

我が家の防災メモ

- 避難所
- 避難場所
- 家族の集合場所
- 緊急連絡先

氏名	勤務先・学校等	電話番号

覚えてください！ 災害用伝言板

地震、噴火などの災害の発生により、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、家族の安否や避難先を知らせることができます。一般電話の他に公衆電話、携帯電話からも利用できます。下記の他に、各携帯会社の災害伝言サービスも活用して下さい。

災害用伝言ダイヤル 171



災害用伝言版 (Web 171)

※事前に利用者登録しておくことをおすすめします



簡易雨量計を作成するときに、このものさしを利用しましょう。

朝日村(御馬越地区) 地区防災マップ

平成30年12月

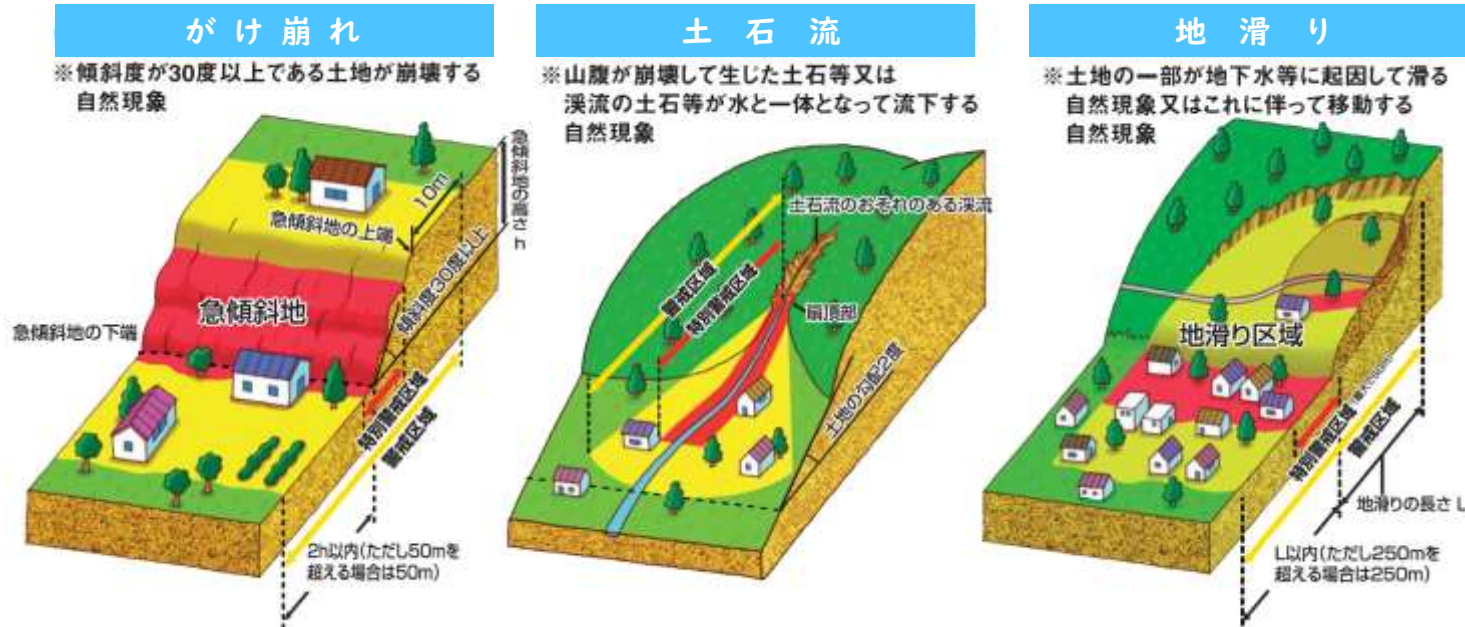


朝 日 村

土砂災害の基礎知識

がけ崩れや土石流、地すべりが発生した場合、被害を受ける恐れのある区域について県が土砂災害(特別)警戒区域として指定しています。
 該当地区にお住まいの方は、大雨時には警戒避難が必要となる可能性があるため、避難場所の確認や避難経路の確認など、日頃からの備えが必要です。

土砂災害の種類と警戒区域・特別警戒区域



「土砂災害防止法」で区域に指定されると...

警戒区域では

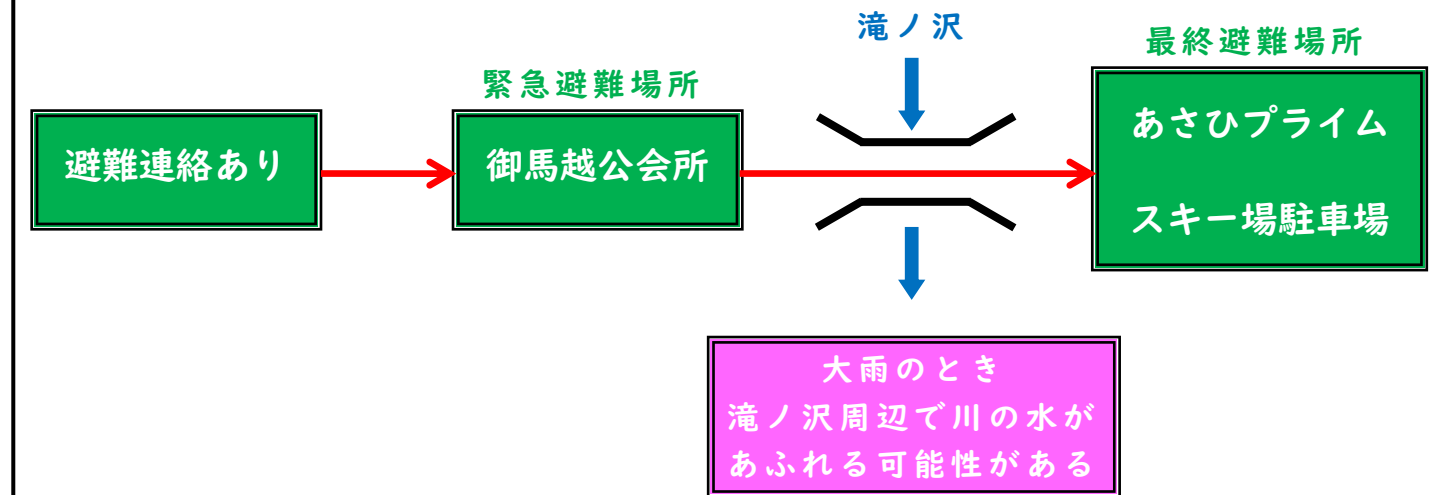
- 警戒避難体制の整備**
土砂災害から生命を守るため、災害情報の伝達や避難が早くできるように警戒避難体制の整備が図られます。【市町村】
- 建築物の構造規制**
崖を有する建築物は、作用すると想定される衝撃等に対して建築物の構造が安全であるかどうか建築確認がされます。【建築主事を置く地方公共団体】

特別警戒区域ではさらに

- 特定の開発行為に対する許可制**
住宅地分譲や災害時要援護者関連施設の建築のための開発行為は、基準に従ったものによって許可されます。【都道府県】
- 建築物の移転勧告**
著しい損壊が生じるおそれのある建築物の所有者等に対し、移転等の勧告が図られます。【都道府県】

避難場所および避難ルート

1. 避難の連絡があった場合は、緊急避難場所の「御馬越公会所」に避難しましょう。
2. 一人暮らしのご高齢の方や、からだの不自由な方の避難には、近隣の皆さんの支援が必要です。助け合いましょう。
3. 避難場所に向かうときは、急斜面や沢などの状況変化に十分注意しながらなるべくまとまって移動しましょう。

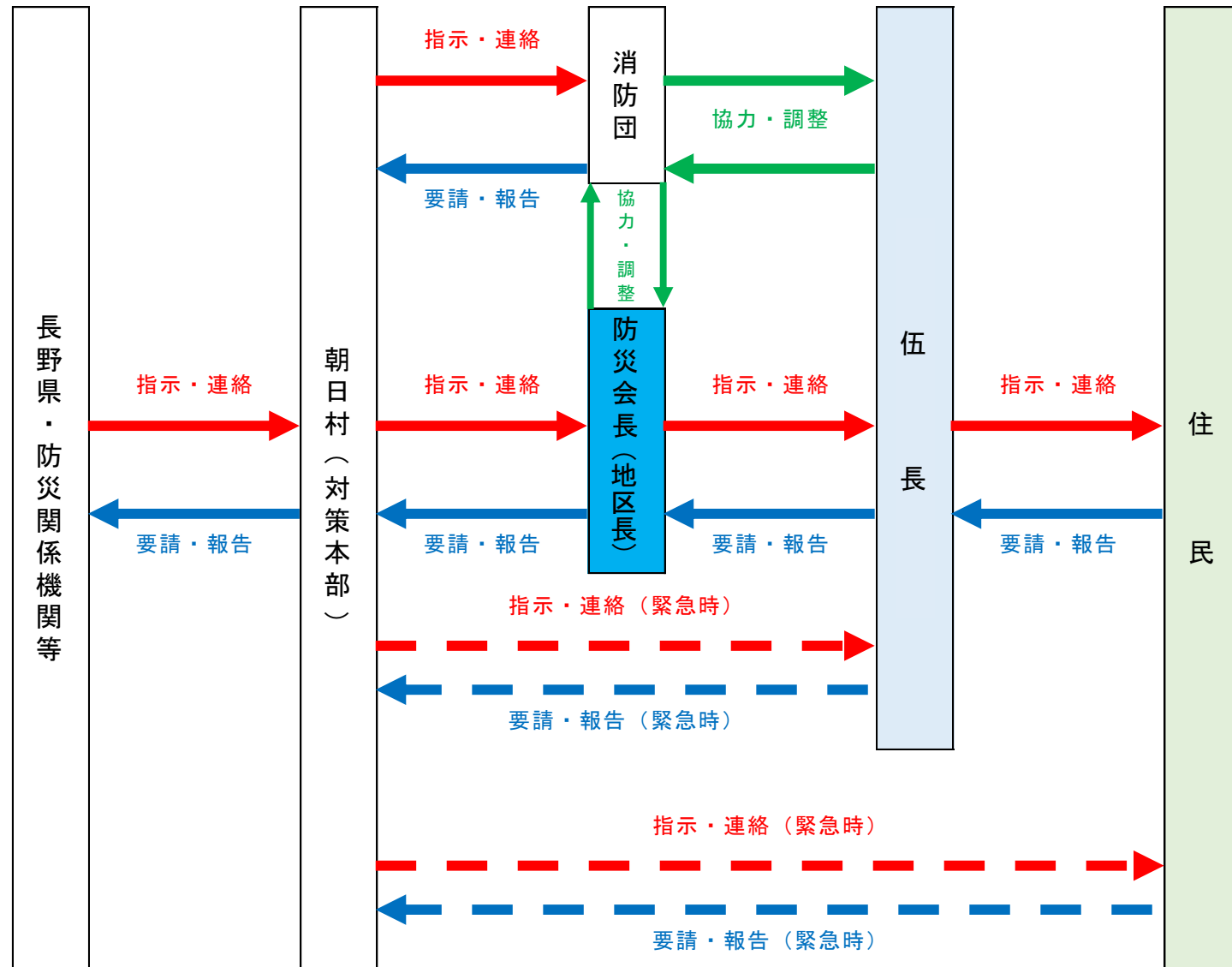


最終避難場所へ避難するときの注意事項

1. 土砂災害発生のおそれがある場合に、緊急避難場所から最終避難場所へ移動するときは、事前に必ず複数人で、滝ノ沢橋周辺の水路があふれていないかなど、安全を確認しましょう。
2. 滝ノ沢橋周辺で水路があふれていて移動が困難な場合は、無理に渡ろうとせず、緊急避難場所にとどまり安全を確保しましょう。

災害時の連絡系統と主な連絡先

災害発生時、及び前兆現象を発見した際は原則として朝日村(消防団)⇄地区長⇄伍長⇄住民の系統により、情報伝達・収集を行います。



防災関連機関等一覧

名称	所在地	電話番号	備考
消防局 119番	松本広域消防局	松本市渚1-7-12	代表
	山形消防署	山形村5997-3	代表
警察 110番	塩尻警察署	塩尻市宗賀73-305	代表
	朝日村駐在所	朝日村小野沢1327-7	代表
朝日村 施設	朝日村役場	朝日村古見1555-1	代表
	御馬越公会所	朝日村古見125-口	AYT電話
	あさひプライムスキー場	朝日村古見306-1	
地区			

土砂災害の予兆現象に注意しよう

土砂災害が発生する前には、予兆現象が確認されることがあります。大雨が降り始めた時には、周囲の様子に注意して、次のような現象を発見したら直ちに避難を開始しましょう。行政機関の情報に依存しすぎず、自らの判断で避難する事が重要です。

土石流の発生前には…



山鳴りがする



急に川の流れが濁り、流木が混ざっている



雨が降り続けているのに、川の水位が下がる

がけ崩れの発生前には…



がけに割れ目が見える



がけから水が湧き出す



がけから小石が落ちてくる

がけ崩れの発生前には…



沢や井戸の水が濁る



地面にひび割れができる



斜面から水が噴き出す

この他にも…

- ・地鳴り、木々の千切れる音、岩の割れる音などがする
- ・ものの腐ったような臭い(腐葉土、下肥の臭い)がする
- ・小動物が異常行動(騒ぐなど)をとる など


行政機関などからの情報に注意しよう

ワンカップなどの寸胴容器に、底から1cm刻みで目盛りを書き、雨を遮るものがない平坦な場所に水平に置く事で、大体の雨量を知ることができます。雨が降り出したら各自雨量を計測するとともに、行政機関等からの情報に注意するよう、日頃から心がけておきましょう。

・連続雨量で100mm以上の雨
雨が降り出してから、10cmのコップがあふれる。

・1時間に20mm以上の雨
車のワイパーを動かしても、前が見えにくいほどの強い雨

雨が降り出したら雨量を気にする習慣をつけましょう。寸胴の容器(ワンカップの空き瓶など)が簡易雨量計に適しています。
※地面に直接置くと、跳ね返りのしずくが混入し正確に計ることができなくなるので、注意が必要です。



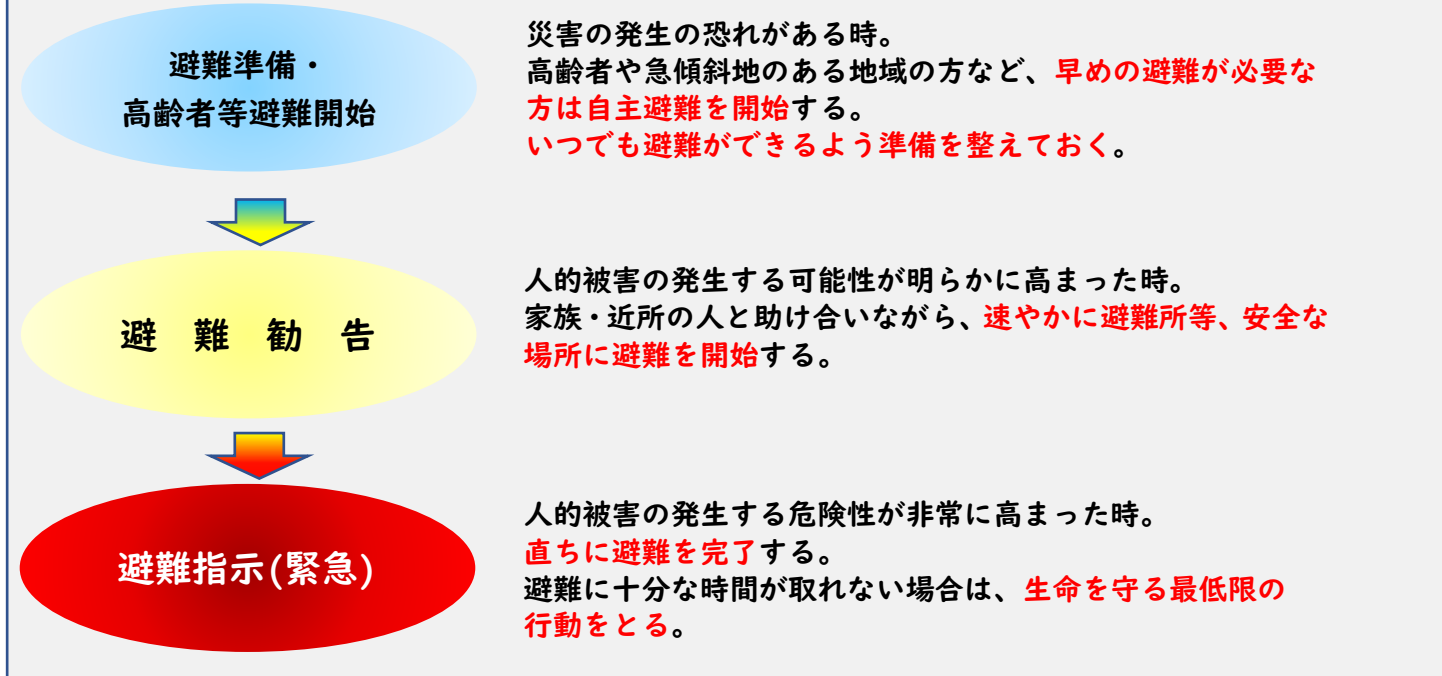
1時間雨量	10~20mm	20~30mm	30~50mm	50~80mm	80mm以上
予報用語	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
降り方イメージ	ザーザーと降る	どしゃ降り	バケツをひっくり返したように降る	滝のように降る	息苦しくなるような恐怖と圧迫感

行政機関や気象台から発表される情報

土砂災害警戒情報…土砂災害の危険性が高まった場合に、市町村単位で、気象台と県から(地域の雨量などを考慮して)発表される情報

特別警報…数十年に一度の大雨等、**大災害の可能性が非常に高まった場合に**気象庁から市町村単位で発表される情報

朝日村から発令される避難情報



これらの情報は、テレビやラジオなどからも流れます。また、長野県河川砂防情報ステーション(長野県ホームページ)や気象庁ホームページでも、情報を確認できます。普段から、情報を積極的に入手する習慣をつけましょう。

リンク:長野県河川砂防情報ステーション(PC) <http://www.sabo-nagano.jp/>
気象庁ホームページ (モバイル) <http://www.sabo-nagano.jp/m/>
<http://www.jma.go.jp/>

我が家の非常時持出品チェックシート

飲食

<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> 簡易食器
<input type="checkbox"/> ラップ類	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

情報

<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 電池
<input type="checkbox"/> 筆記用具	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

衛生

<input type="checkbox"/> 医薬品	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

便利

<input type="checkbox"/> 雨具	<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> はさみ
<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

最後に

<input type="checkbox"/> 現金	<input type="checkbox"/> 持病薬	<input type="checkbox"/> 身分証明書
<input type="checkbox"/> 鍵	<input type="checkbox"/> マイナンバーカード	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※非常持ち出し袋は、いちど背負ってみて重すぎないか確認してみましょう。

その他あると便利なもの

<input type="checkbox"/> 防寒具	<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> 毛布
<input type="checkbox"/> LEDランタン	<input type="checkbox"/> カイロ	<input type="checkbox"/> 折り畳みポリタンク
<input type="checkbox"/> 卓上コンロ	<input type="checkbox"/> ビニールシート	<input type="checkbox"/> ガムテープ
<input type="checkbox"/> ティッシュ	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> めがね
<input type="checkbox"/> 歯ブラシ	<input type="checkbox"/> 紙オムツ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※これ以外に必要な物があれば空欄に追加してチェックしましょう。

いつでも避難できるように
持ち出し品をチェックしておきましょう

非常時持出品リスト

災害後の救助や支援物資が届くまでに最低限必要なものを準備しておきましょう。

1人当たり3日以上以上の食料や飲み物などを備えておきましょう。

家族構成によっても違ってきますので、**何が必要か** 家族で話し合ってみましょう！



非常持出袋に入れておくもの

飲食



飲料水・非常食
簡易食器・ラップ類

衛生



医薬品・タオル・マスク
ウェットティッシュなど

情報



携帯ラジオ・懐中電灯
電池・筆記用具

便利



雨具・ロープ・はさみ
ビニール袋・ライター等

最後に

現金（公衆電話用に10円玉）
持病薬・身分証明書・鍵
マイナンバーカード（通知書）など

その他あると便利なもの



防寒具・着替え・毛布・LEDランタン・カイロ・折り畳みポリタンク・卓上コンロ
ビニールシート・ガムテープ・ティッシュ・簡易トイレ・めがね・歯ブラシ等・紙オムツ etc
各ご家庭に合わせ必要な物を準備して下さい

避難時の心得

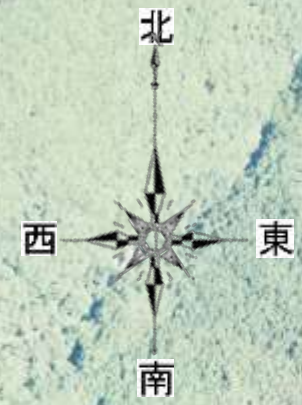
 あらかじめ安全な避難路の確認	 非常持出品の準備	 正確な情報収集と早めの行動	 避難の呼びかけに注意
 緊急車両の妨げ等になるので徒歩で避難	 要配慮者の避難にご協力を	 動きやすい服装 2人以上での避難	 避難する時は用水路や側溝、マンホールに注意

災害時は要配慮者をみんなで助けましょう

「要配慮者」とは、高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦など、情報収集や避難活動を速やかに行うことが難しく、大きな被害を受けやすい方たちをいいます。近隣に住んでおられる方、もしくは要配慮者利用施設がありましたら安全に避難できるよう**手助けをお願いします。**

- ①高齢者・病人 背負って安全な場所まで避難する。
- ②肢体の不自由な方（車椅子の方） 階段では2人以上が必要。登りは上向き、下りは後ろ向きにして移動する。
- ③耳の不自由な方 手話、筆談、身振り等で正確な情報を伝える。
- ④目の不自由な方 手引きをする時は、杖（白杖）を持った方の腕はとらないようにします。自分のひじの辺りを軽く持ってもらうようにするか、杖（白杖）を持たない手を自分の腕に絡ませて半歩前をゆっくり歩く。
- ⑤知的・精神障害のある方 積極的に声をかけ、焦るような言動は避けてまず安心感を与える。

朝日村 御馬越地区防災マップ



平成5年ごろ
山腹崩壊あり

大雨により未舗装の
道路が陥没して
タイヤが穴にはまった

昭和58年
滝ノ沢で土石流が発生し
土砂が道をふさいだ

昭和58年
宮沢で土石流が発生し
土砂が道をふさいだ

雨水被害で木が倒れ
地山が見えている

山水が集中して出る

滝ノ沢の洪水時
道路にあふれて通行不可
が予想される

山腹崩壊
現在あり

大雨のとき
斜面の石積みから
浸透水が湧出する

洪水時には護岸に大石が
ゴロンゴロンと当たり
壊れそうになる

昭和20年8月
鎖川が氾濫した

昭和58年
大宮沢で土石流発生

あさひプライム
スキー場駐車場

防災備蓄倉庫

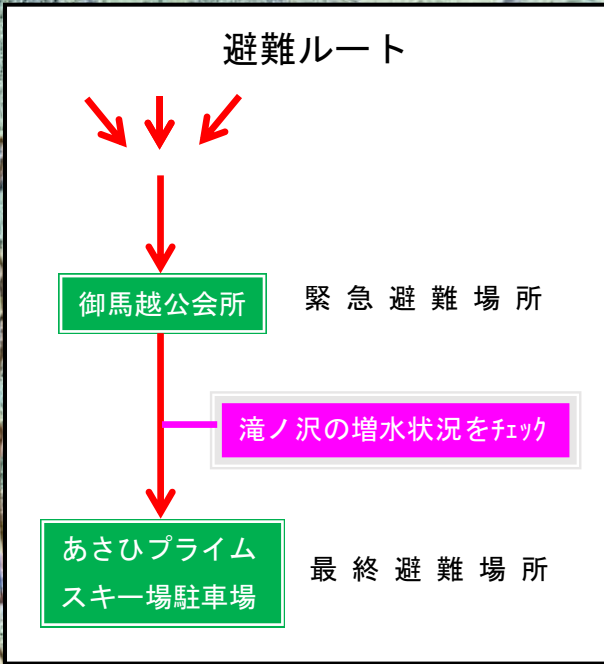
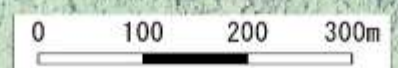
もえぎ野上駐車場

御馬越公会所

野保沢

中俣沢

森の上池



凡 例

- 降雨時に確認される
予兆現象および危険箇所
- 過去に災害が発生した場所
および危険だった場所
- 自主避難時集合場所
および避難場所
- 防災備蓄倉庫
- 集会所・自治会館等
- 村指定緊急避難場所
- 避難ルート
- 県道御馬越塩尻停車場線
- 村道

<自主避難基準>

連続雨量が100mmに達した時
(ワンカップで10cm)

① 時間雨量が20mmに達した時
(ワンカップで2cm)

② いつもと違う(災害につながると
思われる予兆)現象を確認した時

上記いずれかの状況を確認した場合、
報告体制に従い報告する

土砂災害防止法による警戒区域

土砂災害特別警戒区域 (レッドゾーン)	急傾斜地	
	土石流	
土砂災害警戒区域 (イエローゾーン)	急傾斜地	
	土石流	