佐久穂町

土砂災害ハザードマップ
千曲川洪水ハザードマップ

※千曲川洪水ハザードマップは千曲川周辺地域にのみ記載しております。

いざという時、
あなたとあなたの大切な人を
守るために

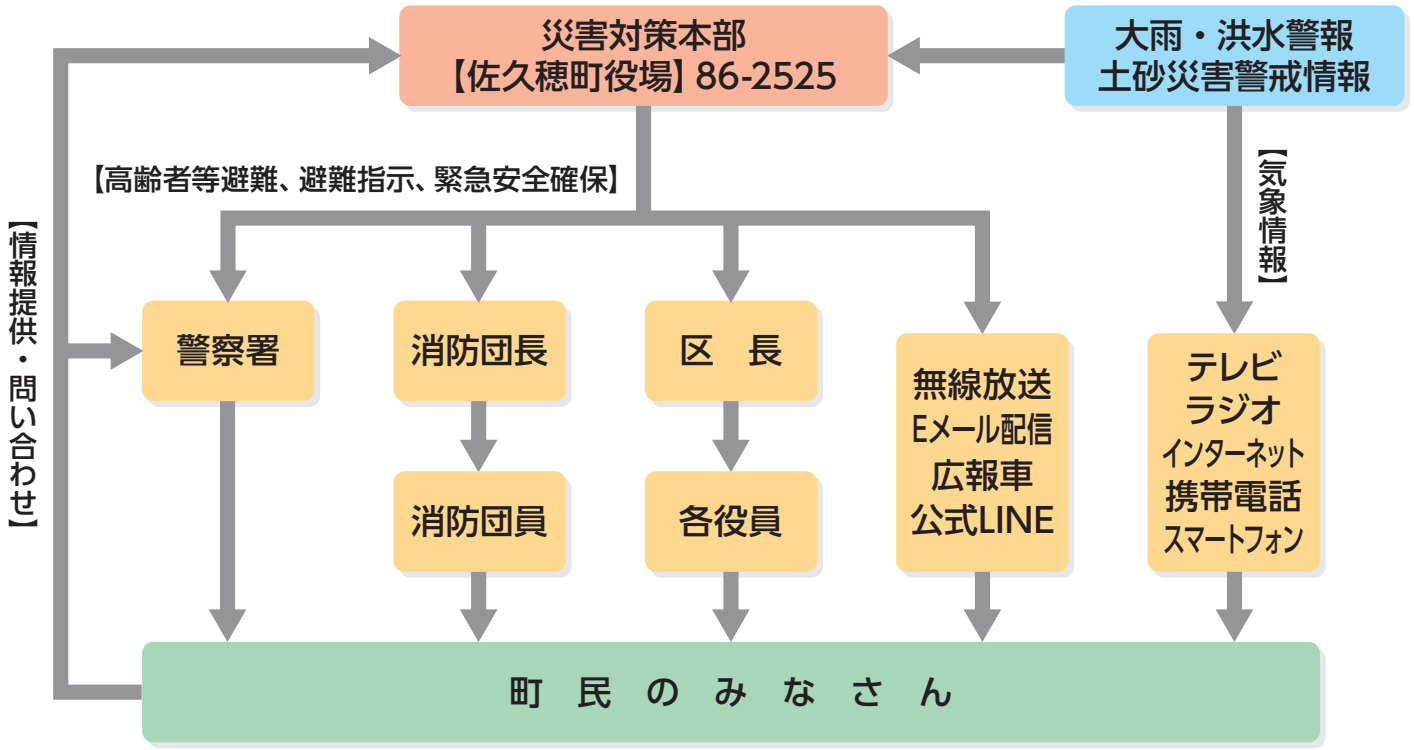
保存版

「わが家の防災の日」を決めて、半年に１回は、非常持出袋の点検と災害時の避難所や避難経路の確認をしましょう！

令和４年３月

情報の伝達経路

防災情報は、各機関から以下のような経路で伝達されます。町民の皆さんは、テレビ・ラジオ・インターネット等を活用して情報収集を行い、災害に備えてください。



※インターネット災害情報としては、国土交通省・気象庁・長野県・佐久穂町のホームページ、公式LINE、長野県河川砂防情報ステーション、さくほ緊急メール（要登録）等をご活用ください。

佐久穂町公式LINE　LINE ID @003mixyx

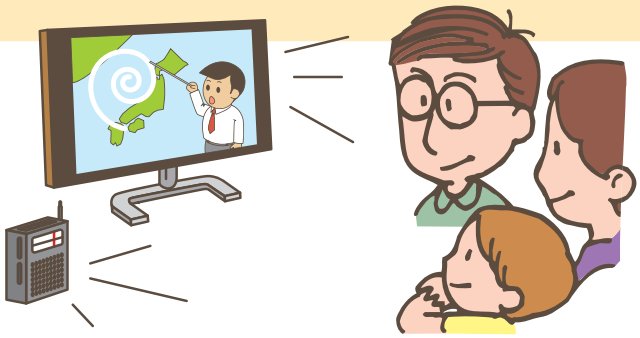
災害発生時の緊急連絡先

災害対策本部	佐久穂町役場	0267−86−2525
消防署　119番	北部消防署	0267−82−0119
警察署　110番	佐久警察署	0267−68−0110
長野県	佐久建設事務所	0267−82−3101
	佐久地域振興局	0267−63−3111
電　気	中部電力㈱佐久営業所	0267−62−1141
電　話	NTT東日本長野支店	026−225−4389
水　道	佐久水道企業団	0267−62−1290

避難時の心得

- 大雨洪水警報、土砂災害警戒情報等が出されたら、避難できる準備をしましょう。
- 正確な情報収集を行い、危険と感じたら、自主避難を行いましょう。
- 動きやすい服装で、荷物はリュックに入れて、２人以上で避難をしましょう。
- 障がいがある方、介護が必要な方、お年寄り、子ども、妊婦を優先に、地域で協力して、避難をしましょう。

大雨情報をキャッチしたら、
わが家で安全対策を
始めましょう。



避難情報及び災害時の避難行動

警戒レベル4 避難指示（ひなんしじ）で必ず避難

警戒レベル	状　況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険　直ちに安全確保!	緊急安全確保※1
		〈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	避難指示
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者は避難※2	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（気象庁）
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（気象庁）

※１ 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル５は必ず発令されるものではありません。
※２ 警戒レベル３は、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危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

わが家の防災メモ

避　難　場　所

避難場所名		電話番号	
集合場所名		電話番号	

緊急時の親戚・知人の連絡先

連絡順	氏　　名	電話番号	住　　所
1			
2			
3			

家族の覚え書き

氏　名	勤務先・学校等	電話番号	備　考

NTT災害用伝言ダイヤル「171」

- NTT災害用伝言ダイヤルは、地震、豪雨などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、一般電話がつながりにくい状況になった場合に提供が開始されます。
- 被災地内の方も、被災地以外の方も被災地の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。
- 録音された伝言は被災地の方の電話番号を知っている方が聞くことができます。（一般加入電話・公衆電話・携帯電話等からご利用になれます。）

伝言の録音方法

171 ▶ 1 ▶ 被災地の人の電話番号（市外局番から） ▶ 伝言を吹き込む（30秒以内）

伝言の再生方法

171 ▶ 2 ▶ 被災地の人の電話番号（市外局番から） ▶ 伝言を聞く

その他の災害用伝言サービス

災害用伝言板

携帯電話・スマートフォンのインターネット接続機能で、災害地の方が伝言を文字によって登録し、携帯電話・スマートフォン番号をもとにして、全国から伝言を確認できます。ご利用については、通信各社のホームページ等でご確認ください。

災害用伝言板（web171）

パソコンやスマートフォン等から固定電話番号や携帯電話・スマートフォン番号を入力して安否情報（伝言）の登録、確認を行うことができます。ご利用については、NTTの「web171」のページをご覧ください。

日頃の備え

非常持出袋の準備・点検

非常持出袋の大原則

●非常時持出品はリュックで！

●１人に一個の非常持出袋を用意する

非常持ち出し品の準備に家族全員が参加すれば防災意識が高まり必要なものを入れ忘れることもありません。また、みんなで分担して持てば重量も軽くできます。

●車のトランクに非常持出袋を入れておく

車を運転しているときに地震が起こることもあります。また、家が倒壊したような場合にも、取り出して使える利点があります。

●非常持出袋は何箇所かに分散して保管する

家具が倒れたような場合、非常持出袋が取り出せなかったり、中のものが使えなくなるケースも考えられます。庭やベランダなどにも、分散して保管しておきましょう。

●「わが家の防災の日」を決めて中身を点検する

半年に１回程度、定期的に中身をチェックし、期限切れのものは入れ替えましょう。あらかじめ「わが家の防災の日」を決めておくと忘れずにすみます。

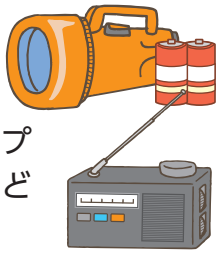
●「わが家の家族」に応じた「無くてはならない」ものを準備する

非常時持出品

避難時にまず持ち出す

●生活用品

□雨具　□マスク・ビニール袋　□スリッパ
□衣類・下着　□タオル
□ティッシュ　□懐中電灯
□携帯ラジオ・予備電池
□ローソク・マッチ　□ロープ
□軍手・帽子　□育児用品など



●貴重品

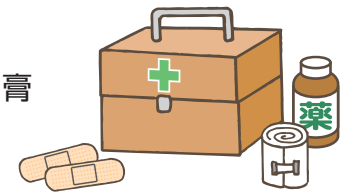
□現金（要小銭）
□通帳・印鑑
□権利証書・免許証
□健康保険証など

●非常食関係

□飲料水
□乾パン・ビスケット
□紙皿など食器
□缶切り・ナイフなど

●救急医療品

□傷薬・包帯・絆創膏
□かぜ薬・胃腸薬
□常備薬

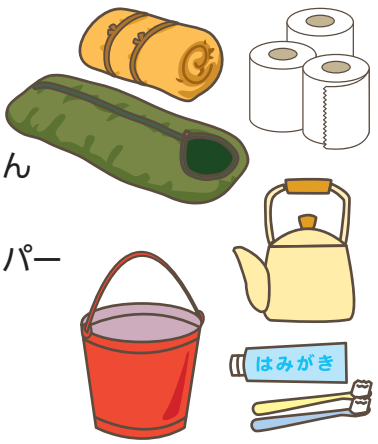


非常時備蓄品

災害復旧までの数日間（最低3日）分準備する

●生活用品

□毛布・寝袋
□新聞紙
□洗面用具・石けん
□鍋・やかん
□トイレットペーパー
□筆記用具
□バケツなど

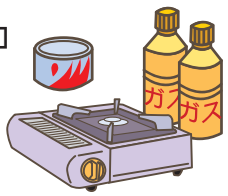


●非常食

□飲料水
（1人1日3リットルを目安に）
□保存食
（缶詰やレトルト食品など）
□チョコレートなどの菓子類
□調味料など

●燃料

□卓上コンロ　□携帯コンロ
□ガスボンベ　□固形燃料

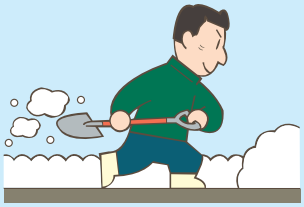


防災チェックポイント

台風に対する備え

1. 台風が接近する前に、自宅の周りの安全点検
2. 台風が接近したら、早く帰宅、外出しない
3. 停電に備え、懐中電灯やラジオを用意
4. 断水に備え、水や食料を確保
5. 身の危険を感じたら、早めに避難
6. 避難に備え、非常持出袋を確認
7. 浸水に備え、貴重品や衣類、寝具などを高い場所へ
8. 台風が去っても、強風や豪雨に警戒
9. 断線した電線が、家屋に触れていないか注意
10. 水害にあったら、衛生に注意

大雪に対する注意



1. 雪を水路に入れると思わぬ洪水に
2. 家庭の雪を道路に出すのは禁止されています
3. 路上駐車は危険であり、除雪の邪魔になります
4. 大雪時はできるだけ外出を控えましょう
5. 除雪機に詰まった雪を取り除くときは、必ずエンジンを止めて
6. 夜間・早朝での除雪機械の作業は、機械や道路の凍結に注意
7. 道路が傾斜している場所での除雪は、転倒や転落に注意
8. 雪下ろしのときは、必ず命綱と滑り止め、はしごの固定を
9. 一人での雪下ろしはしない、家族や隣近所に知らせてから
10. 積雪の後は、雪崩や屋根の雪の落下に注意

地震に対する日ごろの備え

1. 家具や電気製品の転倒防止
2. 食器や本などの落下防止
3. 枕元に厚手のスリッパや非常持出袋を
4. 懐中電灯は、すぐ手にできるところに
5. メガネは、壊れない場所か、入れ物に
6. 車の合鍵は数カ所に分散
7. 車にも、水や食料、毛布を入れておく
8. 家族の安否確認は遠くの親せきや知人へ
9. 家の周りの危険箇所を、みんなで確認
10. 家族みんなで、わが家の防災会議

地震が発生したときの心得

1. まず身の安全を
2. すばやく火の始末
3. 避難口を確保
4. 足元に注意して避難
5. 隣近所に声をかけて避難
6. 持ち物は最小限に
7. 狭い路地や塀、川に近寄らない
8. 山崩れやがけ崩れに警戒
9. みんなで応急救護
10. 正しい情報をラジオなどで

土砂災害ハザードマップについて

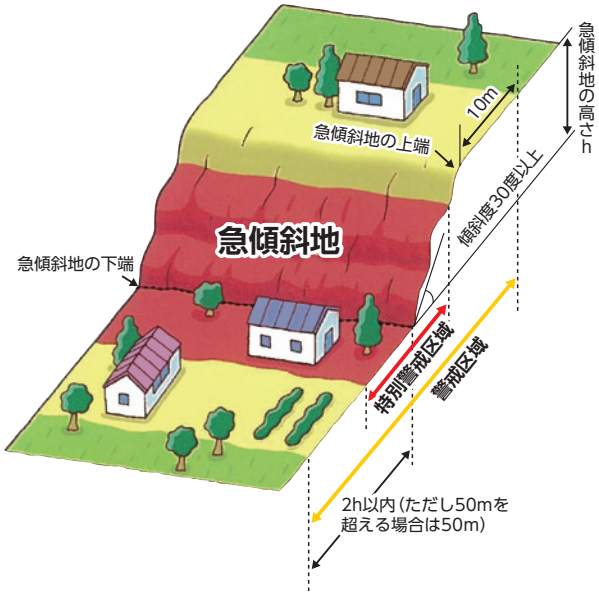
長野県が、土砂災害防止法に基づき指定した「土砂災害警戒区域」と「土砂災害特別警戒区域」を、「急傾斜地」と「土石流」に分けて記載しております。

急傾斜地の崩落とは

急な斜面がしみ込んだ雨水や、地震により突然崩れ落ちる現象です。崩れた土砂は斜面の高さの２～３倍にあたる距離まで届くこともあります。がけは山裾だけでなく市街地にもあり、土砂災害のなかでは最も多く発生しています。

こんな前ぶれに注意！

- がけに亀裂が入る。割れ目が見える。
- がけから水が噴き出す。（あるいは止まる）
- 小石がパラパラと落ちてくる。
- 木が傾いたり、倒れたり、木の根が切れる音がするなど。

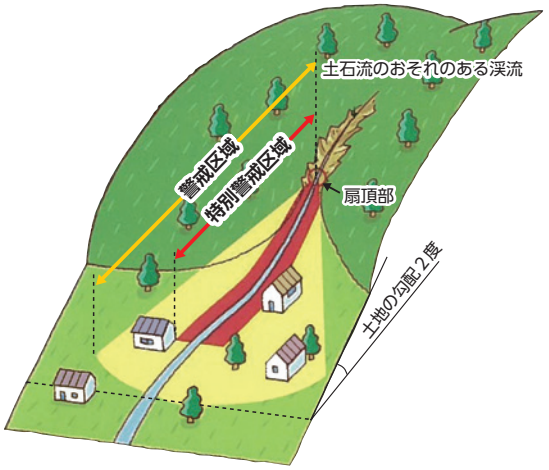


土石流とは

山の斜面から崩れた土や石、谷底にたまっていた砂利や石などが、梅雨や台風の大雨や雪解けなどの水と一緒になって、一気に流れ出てくる現象をいいます。

こんな前ぶれに注意！

- 山鳴り、地鳴りがする。
- 川が濁ったり、流木が流れる。
- 雨が降り続いているのに、川の水位が下がるなど。



区域の指定

土砂災害警戒区域（通称：イエローゾーン）

■急傾斜地の崩落

- 傾斜度が30度以上で高さが５m以上の区域
- 傾斜度地の上端から水平距離が10m以内の区域
- 傾斜度地の下端から急傾斜地の高さ２倍（50mを超える場合は50m）以内の区域

■土石流

- 土石流の発生のおそれのある渓流において、扇頂部から下流で勾配が２度以上の区域

土砂災害特別警戒区域（通称：レッドゾーン）

土石等の移動等により建築物に作用する力の大きさが、通常の建築物が土石等の移動に対して住民の生命又は身体に著しい危害が生ずるおそれのある損壊を生ずることなく耐えることのできる力の大きさを上回る区域

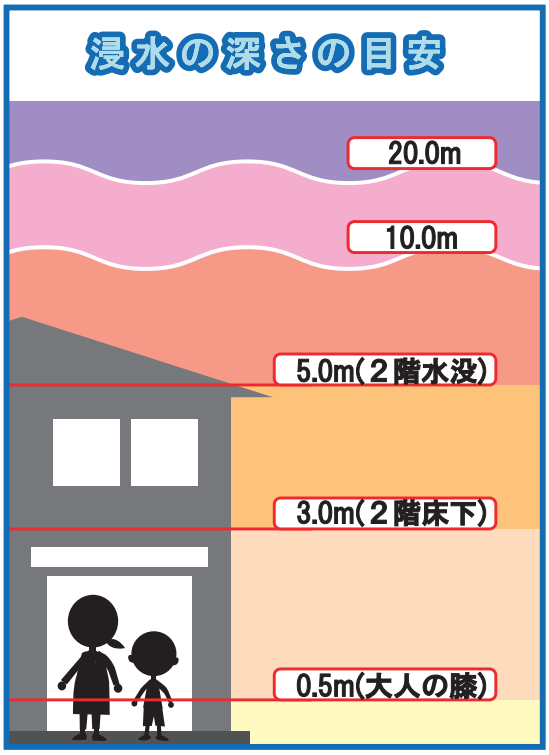
※特別警戒区域では、建築物の構造規制、特定開発行為に対する許可制、建築物の移転等の勧告及び支援措置がありますので、詳しくは、長野県佐久建設事務所へお問い合わせください。

千曲川洪水ハザードマップについて

千曲川周辺地域にのみ、長野県が水防法に基づき指定した「浸水想定区域」を色分けして記載しております。

千曲川が、おおむね100年に一回降ると予想される雨量によって増水し、堤防が決壊した場合の洪水氾濫予想（令和２年3月長野県が公表）に基づいて、浸水の範囲とその深さを示しております。

河川の氾濫の恐れがあるときは、高齢者等避難、避難指示が出ますが、各地域での雨の降り方が異なりますので、日頃から家の周りの浸水状況に注意し、危険と判断したら、早めの自主避難をしましょう。



雨の降り方の程度

やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間に10mm以上～20mm未満	1時間に20mm以上～30mm未満	1時間に30mm以上～50mm未満	1時間に50mm以上～80mm未満	1時間に80mm以上
ザーザーと降ります。地面からのはね返りで足下が濡れます。この程度の雨でも長く続くときは注意が必要です。	どしゃ降りです。傘をさしていても濡れます。側溝や下水、小さな川があふれ、小規模のがけ崩れが始まります。	バケツをひっくり返したように降ります。道路が川のようになります。山崩れ・がけ崩れが起きやすくなり、危険地帯では避難の準備が必要です。	滝のように降ります。水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなります。土石流が起こりやすく多くの災害が発生します。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じます。雨による大規模な災害が発生する恐れが強く、厳重な警戒が必要です。