

自分たちの地域を自分たちで守ろう

## 閑上地区

# 防災 マニュアル

名取市・閑上地区  
令和8年（2026年）5月



名取市 カーナくん



# 目 次

## 1. はじめに P1

- マニュアル作成の目的を把握する

## 2. 閑上地区の概要 P1

- 閑上地区の「地形・地勢」、「世帯・人口」を知る

## 3. 震災後の防災対策とまちづくり P2

- 震災後の防災対策を知る

## 4. 閑上地区の災害対応 P3

- 災害発生後の対応行動を学ぶ（地震・津波・風水害）
- 閑上地区の防災活動

## 5. 閑上地区の災害予防 P9

- 災害に備える
- 閑上地区の災害予防活動

## 6. 在宅避難、車中泊避難、ペット同行避難への対応 P13

- 在宅避難、車中泊避難、ペット同行避難を理解する

## 7. 閑上地区防災マップ P15

- 津波時、洪水時、内水時の防災マップ

## 8. マイ・タイムラインシート P20

- 自身の風水害時の避難行動を事前に計画する

## 9. 名取市からの情報とさまざまな情報の入手先 P21

- 各種情報の入手先を把握する

## 10. 我が家の防災メモ・防災カード P22

- 防災カードを作成して携帯する

## 1. はじめに

名取市では、東日本大震災の教訓や豪雨災害の経験を踏まえて、大規模災害による被害を軽減するために、地区の実情に応じた防災対策を、名取市と地区の皆さんが一体となって実践していくことが重要と考え、令和2年度に「閑上地区防災マニュアル」を市と地区の方とで作成しました。

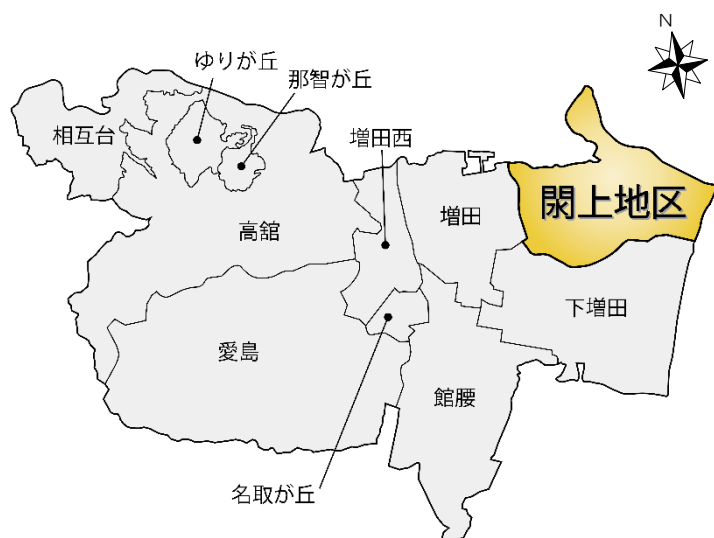
今回、再び地区の方に協力いただき、最新の防災に関する基準を加えて「閑上地区防災マニュアル」を更新しました。

## 2. 閑上地区の概要

### (1) 地形・地勢

- ・ 東側は太平洋に、北側は名取川に面し、西側には仙台東部道路が通っています。
- ・ 東日本大震災後の復興整備により、住宅地を中心にかさ上げが行われました。また、かさ上げ道路（第2次防御ライン）が開通したことで、多重防御による減災機能の強化が図られました。

### (2) 世帯・人口



閑上地区の世帯・人口（R8.3.31 時点）

| 項目      | 閑上地区  |
|---------|-------|
| 世帯数     | 1,532 |
| 人口（合計）  | 3,188 |
| 15 歳未満  | 445   |
| 15～64 歳 | 1,596 |
| 65 歳以上  | 1,147 |

### ★一口メモ★



前回（令和3年2月時点）に比べて15歳未満は67人増加し、地区に占める割合も1.52%増加しているよ！



### 3. 震災後の防災対策とまちづくり

関上地区では、震災後の防災対策として、仙台東部道路への避難階段の設置やモーターサイレンの増設などの整備をしました。



#### 仙台東部道路の 緊急避難階段

3箇所に緊急避難階段を設置しています。

東日本大震災の際、高さ約6mの東部道路に駆け上がり、難を逃れた人もいました。



#### 津波緊急避難場所

津波緊急避難場所として、関上地区では5箇所指定しています。

- ・関上中央第一団地（5棟）
- ・関上中央第二団地（3棟）
- ・関上公民館
- ・関上小中学校
- ・名取市サイクルスポーツセンター



#### 防災行政無線

屋外スピーカー（屋外拡声子局）から災害時の緊急情報などを放送します。

4箇所（関上公民館、あんどん松、震災メモリアル公園、名取市サイクルスポーツセンター）に設置しています。

#### 防御ライン

巨大津波の襲来に備え、第1次防御ライン、第2次防御ラインを整備しています。

- ・第1次防御ライン：海岸堤防
- ・第2次防御ライン：かさ上げ道路（市道関上南北線、市道広浦北釜線）



#### モーターサイレン

大津波警報や津波警報の発表をモーターサイレンでお知らせします。

沿岸部の3箇所（日和山中継局、名取市斎場、下増田雨水ポンプ場）に設置しています。

#### ★一〇メモ★



防災行政無線の内容が聞き取れなかった時は、

**テレホンサービス（022-384-2981）**

で聞いてみよう。無線内容が確認出来るよ。※詳しくはP21をチェック！

## 4. 閑上地区の災害対応

発災時にやるべきことを見ていくよ！

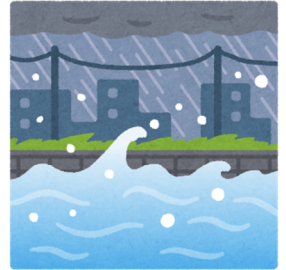


### (1) 地区で想定する災害

- ・ 閑上地区で特に注意すべき災害は、地震・津波・風水害（洪水・内水）です。

#### ～地区住民からのご意見～

- ・「地域によっては高齢化が進んでいる」
- ・「内水はん濫による土地・家の浸水」
- ・「津波による人的被害」
- ・「車での避難の際、渋滞の恐れがあり、逃げ遅れる」



### (2) 災害から命を守るために【災害時の基本行動】

#### 1) 自分の命は自分で守る！

- ・ 災害が発生したら、まず「自分の命は自分で守る」ように対応しましょう。

#### 2) 家族や町内会で避難場所を確認しましょう！

- ・ 「閑上地区防災マップ」（P15～19に掲載）で、浸水などの危険な場所、施設や公園などを確認し、日頃から家族や町内会で避難場所、避難経路、集合場所、安否確認方法などを確認しておきましょう。

| 名称       | 記号              | 説明                                                      |
|----------|-----------------|---------------------------------------------------------|
| 指定避難所    |                 | 災害の危険から <u>命を守るために一時的に滞在</u> する場所です。                    |
| 指定緊急避難場所 | <br>津波      風水害 | 災害の危険から <u>命を守るために緊急的に避難</u> する場所です。<br>災害の種類ごとに指定されます。 |

- ・ お住まいの地域によっては、地区内の避難所より、地区外の避難所への避難の方が安全な場合もあります。安全な場所に避難することを優先しましょう。

#### ★一口メモ★



自宅に近い避難所だけでなく、避難所までの道で危険な場所がないか、安全に避難できる場所はどこかを確認しておこう！

### (3) 地震から命を守るために【地震発生時の行動】

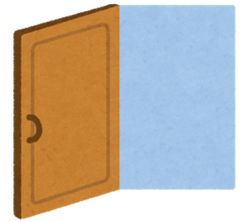
#### 1) まず身を守る！ 慌てずに落ち着いて行動！

- ・ 緊急地震速報や揺れを感じたら身を守りましょう。
- ・ 夜間は、停電になっても慌てずに、けがをしないように落ち着いて行動しましょう。
- ・ 外にいるときや避難の際は、ブロック塀など倒れやすいものに気をつけましょう。



#### 2) 揺れが収まってから行動！

- ・ 火元や家族の安全を確認しましょう。
- ・ 揺れが収まった後に、窓や戸を開け、出入り口を確保しましょう。
- ・ 隣近所に声を掛け、お互いの安全を確認しましょう。高齢者宅には、積極的に声掛けをしましょう。
- ・ 揺れが収まったら、各種情報を確認しましょう。情報入手は、「名取市からの情報とさまざまな情報の入手先」(P21に掲載)を参考にしましょう。



#### 3) 避難の判断

- ・ 自宅の被害状況等により避難の有無を判断しましょう。
- ・ 自宅が安全と判断した場合も、いつでも避難できるように準備しておきましょう。
- ・ 安全が確保できれば、保険請求などのため、写真を撮っておくことも有効です。
- ・ 避難などで家を離れる場合は、「通電火災」に備えてブレーカーを「切り」ましょう。



#### ～「通電火災」～

「通電火災」とは、地震による停電が復旧した際に、損傷した電気機器や電気配線から発生する火災です。電気機器の周辺に燃えやすいものがあると、引火する恐れがあります。

## (4) 津波から命を守るために【津波発生時の行動】

### 1) 長い揺れ、強い揺れを感じたらすぐ逃げる！

- ・東日本大震災の際、名取市では、最大震度6強の揺れが約3分間継続し、津波高9mを超える巨大津波が襲来しました。



### 2) 弱く長い揺れでも津波は来る！

- ・明治三陸地震では、震度2または3という比較的小さな地震が約5分間も継続し、岩手県では約30分後に巨大津波が襲来しました。



### 3) すぐに逃げる！

- ・日本海中部地震では、秋田県能代市で震度5の揺れが発生して約10分後、北海道南西沖地震においては北海道奥尻島で震度5の揺れが発生して約5分後に巨大津波が襲来しました。

### 4) 率先して避難する！1軒1軒、扉を叩くのではなく「おれは逃げるぞー！」と大声を出して逃げる。

- ・東日本大震災に関する多くのアンケートで、すぐに避難しない人が多かった状況が報告されています。



### 5) 自分の命は自分で守る！

- ・東日本大震災では、津波被害の大きかった自治体で、消防団や町内会の役員など避難誘導を行っていた人が犠牲になっています。
- ・関上保育所は、海岸線から約500mの地点にありながら、1人の犠牲者も出すことなく、子どもたち全員(54人)の生命を守ることができました。
- ・関上保育所では、大地震の際には車で関上小学校に避難することを決めており、毎年行われる関上地区の防災訓練に参加していました。釜石の奇跡で有名な東京大学の片田特任教授は、関上保育所の避難を避難の3原則を実践した結果だと述べています。

**原則1. 想定にとらわれるな！**

**原則2. その状況下で最善を尽くせ！**

**原則3. 率先避難者たれ！**



| 警報など  | 津波予想高          | 発令種別 | 発令区域                                | 行動                                                                                                                                     |
|-------|----------------|------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 大津波警報 | 3m以上(巨大)       | 避難指示 | 関上、下増田地区<br>全域<br>増田、館腰地区の<br>想定浸水域 | <b>水平避難：より遠く</b><br><b>垂直避難：より高く</b><br>避難先(関上公民館、関上小中学校、関上中央第一団地、関上中央第二団地、サイクルスポーツセンター、下増田公民館、下増田小学校、まなウェルみやぎ、仙台空港ビル、又は仙台東部道路の避難階段など) |
| 津波警報  | 1～3m未満<br>(高い) |      | 仙台東部道路から<br>東側                      |                                                                                                                                        |
| 津波注意報 | ～1m未満          |      | 貞山堀から<br>東側                         |                                                                                                                                        |

※津波警報・注意報時の避難指示等の発令区域は、今後見直す可能性があります。



## （５）風水害から命を守るために【風水害時の行動】

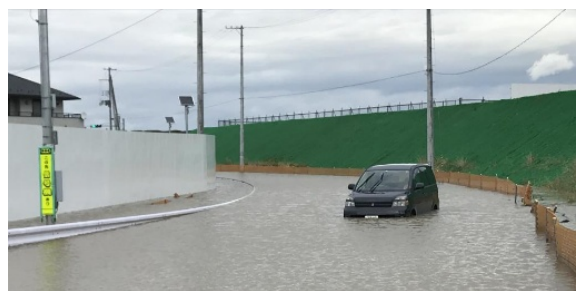
### １）災害が予想されるとき

- ・ テレビ、ラジオなどで気象庁から発表される警報・注意報や、市からの情報に注意しましょう。
- ・ 市からの高齢者等避難、避難指示は、防災行政無線と『なとらじ f m80.1MHz』、緊急速報メール、なとり防災メール、テレビのテロップ、ホームページなどで伝達します。
- ・ 台風が接近しているときや、豪雨の危険性があるときは、むやみに外出しないようにしましょう。



### ２）早めの避難

- ・ 早めの避難を心がけることが重要です。
- ・ 暗くなってからや浸水してからの避難は極力避け、「避難指示（警戒レベル４）」（P7に掲載）までに必ず避難しましょう。
- ・ 避難所、知人宅、宿泊施設など安全を確保できる場所に水平避難しましょう。
- ・ 急な降雨や浸水など、外に避難することがかえって危険な場合は、建物の安全を確認し、自宅や建物の２階以上など、想定浸水深より高い場所に垂直避難しましょう。
- ・ 道路が冠水している場合、車の運転は路肩の崩落や脱輪、さらには流される危険があります。道路が冠水している場合は、車での避難は避け、徒歩で避難しましょう。



冠水時の運転は危険  
（平成 29 年（2017 年）台風第 21 号）  
※名取市アーカイブより

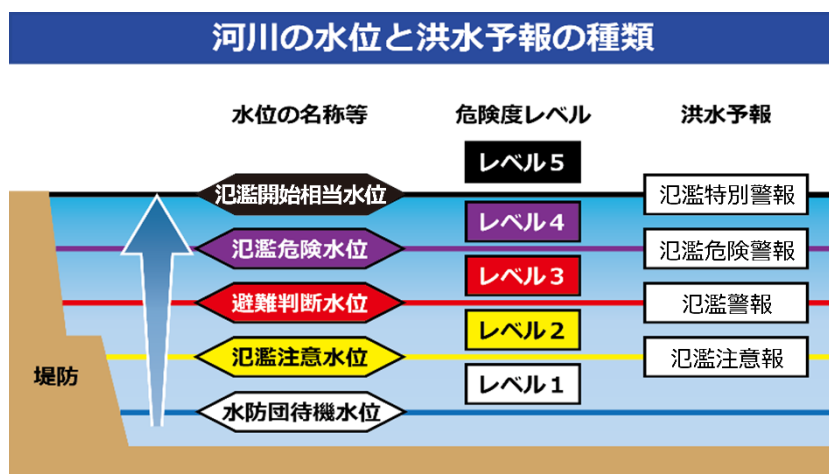
### ★一口メモ★



車が浸水しないよう移動してから避難する例もあるよ。  
車の退避については、事前に車両の緊急避難場所を確認し、早めに避難しよう！ 関上地区には 1 箇所（かわまちてらす関上）があるよ。

### 3) 河川の近くでは十分に注意を

- 河川の情報は、国土交通省による『川の防災情報』のホームページで、水位・ライブカメラ映像が確認できます。水位と併せてはん濫に関する基準水位も表示してありますので、参考にしましょう（P21に掲載）。



※国土交通省資料に基づき作成

#### ～名取市から発令される避難情報について～

市が発令する避難情報は、次の表のとおりです。警戒レベル4までには必ず避難しましょう。また、最新の気象情報や市の発信する情報に注意して行動しましょう。

| 避難情報    | 警戒レベル  | 状況               | とるべき避難行動                                                                     |
|---------|--------|------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 緊急安全確保※ | 警戒レベル5 | 災害発生<br>又は切迫     | ・直ちに身の安全を確保し、命を守る最善の行動をとってください。                                              |
| 避難指示    | 警戒レベル4 | 災害の<br>おそれ<br>高い | ・危険な場所から全員避難しましょう。                                                           |
| 高齢者等避難  | 警戒レベル3 | 災害の<br>おそれ<br>あり | ・避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人は危険な場所から避難しましょう。<br>・高齢者等以外の方は、避難の準備、避難所開設の情報収集を行いましょう。 |

※警戒レベル5「緊急安全確保」は、必ず発令されるものではありません。

## (6) 町内会・自主防災組織等の対応

自主防災組織等をつくった町内会は、発電機や投光器、応急担架やリヤカー、炊き出し用具、拡声器などの防災資機材の準備が望めます。災害時には、それらの資機材を活用し、事前の役割分担に従い、次の応急対策を行います。



### 1) 安否確認、避難誘導

- 大きな地震では、隣近所で声を掛け合い、安否確認を行いましょう。家屋などに倒壊の恐れがある場合は、自らの安全を確保した上で、避難場所まで避難誘導を行いましょう。

### 2) 情報収集や情報伝達

- 地域を回り被害状況を把握し、役員で情報の共有を図り、救助要請が必要な場合は、市や消防に連絡しましょう。



### 3) 初期消火、救出・救護活動

- 消防など（公助）が到着するまで、無理のない範囲で救出活動を行いましょう。なお、救出・救護活動を行う場合は、余震に注意しましょう。

### 4) 集会所など一時避難所の開設、炊き出し

- 町内会など地区の判断により、必要に応じて、集会所などを一時避難所として開設します。開設されたら、食料や飲料水を持って避難し、声を掛け合い、余震が収まるのを待ちましよう。また、必要に応じて防災資機材を活用し、炊き出しなどを行いましょう。
- 避難方法のひとつとして、在宅避難や車中泊をする人もいます。できる限り町内会・自主防災組織等で避難先の把握に努めましよう。



### 5) 指定避難所などの運営協力、避難行動要支援者の支援

- 指定避難所などでの協力や、避難行動要支援者の支援を行いましょう。

#### ～「指定避難所」の開設・運営への協力について～

名取市では東日本大震災当日、約 50 箇所の避難所に約 1 万 1 千人が避難し、停電で真っ暗な中、余震などで不安な夜を過ごしました。長期の避難生活を余儀なくされた方は、地域の皆さんの温かい支援などにより、避難所の自主運営を行いました。

避難所運営には、地域住民や避難者の皆さんの協力が不可欠です。災害に備えて、普段から避難した後の行動や生活をイメージしておきましよう。

避難所が開設されたら、避難所運営への協力をお願いします。

#### 【初期の避難生活】

- 避難人数の確認、避難者名簿の作成、簡易トイレの設置、市からの食料・物資の配布などについて、協力をお願いします。

#### 【長期の避難生活】

- 町内会などの単位で班を編成し、避難所自主運営組織を作り、役割分担を定め、避難生活を行います。

救援物資は、発災直後は届きません。市の備蓄物資のほか、各自で食料や防寒着、ミルクやオムツ、毛布などを持ち寄ることが重要です。



## 5. 関上地区の災害予防

平常時に行っておくことを見ていくよ！



### (1) 個人でできること【自助】

#### 1) 日頃の備え

- ・ 自宅の保全や、自宅周辺の危険箇所や飛散するものがないかの確認、非常持出品・備蓄品の定期的な確認など、日頃から備えておきましょう。
- ・ 側溝や排水溝などを掃除し、水の流れをスムーズにしておきましょう。
- ・ 日頃から防災意識を高め、災害時には自ら情報を得て「自分の命は自分で守る」行動ができるようにしましょう。



#### 2) 災害に対する話し合い、事前の取り決め

- ・ この「関上地区防災マニュアル」や「名取市防災マニュアル」、「名取市ハザードマップ」などを見ながら、家族で避難方法や避難経路、避難場所を事前に話し合しましょう。
- ・ 家族が一緒の場合だけでなく、ばらばらのときの集合場所や連絡方法も確認しておきましょう。



#### 3) 津波避難の計画

- ・ 名取市の津波避難計画では、最大クラスの津波の予想到達時間を60分とし、準備時間を差し引いた『45分の避難時間』を想定しています。
- ・ 車による避難は、地震による道路等の損傷や信号の滅灯、多くの避難者が車を利用した場合に発生する交通渋滞などにより津波に巻き込まれる可能性があるため、『徒歩避難が原則』です。
- ・ 歩くことが困難な避難行動要支援者や、時間的余裕がなく、車による避難をせざるを得ない状況の人が逃げ遅れることのないよう、事前に家族の避難計画を考えましょう。



#### 4) 臨機応変に避難場所を変える

- ・ 避難所は多くの人が集まることから、密になりがちです。感染症対策のため、分散避難することも考えましょう。
- ・ 在宅避難または知人宅への避難など、臨機応変に避難場所・避難方法を変えましょう。
- ・ 東日本大震災では、車中泊の事例もありました。やむを得ず車中泊をする場合は、エコノミークラス症候群などに注意しましょう。





## 5) 家族の基本情報の把握

- ・ 家族の基本情報として、家族の生年月日、血液型、かかりつけの病院や連絡先などを防災カードに記録し、いざという時に使用できるよう、いつでも携帯しておきましょう。
- ・ また、自宅の構造や周辺の様子、災害備蓄品なども防災メモとして記録しておき、家族間で共有しましょう。防災メモ、防災カードは、「我が家の防災メモ・防災カード」(P22に掲載)を活用しましょう。



## 6) 非常持出品と災害備蓄品の準備

### <事前準備>

- ・ 自分で持てる程度の非常持出品を用意するとともに、いざという時のために災害備蓄品として、飲料水や食料、懐中電灯や携帯ラジオ、救急用品などを準備し、避難する際は非常持出品を持って避難所等へ向かいましょう。
- ・ 備蓄品は、「家族の人数×3日分(推奨7日分)」が目安です。
- ・ 備蓄品の賞味期限や充電の確認など、定期的に点検し、更新しましょう。
- ・ 備蓄品については、「ローリングストック法」が有効とされています。ローリングストック法とは、購入・備蓄・消費を繰り返す備蓄方法のことです。普段の買い物で、少し多めに購入しておき、使った分は補充していくことで、常に一定量の備蓄を行うことができます。



### <災害備蓄品の例>

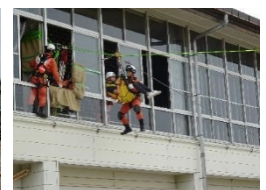
- ・ 食料：水、主食(米、麺類)、主菜(レトルト食品、肉・魚の缶詰)、副菜その他(日持ちする野菜類、乾物、調味料など)
- ・ 生活用品：カセットコンロ・カセットボンベ、食器(使い捨ての紙皿)、毛布、携帯ラジオ、懐中電灯、乾電池など
- ・ 衛生用品：簡易トイレ、歯ブラシ、マスク、タオル、ウェットティッシュ、生理用品など

|                            |  |                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 宮城県<br>『災害に対する<br>ご家庭での備え』 |  | <a href="https://www.pref.miyagi.jp/sos/hiki/bousai/km-wagaya.html">https://www.pref.miyagi.jp/sos/hiki/bousai/km-wagaya.html</a><br><div>宮城県 備え <input type="button" value="検索"/></div> |
|----------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



## 7) 防災訓練への参加

- ・ 自主防災組織等や地区で開催される防災訓練に参加してみましょう。
- ・ 市で行われる総合防災訓練に参加してみましょう。
- ・ 訓練をしておく、いざというときに行動に移すことができます。



過去の名取市総合防災訓練の様子

## (2) 町内会・自主防災組織等でできること【共助】

「自分たちの地域は自分たちで守る」ために、町内会・自主防災組織等で協力しましょう。

### 1) 災害時の役割分担の確認

- ・ 町内会・自主防災組織等の中で、安否確認や避難誘導などの役割分担を確認しましょう。  
なお、自分の身の安全が確保できている前提で、共助を行いましょう。

#### ★一口メモ★



役割分担は「負担の分け合い」ではなく「力の掛け算」。情報、救助、支援が連携することで地域の防災力は何倍にも高まるよ。

### 2) 地区防災訓練の実施

- ・ いざというときに落ち着いて行動できるように、避難訓練、消火訓練、応急手当などの防災訓練を実施するとともに、家具の転倒防止などの呼びかけを行いましょう。
- ・ 避難所となる学校や公民館を使用して、防災訓練を行うことも有効です。



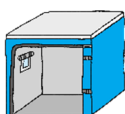
### 3) 地区防災講座・防災研修会の実施

- ・ 地区防災講座や防災研修会を企画し、情報交換を行うことにより自主防災活動のさらなる向上を目指しましょう。
- ・ 市が実施する出前講座『マナビィ宅配便（講師派遣事業）』を活用しましょう。



### 4) 防災資機材の整備

- ・ 地区集会所などに食料・水などの物資の備蓄や、防災資機材を整備し、いざというときに使用できるようにしておきましょう。
- ・ 指定避難所等には防災倉庫が設置されています。主な防災資機材は以下のとおりです。
  - ・ ワンタッチテント      ・パーティション      ・簡易トイレ（トイレ用テント含む）
  - ・ 発電機                      ・ 蓄電池



## 5) 地域の取り組み

地域の町内会・自主防災組織等の取り組みの一部について、ワークショップで出た内容をもとにご紹介します。

| 取り組み    |                                                    | 地域名            |
|---------|----------------------------------------------------|----------------|
| 訓練      | 地域防災訓練                                             | 関上西、関上中央、牛野、高柳 |
|         | 避難訓練・炊き出し訓練                                        | 関上西、関上中央、高柳    |
| 地域防災マップ | 作成・配布                                              | 関上中央、牛野        |
| 情報共有    | 地域合同避難訓練前の集会<br>(地域の方、こども園・保育所・<br>児童センター、市の防災担当者) | 関上小中学校         |
|         | 共助の気遣い高める<br>(隣人との会話を大切にする)                        | 太子堂            |
|         | 班を作りコミュニケーション促進                                    | 関上西            |
|         | 声掛け                                                | 高柳             |

- ・ このほか、避難階段を活用した避難訓練を実施している地域もあります。

## 6) 避難行動要支援者への支援方法の検討

- ・ 日頃から市と連携して、高齢者など避難行動要支援者への支援方法を考えておきましょう。
- ・ 災害時は、まず自分の安全を確保したうえで、無理はせず、そのときの可能な範囲で支援を行いましょう。
- ・ 避難行動要支援者名簿は、市と町内会等が協定を締結した場合に、市から町内会等に提供されます。
- ・ 関上地区では個別避難計画を作成しています。
- ・ これらの避難行動要支援者名簿や個別避難計画は、個人情報保護に留意し、使用目的や共有範囲を適切にした上で地域で共有し、いざというときに助け合い（共助）ができるよう、日頃から防災訓練等で活用しましょう。



## 7) コミュニケーションの促進

- ・ 若い人たちも参加しやすい行事を企画し、会員相互の親睦を深めましょう。

## (3) 行政などの災害対応【公助】

市、警察、消防、自衛隊では、災害発生時には以下のような公助を行っています。

- ・ 市では、災害対策本部が、災害に対する対応方針を定め、災害応急対策や復旧復興対策を行います。
- ・ 警察、消防、自衛隊は、人命救助、復旧支援などを行います。



## 6. 在宅避難、車中泊避難、ペット同行避難への対応

近年、従来の避難所だけでなく、在宅避難や車中泊といった形態が増加しています。それぞれの利点がある一方、課題や問題点が多く考えられますので、ご理解のうえ、慎重な避難行動を心がけましょう。

やむを得ず、在宅避難、車中泊避難をする場合は、以下に注意しましょう。

### (1) 在宅避難

在宅避難とは、災害発生時に自宅が倒壊・焼損・浸水などの危険にさらされておらず、かつ指定避難所での集団生活が困難といったやむを得ない事情がある場合に、自宅で避難生活を送る事です。在宅避難が可能かどうかは、自宅の安全性や周辺環境、備蓄品の有無などで判断しましょう。

#### 💡在宅避難の注意点

- 自宅の破損が少なく、余震で倒壊のリスクが低いことを確認しましょう。
- 火災や浸水、土砂災害などの危険がないことを確認しましょう。
- 数日間生活できるだけの物資が備蓄されていることが前提です。



※在宅避難を選ぶと、支援の輪から外れてしまうおそれがあります。最寄りの指定避難所、あるいは指定避難所にいる友人・知人に対して、自分が在宅避難をしていることを必ず伝えてください。

### (2) 車中泊避難

車中泊避難とは、災害時に指定避難所ではなく、やむを得ず自分の車の中で避難生活を送ることです。

集団生活が難しい場合のプライバシー確保や、ペットとの同伴避難が可能といったメリットがある一方で、健康面や安全面で多くのリスクが伴うため、長期の生活場所として望ましいものではないとされています。

#### 💡車中泊避難の注意点

- 長時間同じ姿勢で過ごすと、エコノミークラス症候群を発症するリスクがあります。弾性ストッキングなどの血栓症対策を備えておくことが有効です。
- 一酸化炭素中毒に陥る危険性があります。特に冬場に暖房のためにエンジンをかけっぱなしにする場合、マフラーが雪で塞がれたりすると排気ガスが車内に入り込む危険があります。適度に車内の換気を心がけましょう。



※市では、やむを得ず車中泊で避難せざるを得ない方々のために、指定避難所の状況を踏まえて駐車場やグラウンド等を活用することを想定しています。



### (3) ペット同行避難

市では、ペットの同行避難については、環境省の「災害時におけるペットの救護対策ガイドライン」などにに基づき可能な範囲で対応します。災害が起こったとき、飼い主はペット同行避難をすることが基本とされます。平常時からペットの安全と健康を守るとともに、他の避難者への迷惑にならないように努めましょう。



災害時における  
ペットの救護対策  
ガイドラインはこちら



#### 💡 飼い主が備えておくべきこと（平時）

- ・普段からクレート訓練※を行うなど、ペットのしつけをしましょう。
- ・予防接種や寄生虫の駆除などを行い健康管理に留意しましょう。
- ・迷子にならないよう、マイクロチップの装着をして AIPO※に登録しましょう。
- ・キャリーバッグやケージ、フードなどの避難用品や備蓄品を準備しましょう。



※クレート訓練…クレート（持ち運びできるケージ）を安心できる寝床として認識し、中で静かにリラックスできるようにする訓練です。

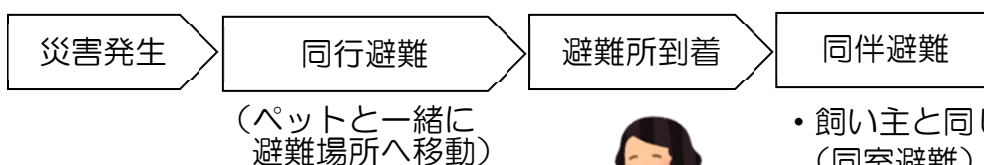
AIPO…AIPO が運営するデータベースに飼い主情報と動物情報を登録することで、識別が可能になります。

#### 💡 ペット同行避難のポイント（災害時）

- ・移動の際はクレートを用いた避難が基本です。
- ・避難所では定められた場所以外へのペットの立ち入りは禁止です。許可された場所でも、クレートに入れるか、リードでつないで管理しましょう。放し飼いは厳禁です。
- ・避難所ではペットの飼育管理は飼い主の責任で行ってください。飼い主同士等で周りに配慮したルールを作るなど、災害時には思いやりをもった心構えを持ちましょう。

#### ～同行避難と同伴避難の違いとは～

同行避難と同伴避難は以下のとおりです。



- ・飼い主と同じ空間で生活（同室避難）
  - ・別室や屋外でペット管理
- ※避難後の過ごし方は各避難所による

※市では、指定避難所及び指定緊急避難場所で行ってきたペットの受入れをしています。ただし、避難者の受入れ状況や施設の特性によっては、難しい場合もあります。

#### ★一口メモ★



同行避難＝ペットとともに安全な場所まで避難する行為

同伴避難＝被災者が避難所等でペットを飼育管理する状態

## 7. 閑上地区防災マップ

### 防災マップに書き込みましょう

- ・ 防災マップに、自宅の場所の印をつけ、家族で話し合った避難場所にも印をつけましょう。
- ・ 自宅から避難場所までの避難経路も書き込み、実際に避難経路を通ってみて、危険な場所、安全な場所を確認しておきましょう。
- ・ なお、マップに示す浸水範囲・深さは「想定以上の規模（マグニチュード）の地震が発生した場合」や、「雨の降り方などの気象条件や土地利用条件」によってはマップに示された浸水範囲よりも広くなることや、浸水深が深くなる場合がありますので注意が必要です。
- ・ マップの凡例についての説明は、次の表のとおりです。

| 名称       | 記号                                                                                               | 説明                                                      |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 指定避難所    |                 | 災害の危険から <u>命を守るために一時的に滞在</u> する場所です。                    |
| 指定緊急避難場所 | <br>津波      風水害 | 災害の危険から <u>命を守るために緊急的に避難</u> する場所です。<br>災害の種類ごとに指定されます。 |
| 福祉避難所    |               | 避難行動要支援者で、かつ個別避難計画により当該施設に避難予定の人のうち、市が特定した人のみが対象です。     |
| 避難目標     |               | 水平避難する際の目標地点のことです。                                      |
| 避難経路     |               | 避難所等や避難目標までの経路のことです。                                    |

#### ～洪水浸水予測「想定最大規模」について～

「想定最大規模」の降雨量は河川などの面積と降雨継続時間により算定されており、名取川では 607mm／2 日間、増田川では 747mm／1 日間となっています。

「想定最大規模」の降雨規模は 1000 年に 1 回程度を想定しており、1 年の間に発生する確率が 1／1000（0.1％）以下の降雨です。

毎年の発生確率は小さいですが、規模の大きな降雨であることを示しています。

#### ～外水はん濫 と 内水はん濫について～

「外水はん濫」とは、台風や大雨などにより川の水が堤防からあふれたり、堤防が決壊することで、市街地に水が流れ込む現象です。

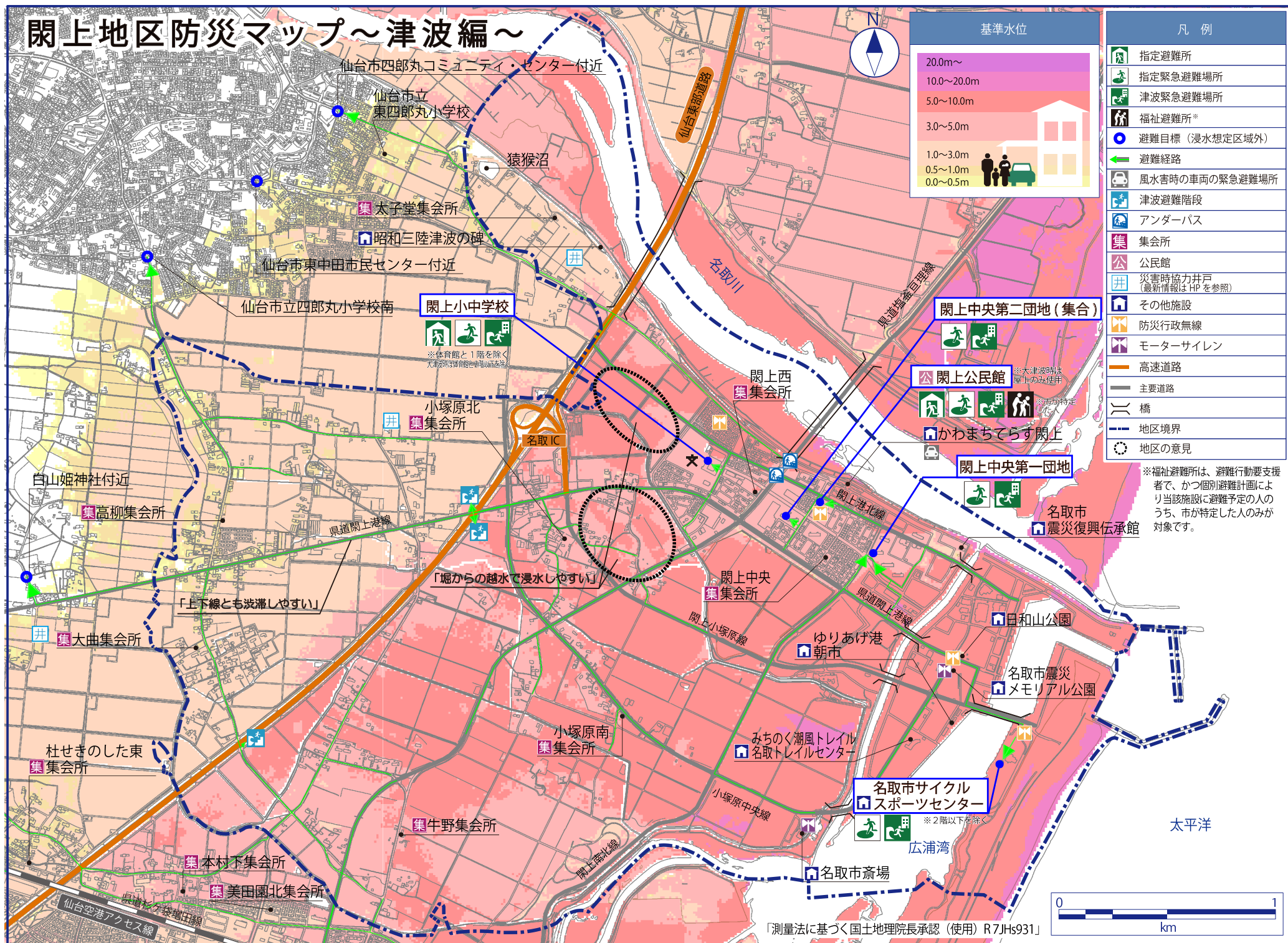
P18 に掲載している「洪水マップ」は、この「外水はん濫」による浸水想定範囲および浸水深を示しています。

また、「内水はん濫」とは、市街地などに降った雨が下水道の雨水処理能力を超えたり、雨で川の水位が上昇して市街地などの水を川に排出することができなくなった際に、市街地に水があふれてしまい建物や土地が水に浸かる現象です。

P19 に掲載している「内水マップ」は、この「内水はん濫」による浸水想定範囲および浸水深を示しています。

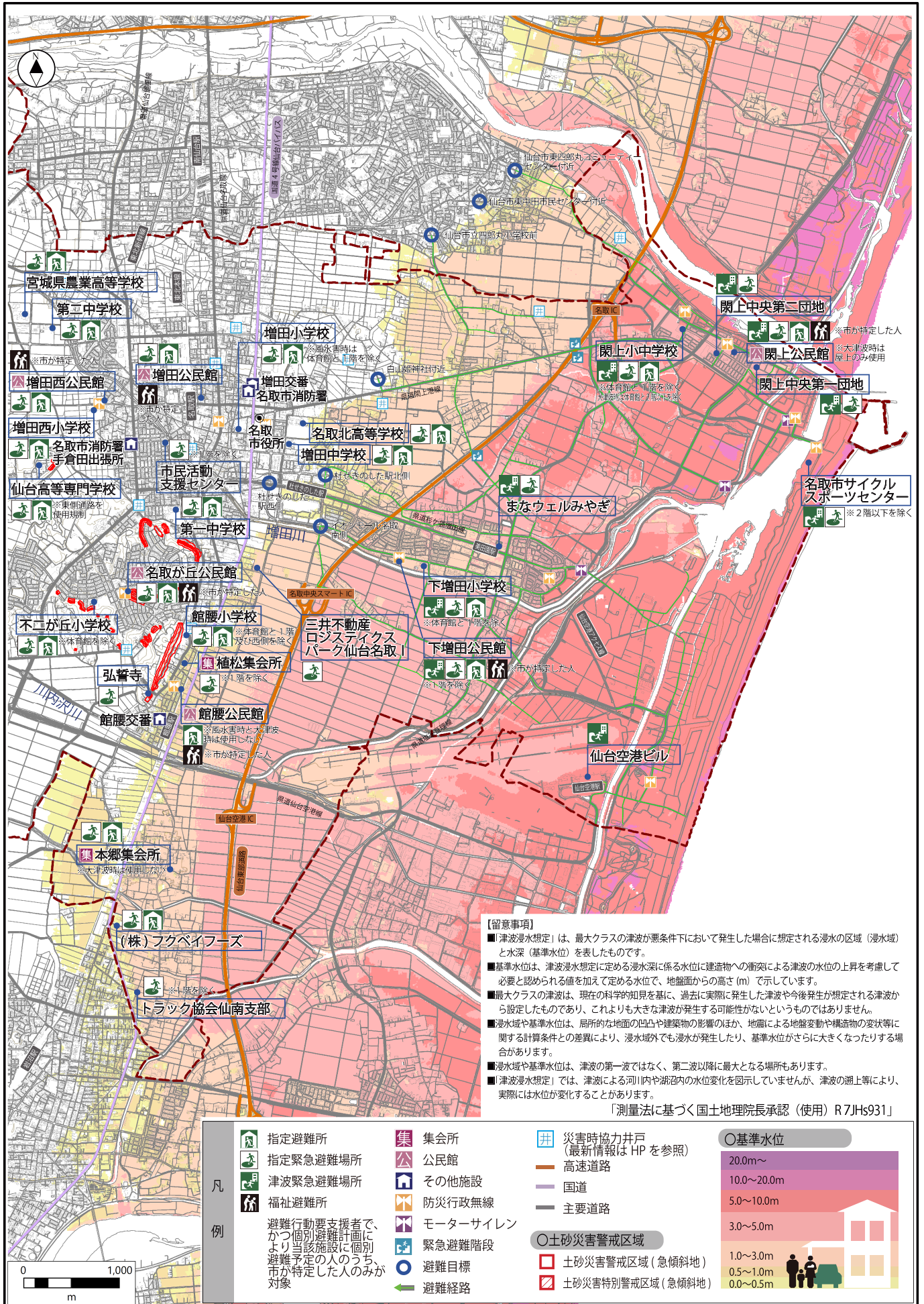


# 関上地区防災マップ～津波編～





# 関上地区防災マップ～津波編（広域表示）～





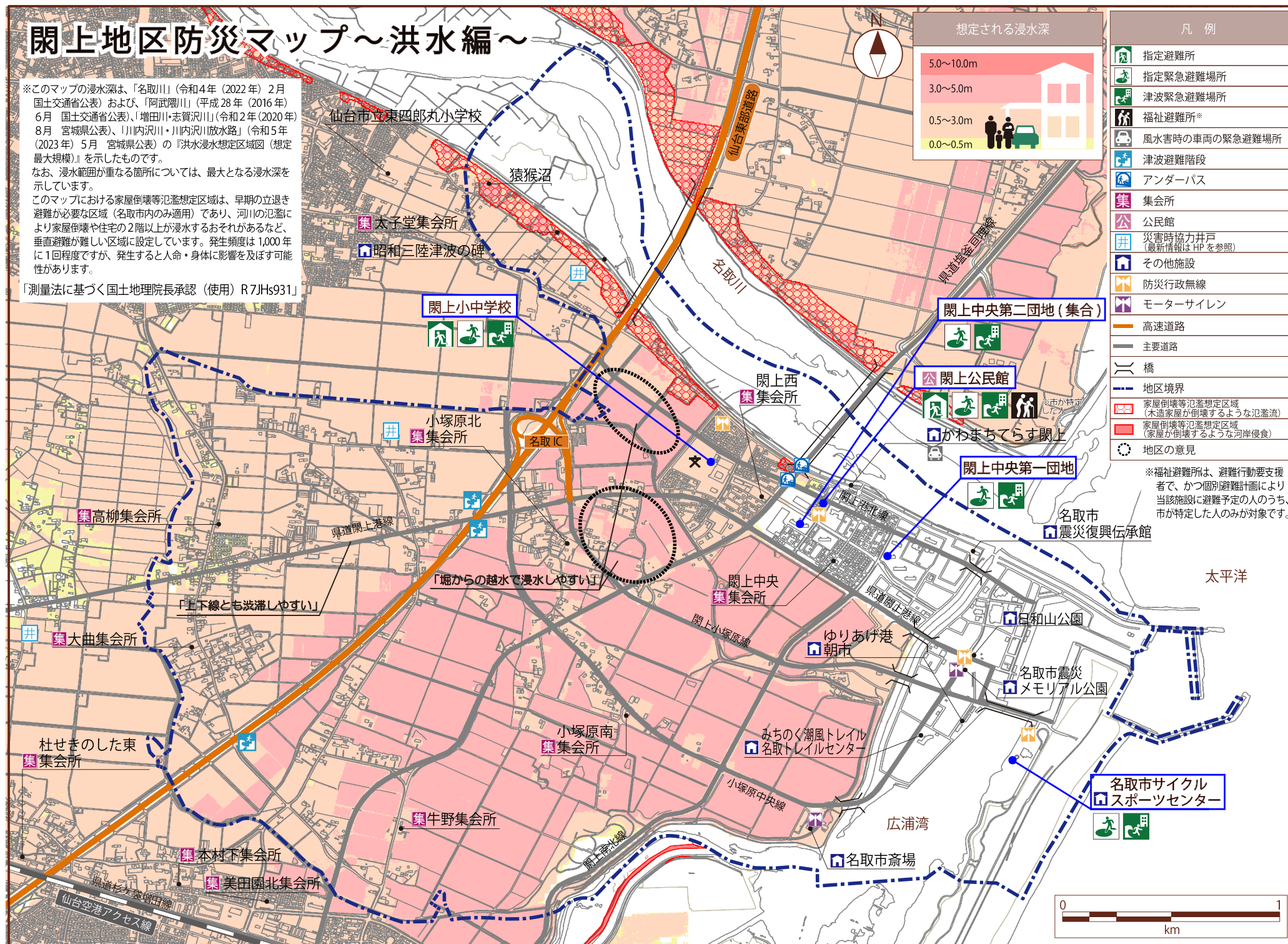
# 関上地区防災マップ～洪水編～

※このマップの浸水深は、「名取川」(令和4年(2022年)2月国土交通省公表)および、「阿武隈川」(平成28年(2016年)6月 国土交通省公表)、「増田川・志賀沢川」(令和2年(2020年)8月 宮城県公表)、「川内沢川・川内沢川放水路」(令和5年(2023年)5月 宮城県公表)の『洪水浸水想定区域図(想定最大規模)』を示したものです。

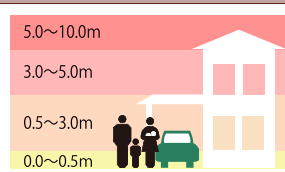
なお、浸水範囲が重なる箇所については、最大となる浸水深を示しています。

このマップにおける家屋倒壊等氾濫想定区域は、早期の立退き避難が必要な区域(名取市内のみ適用)であり、河川の氾濫により家屋倒壊や住宅の2階以上が浸水するおそれがあるなど、垂直避難が難しい区域に設定しています。発生頻度は1,000年に1回程度ですが、発生すると人命・身体に影響を及ぼす可能性があります。

「測量法に基づく国土地理院長承認(使用) R7JH931」



想定される浸水深



凡 例

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
|  | 指定避難所                            |
|  | 指定緊急避難場所                         |
|  | 津波緊急避難場所                         |
|  | 福祉避難所*                           |
|  | 風水害時の車両の緊急避難場所                   |
|  | 津波避難階段                           |
|  | アンダーパス                           |
|  | 集会所                              |
|  | 公民館                              |
|  | 災害時協力井戸<br>(最新情報はHPを参照)          |
|  | その他施設                            |
|  | 防災行政無線                           |
|  | モーターサイレン                         |
|  | 高速道路                             |
|  | 主要道路                             |
|  | 橋                                |
|  | 地区境界                             |
|  | 家屋倒壊等氾濫想定区域<br>(木造家屋が倒壊するような氾濫流) |
|  | 家屋倒壊等氾濫想定区域<br>(家屋が倒壊するような河岸侵食)  |
|  | 地区の意見                            |

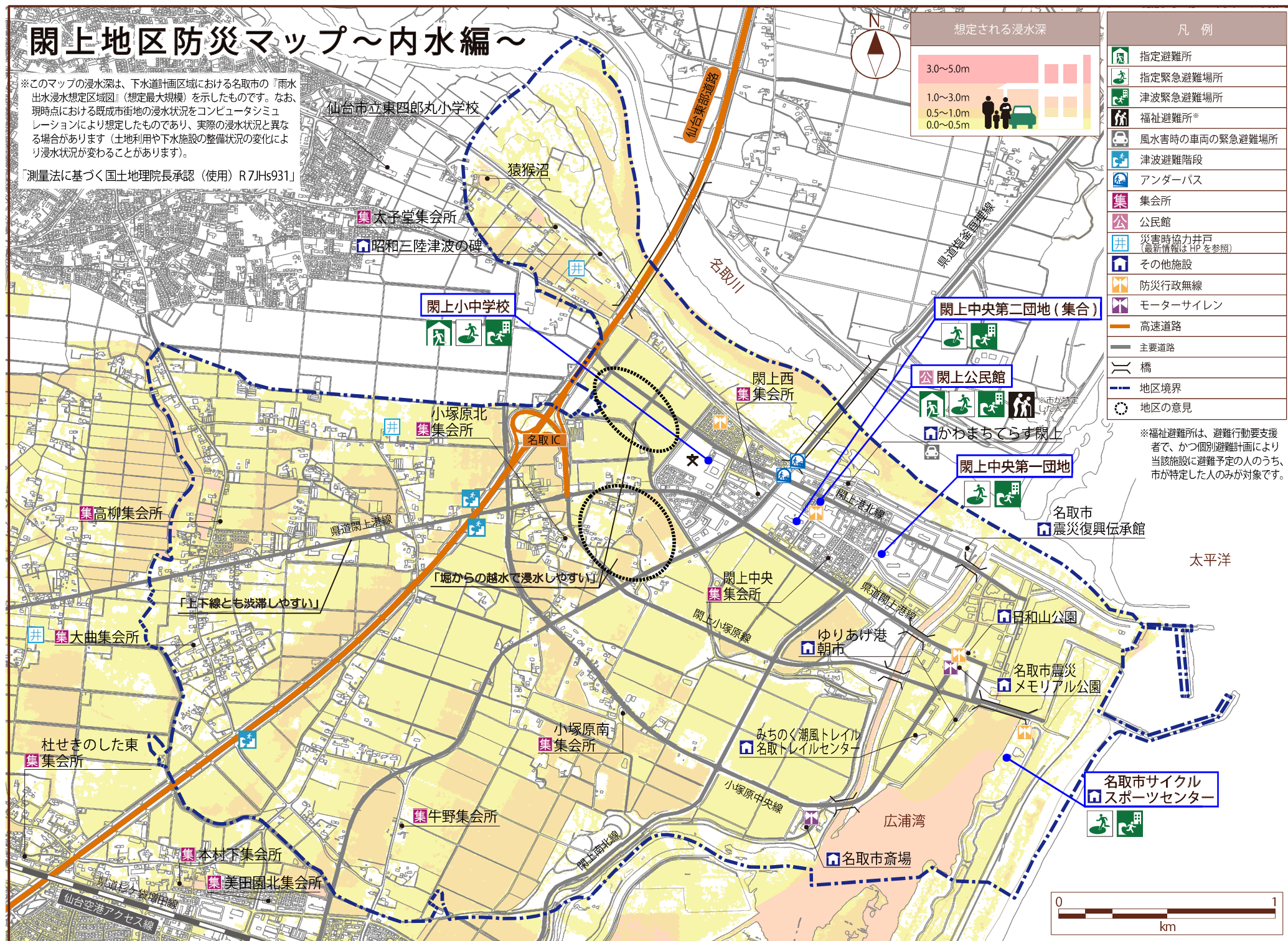
※福祉避難所は、避難行動要支援者で、かつ個別避難計画により当該施設に避難予定の人のうち、市が特定した人のみが対象です。



# 関上地区防災マップ～内水編～

※このマップの浸水深は、下水道計画区域における名取市の「雨水出水浸水想定区域図」（想定最大規模）を示したものです。なお、現時点における既成市街地の浸水状況をコンピュータシミュレーションにより想定したものであり、実際の浸水状況と異なる場合があります（土地利用や下水施設の整備状況の変化により浸水状況が変わることがあります）。

測量法に基づく国土地理院長承認（使用）R7JHs931J



## 8. マイ・タイムラインシート

※裏面も同様のシートです。  
ご自由にお使いください。

マイ・タイムラインとは、台風や大雨などの風水害の発生に備えて、一人ひとりの家族構成や生活環境などに合わせて、あらかじめ作成する自分自身の避難行動計画のことです。

自分や家族の行動について、「いつ」「だれが」「何をするのか」を時系列で整理することによって、いざという時にあわてず、安全に避難できるよう、「自分の逃げ方」を見つけましょう。

自分や家族がどう行動するのか  
記入してみましょう。

| 時間の目安  | 気象情報                                                                                                                                                                                                                   | 名取市の行動                                                                                                                                                                                                                                                                      | 住民の皆さんの行動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | マイ・タイムライン | 時間の目安  |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|
| 3 日前   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | 3 日前   |
| 2 日前   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | 2 日前   |
| 1 日前   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | 1 日前   |
| 18 時間前 | <input type="checkbox"/> 台風の進路予報<br><br><input type="checkbox"/> 早期注意情報発表<br><br><b>水防団待機水位到達</b><br>名 取 川：水位 5.5m (名取橋観測所) ※1<br>増 田 川：水位 1.7m (上増田観測所) ※2<br>阿武隈川：水位 4.0m (岩 沼 観 測 所) ※3<br>川内沢川：水位 1.5m (館腰橋観測所) ※4 | <b>警戒体制の整備</b><br><input type="checkbox"/> 消防署、消防団など関係機関との連絡・調整<br><input type="checkbox"/> 情報収集、パトロール、施設点検<br><input type="checkbox"/> 水防資機材、土のうの準備<br><input type="checkbox"/> 休校などの判断、体制の確認<br><input type="checkbox"/> 水防団待機                                            | <input type="checkbox"/> テレビ、ラジオ、インターネット等による気象情報の確認<br><input type="checkbox"/> 家族間の連絡<br><input type="checkbox"/> 非常用持出し品の準備<br><input type="checkbox"/> 自宅周辺の安全確認<br>・側溝の清掃<br>・飛びやすいものの片付け<br>・窓の飛散防止（テープで固定など）<br><br><b>避難ルートの検討</b><br><input type="checkbox"/> ハザードマップで避難所、避難ルートの確認。<br>（避難先は、必ず避難所とは限りません。<br>自宅 2 階以上への垂直避難や、より安全な知人宅もあります。） |           | 18 時間前 |
| 15 時間前 | <input type="checkbox"/> レベル 2<br>大雨・氾濫・土砂災害・高潮注意報発表<br><br><b>氾濫注意水位到達</b><br>名 取 川：水位 6.5m (名取橋観測所)<br>増 田 川：水位 2.0m (上増田観測所)<br>阿武隈川：水位 5.0m (岩 沼 観 測 所)<br>川内沢川：水位 1.6m (館腰橋観測所)                                   | <b>警戒レベル 2 相当</b><br>避難に備え自らの避難行動を確認<br><input type="checkbox"/> 水防団出動<br><br><b>警戒本部又は警戒配備の体制</b><br><input type="checkbox"/> 自主避難所の開設、周知                                                                                                                                  | <b>自主避難開始</b><br>※自主避難所を開設する場合は、開設場所、開設時間を、事前に市から周知します。                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           | 15 時間前 |
| 12 時間前 | <input type="checkbox"/> レベル 3<br>大雨・氾濫・土砂災害・高潮警報発表<br><br><b>避難判断水位到達</b><br>名 取 川：水位 8.3m (名取橋観測所)<br>増 田 川：水位 2.5m (上増田観測所)<br>阿武隈川：水位 7.9m (岩 沼 観 測 所)<br>川内沢川：水位 1.9m (館腰橋観測所)                                    | <b>災害対策本部又は特別警戒本部の体制</b><br><br><b>警戒レベル 3 相当</b><br>高齢者等避難<br><input type="checkbox"/> 避難所開設・運営<br><input type="checkbox"/> 情報伝達<br>⇒防災行政無線、広報車、ホームページ、<br>なとり防災メール、防災ラジオ、エフエム<br>なとり（なとらじ fm80.1MHz）、フェイス<br>ブック、テレビ（dボタン） など<br><input type="checkbox"/> 避難所の追加開設（必要に応じ） | <input type="checkbox"/> 避難所開設情報の確認<br><b>高齢者や障がい者、小さなお子様のいる家庭など、避難に時間がかかる方は避難開始</b><br><input type="checkbox"/> 高齢者等以外の方は避難の準備<br><input type="checkbox"/> 避難所開設情報の確認<br>※全ての避難所を開設するというのではなく、<br>左記の情報伝達手段（詳細は P21 に掲載）<br>により確認してください。                                                                                                             |           | 12 時間前 |
| 6 時間前  | <input type="checkbox"/> レベル 4<br>大雨・氾濫・土砂災害・高潮危険警報発表<br><br><b>氾濫危険水位到達</b><br>名 取 川：水位 9.2m (名取橋観測所)<br>増 田 川：水位 2.7m (上増田観測所)<br>阿武隈川：水位 8.2m (岩 沼 観 測 所)<br>川内沢川：水位 2.1m (館腰橋観測所)                                  | <b>警戒レベル 4 相当</b><br>避難指示<br><input type="checkbox"/> 情報伝達 上記に同じ                                                                                                                                                                                                            | <b>危険な場所から全員避難</b><br><br><b>避難完了</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           | 6 時間前  |
| 3 時間前  |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | 3 時間前  |
| 0      | <input type="checkbox"/> レベル 5<br>大雨・氾濫・土砂災害・高潮特別警報発表<br><br><b>氾濫開始相当水位</b><br>名 取 川：水位 11.5m (名取橋観測所)                                                                                                                | <b>警戒レベル 5</b><br>緊急安全確保<br><input type="checkbox"/> 情報伝達<br>（命を守る最善の行動をとること）                                                                                                                                                                                               | すでに災害が発生しています。<br>命を守る最善の行動をとってください。<br>周辺の状況によっては屋外にすることは危険な場合があります。                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           | 0      |

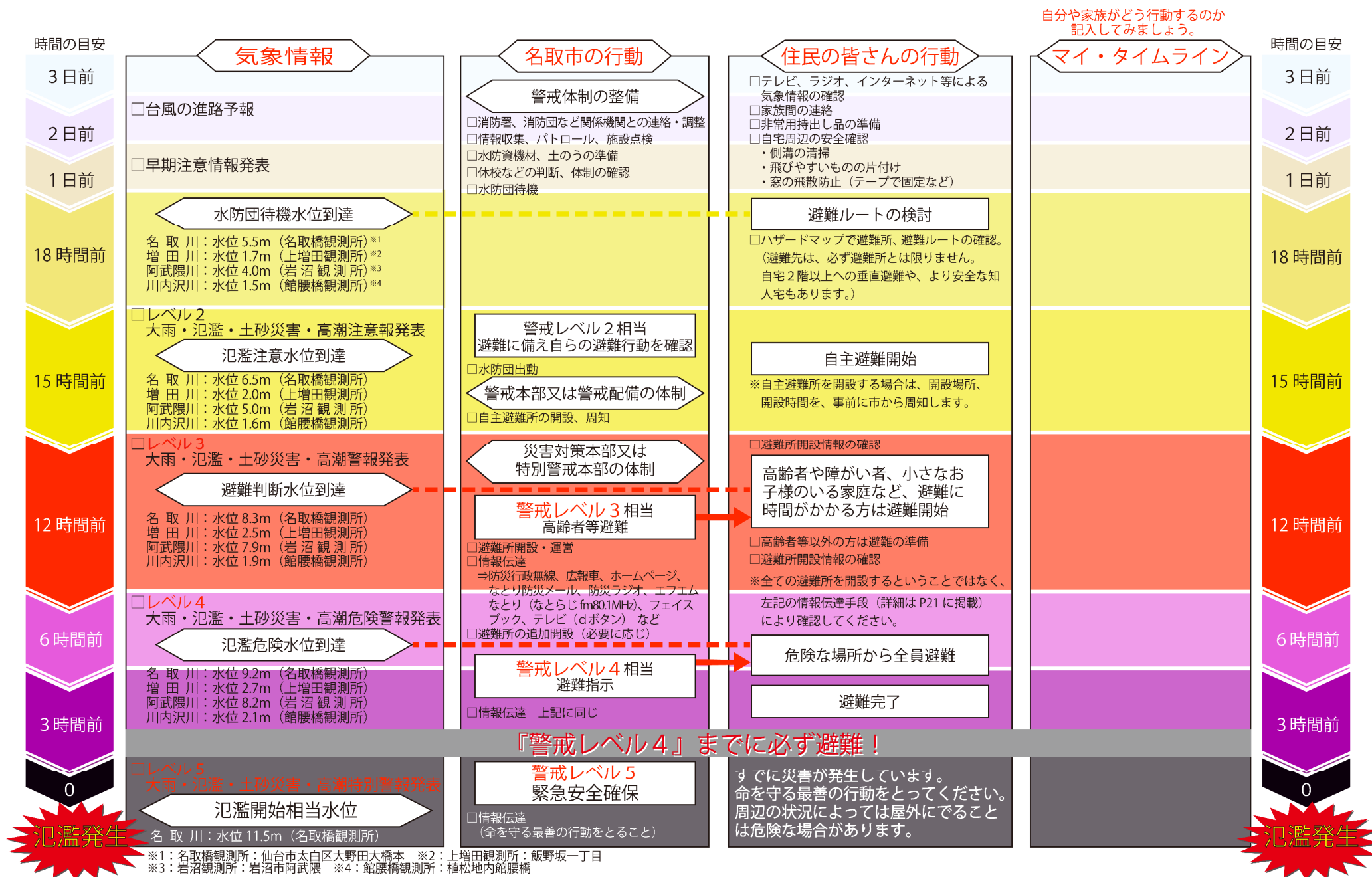
氾濫発生

氾濫発生

※1：名取橋観測所：仙台市太白区大野田大橋本 ※2：上増田観測所：飯野坂一丁目  
 ※3：岩沼観測所：岩沼市阿武隈 ※4：館腰橋観測所：植松地内館腰橋



※表面と同様のシートです。  
ご自由にお使いください。



※1：名取橋観測所：仙台市太白区大野田大橋本 ※2：上増田観測所：飯野坂一丁目  
 ※3：岩沼観測所：岩沼市阿武隈 ※4：館腰橋観測所：植松地内館腰橋

## 9. 名取市からの情報とさまざまな情報の入手先

### 名取市からの情報

#### 防災行政無線

市役所と各地区公民館などに設置した、屋外スピーカー（屋外拡声子局）から放送を流します。

#### 防災行政無線テレホンサービス

防災行政無線の放送内容を電話で確認できる「防災行政無線テレホンサービス」。放送内容が聞き取れない時、内容をもう一度確認したい時などに利用できます。



テレホンサービス番号 **022-384-2981**

#### なとり防災メール

市民の皆さんの安全の確保、不安の解消に役立てていただくよう、緊急時に地震・防災情報などをメール配信しています。受信するためには登録が必要です。

メールで登録する方法⇒



#### 名取市ハザードマップ

名取市ハザードマップ **検索**



#### 名取市防災マニュアル

名取市防災マニュアル **検索**



#### 名取市防災情報

名取災害 エックス **検索**



▶なお、名取市公式のホームページやフェイスブック、エックス等でも様々な情報を入手できます。



**名取市以外からも様々な情報が得られます。**

#### みやぎ防災

自然災害避難支援アプリ「みやぎ防災」は、自然災害発生時などにお住まいの地域での避難に役立つ情報を提供するとともに、避難所の受付等をスムーズに行うことができるアプリです。



みやぎ防災 **検索**

#### 国土交通省 川の防災情報

(名取川、阿武隈川)

国交省 川の防災 **検索**



#### 気象庁 仙台管区气象台

仙台管区气象台 **検索**



#### 気象庁 台風進路情報

気象庁 台風情報 **検索**



#### 気象庁 地震情報

気象庁 地震情報 **検索**



#### モーターサイレン

沿岸部の3か所（日和山中継局、名取市斎場、下増田雨水ポンプ場）に設置したモーターサイレンからサイレンを吹鳴して津波情報をお知らせします。

#### ナトぽた

(名取市公式ポータルアプリ)

あらかじめご登録いただくご自身の年齢・性別といった属性情報や関心のある行政カテゴリに応じて、個別最適化された情報が名取市からプッシュ型で通知されます。専用のアイコンから市の防災情報を確認できます。

ナトぽた **検索**



#### なとらじ801

コミュニティFM放送局「エフエムなとり」(なとらじfm80.1MHz)では、災害時に防災行政無線が発信する緊急情報を聞くことができます。



#### なとりマップ

名取市の土砂災害警戒区域等箇所や浸水想定区域図(想定最大規模)などのハザードマップを閲覧することができます。

なとりマップ **検索**



#### 気象庁 キキクル

大雨・洪水警報の危険度分布を配信しています。

気象庁 キキクル **検索**



#### 逃げなきゃコール

アプリを活用して地域を登録すると、災害情報通知を受け取ることができます。大切な人に逃げなきゃコールしましょう。

逃げなきゃコール **検索**



#### 緊急速報メール

NTT ドコモ、au、ソフトバンク、楽天モバイルの携帯電話に送信されます。

※情報は発信時点で市内にいる人に配信されます。また、機種により、設定が必要なものや受信できないものがあります。

#### テレビ(地上デジタル) dボタン

ご家庭のテレビで確認できます。リモコンのdボタンを押すと、データ放送画面が表示されます。



#### 災害用伝言ダイヤル 171

家族などの安否確認ができます。

使い方は

**11**

### さまざまな情報の入手先

## 10. 我が家の防災メモ・防災カード

**家族の情報** 電話番号がわかる相手にはSMS(ショートメッセージサービス)などが送れます。

| 名 前 | 電話番号(自宅・携帯)                             | 電話番号(会社・学校) | その他(アレルギー・持病・持薬など) |
|-----|-----------------------------------------|-------------|--------------------|
|     | ■ 生年月日:      年    月    日    ■ 血液型:    型 |             |                    |
|     | ■ 生年月日:      年    月    日    ■ 血液型:    型 |             |                    |
|     | ■ 生年月日:      年    月    日    ■ 血液型:    型 |             |                    |
|     | ■ 生年月日:      年    月    日    ■ 血液型:    型 |             |                    |
|     | ■ 生年月日:      年    月    日    ■ 血液型:    型 |             |                    |

**家族の避難場所** 集合場所はできるだけ細かく (例)〇〇公園噴水前のベンチ

| 家族の集合場所 | 避 難 所 | 連 絡 方 法 |
|---------|-------|---------|
|         |       |         |
|         |       |         |
|         |       |         |

**親戚・友人・知人**

| 名 前 | 携 帯 電 話 |
|-----|---------|
|     |         |
|     |         |
|     |         |

**役所・公共機関**

| 施 設 名 | 電 話 番 号 |
|-------|---------|
| 役所    |         |
| 電気    |         |
| ガス    |         |
| 水道    |         |
|       |         |
|       |         |

**かかりつけ病院**

| 病 院 | 電 話 番 号 |
|-----|---------|
|     |         |
|     |         |
|     |         |

※コピーしてお使いください。

### ペット手帳

|                                                                                                |            |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------|
| <br>(ペット写真) | フリガナ<br>名前 | オス・メス                |
|                                                                                                | 種類         | 誕生日/      年    月 生まれ |
| 不妊・去勢手術    済・未                                                                                 | 毛の色        |                      |
| 体重                                                                                             | 体長         |                      |
| 飼い主<br>氏 名                                                                                     | 電話         |                      |
| かかり<br>つけ医                                                                                     | 電話         |                      |
| 持病等                                                                                            | 服薬等        |                      |

|                                                                                                 |            |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------|
| <br>(ペット写真) | フリガナ<br>名前 | オス・メス                |
|                                                                                                 | 種類         | 誕生日/      年    月 生まれ |
| 不妊・去勢手術    済・未                                                                                  | 毛の色        |                      |
| 体重                                                                                              | 体長         |                      |
| 飼い主<br>氏 名                                                                                      | 電話         |                      |
| かかり<br>つけ医                                                                                      | 電話         |                      |
| 持病等                                                                                             | 服薬等        |                      |