3日間分」の飲料水や保存のきく食料などを備蓄しておきましょう。
- 食料(3日以上分の食料) 缶詰、レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど
- 飲料水3日分(1人1日3リットルが目安)
- トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロ、缶切り、ラップなど

※ 大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。
※ 飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。
日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておくなどの備えをしておきましょう。



被災時に備える「ローリングストック法」

防災のために特別なものを用意するのではなく、普段からちょっと多めに食材やレトルト食品を買い置きし、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」により、消費期限が短いレトルト食品等も非常食として活用できます。

ローリングストック法で覚えておきたい3つのポイント

- POINT 1 ストックするのは「食べなれた食品」
- POINT 2 備蓄した食品は普段から食べる
- POINT 3 食べた分は早めに補充する



災害情報の伝達方法と入手先

災害に関する情報は、次のような手段で入手することができます。
あらかじめ登録やアクセスの確認を行っておき、いざという時にスムーズに情報を入手できるようにしておきましょう。

データ放送

デジタルテレビを視聴中にリモコンのdボタンを押すことで情報を取得することができます。平常時はイベント情報や行政情報を、災害発生時は防災情報(主に開設中の避難所などのお知らせ)を配信します。

データ放送の確認方法

- ① テレビの場合は、リモコンの「dボタン」を押す。スマホの場合は、dアイコンをタップ。
- ② メニューから見たい情報を選ぶ。



地震や津波、噴火などが起きた際には、災害情報や避難所情報、交通やライフラインについての情報などもデータ放送画面で見ることができます。ワンセグのデータ放送はインターネットなど通信に障害が発生した時にも見ることができます。

緊急速報メール

携帯電話事業者が無料で提供するサービス(事前登録不要)で、災害・避難情報など回線混雑の影響なく、市内の対応端末(スマートフォン・携帯電話)に一斉配信するものです。

登録制メール

香美市では、災害の発生や発生のおそれのある場合に、市から携帯電話へ災害情報等を一斉配信する「登録制メール」を導入しています。

メールの登録方法

QRコードを読み込むか、次のアドレスに空メールを送信し、登録手続きを進めてください。



アドレス bosai_city_kami@x.bmd.jp

防災行政無線

市民のみなさんに災害情報などをいち早くお伝えするためのものです。

※ 聞き直し用の電話番号
☎ 0887-57-2141 24時間



キキクル(危険度分布)

この雨大丈夫? そんな時は気象庁ホームページ『キキクル』で確認。
雨による災害の危険度を地図上にリアルタイムで確認できます。
雨による災害の危険度は10分ごとに更新されます。

<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>



香美市公式ホームページ

<https://www.city.kami.lg.jp/>



香美市公式 Facebook

<https://www.facebook.com/kami39212/>



Yahoo! 防災速報アプリ

<https://emg.yahoo.co.jp>



高知県防災アプリ

<https://kochiap.dmacs.jp/data/html/install/index.html>



こうち防災情報

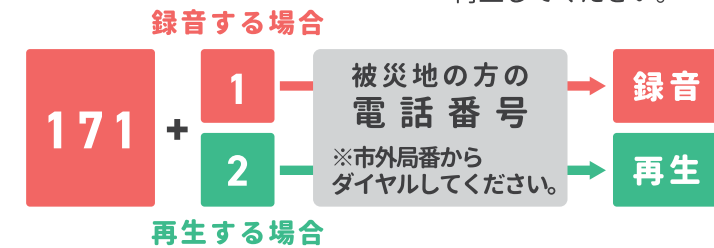
<http://kouhou.bousai.pref.kochi.lg.jp/>



災害時の連絡方法

災害時は、被災地への電話がつながりにくくなります。
災害伝言ダイヤル「171」、災害伝言版「web171」を利用することにより、自身の安否情報の登録、家族や友人などの安否情報を声や文字により確認することができます。

災害用伝言ダイヤル「171」 ガイダンスに沿って録音、再生してください。



災害用伝言板 web171

インターネットを利用して被災地の方の安否情報を確認する伝言版です。

- 1 <https://www.web171.jp> または「web171」で検索
- 2 伝言を登録する被災地の方などの電話番号を入力
- 3 説明に従い登録/確認

