

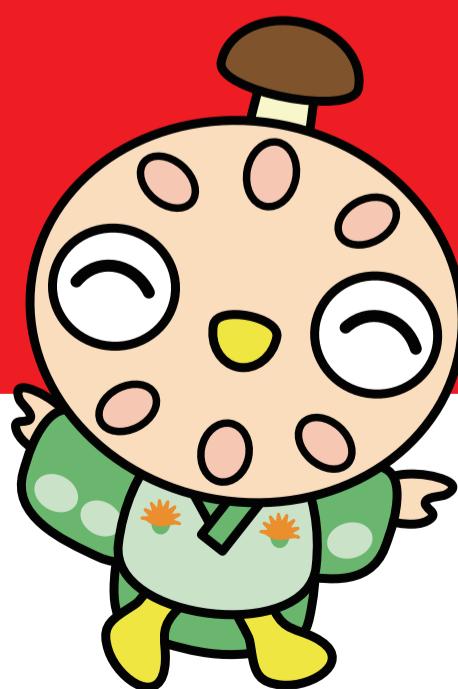
保存版

# 長南町 総合防災 マップ



## 目 次

停電対策	1
避難に関する情報	2
風水害等に備えて	3～5
地域での防災対策	6
地震対策	7
揺れやすさマップ	8
長南町全域図・地図凡例	9・10
総合防災マップ	11～30
緊急避難場所・避難所・福祉避難所一覧・協定の一時避難所 / 備蓄品および非常時持ち出し品	31
ローリングストック法 / 火災対策	32
わが家の防災対策	33
わが家の防災メモ	34



長 南 町

# 1 停電対策

## 大規模地震発生！どうする？

あたり前のように使っている電気が、突然使えなくなったら…

夜間の場合、安全に避難することや情報を入手することが困難になります。

### 熊本地震による停電戸数は最大で約48戸

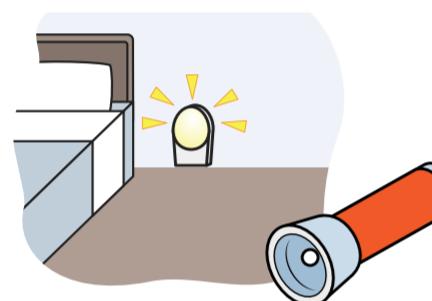
(出典：非常災害対策本部資料より)

身の安全を確保するために、地震発生時の停電に備えましょう。

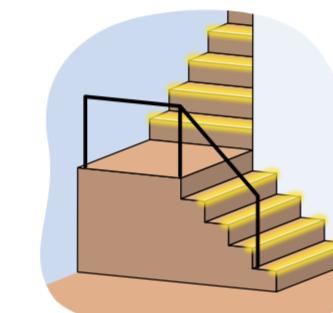
#### 備え① 安全に避難するためには

夜間の場合、出口がわからない、床の段差やガラスの破片が見えないなど、とても危険です。

→リビングや寝室などに懐中電灯や足元灯を備えましょう。



懐中電灯と足元灯を兼ね、停電や地震が起きた時に自動的に点灯するタイプが有効です。



足元灯の設置が難しい階段などには、蓄光テープが効果的です。

#### 備え② 災害情報を確保するためには

インターネットや携帯電話などを利用できないおそれがあり、情報を得ることが困難になります。

→ラジオや予備の電池を常備しておきましょう。



#### 停電時、屋内で救助を待つ場合や屋内での避難生活に備えて

家庭用医療機器等については必要な予備バッテリーを備え、停電時の電源の切り替え手順などを確認しておくことも必要です。

手動で充電できるラジオもあります。

#### 【地震による電気火災の発生に注意!】

地震による火災の過半数は電気が原因であることをご存じでしょうか。

東日本大震災の本震による火災で、原因が特定されたもの108件のうち58件が電気関係の出火でした。

(2011年東日本大震災火災調査報告書より)

地震発生後、避難のために自宅を離れるときは、停電時であってもブレーカーを切りましょう。不在中に電気が復旧したとしても、電気ストーブやヒーターなどの上に落下した布などからの出火を防ぐことができます。

また、不在時やブレーカーを切って避難する余裕がない場合には、一定以上の揺れが発生した際に電気を自動的に止める感震ブレーカーの設置が有効です。なお、感震ブレーカーの設置に際しては、急に電気が止まつても困らないための対策と合わせて取り組むことが必要です。

※上記は、主に地震で停電した場合の留意点を記載したものであり、地震発生時の対策を網羅したものではありません。地震対策も合わせて実施してください。

出典:内閣府ホームページ [http://www.bousai.go.jp/jishin/syuto/denkikasaitaisaku/pdf/teiden\\_low.pdf](http://www.bousai.go.jp/jishin/syuto/denkikasaitaisaku/pdf/teiden_low.pdf)

# 2 避難に関する情報

## 長南町から発令される避難情報

水害、土砂災害が発生する恐れがある際に避難行動を促す「避難情報」は、「警戒レベル」の表示と併せて、発令します。避難のタイミングを見極める基準の一つとして、どのレベルで避難すべきか家族で話し合っておきましょう。

警戒レベル	避難行動	避難情報等	気象庁などから出る情報
レベル 5	すでに災害が発生している状況。命を守るために最善の行動を取る。	災害発生情報	氾濫発生情報、大雨特別警報など
レベル 4	安全な場所へ、全員避難。移動が危険と思われる場合は、自宅内より安全な場所に避難。	避難勧告／避難指示（緊急）	土砂災害警戒情報、氾濫危険情報など
レベル 3	高齢者など、避難に時間を要する方は避難。その他の方は避難の準備をする。	避難準備・高齢者等避難開始	氾濫警戒情報、洪水・大雨警報など
レベル 2	ハザードマップ等により、自らの避難行動の確認。	注意情報等	洪水・大雨注意報など
レベル 1	災害への心構えを高める。	早期注意情報等	早期注意情報など

### 特別警報について

「特別警報」が発表されたら、ただちに命を守る行動をとってください。

### 特別警報の発表基準

現象の種類	基 準	
大雨	台風や集中豪雨により数十年に一度の降水量となる大雨が予想され、若しくは、数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合	
暴風	暴風が吹くと予想される場合	
高潮	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	高潮になると予想される場合
波浪		高波になると予想される場合
暴風雪	数十年に一度の強度の台風と同程度の温帯低気圧により雪を伴う暴風が吹くと予想される場合	
大雪	数十年に一度の降雪量となる大雪が予想される場合	
津波	高い所で3メートルを超える津波が予想される場合（大津波警報を特別警報に位置づける）	
火山噴火	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が予想される場合（噴火警報（噴火警報レベル4以上）及び噴火警報（居住地域）を特別警報に位置づける）	
地震(地震動)	震度6弱以上の大きさの地震動が予想される場合（緊急地震速報（震度6弱以上）を特別警報に位置づける）	

# 3 風水害等に備えて

大雨や強風はわたしたちに何度も大きな災害をもたらしています。  
ふだんから気象情報に十分注意し、避難の際もみんなで協力しましょう。

## 大雨情報をキャッチ! こんなときのわが家の安全対策。



### 大雨注意報・警報・特別警報の発表基準

#### 大雨注意報

大雨によって災害が起こるおそれがあると予想される場合

#### 大雨警報

大雨によって重大な災害が起こるおそれがあると予想される場合

#### 大雨特別警報

台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、若しくは数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合

上記に併せて、洪水注意報・洪水警報が発令されます。気象庁にて、地震による地盤の緩みを考慮し、揺れの大きかった市町村については、大雨警報・注意報の発表基準(土壤雨量指標基準)を暫定的に引き下げて運用する場合があります。

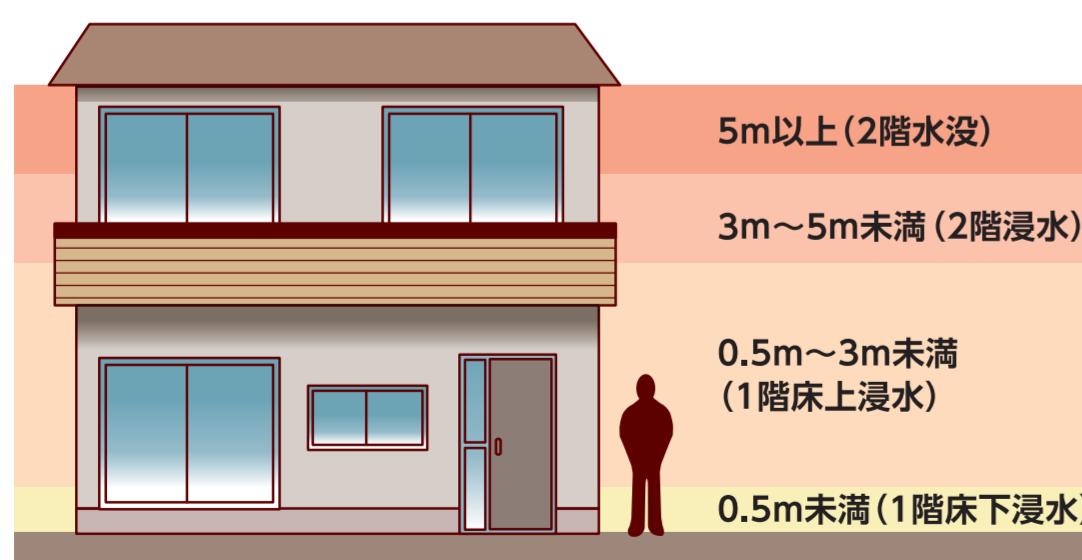
### 浸水想定区域とは

河川が氾濫した場合に浸水が想定される区域と深さを求め、それをシミュレーションにより示したものが浸水想定区域です。想定は、一宮川流域の24時間総雨量640.2mmにより一宮川およびその支川が氾濫した場合です(想定最大規模)。また、令和元年10月25日の大雨被害も参考として着色しています。

なお、シミュレーションにあたっては、対象河川以外の河川の氾濫、内水による氾濫等を考慮していませんので、浸水想定区域図に示されていない区域においても浸水が発生する場合や、想定される水深が実際の浸水深と異なる場合があります。

浸水想定区域図では下記の4ランクに分けて浸水深を表示しております。

### 浸水の深さについて



#### 想定される浸水の深さ

5.0m  
以上の浸水想定区域

3.0~5.0m  
未満の浸水想定区域

0.5~3.0m  
未満の浸水想定区域

0.5m  
未満の浸水想定区域

### 水害時の心得

#### 被害の軽減

扉の下の隙間から汚水が入ってくるので、「土のう」や板などで前面を囲み、タオルで隙間をふさぎます。また、ポリタンクなど軽い物は事前に屋内に移しましょう。



#### 危険なところには近寄らない

切れた電線のそばなど、危険な場所に近寄らないようにしましょう。また、氾濫水には汚水が混ざっているので、子供などがさわらないように気をつけましょう。



#### 動きやすい格好で

動きやすい服装で、軍手をはめ、ヘルメットをかぶり、はき物は水に浸かっても歩きやすいものを選びましょう。レインコートは上下が分かれているタイプがよいでしょう。



#### 水面下は危険です。2人以上で避難を

浸水した場所を歩く時は、長い棒を杖がわりにして、マンホールや側溝がないか水面下の安全を確認し、2人以上の行動を心がけましょう。



#### 歩ける深さ男性約70cm、女性約50cm

洪水の場合、歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cmまで。それ以上になら高い場所で救助を待ちましょう。



#### 避難の前に確認を

避難する時は、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉め、床下の通気口などをふさぎ、戸締りを確認しましょう。



#### 避難は徒歩で

車での避難は、歩行者・緊急車両の妨げになります。また、浸水すると動かなくなってしまうので使わないようにしましょう。



### 川の氾濫等

雨量の増加によってもたらされる氾濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、地下水路などからあふれ出す「内水氾濫」の2タイプがあります。

#### 外水氾濫

大雨の水が川に集まり、川の水かさが増し堤防を超える、あるいは堤防を決壊させて川の水が外にあふれておきる洪水。氾濫が起きると一気に水かさが増しますので、最大の注意が必要。



#### 内水氾濫

その場所に降った雨水や、周りから流れ込んできた水がはけきれず溜まって起きる洪水。的確なタイミングで警報や避難勧告を出すのが難しいため、注意が必要。



# 3 風水害等に備えて

## 土砂災害

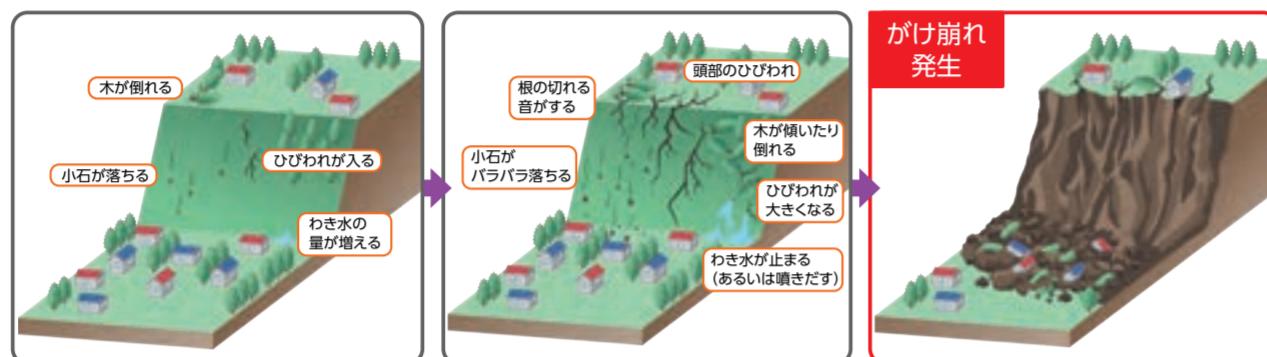
土砂災害警戒情報が発表されてなくても、普段と異なる状況「土砂災害の前兆」に気付いた場合には、直ちに周りの人と安全な場所へ避難するとともに、町役場などの関係機関に連絡してください。

日ごろから危険箇所や避難場所・避難経路を確認しておくことも重要です。

※下記は一般的な前兆現象です。すべての場合において必ず起きるというものではありません。普段と違い、少しでも身に危険を感じたら避難するようにしましょう。

### がけ崩れ

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く、被害者の割合も高くなっています。



### 地すべり

斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象をいいます。一般的に移動土塊量が大きいため、甚大な被害を及ぼします。また一旦動き出すると、これを完全に停止させることは非常に困難です。



### 土石流

山腹・川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流されることをいいます。その流れの速さは規模によって異なりますが、時速20~40kmという速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。



## 土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域は、土砂災害防止法に基づき、千葉県が指定しています。

※土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律

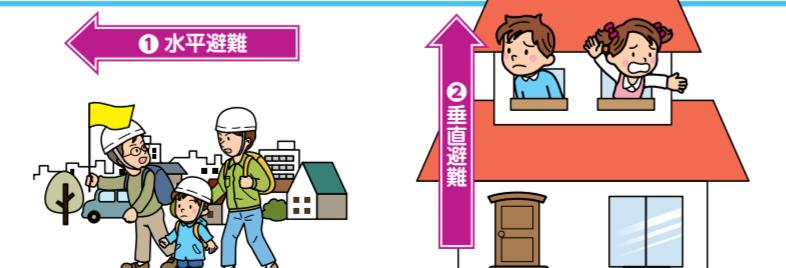
**土砂災害警戒区域  
(通称:イエローゾーン)**  
土砂災害が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生ずるおそれがあると認められる区域。危険の周知、警戒避難体制の整備が行われます。

**土砂災害特別警戒区域  
(通称:レッドゾーン)**  
土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ住民等の生命または身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる区域。特定の開発行為に対する許可制、建築物の構造規制等が行われます。



## 避難行動のポイント

- 上記の土砂災害の事象に注意し、早めの避難をする。
- 土石流やがけ崩れの起こる方向に対して横方向に避難①(水平避難)する。
- 夜中や大雨の中など外へ避難を行うのが危険と感じる時は、自宅2階以上の山の反対側の部屋など堅固な建物の上階へ避難②(垂直避難)することも考慮しましょう。
- 記録の短時間大雨情報が発表された場合は、早めに避難を行う。
- 土砂災害警戒情報が発表された場合は、すぐに避難を行う。



# 4 地域での防災対策

## 地域ぐるみで防災を!

### 自主防災組織とは

大規模な災害時には、建物の倒壊、道路の寸断や交通渋滞、通信手段の混乱などから、町役場や防災関係機関だけの力では十分な防災活動ができないことが考えられます。そんなとき頼りになるのは、住民自身が自発的につくる防災のための組織(自主防災組織)です。

普段から区・自治会の集まりなどを利用して、防災についてよく話し合い、わがまちを災害から守るために自主防災組織を設立しましょう。

その活動を通じて、住民同士の連帯感と防災意識を高めておくことが、災害に強いまちづくりになります。

長南町では、自主防災組織に予算の範囲内で補助金を交付しています。

補助対象	補助限度額	補助回数
防災資機材購入補助金	200,000円+1,500円 ×自主防災組織を構成する世帯の数 ※ただし限度額に満たない場合はその額	1団体につき1回
防災倉庫購入補助金	限度額150,000円(購入費の2/3の額)	1団体につき1回
活動補助金	400円×自主防災組織を構成する世帯の数	毎年1回



### 活動内容と役割分担

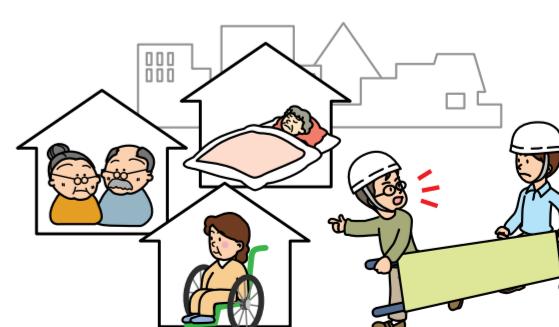
#### 【自主防災組織の主な活動内容】

	平常時の活動	災害発生時の活動
情報連絡	<ul style="list-style-type: none"><li>防災知識の普及及び意識の高揚</li><li>避難場所・避難路、地域の危険箇所等の把握</li><li>地域ごとの防災マップの作成</li><li>地域内の要配慮者、避難行動要支援者の把握</li><li>行政や地域内の事業所等との連携体制の整備</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>情報収集、伝達及び広報</li><li>安否確認</li></ul>
消火	<ul style="list-style-type: none"><li>出火防止の徹底</li><li>資機材の整備・保守管理</li><li>初期消火の訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>出火防止</li><li>初期消火</li></ul>
救出・救護	<ul style="list-style-type: none"><li>資機材の整備・保守管理</li><li>救出及び救護訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>救出救護</li><li>救助物資の配分</li></ul>
避難誘導	<ul style="list-style-type: none"><li>避難訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>避難誘導</li><li>障害者や高齢者等の要配慮者、避難行動要支援者の避難支援</li></ul>
給食・給水	<ul style="list-style-type: none"><li>資機材の整備・保守管理</li><li>炊き出し訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>給食・給水</li></ul>
避難所運営	<ul style="list-style-type: none"><li>避難所運営委員会の設置</li><li>避難所運営のルールづくり</li><li>避難所運営訓練</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>避難所の運営</li></ul>

### 避難行動要支援者へ協力しましょう

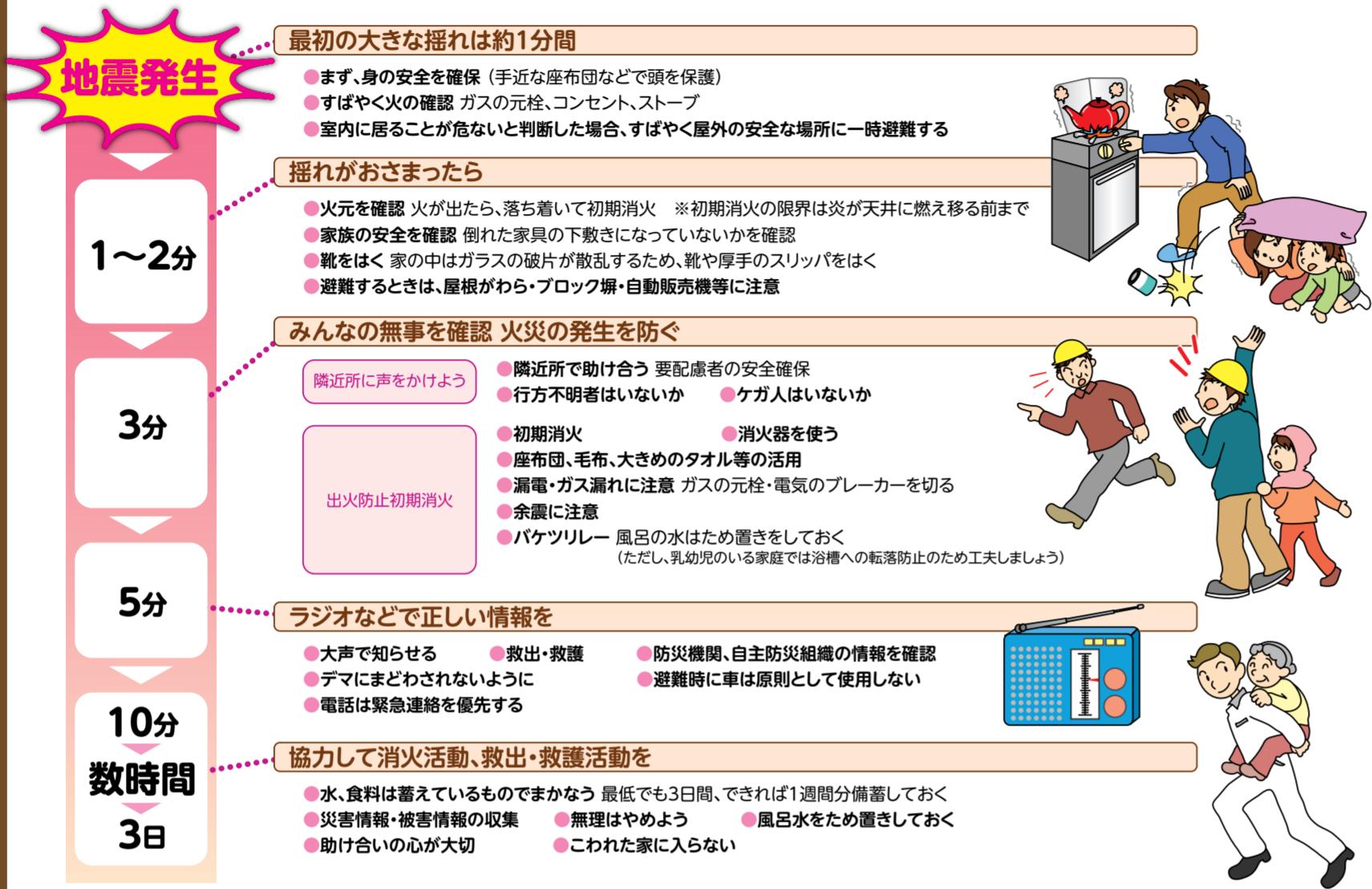
避難行動要支援者とは体の不自由な方やお年寄りなどのうち、災害発生時に自ら避難することが難しい方です。特に支援(手助け)を必要とするため、地域での避難支援に協力をお願いします。

また、日ごろから挨拶などのコミュニケーションをとり、顔見知りの関係になることが大切です。



# 5 地震対策 地震発生! そんなときどうする

## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル(室内にいた場合)



## 屋内にいた場合



## 屋外にいた場合

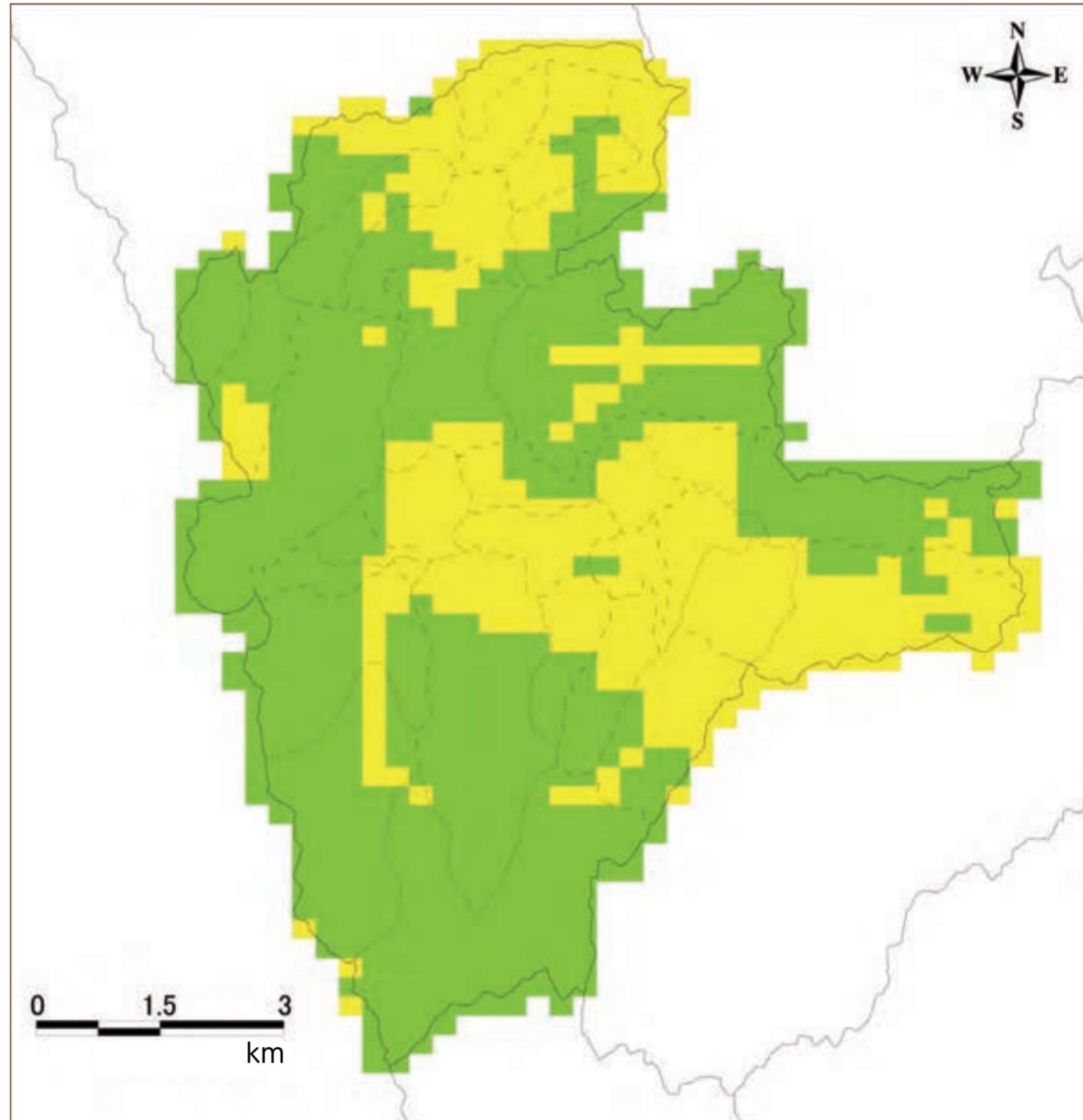


# 6 揺れやすさマップ

千葉県地震被害想定調査(平成19年度、平成26・27年度)のうち、長南町に最も影響を与える東京湾北部地震の震度分布図です。東京湾北部地震により、長南町では震度5強から6弱の強い揺れが想定されます。

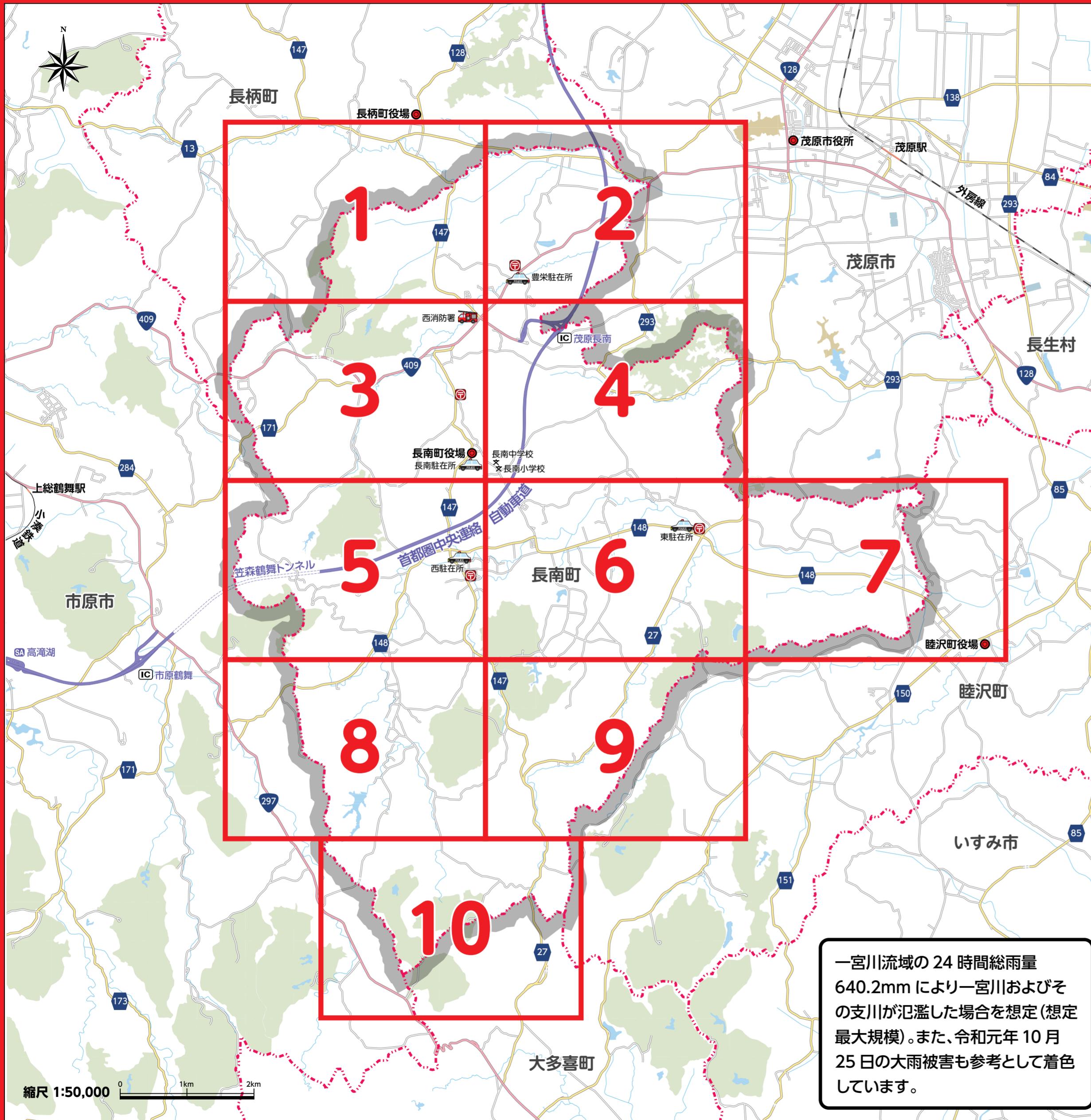
- 地震の想定
- ・震源域の位置:東京湾北部
- ・マグニチュード:7.3

## 東京湾北部地震による震度分布図



出典:平成19年度千葉県地震被害想定調査

## 長南町全域図・地図凡例



### 地図凡例 Map legends 地图凡例

	緊急避難場所・避難所 Emergency evacuation area/evacuation center 紧急避难场所与避难所
	福祉避難所 Welfare evacuation shelter 福祉避难所
	協定の一時避難所 Contracted temporary evacuation center 协定临时避难所
	長南町役場 Chōnan Town Office 长南町公所
	防災行政無線 Community wireless system 防灾行政无线通讯系统
	水位・雨量観測所 Gauging station/Precipitation station 水位・雨量观测站
	要配慮者利用施設 Facility for individuals requiring special care 老弱病残利用设施
	市町村界 Municipal border 市町村界
	字界 Section border 字界

### 土砂災害凡例 Legends of the sediment disaster map 泥石流凡例

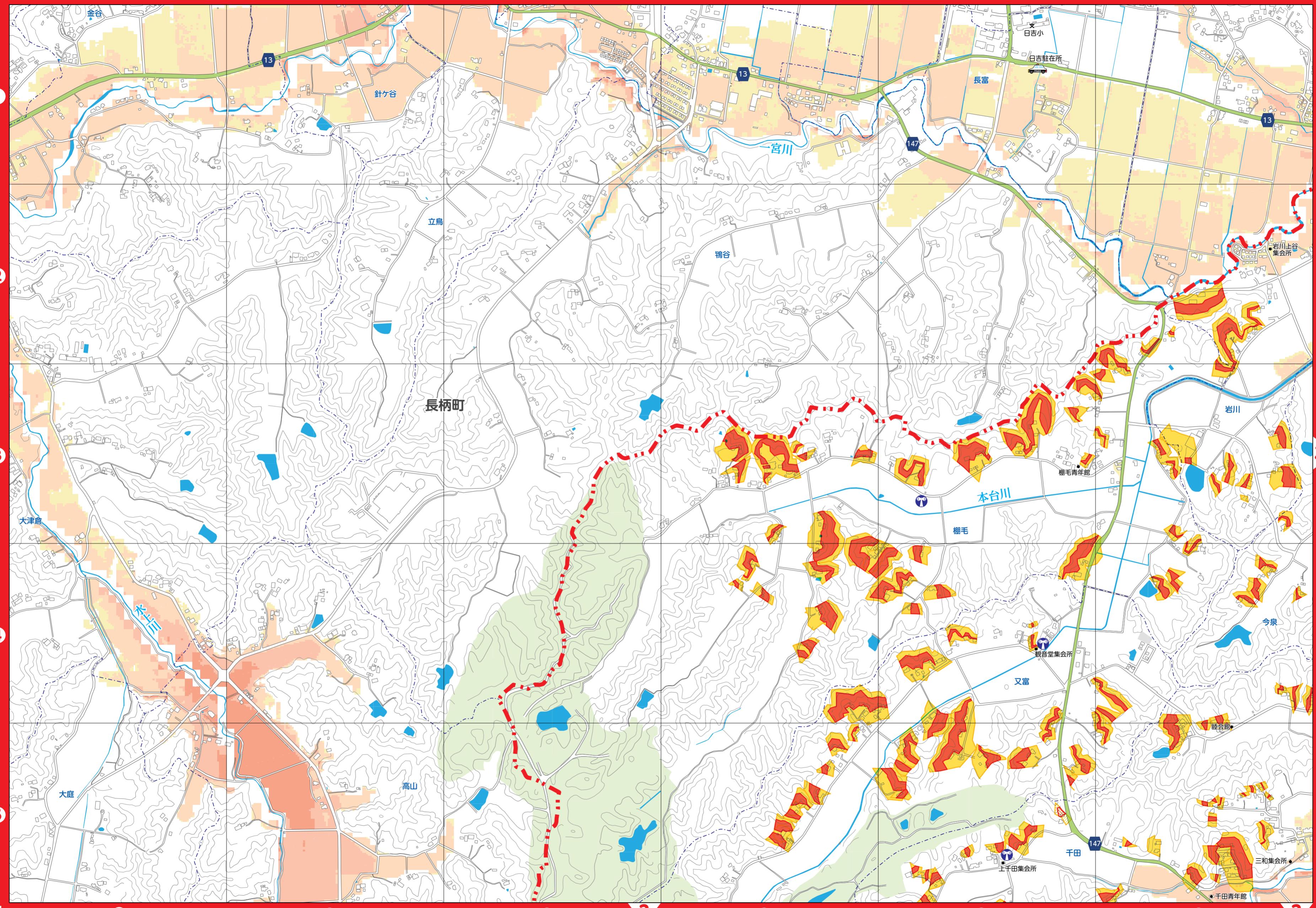
	指定済特別警戒区域(急傾斜) Designated special warning zone(steeep slope) 已指定特別警戒区域(大坡度)
	指定済警戒区域(急傾斜) Designated warning zone(steeep slope) 已指定警戒区域(大坡度)
	調査済未指定特別警戒区域(急傾斜) Surveyed non-designated special warning zone(steeep slope) 已调查未指定特别警戒区域(大坡度)
	調査済未指定警戒区域(急傾斜) Surveyed non-designated warning zone(steeep slope) 已调查未指定警戒区域(大坡度)
	調査済未指定特別警戒区域(土石流) Surveyed non-designated special warning zone(mudslide) 已调查未指定特别警戒区域(泥石流)
	調査済未指定警戒区域(土石流) Surveyed non-designated warning zone(mudslide) 已调查未指定警戒区域(泥石流)

### 浸水想定区域凡例 Legends of the assumed inundation area map 淹水风险区域凡例

	~0.5m未満 Less than 0.5m ~不到0.5m
	0.5m~3.0m未満 From 0.5m to less than 3.0m 0.5m~不到3.0m
	3.0m~5.0m未満 From 3.0m to less than 5.0m 3.0m~不到5.0m
	5.0m~10.0m未満 From 5.0m to less than 10.0m 5.0m~不到10.0m

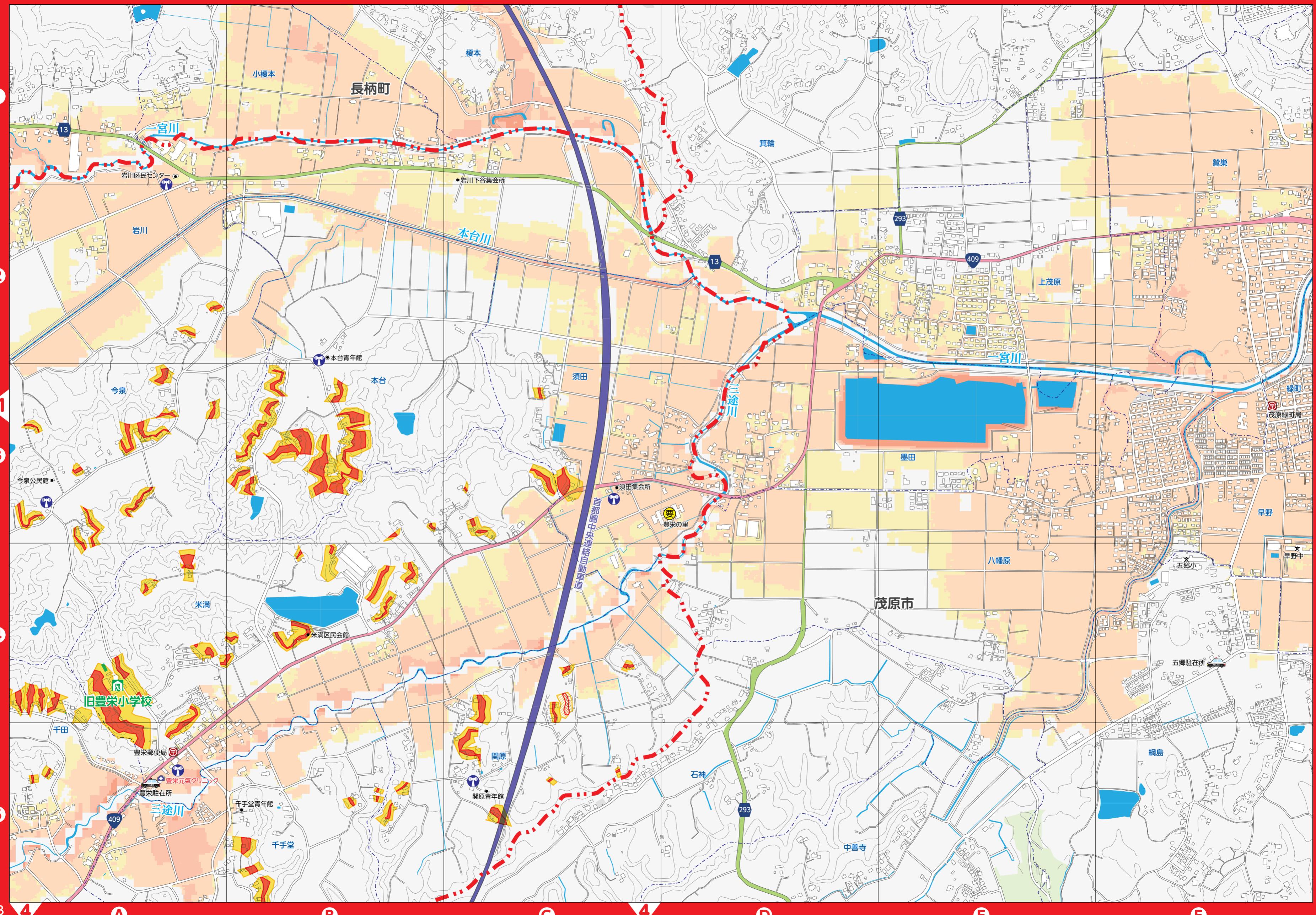
# 長南町総合防災マップ 1

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m

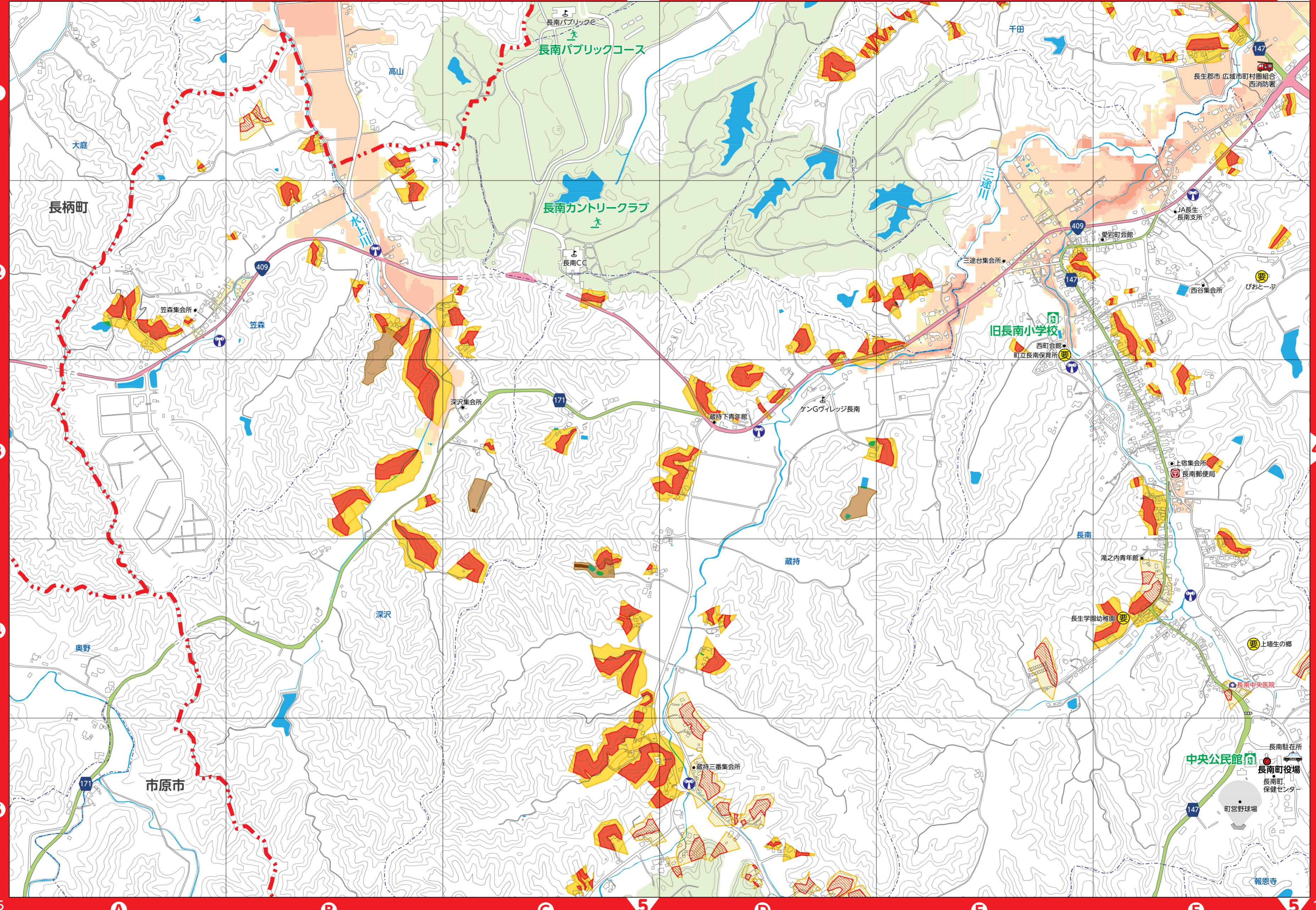


## 長南町総合防災マップ 2

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m

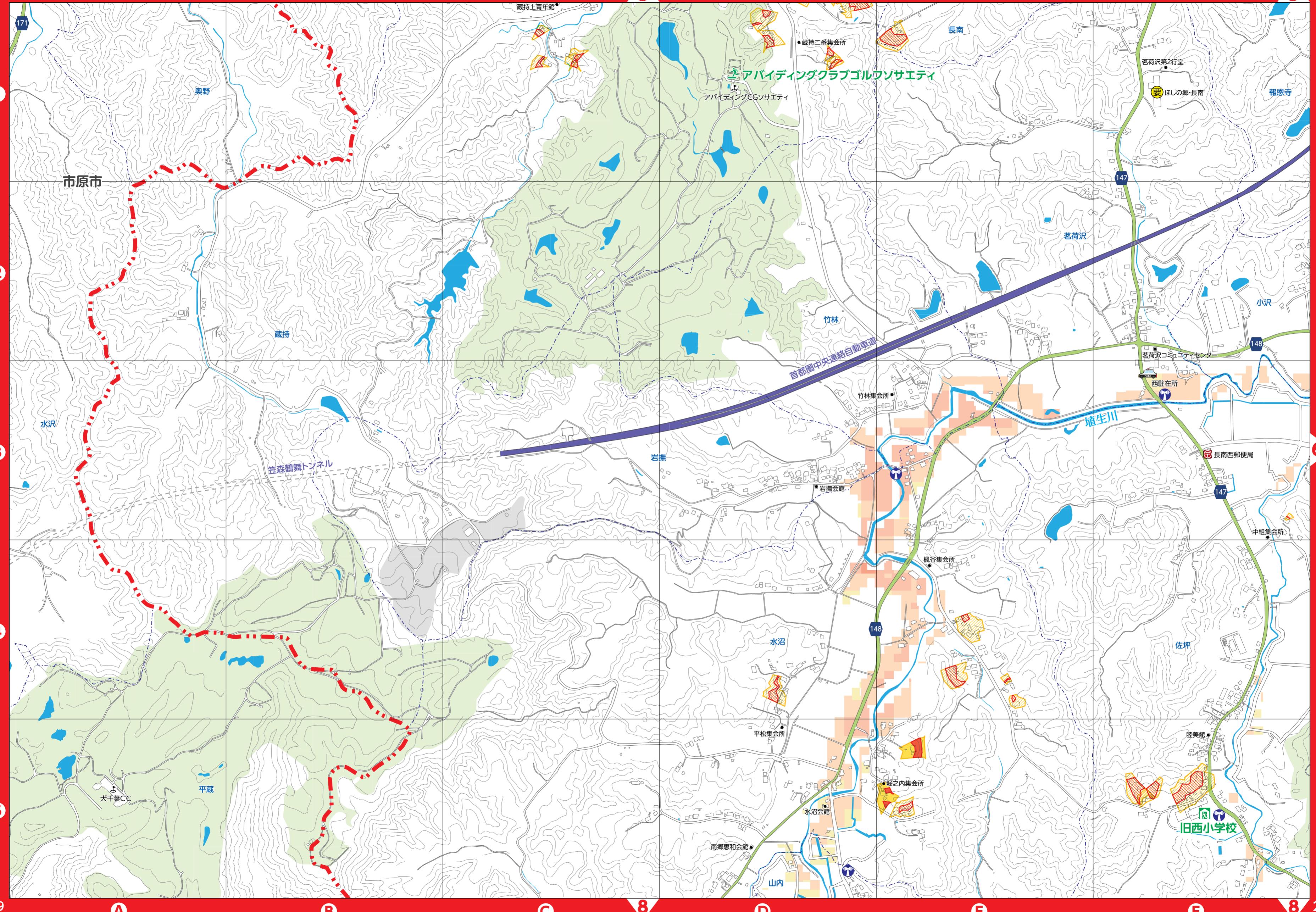


# 長南町総合防災マップ 3





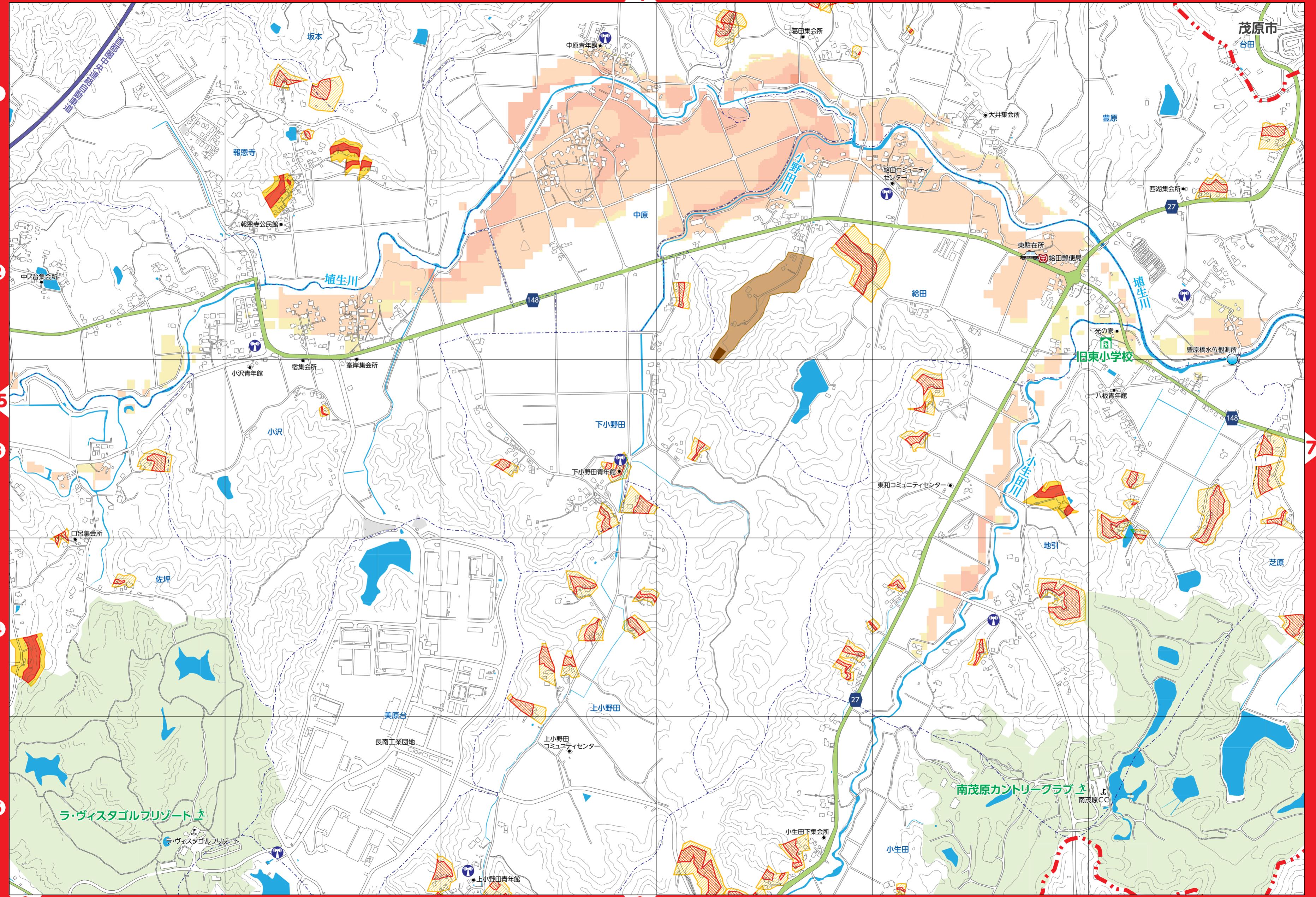
# 長南町総合防災マップ 5



# 長南町総合防災マップ 6

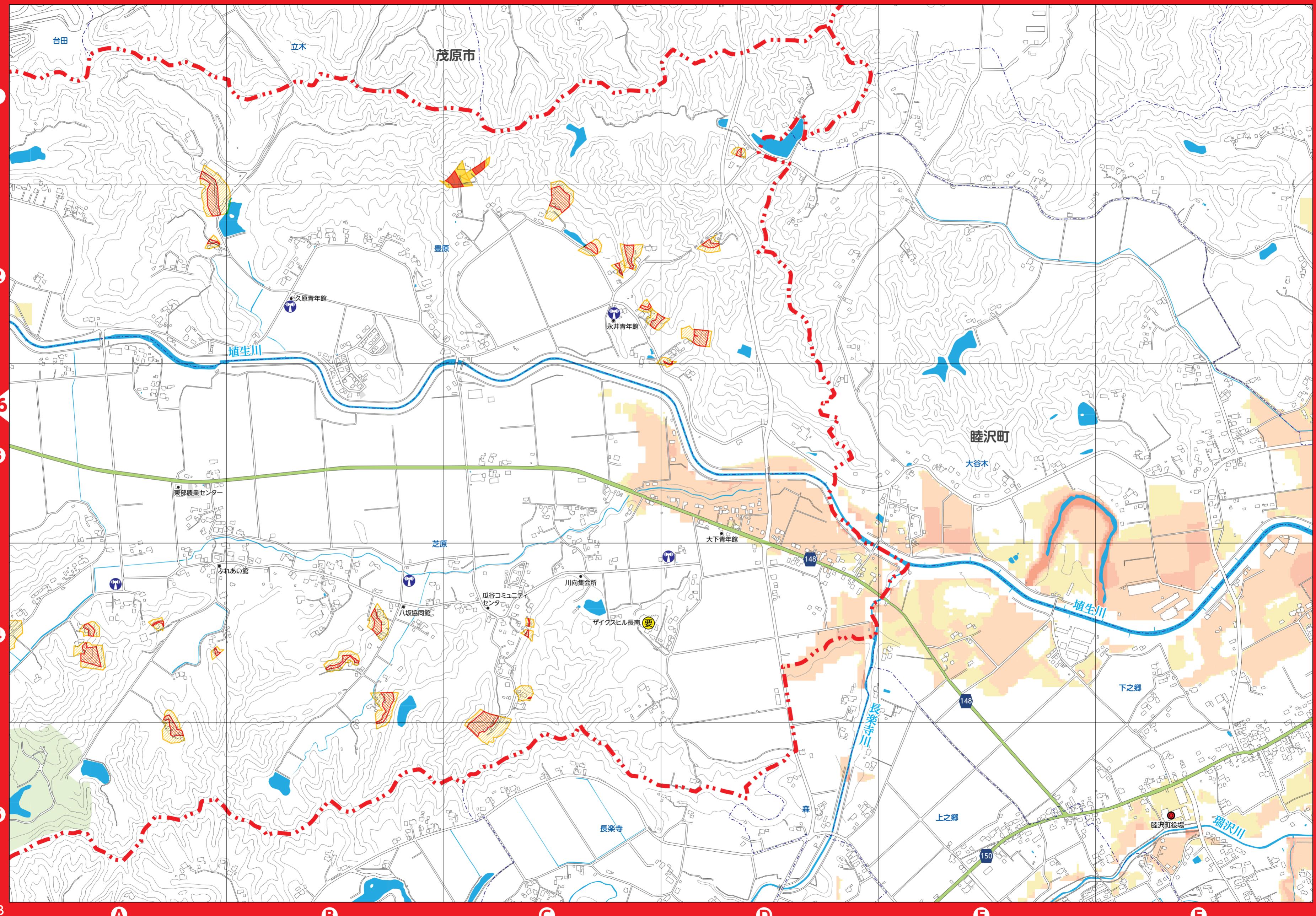
4

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m



## 長南町総合防災マップ 7

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m

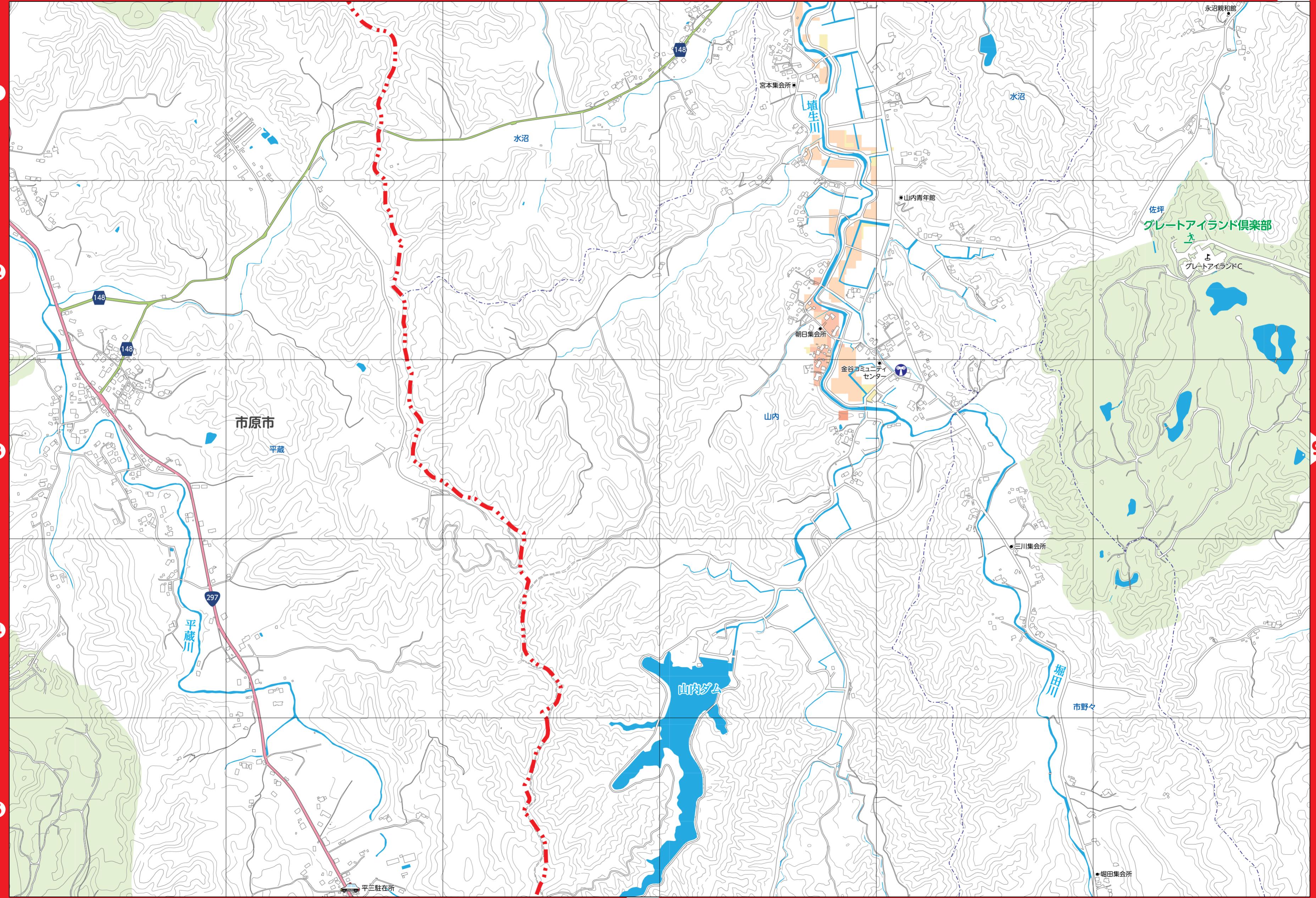


# 長南町総合防災マップ 8

5

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m

5



# 長南町総合防災マップ 9

6

縮尺 1:8,000

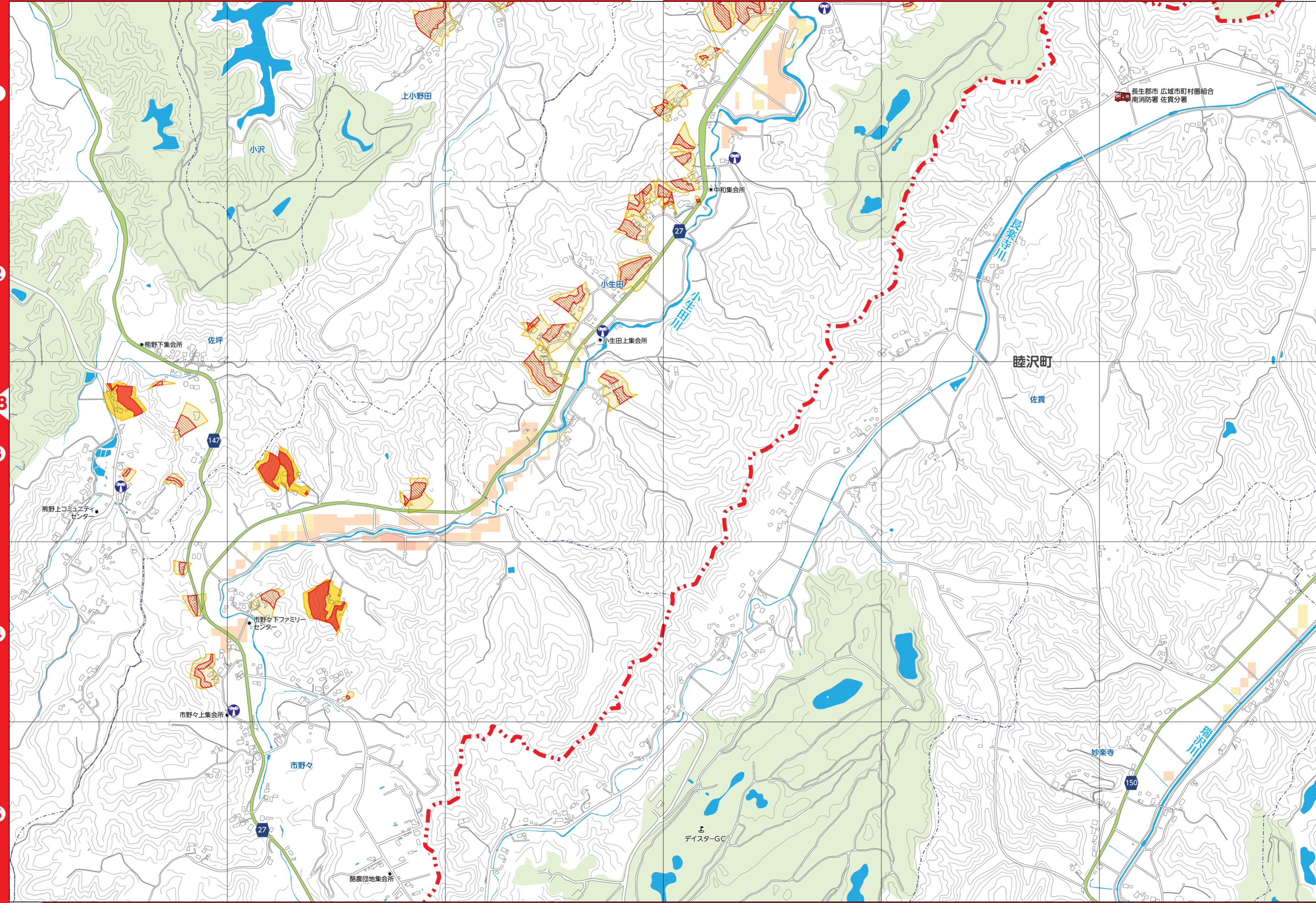
0

100

250

500m

7

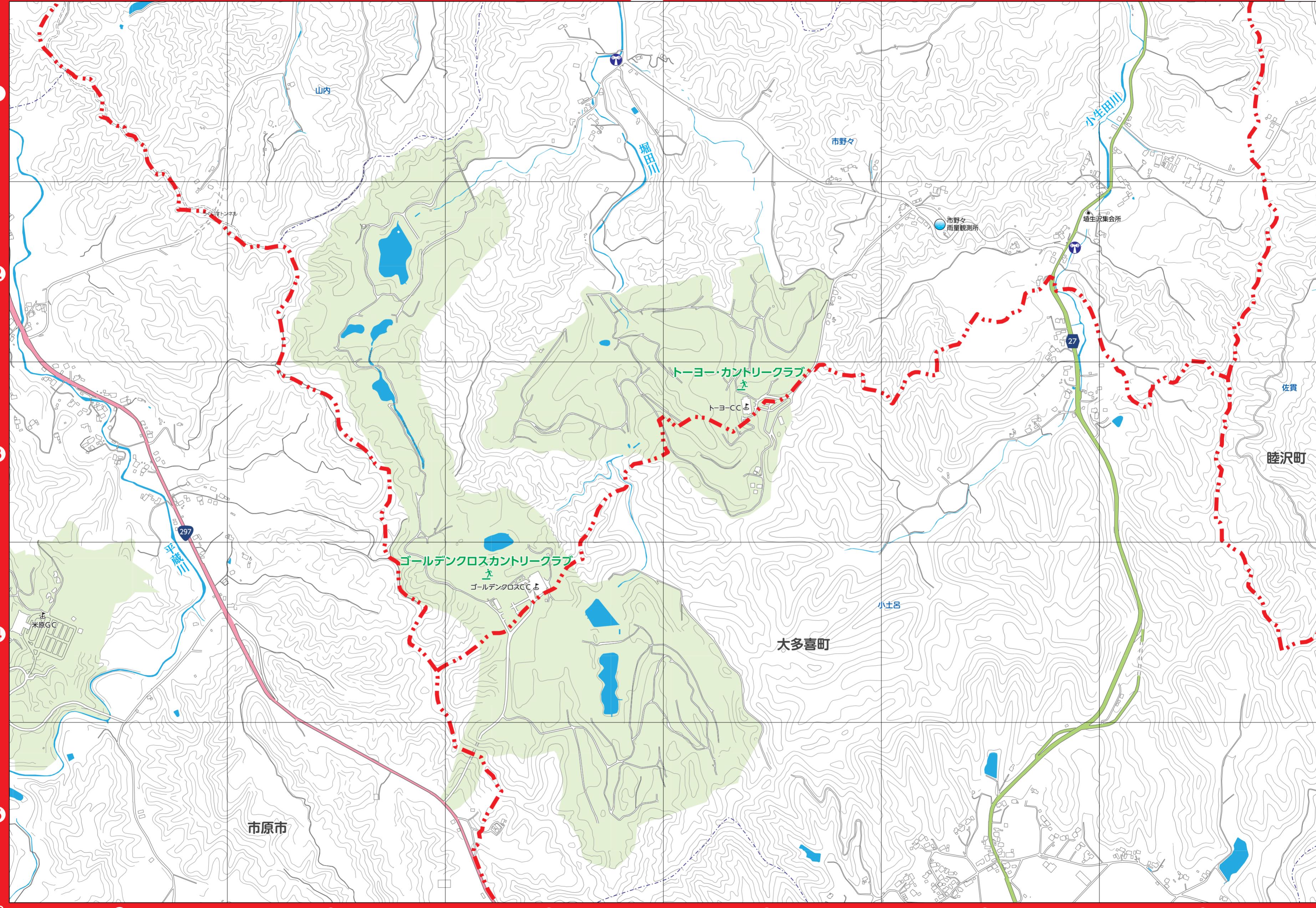


# 長南町総合防災マップ 10

8

縮尺 1:8,000 0 100 250 500m

9



# 長南町 緊急避難場所・避難所 一覧

地区名 District name 地区名称	施設名 Facility name 施設名称	所在地 Address 所在地	緊急避難場所 /Emergency evacuation area/ 緊急避難所				電話番号 TEL 电话号码	地図座標 Map 坐标
			大火災 Great fire 大火災	地震 Earthquake 地震	洪水 Flood 洪水	土砂災害 Sediment disaster 泥石流		
長南地区 Chonan district 長南地区	長南中学校 Chonan Junior High School/ 長南中学	長南2060 2060 Chonan/ 長南 2060	○	○	○	—	46-1190	④A-5
	旧長南小学校 Former Chonan Elementary School/ 原長南小学校	長南770-1 770-1 Chonan/ 長南 770-1	○	○	○	○	40-5151	③E-2
	中央公民館 Chuo Community Center/ 中央公民館	長南2125 2125 Chonan/ 長南 2125	—	—	○	○	46-1194	③F-5
豊栄地区 Toyosaka district/ 丰栄地区	旧豊栄小学校 Former Toyosaka Elementary School/ 原豊栄小学校	米満101 101 Yonemichi/ 米満 101	○	○	○	※	46-2141	②A-4
東地区 Higashi district/ 東地区	旧東小学校 Former Higashi Elementary School/ 原東小学校	地引1239 1239 Jihiki/ 地引 1239	○	○	○	○	47-0103	⑥F-2
西地区 Nishi district 西地区	旧西小学校 Former Nishi Elementary School/ 原西小学校	佐坪1351 1351 Satsubo/ 佐坪 1351	○	○	○	○	46-2142	⑤F-5
	陸上競技場 Athletics Stadium/ 田径赛场	報恩寺547-1 547-1 Hoonji/ 報恩寺 547-1	○	○	—	—	—	④A-5

## 【福祉避難所】

地区名 District name/ 地区名称	施設名 Facility name/ 设施名称	所在地 Address/ 所在地	電話番号 TEL/ 电话号码	地図座標 Map coordinate/ 地图坐标
西 Nishi 西	農村環境改善センター Rural Environment Improvement Center 农村环境改善中心	報恩寺559 559 Hoonji 報恩寺 559	46-1336	④A-5

## 【協定の一時避難所】

施設名 /Facility name/ 设施名称	所在地 /Address/ 所在地	電話番号 TEL/ 电话号码	地図座標 Map coordinate/ 地图坐标
アバイングクラブゴルフソサエティ 高爾夫球协会 Abiding 俱乐部 (Abiding Club Golf Society)	長南町竹林10 長南町竹林 10	46-3333	⑤D-1
グレートアイランド俱楽部 大島俱乐部 (GREAT ISLAND CLUB)	長南町佐坪1782 長南町佐坪 1782	46-3000	⑧F-2
トーヨー・カントリークラブ 東洋乡村俱乐部 (TOYO COUNTRY CLUB)	長南町市野々685 長南町市野々 685	47-0221	⑩D-3
ラ・ヴィスタゴルフリゾート 拉维斯塔高尔夫度假村 (LA VISTA GOLF RESORT)	長南町佐坪373 長南町佐坪 373	46-2525	⑥A-5
長南カントリークラブ 長南乡村俱乐部	長南町又富804 長南町又富 804	46-2311	③C-2
南茂原カントリークラブ Minami Mobera Country Club 南茂原乡村俱乐部	長南町地引742 長南町地引 742	47-1111	⑥F-5
長南パブリックコース Chonan Public Course 長南公共高尔夫球场 (Chonan Public Course)	長南町棚毛908 長南町棚毛 908	46-3311	③C-1
ゴールデンクロスカントリークラブ 黄金越野俱乐部 (GOLDEN CROSS COUNTRY CLUB)	長南町市野々575 長南町市野々 575	0470-82-5211	⑩C-4

## 備蓄品および非常時持ち出し品

避難するときに最初に持ち出すのが「非常時持ち出し品」。災害直後から混乱が収まるまでの数日間、自給自足するための物資が「備蓄品」です。以下は一例です。とくに非常時持ち出し品は、持って逃げられる量にしましょう。



### 持ち歩き用非常時持ち出し袋

外出時に被災したときのために、常に持ち歩くカバンに最低限必要なアイテムを入れておきましょう。携帯ラジオの乾電池は外しておきます。

- 非常食・飲料水
- 携帯ラジオ
- 携帯電話用充電器
- ホイッスル
- マップ
- ティッシュ
- ライター(マッチ)
- ろうそく・ランタン
- ライト
- 歯ブラシ
- 小銭
- 水筒
- タオル
- 軍手 など
- 乾電池
- 携帯トイレ
- エマージェンシーセット・ブランケット
- ナイフ・缶切り・栓抜き

### まとめておきたい大切な物

紙製の証書や証明書、印鑑などはファスナー付きビニールケースに入れておくと、防水になります。万一のために家族の写真を持ち歩くのもよいでしょう。

- 家族の写真
- 貯金通帳
- 株券
- 免許証
- 健康保険証
- お薬手帳
- 年金手帳
- 印鑑 など

### 備蓄品

少なくとも3日は自力で生活できるように準備しておきましょう。

- 食品(レトルト食品、アルファ米、缶詰等)
- 飲料水(1人1日3リットル程度)
- 給水用ボリタンク
- ティッシュペーパー・ウエットティッシュ
- 簡易トイレ
- 紙皿・紙コップ・割り箸
- ビニール袋
- 燃料(カセットコンロ)
- ラップフィルム
- 洗面用具
- 工具セット
- 救急医薬品
- 毛布・タオルケット・寝袋
- 女性用の衛生用品 など

## ローリングストック法

### 備蓄の新しい方法

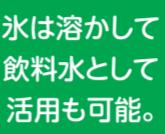
普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法をローリングストック法と言います。

ローリングストック法のポイントは、日常生活で消費しながら備蓄することです。食料等を一定量に保ちながら、消費と購入を繰り返すことで、備蓄品の鮮度が保たれ、いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることができます。

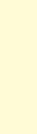
#### 冷蔵庫・冷凍庫の食材を活用

1  
～  
2  
日  
目

食パンや野菜等  
は自然解凍により  
食べる事も可能。



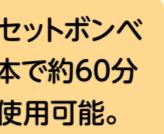
氷は溶かして  
飲料水として  
活用も可能。



停電時、クーラーボックス  
や保冷剤等を活用して食  
材の保存を。

#### 調理器具の備え

カセットボンベ  
1本で約60分  
使用可能。



1ヶ月で約15本  
必要(1日30分  
使用の場合)。

#### カセットコンロ・ボンベ

停電時等、冷蔵庫の食材や  
非常食を調理するために必須。

#### ローリングストック法で備蓄した非常食を活用

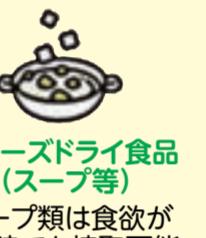
3  
～  
7  
日  
目

ローリングストック法  
定期的に(1ヶ月に1、2度)に食べ  
て、食べた分を買い足し備蓄し  
ていく方法。食べながら備える  
ため、消費期限が短いレトルト  
食品等も非常  
食として扱えま  
す。

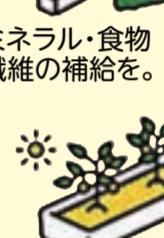
乾麺  
(ラーメン・パスタ等)  
ゆで時間の短いものを。  
その他備蓄して  
おくと良いもの



フリーズドライ食品  
(スープ等)  
スープ類は食欲が  
無い時でも接取可能。



乾物  
ミネラル・食物  
繊維の補給を。  
穀物  
ミネラル・食物  
繊維の補給を。



家庭菜園  
庭やベランダ等も  
活用して菜園を。



\*上記の日数・組み合わせは一例です。ローリングストック法等で1週間分の非常食を蓄えておくとより安心です。※1週間分の飲料水、また生活用水も備えましょう。飲料水は1人3リットル×家族分の準備を。

参考文献：一般財団法人 日本気象協会ホームページ「トクする!防災」内閣府ホームページ「防災情報のページ」

## 火災対策 ~火災発生！そんなときどうする~

### 初期消火の3原則

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を大声で知らせ、すみやかに119番通報を。  
初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

#### 1 早く知らせる

「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければ、やかんなどを叩き、異変を知らせる。

小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



#### 2 早く消火する

出火から3分以内が消火できる限界。自分の身長以上に達するまでが消火できる目安。

水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなどの手近なものを活用する。

#### 火元別 初期消火のコツ



#### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きなタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

#### 風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

#### 石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけると石油が飛び散って危険)。石油が流れてもひろがっていくようなら毛布などで覆い、その上から水をかけて消火を。

#### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカーも切る)消火を。

#### 衣類

着衣に火がついたら軽げまわって消すの方法。髪の毛の場合なら衣類(化繊は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

#### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃えひろがったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

#### 3 早く逃げる

天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。  
避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。  
一酸化炭素などの有毒ガスを含んだ煙を吸い込まないように、低い姿勢でマスク・タオル等で口をふさいで逃げる。  
いったん避難したら、再び中には戻らない。

# わが家の防災対策

## 家の中の安全対策

### 1 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



### 3 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



### 4 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



### 2 寝室、子供やお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性があります。



### 5 電気火災発生の防止

大地震が発生した際には、多数の火災が発生し、多くの人が命や財産を失っています。地震火災の原因の多くは電気が関連しており、電気機器等(電気ストーブ、電気コンロ等)の転倒による出火や、電気復旧時における通電火災(破損した電気コードのショートによる出火等)があります。このような電気火災を防ぐため、感震ブレーカー※等を設置しましょう。

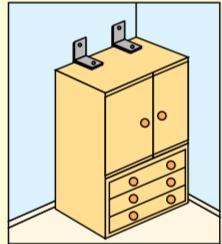


※感震ブレーカーとは、あらかじめ設定した震度以上の地震が発生した場合に、自動的に電気の供給を遮断しますので、電気にによる出火防止に効果的です。

## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

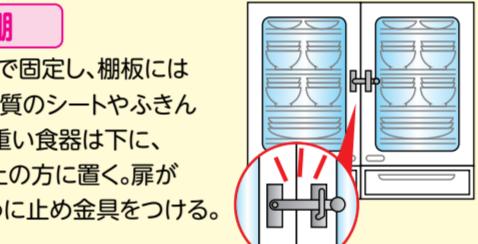
### タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかりと連結しておく。



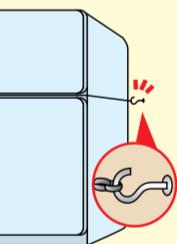
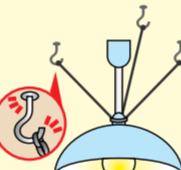
### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



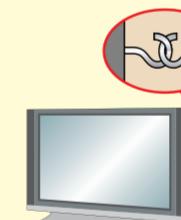
### 照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



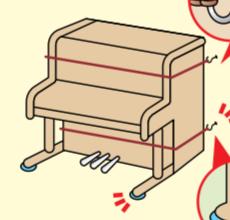
### 冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



### テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



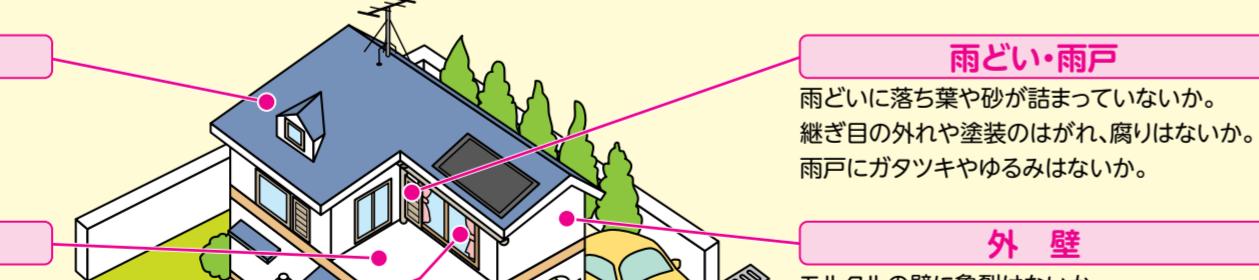
### ピアノ

本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。

## 家の周囲の安全対策

### 屋根

不安定な屋根のアンテナの補強。瓦のひび、割れ、ずれ、はがれはないか。トタンのめくれ、はがれはないか。



### 雨どい・雨戸

雨どいに落ち葉や砂が詰まっているか。継ぎ目の外れや塗装のはがれ、腐りはないか。雨戸にガタツキやゆるみはないか。

### ベランダ

鉢植えや物干し竿など飛散の可能性が高いものは室内へ。

### 窓ガラス

ひび割れ、窓枠のガタツキはないか。強風による飛来物などに備え、飛散防止フィルムを貼る。外側から板でふさぐなどの処置を。

### 外壁

モルタルの壁に亀裂はないか。板壁に腐りや浮きはないか。プロパンガスのボンベは固定されているか。

### 側溝

側溝が詰まると、道路冠水や浸水の原因になります。日頃からの清掃にご協力をお願いします。

# わが家の防災メモ

非常時に連絡しなければならない方などをメモしておくページです。  
事前に電話番号などを記入しておきましょう。

住 所			
氏 名	電 話		

避難所	地震の時	避難所	
		家族が離ればなれになった時の避難所	
		避難所	

避難所	水害の時①	避難所	
		家族が離ればなれになった時の避難所	
		避難所	

避難所	水害の時②	避難所	
		家族が離ればなれになった時の避難所	
		避難所	

家族の連絡先	氏 名	電話(会社・学校)	住 所	メモ

親戚知人の連絡先	氏 名	電話(会社・学校)	住 所	メモ

家族の救急用データ	氏 名	生年月日	血液型	アレルギー	常備薬	病歴

緊急連絡先	連絡先	電 話	連絡先	電 話

災害用伝言ダイヤル(171)の使い方	災害用伝言ダイヤルとは?
NTTでは、災害発生時に、被災地への通話がつながりにくい状況の場合、被災地内の安否等の情報を音声で録音、再生する「災害用伝言ダイヤル」を設置します。	
伝言の録音	171 - 1 - 0××× - ×× - ××××
伝言の再生	171 - 2 - 0△△△ - △△ - △△△△
ダイヤルする電話番号	被災地域の方は自宅の電話番号を、または連絡をとりたい被災地域の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。
伝言内容	1伝言あたり30秒以内
伝言保存期間	災害用伝言ダイヤル(171)の運用期間終了まで
伝言蓄積数	電話番号あたり1~20伝言(提供時にお知らせします)
利用可能電話	一般電話(プッシュ回線、ダイヤル回線)、公衆電話、携帯電話(一部除く)等

# 早めの避難があなたの命を救います

長南町役場 ホームページ

<https://www.town.chonan.chiba.jp/>

## インターネットを利用した防災情報

### 銚子地方気象台

千葉県の天気予報、注意報・警報の発表状況、台風情報、地震情報など

<https://www.jma-net.go.jp/choshi/>



### 国土交通省 気象庁

全国の天気予報、注意報・警報の発表状況、台風情報、地震情報など

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>



### 千葉県防災ポータルサイト

千葉県の防災情報、ハザードマップ、避難所情報、交通情報、ライフライン情報など

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/>



### 国土交通省 「川の防災情報」

全国の河川の「雨量」「水位」「河川予警報」など

<https://www.river.go.jp/>



### 東京電力パワーグリッド 千葉県の停電情報

千葉県の停電情報

<http://teideninfo.tepco.co.jp/html/12000000000.html>



 0120-995-007 (停電・電柱・電線など設備に関するお問い合わせ)

### NTT東日本 故障受付サービス

固定電話から: 113 固定電話以外: 0120-444-113

### 長生都市広域市町村圏組合 水道部

長生都市内の  
給水事業について

<http://www.chouseisuidou.jp/index.html>

0475-23-9491

### 本書の 使い方

本書は、災害時に持ち運び出来るように冊子型として作成しました。通常時は、地図部分や「わが家の防災メモ」ページを開いた状態で、壁などにピン留めするなど身近に置き、緊急時に持ち出してご活用ください。

発行:長南町役場 総務課 TEL:0475-46-2111(代)  
制作:株式会社ゼンリン 千葉営業所 TEL:043-261-0043  
作成:2020年(令和2年)3月

この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の50万分の1地方図、2万5千分1地形図及び電子地形図25000を使用した。(承認番号 平成29情使、第444-1373号)  
この地図の作成に当たっては、長南町長の承認を得て、長南町地形図1/2500を使用して調整したものである。(承認番号)平成29年1月4日長建第360号