

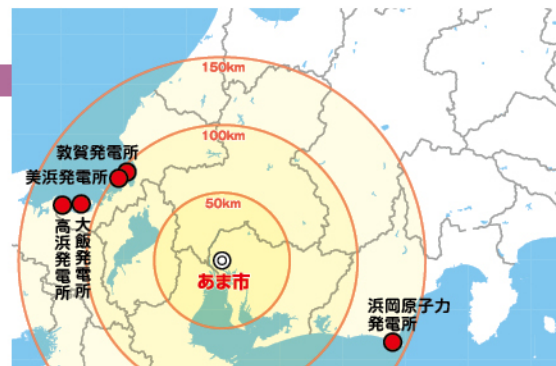


その他の災害編

原子力災害

原子力災害とは、原子力発電所などから放射性物質や放射能が漏れ、周辺に影響を及ぼすことをいいます。

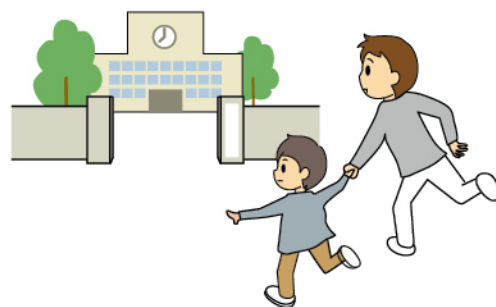
愛知県周辺には原子力施設が存在していますので、発生した場合に備えて基本的な知識と正しい対処法を知っておきましょう。



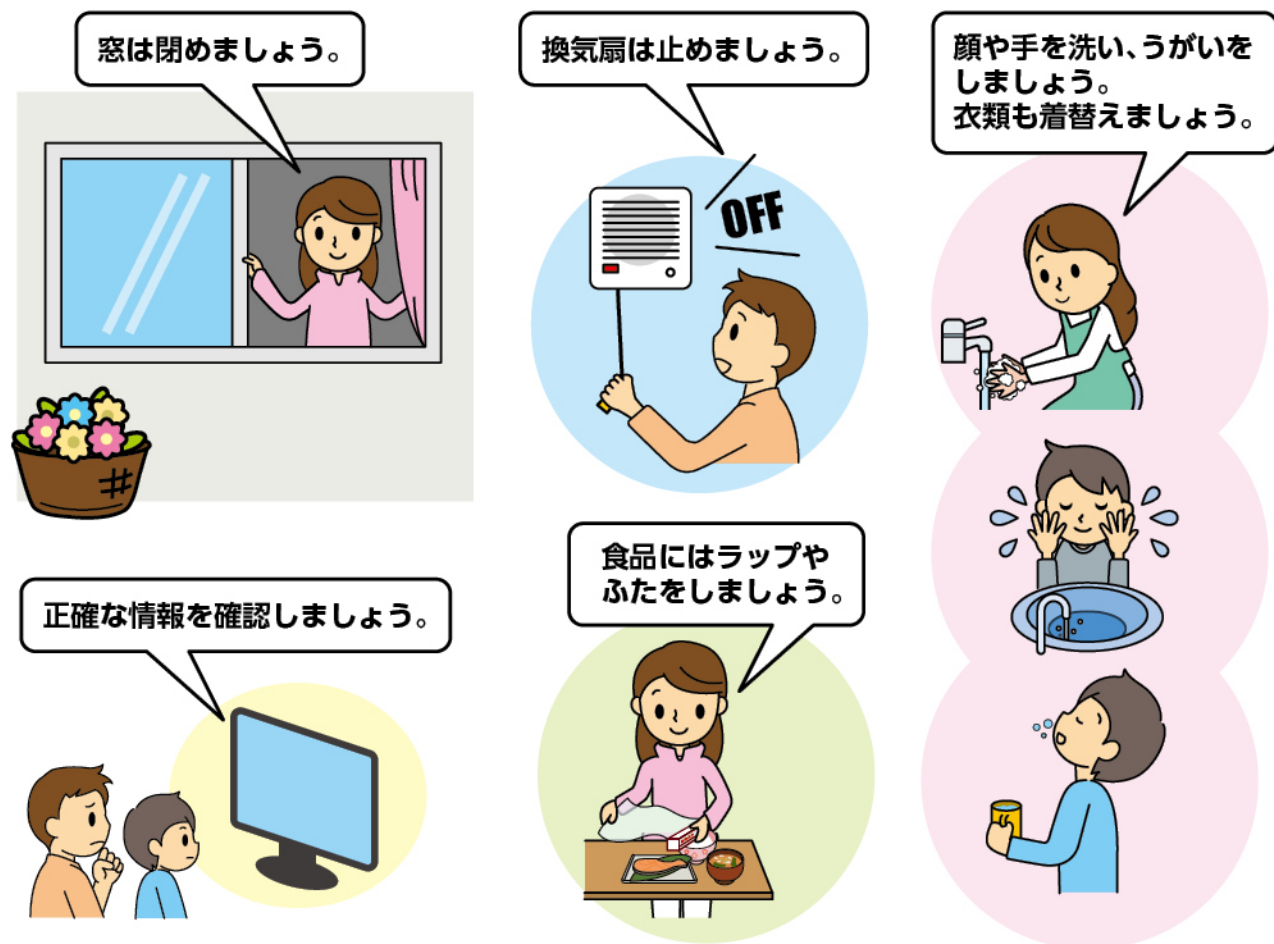
原子力災害に備えて

■ 屋内退避が安全への第一歩！！

屋内退避することで、建物の気密性と遮へい効果により、放射線による影響を回避したり、低減させることができます。



■ 屋内退避時のポイントは「落ち着いた対応が大切」



国民保護情報とは

我が国に対する外部からの武力攻撃から国民の生命、身体又は財産を保護するために、地域の方々に注意を呼び掛けるための情報です。実際にこうした事態に遭遇してしまった場合に、一人ひとりが冷静に行動することが大切になります。そのためには、日頃から、こうした事態に遭遇した場合にどのように対応したらいいのかが、その際に必要なものは何かなどについて、家族も含めて心得ておきましょう。

情報伝達方法

住民が適切な避難を速やかに行うためには、住民に正確な情報を迅速に伝達することが重要であることから、政府は関係する地域の住民に対して「**全国瞬時警報システム(Ｊアラート)**」を使用して情報伝達します。

また、テレビ、ラジオなどの放送や広報車両などを通して、**どのようなことが、どこで発生したあるいは発生するおそれがあるのかみなさんにどのような行動をとってほしいのか**といった警報の内容をお伝えします。

■ 通知される情報の種類

- 弾道ミサイル情報
- 航空攻撃情報
- ゲリラ・特殊部隊攻撃情報
- 大規模テロ情報
- その他緊急に伝達することが必要な情報



火山について

日本には111の活火山があります。

愛知県内には存在しませんが、旅行等で被災する可能性もありますので、火山についてよく知ることが大切です。

※活火山とは、「概ね過去1万年以内に噴火した火山及び現在活発な噴気活動がある火山」と火山噴火予知連絡会により定義されています。

噴火警戒レベル

火山活動の状況に応じて「警戒が必要な範囲(生命に危険を及ぼす範囲)」と防災機関や住民等の「とるべき防災対応」を5段階に区分した指標のことです。常時観測火山である50火山のうち、**49火山(令和4年3月現在)**で運用されています。

種類	名称	対象範囲	噴火警戒レベルとキーワード	説明(火山活動の状況)
特別警報	噴火警報(居住地域)又は噴火警報	居住地域及びそれより火口側	レベル5 避難	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生、あるいは切迫している状態にある。
			レベル4 高齢者等避難	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生すると予想される(可能性が高まってきている)。
警報	噴火警報(火口周辺)又は火口周辺警報	火口から居住地域近くまで	レベル3 入山規制	居住地域の近くまで重大な影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。
		火口周辺	レベル2 火口周辺規制	火口周辺に影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。
予報	噴火予報	火口内等	レベル1 活火山であることに留意	火山活動は静穏。火山活動の状況によって、火口内で火山灰の噴出等が見られる(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)。

大きな地震の後、数年内に火山が噴火するといわれています。

噴火速報

噴火速報は、噴火の発生事実を迅速に伝える情報で、登山者や住民に、火山が噴火したことを端的にいち早く伝え、身を守る行動を取っていただくために気象庁から発表されます。

噴火速報が発表されたときは、**直ちに身の安全を図る必要があります。迷っている時間はありません。**

■ 噴火が起きたとき

- コンクリート製などの頑丈な建物の中へ避難する。
- 登山中であれば、近くの山小屋やシェルター、岩陰などの身を隠せる場所に避難する。
- ヘルメット・ゴーグルを着用し、マスクや湿らせたタオルなどで口を覆う。



避難と準備編

避難する

避難行動は、災害の状況や避難の目的によって変わってきます。

本冊で確認した災害別の避難行動を基に、いざという時どのように行動するのか、家族と話し合っておきましょう。

避難の目的	逃げるタイミング	避難の種類
いのちを守るための避難	災害発生前、災害発生直後	立退き避難 ▶市が指定した当該災害に対応した避難場所への避難 屋内安全確保 ▶その時点で居る建物内において、より安全な部屋等への移動
仮の生活を送るための避難	災害発生後、落ち着いたら	市が指定する 避難所 への移動または 在宅避難



既に周辺で災害が発生している場合など、立退き避難がかえって命に危険を及ぼしかねないと自ら判断する場合は、**少しでも命が助かる可能性の高い避難行動**を取りましょう。

避難時に注意すること

動きやすい服装で

避難するときは、動きやすい格好にしましょう。

集団で避難する

一人で行動しないで、二人以上での行動を心がけましょう。

隣近所への呼びかけ

近所のお年寄りや子供、病気の人などの避難に協力しましょう。

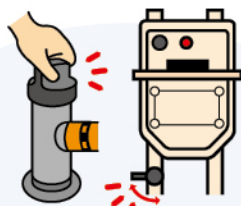


避難する前に

家を空ける前に、二次災害を防止するためにすべきことを確認しておきましょう。



空き巣や、火災の延焼を防ぐため戸締まりを忘れずに！



家を出るときには、忘れずにガス・水道の元栓を閉める。



電気が復旧した時に、壊れたり倒れた電化製品に通電して火災が発生することを防ぐため、電気のブレーカーをOFFにする。(感震ブレーカーの取り付けも効果的)

避難所利用者登録票について

避難所を利用するときは、受付時に「避難所利用者登録票」の記入が必要です。災害時の受付は混雑も予想されるため、あらかじめ記入して、災害時に持参していただくこともできます。詳細は市公式ウェブサイトを確認ください。さまざまな事情から在宅や車中で避難をする人は、支援が必要な場合、避難所で支援を受けるための情報を登録し、必要な支援を申し出ましょう。

車中泊避難について

車中泊避難は、プライバシーの確保やペットの世話ができるなどの利点がある一方で、健康管理や避難者等の状況把握の面で課題があるものの、やむを得ず車中泊避難をする時は以下のことに気を付けましょう。

- (1) 避難所利用者登録票を車中泊避難している最寄りの避難所に提出して、自身が車中泊避難をしていることを伝えましょう。
- (2) エコノミークラス症候群への対策をしましょう。
- (3) 一酸化炭素中毒への対策をしましょう。
- (4) 熱中症、低体温症への対策、安全な場所の確保と防犯対策をしましょう。

在宅避難という選択

市が開設する避難所は、収容人数や援助できる範囲に限りがあります。

自宅の安全が確保されており自宅での避難生活が可能な方は、「**在宅避難**」も**選択肢のひとつ**になります。在宅避難のためには「事前の準備」が重要となりますので、日頃から備えをしておきましょう。

簡単！ローリングストック



「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考慮して古いものから消費し、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が家庭で備蓄されている状態を保つための方法です。



農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」より

備えない防災「フェーズフリー」

フェーズフリーとは、平時と災害時の区切りをなくして、平時で使うものを災害時でも役立てようという考え方です。例えば、

- アウトドアグッズ
- ふせん（屋外での安否確認や情報共有に役立つ）
- シガーソケット充電器（USBで充電できる他、別の機能もある）
- エコバッグ（内側が撥水加工されていれば、バケツとして利用可能）等

避難所生活での健康管理について



■ 水分をしっかりとりましょう。

- 脱水症状の予防などには、十分な水分の補給が必要です。
- トイレに行かなくても済むように、水分をとらないでいることは危険です。
- 水分は、アルコールやコーヒー以外のものととりましょう。(飲む以上に尿を出すことがあります。)

■ 夜間の十分な睡眠・休息をこころがけましょう。

- なかなか眠ることができないときは、体だけでも休めましょう。
- 不眠で困っている方は、巡回の保健師等に相談してください。



■ 手洗い・うがいをこまめに行い、マスクを着用しましょう。

- 多くの人が出入りする避難所では、かぜがはやりやすかったり、のどや肺への負担が大きくなりがちです。

■ 慢性疾患などの薬を飲んでいる方は、薬がなくなる前に医療機関を受診するか、巡回の保健師に相談してください。

- 薬がきれると体調が悪化する可能性があります。
- 薬を調達するのに、時間がかかることも考慮しましょう。



■ 意識して体を動かすようにしましょう。

- 避難所生活では、普段よりじっとしていることが多く、体を動かすことが少なくなりがちです。
- 同じ姿勢をとり続けたり、体を動かすことが少なくなると、筋力が低下したり、関節が硬くなってしまうことがあります。

知っておきたい応急手当

出血がひどかったら

❶ 傷口を圧迫する（直接圧迫止血法）

きれいなガーゼやハンカチを傷口に直接当て、血が止まるまで手で強く圧迫する。大きな血管からの出血の場合で片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血をする。



❷ 止血帯を巻く（止血帯法）

手足の太い血管損傷による出血や骨折などで、直接圧迫止血法では止血が困難な場合に行います。巻き方は、①傷口より心臓に近い部分をタオルやスカーフなどでかたく結び、②棒などを結び目に差し込み、回転させて締め上げて固定する。止血帯は、できるだけ幅の広いもの(3cm以上)を用いる。30分以上続ける場合には、30分に1回止血帯をゆるめ、血流の再開を行う(巻いた時間を書いておくとよい)。

熱傷（やけど）をしたら

比較的軽いやけどであれば、できるだけ早く、きれいな冷水で15分以上痛みが無くなるまで冷やす。十分冷やしてからきれいなガーゼを当て、三角巾や包帯などをする。



骨折の疑いがあったら

- ❶ 骨折の部位を確認する ● どこが痛いか聞く。 ● 痛がっているところを確認する。
● 出血がないかを確認する。

- ❷ 患部を固定する 添え木をあて、骨折した部分の上と下の間接を固定して、患部がずれないようにする。添え木は板、かさ、ダンボール、雑誌などでもよい。



あま市防災情報メールに登録を!!



あま市では、風水害や地震などの自然災害における避難所開設等の情報をメールでお知らせする「あま市防災情報メール」のメール配信システムを運用しています。

避難所開設等の避難情報のほかに、各種気象警報や地震情報などを気象庁等から直接取得し、自動で配信することになり、より迅速に災害情報を得ることができます。

迅速に災害情報を得ることにより、様々な災害から身を守ることにもできるため、ぜひご登録ください。

あま市防災情報メールの配信内容

- 各種気象警報
- 地震情報
- 災害時の避難所開設情報
- 避難関連情報
- その他



利用について

このメールサービスは、どなたでもご利用できますが、あらかじめ携帯電話やPHS、パソコンでの登録が必要となります。登録料は無料ですが、メール受信に係る通信料は利用者の負担となります。

登録の前に

登録の前に、迷惑メール対策をしている場合はメールを受け取れない場合があります。ama-city@raidan.ktaiwork.jpからのメールを受信可能にいただき、URL付きメールの受信を許可するように設定してください。

空メール送信

右記二次元コードを読み取り、空メール(件名・本文不要)を送信してください。二次元コードを読み取れない方は、bousai.ama-city@raidan.ktaiwork.jpに空メールを送信してください。別途、登録用メールが届きます。

登録

内容を確認し、「登録」ボタンを押してください。「登録の完了」と表示されたら登録は完了です。しばらくして、登録完了のお知らせメールが届きます。



災害時の避難情報等を無料で固定電話にお知らせします

災害情報電話通報サービス

携帯電話やスマートフォンをお持ちでない方やメールを見ることができない方を対象に、防災情報を固定電話にお知らせするシステムを導入しております。(※「災害情報電話通報サービス」のご利用には、電話番号等の登録が必要です。)

お知らせする情報

避難情報の発令、避難所の開設など

お知らせするとき

- 「高齢者等避難」(警戒レベル3)を発令したとき
- 「避難指示」(警戒レベル4)を発令したとき
- 「緊急安全確保」(警戒レベル5)を発令したとき
- 避難場所を開設(増設)した場合



登録の対象となる方

携帯電話やスマートフォンをお持ちでない方、視覚障がい者

申込先・問合せ先

あま市 市長公室 危機管理課 TEL 052-444-0862

市公式LINEで災害時の情報をお知らせします

市公式LINEで友だち追加をしていただくと、LINEからも災害時の情報(避難関連情報等)を受け取ることができますのでご活用ください。

同報系防災行政無線で災害時の情報をお知らせします

市内30か所に設置された屋外拡声スピーカーから、災害時及び国民保護に必要な情報を、迅速かつ確実に伝達します。また、同報系防災行政無線の導入に伴い、「あま市防災アプリ」も配信しますのでご活用ください。(※令和8年3月運用開始予定)

マイ・タイムライン

「マイ・タイムライン」とは、台風の接近によって河川の水位が上昇するときなど、災害の発生を前提に自分自身とる防災行動をあらかじめ時系列的に整理し、取りまとめる行動計画表です。

急な判断が迫られる洪水発生時に、自分自身の行動の指針となるため、自分の家族構成や生活環境にあった避難に必要な情報・判断・行動を把握して「マイ・タイムライン」を作成し、「自分たちの逃げ方」を事前に把握しておきましょう。

警戒レベル	1	2	3	4	5
避難情報	避難に関する情報	自主避難など注意の呼びかけ	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
必要な情報	早期注意情報 大雨に関する気象情報	大雨・洪水注意報	大雨・洪水警報 (大雨や洪水となる3～2時間前程度)		
	風に関する気象情報	強風注意報	暴風警報 (暴風となる6～3時間前程度)		
	高潮に関する情報	高潮注意報 ※高潮氾濫危険情報などを確認	高潮警報 (高潮となる6～3時間前程度)		
	河川の氾濫に関する情報	氾濫注意情報	氾濫警戒情報 ※氾濫情報が発表されない河川では洪水警報・大雨警報(数時間～1時間前程度) (浸水害)の危険度分布を見ながら危険度を確認	氾濫危険情報	
住民がとるべき行動	災害への心構えを高める	自らの避難行動を確認	危険な場所から高齢者等は避難	危険な場所から全員避難	災害発生
記入例	祖父・祖母 避難準備 (準備に要する時間約60分)	避難経路と避難場所を再確認	避難を開始 (避難に要する時間約60分) → 避難完了		
	父・母・子		避難準備 (準備に要する時間約60分)	避難を開始 (避難に要する時間約40分) → 避難完了	
わが家の行動					避難する場所

災害に備え非常持ち出し品の準備をしておこう

大災害が発生したときには、電気やガス、水道、通信などのライフラインが止まってしまう可能性があります。ライフラインが止まっても自力で生活できるよう、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておくことが大事です。また、自宅が被災したときは、安全な場所に避難し、そこで避難生活を送ることになります。避難所生活に必要なもの(非常用持ち出し品)を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備えておきましょう。

チェックリスト

※何を必要とするかは、家族状況やお住まいの地域によっても異なります。日ごろから家族で話し合しましょう。

貴重品

- ☐ 現金(小銭を含む)
- ☐ 車や家の予備鍵
- ☐ 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- ☐ 銀行の口座番号・生命保険契約番号など
- ☐ 健康保険証
- ☐ 身分証明書(運転免許証、パスポートなど)
- ☐ 印鑑
- ☐ 母子健康手帳

情報収集用品

- ☐ 携帯電話(充電器を含む)
- ☐ 携帯ラジオ(予備電池を含む)
- ☐ 家族の写真(はぐれた時の確認用)
- ☐ 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- ☐ 広域避難地図
- ☐ 筆記用具

食糧など(3日分以上、可能な限り1週間分程度)

- ☐ 非常食
- ☐ 飲料水

清潔・健康のためのもの

- ☐ 救急セット
- ☐ 常備薬・持病薬
- ☐ タオル
- ☐ トイレットペーパー
- ☐ 着替え(下着を含む)
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 歯ブラシ
- ☐ 消毒液・石鹸

地震などの広域災害の場合、救援物資がすぐ被災地に届くわけではありません。非常持ち出し品、3日分以上(可能な限り1週間分程度)の飲料水と食糧、医薬品等を日ごろから準備しておきましょう。

便利品など

- ☐ 防災頭巾またはヘルメット
- ☐ 懐中電灯(予備電池を含む)
- ☐ 笛やブザー(音を出して居場所を知らせるもの)
- ☐ 万能ナイフ
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ マスク
- ☐ ビニール袋
- ☐ アルミ製保温シート
- ☐ 毛布
- ☐ スリッパ
- ☐ 軍手または皮手袋
- ☐ マッチまたはライター
- ☐ 給水袋
- ☐ 雨具(レインコート、長靴など)
- ☐ レジャーシート
- ☐ 簡易トイレ

その他

- ☐ 紙おむつ(幼児用・高齢者用)
- ☐ 生理用品
- ☐ 粉ミルク・哺乳瓶・液体ミルク
- ☐ 体温計・マスク(感染症予防対策用)
- ☐ ビニール手袋
- ☐ その他自分の生活に欠かせないもの

ペットの防災用品

- ☐ エサと水(5日分、できれば7日以上)
- ☐ キャリーバッグやケージ
- ☐ 首輪やリード
- ☐ トイレ用品(ビニール袋、ペットシートなど)

家族のためには



※予備メガネ、補聴器、持病の薬、お薬手帳など、家族に応じた非常持ち出し品を考えましょう。

枕元には



※夜、地震が起きた場合に備えて用意しておきます。飛び散らないように袋に入れておきましょう。

車の中や倉庫等には



※バール・ジャッキ・テント・毛布・寝袋・ビニールシートなども車の中や取り出しやすい場所に用意しましょう。

わが家の防災メモ

わが家の避難所

家族の集合場所

災害時の緊急連絡

家族の名前	生年月日	血液型	携帯電話番号	会社・学校の連絡先

災害用伝言ダイヤル「171」

災害用伝言ダイヤル「171」は、地震などの災害発生により被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に利用できます。利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生を行ってください。

災害発生に備えて、事前に体験利用できます。＜体験利用が可能な日時＞

- 毎月1日及び15日 00:00～24:00
- 防災週間（8月30日9:00～9月5日17:00）
- 正月三が日（1月1日00:00～1月3日24:00）
- 防災とボランティア週間（1月15日9:00～1月21日17:00）

災害用伝言ダイヤル「171」のかけ方

伝言録音方法

171



ガイダンスが流れます

1

（暗証番号を利用する場合は3）



ガイダンスが流れます

(052) ■■■■-■■■■

被災地の方の自宅の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。



ガイダンスが流れます

録音

（30秒以内でお話してください）

伝言再生方法

171



ガイダンスが流れます

2

（暗証番号を利用する場合は4）



ガイダンスが流れます

(052) ■■■■-■■■■

被災地の方の自宅の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。



ガイダンスが流れます

伝言再生します

※録音された伝言は、被災地の方の電話番号を知っている全ての方が聞くことができます。
※暗証番号（任意の数字4桁）により、暗証番号を知っている方のみ再生することができます。

本誌に関するお問い合わせ先

あま市 市長公室 危機管理課 Tel. 052-444-0862

発行／ あま市 市長公室 危機管理課
株式会社ゼンリン 名古屋支店

2025 年 11 月発行

「測量法に基づく国土地理院長承認（使用）R2JHs 293-126 号」
「この地図は、あま市長の承認を得て同市所管の 2,500 分の 1 都市計画基本図を使用したものである。31 あ都第 208 号」
「JIS Z 8210 避難所（建物）」
無断で複写・転載することとはご遠慮ください。