避難行動

避難時の注意事項

地震時の注意事項の例

電気のブレーカーを切って、火の始末と戸締りをする！

倒壊の危険があるものには近寄らない！

誘導員の指示に従う！

行先を書いたメモを残す！

土砂災害時の注意事項の例

土砂災害の多くは雨が原因で起こる

1時間に20mm以上、または降り始めから80mm以上の雨になったら注意しましょう

危険と判断したら早めに自主避難

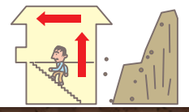
避難準備情報等が出されていない場合でも、危険や不安を感じた時は、自主避難をしましょう

土石流からの避難の方法

土砂の流れる方向から離れるように、少しでも高いところへ逃げるようにしましょう

逃げ遅れたら、命を守ることを優先する

壊れにくい建物の高い階（斜面の反対）に、避難しましょう



要配慮者の避難

要配慮者や避難行動要支援者を助けよう！

要配慮者や避難行動要支援者は、災害発生時に最も被害を受けやすく、特別な支援が必要です。地域全体で支え合えるように、日頃から備えておきましょう。

要配慮者や避難行動要支援者を守ろう

高齢者や乳幼児
- ◎災害時の支援者をあらかじめ決めておく
- ◎できるだけ複数で対応する　など

目の不自由な人
- ◎まず、声をかける
- ◎腕を貸してゆっくりと歩く　など

車いすの人
- ◎必ず誰かが付き添う
- ◎段差があるところはゆっくりとした対応を心がける　など

病気や怪我の人
- ◎程度に応じて支援
- ◎声をかける
- ◎肩を貸す
- ◎手を添える　など

耳の不自由な人
- ◎口を大きく動かし、はっきり・ゆっくり話す
- ◎身振りや筆談　など

外国の人
- ◎孤立させないよう日本語でもいいので、声をかける
- ◎身振り手振り　など

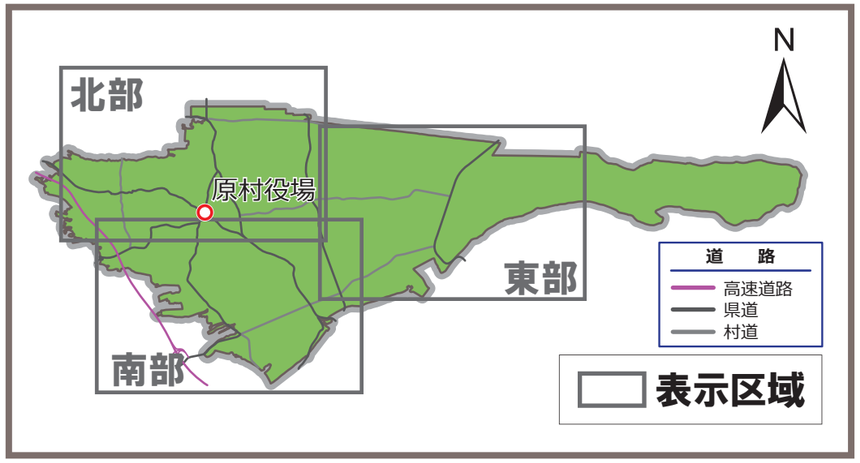
※要配慮者：高齢者、障がい者、児童、傷病者、外国人、乳幼児、妊産婦など災害時に配慮が必要な人のこと。
※避難行動要支援者：要配慮者の中で、特に支援を要する人のこと。

地区別マップ

マップの地区割り

右図の地区割りごとに『建物被害マップ』『防災マップ』『土砂災害マップ』の3種類のマップを示しています。

お住まいの地域や、普段よく行く場所について、災害の危険性や避難先の位置などを確認しておきましょう。



各マップの説明

建物被害マップ　«11p～16p»

想定地震が発生した際に、著しい被害を受ける建物の割合（全壊する建物の割合）を、50mメッシュ単位で表現したマップです。

※地域としての建物被害の危険性を示したものであり、個別の建物の危険性を示すものではありません。

※建物全壊率が高い地域であっても耐震性の高い建物は壊れにくく、反対に建物全壊率が低い地域であっても老朽化した建物は壊れる可能性があります。

防災マップ　«17p～22p»

航空写真を背景として、避難施設や拠点施設、消防水利など、防災のために使う施設等の情報を示したマップです。

土砂災害マップ　«23p～24p»

土砂災害防止法に基づき、長野県が指定した、がけ崩れや土石流といった土砂災害の危険性がある区域（土砂災害（特別）警戒区域）を示したマップです。

各マップの凡例

- 指定緊急避難場所
- 指定避難所
- 公民館等
- 福祉避難所
- 役場庁舎
- 消防署
- 消防団屯所
- 診療所
- 警察署
- 消火栓
- 防火水槽
- 物資輸送拠点
- ヘリポート
- 中央自動車道
- 県道
- 主要村道

指定緊急避難場所	災害が発生したとき、もしくは発生するおそれがある場合に、一時的に身の安全を確保するための場所です。
指定避難所	災害により家に戻れなくなった被災者が、しばらくの間、避難生活を送ることができる施設です。
福祉避難所	一般の避難所では生活することが困難な要配慮者に対し、特別な支援を行うための避難所です。