相馬市<洪水>ハザードマップ（地蔵川）

はじめに

このハザードマップは、福島県が調査を行った地蔵川の「浸水想定区域※」の結果に基づいて作成したもので、予想浸水域を表示しています。あくまで「想定」によるものですので、想定を超えた区域が浸水することも考えられます。
このハザードマップを活用して、洪水による被害を最小限にとどめるため、また、災害発生時に落ち着いて行動することができるよう、身の回りの危険箇所と近くの避難場所を把握し、いざというときの備えとしてください。
※浸水想定区域…想定し得る最大規模降雨（おおむね1000年に1度）の大雨の場合、浸水する区域を想定したもの

地域の防災力を高める 自助・共助・公助

地震や洪水、台風等の自然災害による被害は、わたしたちの日ごろの努力によって減らすことが可能です。
行政による「公助」はいうまでもありませんが、自分の身は自分で守る「自助」、地域や身近にいる人どうしが助け合う「共助」こそが、災害による被害を少なくするための大きな力となります。ただし、身のまわりの人を助けるには、まず自分自身が無事でなければなりません。「自助」があっての「共助」です。
災害が起きてからでは間に合いません。いざという時に備え、適切な行動ができるよう日常的に防災を意識しましょう。

出典：内閣府ホームページ（https://www.bousai.go.jp/index.html）を加工して作成

家族みんなで防災会議

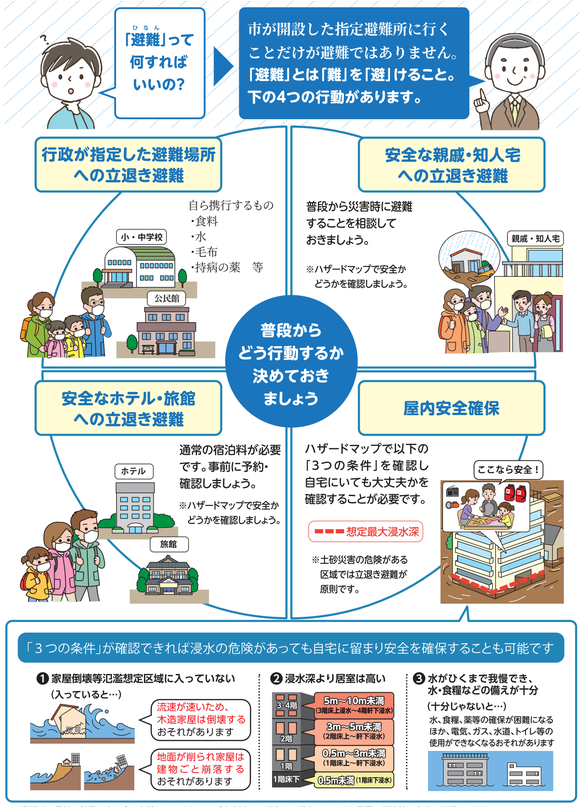
災害は家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときに慌てず行動できるよう、本書を活用いただき、家族で普段から話し合っておきましょう。

- □ 家具の置き方、工夫していますか?
- □ 食料・飲料などの備蓄、十分ですか?
- □ 非常用持ち出しバッグの準備、できていますか?
- □ 安否確認方法、決まっていますか?
- □ 避難場所や避難経路、確認していますか?
- □ 関連お役立ちサイト、把握していますか?
- □ もしもの時の情報収集、していますか?

出典：首相官邸ホームページ（https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/index.html）を加工して作成

発行：相馬市 [問い合わせ：総務部　地域防災対策室　TEL0244-37-2121]
作成：令和6年2月
制作・著作：株式会社ギンリン福島サービスセンター

「避難」って何をすればいい?



豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊する場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分に確認して下さい。
内閣府：新たな避難情報に関するポスター・チラシを引用

避難行動ガイド❶

警戒レベルについて

警戒レベルは、水害や土砂災害に備えて住民がとるべき行動をお知らせするために5段階にレベル分けしたもので、市区町村が避難情報と合わせて出す情報です。

避難情報等（警戒レベル）

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等
5	災害発生又は切迫	命の危険　直ちに安全確保! ・警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。 ・警戒レベル5緊急安全確保の発令を待ってはいけません! ・ただし、警戒レベル5は、市区町村が災害の発生・切迫を把握できた場合に、可能な範囲で発令される情報であり、必ず発令される情報ではありません。	緊急安全確保
～～～ ＜ 警戒レベル4までに必ず避難! ＞ ～～～			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難 ・警戒レベル4避難指示は、立退き避難に必要な時間や自役時間等を考慮して発令される情報で、このタイミングで危険な場所から避難する必要があります。	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難 ・「高齢者等」は障害のある人や避難を支援する者も含んでいます。 ・さらに、高齢者等以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、自主的に避難するタイミングです。	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報

河川水位や雨の情報（警戒レベル相当情報）

	防災気象情報（警戒レベル相当情報）		
	浸水の情報（河川）	土砂災害の情報（雨）	
5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報（土砂災害）	
4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報	
3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報	
2相当	氾濫注意情報	―――	
1相当	―――	―――	

※市区町村長は、河川や雨の情報（警戒レベル相当情報）のほか、地域の土地利用や災害実績なども踏まえ総合的に避難情報等（警戒レベル）の発令判断をすることから、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。

避難指示等が発令されたら速やかに避難行動をとる必要がありますが、突発的な災害では、発令が間に合わないこともあります。
避難指示等が発令されていなくても、警戒レベル相当する気象情報を認識し、危険を感じたら早めに避難行動をとってください。
大切なことは「**自分で判断する**」ということです。

警戒レベル5はすでに災害が発生・切迫している状況です。
また、必ず発令されるものではありません。

警戒レベル3高齢者等避難や**警戒レベル4避難指示**で、地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。

（ページ内の図表は内閣府・気象庁ホームページより抜粋、編集）

避難行動ガイド❷

避難行動に関しての行政発令の避難情報の種類と、住民の皆さまの対応

避難指示などは、災害の種類ごとに避難行動が必要な地域を示して発令しますが、地域やご家庭などの事情によって、「避難指示」を待たずに避難が必要と考えられる場合は、「自主避難」をお願いします。

区　分	立退き避難など住民の皆さまの行動
高齢者等避難	・気象情報に注意を払い、立退き避難の必要性について考える。 ・立退き避難が必要と判断する場合は、その準備と立退き避難をする。 ・要配慮者（障がい者や高齢者で避難行動が困難な人）は、この段階で立退き避難をする。
避難指示	・非常時持ち出し品をもって、立退き避難をする。 ・立退き避難することが、かえって危険と判断される場合は、屋内で安全を確保する。
緊急安全確保	・既に災害が発生している状況であり、命を守るための最善の行動をとる。 ・市が災害発生を把握していない場合もあり、必ず発令されるものではないことに留意する。

※「自主避難」とは・・避難指示などを待たず、自主的に地区集会所、親戚や友人の家などの安全な場所へ避難することです。その際は、出来るだけ必要な食糧、飲物、日用品などを持参するようにしてください。
※雨が降り続いていたら、テレビ・ラジオ・スマートフォンパソコンなどで最新の気象情報を入手しましょう。特に、河川氾濫の浸水想定区域や土砂災害警戒区域にお住まいの方は、自分で早めに判断し、「危ない」と思ったら、直ちに危険な区域から離れる行動（自主避難）をすることが命を守ることになります。

自主防災組織

自主防災組織の活動内容

自主防災組織とは、自治会などの単位で結成されるもので、地域のみなさんが自主的に連携して防災活動を行う団体のことをいいます。災害による被害を最小限におさえるためには、「自分たちの地域は自分たちで守る」という考え方が重要となります。

平　常　時

災害に備えるために、日頃から地域のみなさんに、防災知識・防災活動の必要性を理解してもらう活動を行います。

■地域内の安全点検
地域内の危険箇所や問題点を確認し改善します。
■防災知識の普及と啓発
地域住民に防災知識を広め、関心を持ってもらいます。
■防災訓練
災害に備え、消防署などの指導のもと訓練を行います。

災　害　時

人命を守り被害の拡大を防ぐために、地域のみなさんが協力して、火災の初期消火や負傷者等の救出・救護などを行います。

■初期消火
近隣の人と初期消火活動を行います。
■救出・救助
負傷者などの救出・救助や、応急手当を行います。
■避難誘導
避難経路の安全を確認し、住民を避難場所へ誘導します。
■情報の収集と伝達
防災関係機関と連絡を取り、情報を住民に伝達します。
■避難所の管理と運営
避難所を立ちあげ、運営に協力します。

要配慮者への協力

高齢者・乳幼児・傷病者・外国人の方々は、災害時の避難行動や言葉の理解などで大きなハンデを負うことになります。地域のみなさんは日頃からコミュニケーションをとりあって、災害時には相手に適した誘導方法で早めの避難ができるように協力しましょう。

■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、背負うなどよりしっかり援護します。傷病者には複数の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い、安全な場所へ避難しましょう。
外国人の方で言葉が通じない場合には、身振りを交えて誘導します。

■車椅子を利用する人には
車椅子を利用する人の場合は、必ず3人で協力し、階段を上がるときには前向きに、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。

■目の不自由な人には
まず、「お手伝いしましょうか」などの声をかけましょう。
話しかける相手の声が頼りなので、話すときは、はっきりゆっくり、大きな声で話し、誘導するときは、杖をも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。

■耳の不自由なひとには
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。

防災情報の入手

相馬市地域防災計画 資料編

・土砂災害警戒区域指定地区　・砂防指定地　・地すべり危険区域
・土石流危険渓流Ⅰ　・土石流危険渓流Ⅱ　・土石流危険渓流Ⅲ
・急傾斜地崩壊危険箇所Ⅰ　・急傾斜地崩壊危険箇所Ⅱ
・津波避難道路一覧　・要配慮者利用施設一覧
https://www.city.soma.fukushima.jp/material/files/group/34/newsiryou_1.pdf

◎内閣府「防災情報システム」
全国の地震・津波・気象・河川・被害状況・ライフライン・災害救助や生活支援など
https://bousai-system.go.jp/index.jsp

◎福島県河川流域総合情報システム
雨量・水位状況、気象情報、水防情報、土砂災害警戒情報など
https://kaseninf.pref.fukushima.jp/web_pub/riverMap_1.html

◎気象庁（気象警報・注意報：相馬市）
気象警報や注意報（相馬市）を確認できるウェブサイト
https://www.jma.go.jp/bosai/warning/#lang=ja&area_type=class20s&area_code=0720900

◎福島県土砂災害情報
福島県土砂災害警戒区域等の指定箇所など
http://www4.pref.fukushima.jp/sabou/newmain.html

◎国土交通省「川の防災情報」
全国の水位・雨量・レーダー雨量・ダム・水質・積雪深・河川の予警報など
https://www.river.go.jp/kawabou/ipTopGaikyo.do（スマホ版）
https://www.river.go.jp/index

◎相馬市ハザード各種情報
洪水ハザードマップ（宇多川・小泉川）、津波ハザードマップ、土砂災害ハザードマップ・農業用ため池ハザードマップ、土砂災害警戒区域・内水浸水想定区域図など
https://www.city.soma.fukushima.jp/bosai_anzen/saigainisonaete/hazard_map/index.html

◎「Yahoo!防災速報」（ヤフー株式会社）
避難情報や緊急地震速報、津波予報、豪雨予報等の災害情報や今後の予報・予測を緊急のお知らせとして通知するヤフー株式会社のサービスです。
https://emg.yahoo.co.jp/

◎相馬市避難施設一覧
指定緊急避難場所・指定避難所・福祉避難所
・津波時の一時避難場所など
https://www.city.soma.fukushima.jp/bosai_anzen/saigainisonaete/hinan_basyo/1907.html

市が避難を発令したときの防災行政無線の内容

放送内容（サイレンを吹鳴してお知らせします）

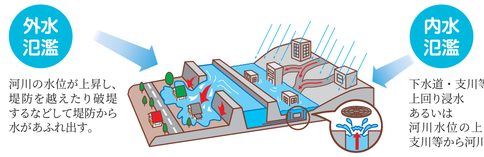
発令内容	サイレンパターン（繰り返し吹鳴します）	放送文例
避難準備・高齢者等避難開始（警戒レベル3）	サイレン5秒→休止6秒	こちらは相馬市です。 避難準備・高齢者等避難開始を発令しました。
避難指示（緊急）（警戒レベル4）	サイレン60秒→休止5秒	こちらは相馬市です。 避難指示を発令しました。

防災行政無線の放送内容は電話応答装置、または市ホームページで確認できます。
○電話応答装置　TEL: 0244-35-6633

○市ホームページ　トップページ＞防災無線＞防災行政無線の放送内容

洪水・浸水害について

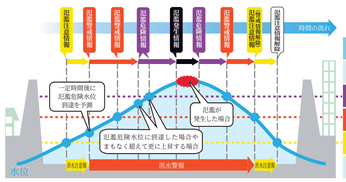
氾濫の種類



出典：国土交通省ウェブサイト（https://www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/）を加工して作成

河川の危険水位と洪水予報

河川ごとに設定された以下の危険水位に応じ、河川管理者と気象庁から洪水予報が発表されます。自治体はこの情報を目安にして、避難に関する情報を発令します。



河川名	地蔵川	小泉川	宇多川
観測所	塚部	高池	中村
氾濫危険水位（レベル4水位）	2.40	2.56	3.40
避難判断水位（レベル3水位）	2.00	2.20	2.70
氾濫注意水位（レベル2水位）	1.90	1.90	2.30
水防団待機水位	1.40	1.40	1.30

（単位：m）
出典：気象庁ホームページを加工して作成

避難行動のポイント、危険な場所

1. 情報の確認
●雨や台風などの状況を、テレビ・ラジオ・インターネットなどで確認し、最新の気象情報や避難指示等に関する情報を入手しましょう。
川の防災情報　http://www.river.go.jp/

2. 防災責任者の指示に従う
●避難のときは警察・消防・地元の防災責任者などの指示に従って行動しましょう。独断での行動は大変危険です。

3. 動きやすい服装、集団での避難
●避難するときは、動きやすい格好で、二人以上での行動を心がけましょう。

4. 避難時の歩き方
●避難中はできるだけ浸水していない場所を歩きましょう。避難途中で危険を感じたら、自宅の二階以上や近所のビルに避難しましょう。
●浸水している場合には下水道のマンホールや側溝等への転落のおそれがあり危険ですので注意しましょう。

5. 隣近所への呼びかけ
●お年寄りや子供、病気の人は早めの避難が必要です。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。情報伝達や避難場所をとりまとめておくと便利です。

6. 車での避難は危険
●自動車が水に浸かると動かなくなったり、水圧で扉が開かなくなったりして大変危険です。自動車での避難は特別の場合を除きやめましょう。

7. 橋や川の近くは危険
●川が増水している場合には、川の流れが速く、橋が壊れたり流されたりして非常に危険ですので、近寄らないようにしましょう。

8. 川や用水路を見に行かない
●大雨の時に、川や用水路の様子を見に行ったことで流されて被害に遭う場合があります。大雨時には絶対に川や用水路を見に行くことはやめましょう。

わが家の「緊急・医療情報」防災メモ

非常時・緊急時に連絡してほしい方や、利用してもらいたい、わが家の情報です。
災害時に救助の方や、緊急時に救急隊・医療機関などに情報を提供します。

家族の集合場所

氏　名	避難所・避難場所	連絡方法

家族の連絡先及び医療情報

氏　名	続柄	電話番号（自宅・携帯）	電話番号（会社・学校）	生年月日	血液型	医療情報（持病・アレルギー・常備薬）
					型	
					型	
					型	
					型	
					型	

親族・知人

氏　名	間柄	電話番号

かかりつけ医療機関

医療機関名	電話番号

緊急ダイヤル

消防へ火事・救急・救助の連絡　119
警察へ事件・事故の連絡　110
海上の事件・事故の連絡　118

災害用伝言ダイヤル「171」

災害時には電話がつながりにくくなります
「171」に電話をかけると、伝言の録音や再生ができます

1 7 1 に電話する
伝言を残すには 1
伝言を聞くには 2 を押す
※市外局番からダイヤルしてください
被災地の電話番号、携帯電話などの電話番号をダイヤルする
伝言を残す
伝言を聞く

防災メールへの登録をお願いします

市は、災害時に防災・避難情報などを伝える「防災メール」を配信しています。災害等から身を守るために、ぜひ登録をお願いします。登録の方法は以下のとおりです。

≪登録方法≫

次の二つのうち、どちらかの方法でアクセスしてください。

❶ バーコード読み取り機能の付いた携帯電話をお持ちの方は、こちらのQRコードからメールアドレスを表示し、空メールを送信してください。リターンメールからサイトにアクセスしてください。

❷ 次のアドレスへ空メールを送信し、リターンメールからサイトにアクセスしてください。
t-soma@sg-p.jp

※この段階で登録完了ではありません。

上記①または②の方法でサイトにアクセスしたら、画面に従い、氏名・郵便番号・住所などを入力し送信することで登録完了です。

※1分以内にリターンメールを受信しない場合は、お使いの携帯電話で迷惑メール防止のためのメール受信拒否設定がされていることが考えられます。受信拒否設定を解除するか、指定アドレス受信を設定して「　t-soma@sg-p.jp　」を個別に受信したいアドレスに設定してから、再度、空メールを送信してください。受信拒否設定の解除方法は、各携帯電話会社にお尋ねください。

≪配信内容≫

情報配信種別	主な配信情報内容
(1)地震・津波情報	震度4以上の相馬市の地震情報、津波注意報・警報※
(2)気象情報	大雨警報などの気象警報、台風情報※
(3)火災情報	発生状況、鎮火情報
(4)危険物等事故情報	危険物等事故情報（漏洩・流出、火災、爆発等）
(5)防犯情報	行方不明者の捜索のための情報
(6)その他市が必要と認める生活の安全安心に関する緊急情報	

※避難に関する情報を含む

《受信メールイメージ》

●その他
（1）防災メールの登録・解除は「無料」です。ただし、通信に係る費用は、登録者の負担となります。
（2）防災メールの不達回数が3回に達すると、自動的に登録が解除されますのでご注意ください。

問い合わせ先 相馬市役所 地域防災対策室（電話0244-37-2121）