

高館地区防災マニュアル

～自分たちの地域を自分たちで守ろう～

“いざというとき”のために“今こそ”備えましょう

1. はじめに.....	1
2. 高館地区の概要.....	1
3. 過去の災害.....	2
4. 高館地区の災害対応.....	3
5. 高館地区の災害予防.....	11
6. 高館地区防災マップ.....	15
7. マイ・タイムラインシート.....	19
8. 名取市からの情報とさまざまな情報の入手先.....	20
9. 我が家の防災メモ・防災カード.....	22
裏表紙 高館地区の避難場所など	

ひもを通して目立つところにおきましょう

家族で定期的に確認しましょう

名 取 市 ・ 高 館 地 区

令和5年（2023年）4月

1. はじめに

名取市では、平成 25 年（2013 年）12 月に東日本大震災の教訓や豪雨災害の経験を踏まえて作成した「名取市民防災マニュアル」に新たな知見や情報を加え、令和 2 年（2020 年）9 月に新しい「名取市民防災マニュアル」を作成しました。さらに、最新版として令和 4 年（2022 年）11 月に「名取市ハザードマップ」「名取市防災マニュアル」を作成し、全世帯に配布しました。また、平成 28 年（2016 年）4 月に、**大規模災害による被害を軽減するためには、地域の実情に応じた防災対策を、名取市と地域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**、市と地域の方々とで作成した「高館地区防災マニュアル」を配布しました。

このマニュアルを踏まえ、再び地域の方々に協力いただき、最新の防災に関する基準などを加えて「高館地区防災マニュアル」を作成しました。

2. 高館地区の概要

地形・地勢

- 高館地区は、面積が9.6km²で、東西に約6.5km、南北に約4.8km です。
- 地区の北に名取川、南に樽水ダムがあり、増田川が流れています。
- 標高は5～80m程度であり、丘陵地帯が多く、土砂災害の危険箇所があります。



世帯・人口

- 高館地区は、1,623世帯、4,222人が住んでいます。
- 高館地区は、名取市全体と比較して、高齢化が進んでいます。日頃から隣近所で顔がわかる関係づくりを行い、いざというときに声掛けできるようにしましょう。

	世帯数 (世帯)	人口 (人)			年代別人口 (人)		
		男	女	合計	15 歳未満	15～64 歳	65 歳以上
高館地区	1,623	2,087	2,135	4,222	466	2,213	1,543
名取市全体	32,881	39,150	40,463	79,613	11,675	49,001	18,937

令和 5 年（2023 年）1 月末現在

3. 過去の災害

災害名称及び 災害発生年月日	災害による被害状況
宮城県沖地震 昭和 53 年（1978 年） 6 月 12 日 （仙台市で震度 5）	ブロック塀の倒壊などによる死者、建物被害による多くの負傷者が発生し、都市ガスなどライフラインが停止しました。 名取市では、負傷者 200 人、全壊 17 棟、半壊 61 棟、一部損壊 1,623 棟の被害がありました。
8・5 豪雨 昭和 61 年（1986 年） 8 月 5 日 （累計雨量 400mm）	台風 10 号の進路に、海上から多量の水分を含む東風が吹き込んだことにより、宮城県で記録的な豪雨となりました。 名取市では、軽傷 2 人、全壊 1 棟、一部損壊 10 棟、床上浸水 310 棟、床下浸水 1,410 棟の被害がありました。 高館地区では、一部損壊 2 棟、床上浸水 4 世帯、床下浸水 43 世帯の被害がありました。  道路の冠水※1 （高館熊野堂 岩口中付近）
9・22 集中豪雨 平成 6 年（1994 年） 9 月 22 日 （時間雨量 84mm、 累計雨量 478mm）	樽水ダムが満水となり、増田川がはん濫したほか、川内沢川、志賀沢川などの中小河川がはん濫しました。 名取市では、軽傷 1 人、全壊 2 棟、半壊 2 棟、一部損壊 8 棟、床上浸水 946 棟、床下浸水 1,737 棟、河川の損壊 15 か所、道路の損壊 129 か所、がけ崩れ 35 か所などの被害がありました。 高館地区では、全壊 2 棟、床上浸水 53 棟、床下浸水 153 棟の被害のほか、県道名取村田線などでがけ崩れや道路の損壊が発生しました。また、樽水地区が孤立し、自衛隊がボートによる救助を行いました。  道路の損壊※1
東日本大震災 平成 23 年（2011 年） 3 月 11 日 （名取市で震度 6 強）	マグニチュード 9.0 の巨大地震により、強い揺れが約 3 分間継続し、巨大津波などにより 923 人の市民が犠牲になりました。4 月 7 日の深夜には、名取市で震度 6 弱の余震も発生しました。 高館地区では、大きな建物被害はほとんどありませんでしたが、屋根瓦の落下や道路の陥没や段差などが生じました。  道路の段差※2 （高館吉田付近）
令和元年東日本台風 （台風第 19 号） 令和元年（2019 年） 10 月 12 日～13 日 （累計雨量 350mm）	台風 19 号の接近・通過に伴って、広い範囲で大雨、暴風、高波、高潮が発生しました。宮城県には大雨特別警報が発表され、記録的な大雨により、河川のはん濫や土砂災害、浸水などがありました。 名取市では、一部損壊 24 棟、床上浸水 44 棟、床下浸水 144 棟の被害がありました。

※1 「名取市デジタルアーカイブ」から引用、※2 「東日本大震災アーカイブ宮城」から引用

4. 高館地区の災害対応

地区で想定する災害

- 高館地区では、過去に地震、水害のそれぞれで災害が発生しています。このような大規模災害は、いつ、どこで、どのような形で発生するかわからないため、日頃から大規模災害への備えが必要です。
- また、近年の異常気象により、各地でこれまで経験したことのないような豪雨が多発していることから、**9・22集中豪雨災害を上回る規模の水害や土砂災害が発生することもあります**。地区の名取川や増田川がはん濫した場合は、標高の低いところが浸水することもあります。
- 直下型地震による建物被害や経験したことのない大雨（時間雨量100mm以上）などに備え、防災対策を行いましょう。

高館地区で心配されること

- 「高齢者が多い」、「土砂災害」、「用水路のはん濫」、「避難経路の道路が狭い所がある」、「空き家が増えている」、「地震時の火災発生」などが挙げられます。

災害から命を守るために

自分の命は自分で守る！

- 災害が発生したら「名取市防災マニュアル」、「名取市ハザードマップ」と、この「高館地区防災マニュアル」に基づいて、まず「自分の命は自分で守る」ように対応しましょう。

家族や町内会などで避難場所を確認しましょう！

- 「高館地区防災マップ【洪水・土砂災害編】」（P16、P17に掲載）や、「なとりマップ（P20参照）」で、土砂災害や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などで避難場所、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。

～「指定緊急避難場所」と「指定避難所」～

「指定緊急避難場所」と「指定避難所」の違いは次の通りです。

名称	記号	説明
指定緊急避難場所	  津波 風水害	災害の危険から 命を守るために緊急的に避難 する場所です。災害の種類ごとに指定されます。
指定避難所		災害により自宅へ戻れなくなった人たちが 一時的に滞在 する施設です。被災した人が次の住まいを確保するまでの間、生活する場所になります。指定避難所が指定緊急避難場所を兼ねることもあります。

※高館地区内にある指定緊急避難場所等は、裏表紙に掲載しています。

※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。

風水害から命を守るために

■対応の基本

- テレビ、ラジオなどからの気象情報などに注意し、万が一に備える。
- 自宅などの浸水しない安全な場所に避難する。（待避）
- 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**する。
- 早めに避難し、浸水してからの避難は極力避ける。
- 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、頑丈な建物の2階以上や、家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や2階など）に**垂直避難**する。

日頃の備え

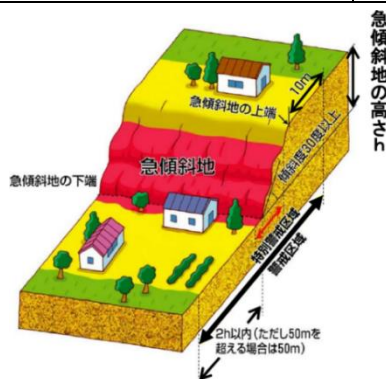
- 自宅の保全や、自宅周辺の危険箇所や飛散するものがないかの確認、非常持出品・備蓄品の定期的な確認など、日頃から備えておきましょう。
- 側溝や排水溝などを掃除し、水の流れをスムーズにしておきましょう。
- 日頃から防災意識を高め、災害時には自ら情報を得て「**自分の命は自分で守る**」行動ができるようにしましょう。

～お住まいの地域が、土砂災害警戒区域か確認しましょう～

土砂災害には、「がけ崩れ（急傾斜地の崩壊）」「地すべり」「土石流」などがあります。これらの土砂災害のおそれがある区域のうち、県が土砂災害防止法（※）に基づき指定した区域を「土砂災害警戒区域（通称“イエローゾーン）」「土砂災害特別警戒区域（通称“レッドゾーン）」といいます。それぞれの区域の詳細は次の通りです。

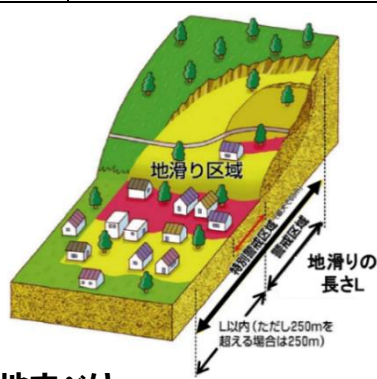
※土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律

区域	危険度	内容
土砂災害警戒区域 （通称“イエローゾーン”）	やや高い	がけ崩れなどが発生した場合に、住民の生命や身体に危害が生じるおそれがある区域のこと。
土砂災害特別警戒区域 （通称“レッドゾーン”）	高い	警戒区域の中でも、がけ崩れなどが発生した場合に、建築物がこわれ、住民の生命や身体にいちじるしい危害が生じるおそれがある区域のこと。



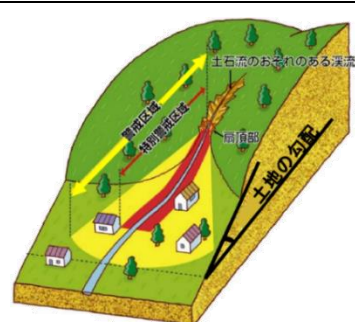
がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)

傾斜度が30度以上である土地が崩壊する自然現象



地すべり

土地の一部が地下水等起因して滑る自然現象又はこれに伴って移動する自然現象



土石流

山腹が崩壊して生じた土砂等又は溪流の土砂等が水と一体となって流下する自然現象

※出典：国土交通省 HP、一部加工

指定区域は「高館地区防災マップ【洪水・土砂災害編】」（P16、P17に掲載）を確認しましょう（※通称の“イエロー”“レッド”は、防災マップの着色とは異なります）。

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。
- 市からの避難指示等は、防災行政無線や防災ラジオ、『なとらじ f m80.1MHz』、緊急速報メール、テレビのテロップ、ホームページなどで伝達します。

緊急速報メールやテレビのテロップで市からの高齢者等避難、避難指示を知った場合は、『なとらじ f m80.1MHz』で、市からの情報を入手してください。
(事前に受信できるか確認しておきましょう。)

- 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。

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ましょう。
- やむを得ず浸水してから避難する場合は、足元に十分注意し、移動が難しいと感じたら少しでも高い所へ避難し、救助を待ちましょう。
- 「警戒レベル4」(下記に掲載)までに必ず避難しましょう。
- 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、車での避難は避けましょう。**



冠水時の運転は危険

～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
高齢者等避難	警戒レベル3	災害のおそれあり	・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。 ・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。
避難指示	警戒レベル4	災害のおそれ高い	・危険な場所から全員避難しましょう。
緊急安全確保※	警戒レベル5	災害発生又は切迫	・直ちに身の安全を確保し、命を守る行動をとってください。

※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。

土砂災害から身を守るには

- 土砂災害警戒区域等にお住まいの人は、土砂災害警戒情報に注意しましょう。土砂災害警戒情報は、気象庁の『キキクル』、宮城県砂防総合情報システム（MIDSKI）で確認できます。「名取市からの情報とさまざまな情報の入手先」（P20、P21に掲載）にも上記の入手先を掲載しています。
- お住まいの地域に土砂災害警戒情報が発表されたら、市からの警戒レベル4【避難指示】の発令に留意し、安全な場所に避難しましょう。特に、高齢者や障がいのある人など避難に時間がかかる人や、夜中に大雨が想定される場合は、警戒レベル3【高齢者等避難】が発令されたタイミングなどで早めに避難することがより安全です。
- 土砂災害の多くは木造の1階で被災しています。**浸水などで避難場所への避難が困難なときは、近くの頑丈な建物の2階以上や、家の中でより安全な場所（がけから離れた部屋や2階など）に移動しましょう。**
- 土砂災害警戒情報等が発表されていなくても、以下のような状況（土砂災害の前兆現象）になっていた場合は、直ちに周りの人と安全な場所に避難し、市に連絡してください。

～土砂災害の主な前兆現象～

- がけや地面にひび割れができる、がけや斜面から水が湧き出る
- 井戸や川の水が濁る、湧き水が止まる、濁る
- 小石がバラバラと落ちてくる、地鳴り・山鳴りがする
- 降雨が続くのに川の水位が下がる
- 樹木が傾く、立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる



※出典：首相官邸 HP

～土砂災害警戒情報等発表時の避難指示等の発令要領～

市では、適切な避難指示等の発令と、真に避難が必要な人の避難行動を強く促すため、土砂災害に関する情報等は次の地域を対象に発令します。

※令和4年（2022年）9月1日に発令要領を変更しました。

警報の種類	避難対象地域
土砂災害警戒情報 または 大雨警報（土砂災害）	土砂災害警戒区域内にいる人 同区域外でも、がけの近くなどの危険な場所にいる人（※）
大雨警報（浸水害）	増田、増田西、下増田、閑上、高館、愛島、館腰地区の人で、ハザードマップに色がついている地域の人及び過去に冠水した地域の人

※土砂災害警戒区域は、被害が想定される地域に住宅などの建築物が少ない場合には指定されないなど、すべての危険箇所が指定されているわけではありません。

河川の近くでは十分に注意を

- 高館地区には名取川、増田川が流れています。
- 河川の情報は、国土交通省の『川の防災情報』、河川情報センターによる『川の水位情報』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。
- 「名取市からの情報とさまざまな情報の入手先」(P20、P21に掲載)にも上記の入手先を掲載しています。

河川の水位と洪水予報の種類



※国土交通省資料に基づき作成

～樽水ダムと放流サイレンについて～

樽水ダムは、洪水調節容量 200 万トン有し、洪水調節（流入水をダムにためること）により洪水になることを防ぎますが、大雨によりダムへの流入が増え満水になると、洪水調節が行えなくなり、増田川にはん濫の恐れが出ます。

樽水ダムの状況と増田川の水位（上増田観測所）は、次により確認できます。

宮城県土木部総合情報システム

https://www.dobokusougou.pref.miyagi.jp/miyagi_sp/

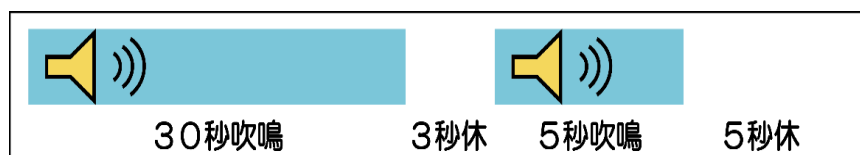
宮城県 土木部総合情報

検索



高館地区には川上警報所（名取市高館川上字八反 57-3）、元中田警報所（名取市高館吉田字中在家 82-1）があり、大雨などで樽水ダムから水を流すときは、放流の合図としてサイレンが鳴ります。

サイレンが聞こえたら、川に近づかないようにしましょう。



サイレンの吹鳴パターン（3 回繰り返し）

地震から命を守るために

■対応の基本

- まず自分と家族の身を守る。
- 地域の公園など安全な場所に避難し、町内会、自主防災組織等で安否確認を行う。
- 避難行動要支援者などを支援する。

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、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。
- 宮城県沖地震や東日本大震災の教訓から、外にいるときや避難の際は、ブロック塀やフェンスなど倒れやすいものに気をつけましょう。



揺れが収まったら、火元の確認、出入り口の確保、隣近所に声掛け、情報入手

- 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。
- テレビやラジオ、インターネット（スマートフォンやパソコン）などで地震情報を入手しましょう。
- 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。

避難の判断

- 揺れを感じたら、身の安全を確保したのち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」（P20、P21に掲載）を参考にしましょう。
- 自宅建物の被害の程度や個人の状況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。
- 避難する場合は、避難経路に沿って速やかに避難しましょう。
- 避難の際、家から出るときには屋根からの落下物に注意しましょう。
- 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。



■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まれます。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。

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、避難場所まで避難誘導を行いましょう。



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。

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、余震に注意しましょう。

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ょう。また、必要に応じ防災資機材を活用し、炊き出しなどを行いましょう。



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。



東日本大震災時の高館地区の共助

- 東日本大震災時は、高館公民館が避難所になりました（※）。高館公民館では、ライフラインが復旧するまで、地域の方の支援により避難所を運営しました。
- 第二中学校と高館小学校では、津波で被災した閉上・下増田地区の避難者を受け入れました。避難所では、班を作り役割を定めて避難所を運営しました。
- 高館地区では、避難所に野菜などの食材を提供したり、ボランティア活動を行ったりしました。

※当時は高館公民館が市の指定避難所でしたが、2023年現在は指定から外れています。指定緊急避難場所・指定避難所は裏表紙に掲載しています。

～町内会・自主防災組織等の連絡協議会を設立しましょう～

高館地区でできること（共助）の一環として、地区ぐるみの防災体制を作ることも重要です。災害予防の必要性を啓発し、災害に備えるため、以下の対策を行いましょう。

【自主防災組織等の設立推進】

- 自主防災組織連絡協議会を設立し、地区の防災活動の取り組みを強化しましょう。
- いざというときにお互いに助け合うことができるよう、普段から情報交換や備えをすることが重要です。

【災害時の活動態勢の構築】

- 地区全体で助け合えるよう、地区内の連絡方法や活動方法を検討しましょう。

【近隣地域との連携】

- 近隣地域と連携し、災害時に助け合いましょう。

津波から命を守るために

- 高館地区では津波の恐れは少ないものの、沿岸部へ外出した際は、津波に巻き込まれる可能性があります。河川を遡上する津波にも気をつけましょう。
- 下記の津波の基本対応を参考にしましょう。

■対応の基本

- 強い揺れや長い揺れを感じたら、津波を想定してすぐに逃げる。
- 津波から命を守るために率先して避難する。
- 『津波避難の３原則』を意識する。

避難の判断

- 揺れを感じたら、身の安全を確保したのち津波の有無を確認しましょう。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」（P20、P21に掲載）を参考にしましょう。
- 今いる場所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。
- 避難する場合は、避難経路に沿って速やかに避難しましょう。
- 避難の際、家から出るときには屋根からの落下物に注意しましょう。

～津波避難の３原則～

津波避難の３原則は、東京大学大学院の片田敏孝特任教授が提唱するもので、東日本大震災の大津波襲来の際に釜石市内の児童・生徒が忠実に実行した結果、多くが無事であった事例から、防災教育で繰り返し教えられているものです。

津波から命を守るためには、「素早い避難」が重要です。

- 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！



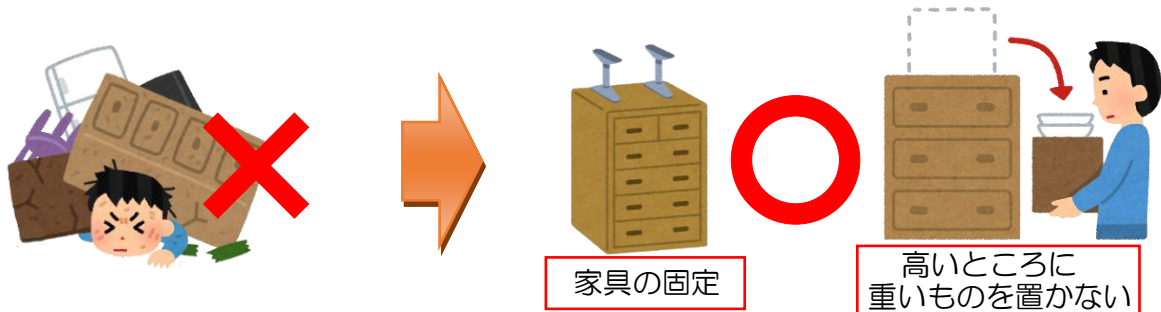
5. 高館地区の災害予防

みんなで災害予防活動に取り組みましょう。

個人でできること（自助）

転倒防止対策の実施

- 阪神・淡路大震災では、多くの人が倒れてきた家具の下敷きになって亡くなったり、大けがをしたりしました。**大地震が発生したときには家具は必ず倒れるものと考え**、転倒しないよう固定しましょう。
- 倒れた時に出入り口をふさいだりしないよう、配置や向きを工夫しましょう。
- なるべく背の低い家具にし、寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かないようにしたり、高いところには重い物を置かないようにしましょう。
- タンスや食器棚などの扉が開かないようにすることも有効です。



地震時の火災防止対策の実施

- ストープを使用するときは、ストープの上に洗濯物をかけないようにしましょう。
- 電気のコンセント周りにほこりがたまらないように定期的に掃除しましょう。

災害に対する話し合い、事前の取り決め

- この「高館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いましょう。
- 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。
- 地震後に火災が起き延焼することもあると考えられるため、場合によっては一時的に火災などの危険から逃れるための場所として、公園などの比較的広い場所を把握しておくことも防災上有効です。



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。

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」(P22～24に掲載)を活用しましょう。

非常持出品と災害備蓄品の準備

- 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ましょう。
- 備蓄品は、「**家族の人数×3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。

内閣府 『災害に対する ご家庭での備え』		https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html 内閣府 備蓄 検索
----------------------------	--	--



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。
- 公園などに集まり、防災訓練を行っている地域もあります。
- **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。**



名取市総合防災訓練
(令和4年(2022年)6月)

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。

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。

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、初期消火、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啓発を行いましょう。
- 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。

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。

防災資機材の整備

- 地域の状況に応じて、地区集会所などに食料・水などの備蓄品、防災資機材などを整備し、いざというときに使用できるようにしておきましょう。
- 指定避難所などには防災倉庫が設置されています。

消防庁 『自主防災組織の手引』		https://www.fdma.go.jp/mission/bousai/ikusei/items/bousai_2904.pdf 消防庁 自主防災 検索
--------------------	---	--

地域の取り組み

- 地区全体で、年1～2回定期的に防災訓練を開催しています。
- 河川の安全管理の一環として、年2回堤防の草刈清掃を行う地域もあります。
- 自主防災会勉強会や、年1回の防災訓練（講話、訓練、炊き出しなど）を行う地域もあります。
- 日頃から定期的に地区内のパトロールを行っていたり、警報・注意報が解除されるなど、安全な状態になってから、地区内の状況確認を行ったりする地域もあります。



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す。
- 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。
- 個別避難計画については、現在市が作成の要領について検討中です。



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。

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、自衛隊の役割として、人命救助、復旧支援などを行います。



～「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 か所の避難所（臨時避難所含む）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ょう。

避難所の開設・運営について、市や施設職員、自主防災組織に協力をお願いします。

【指定避難所の安全確認、避難所の開設・避難者の収容】

- ・市職員や施設職員が建物の安全確認を行います。
- ・指定避難所では、建物の安全が確認されるまで、なるべく町内会ごとに建物の外で待機し、職員などの指示に従い避難所に入ってください。

【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。小・中学校と公民館などには市の防災倉庫があり、発電機や投光器、簡易トイレなどの備蓄品が配備されています。

【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。

～避難所での感染症対策について～

避難所では多くの人が集まります。各自で感染対策を行い、少しでも安心して過ごせるようルールを守り、助け合いながら生活を送りましょう。

マスク、消毒液、体温計などは個人で用意しておきましょう。



- マスクの着用
- 手指の消毒
- 咳エチケット
- 定期的な換気
- 定期的な清掃と、整理整頓
- 衛生面に配慮したごみの分別



！！コロナ感染者はまず保健所に連絡しましょう！！

！！濃厚接触者の方は避難所の受付で申告し、職員の指示に従いましょう！！

～避難所の備蓄品や設備について～

市では、以下のものを備蓄しています。

（市役所で集中備蓄し、各避難所に無いものも含みます）

- ・食事（アルファ米、ゼリー、ミルクなど）
- ・睡眠（毛布、エアマットなど）
- ・排泄（トイレ用薬剤、トイレ用テント、トイレ便座、トイレトーパーなど）
- ・その他（アレルギー対応食、テント、パーティション、カイロ、

おむつ：幼児用・大人用、生理用品、衛生用品など）

いざというときに使用できるよう、防災訓練で確認しましょう。

6. 高館地区防災マップ

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。



～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。

P16、P17に掲載している「高館地区防災マップ【洪水・土砂災害編】」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。

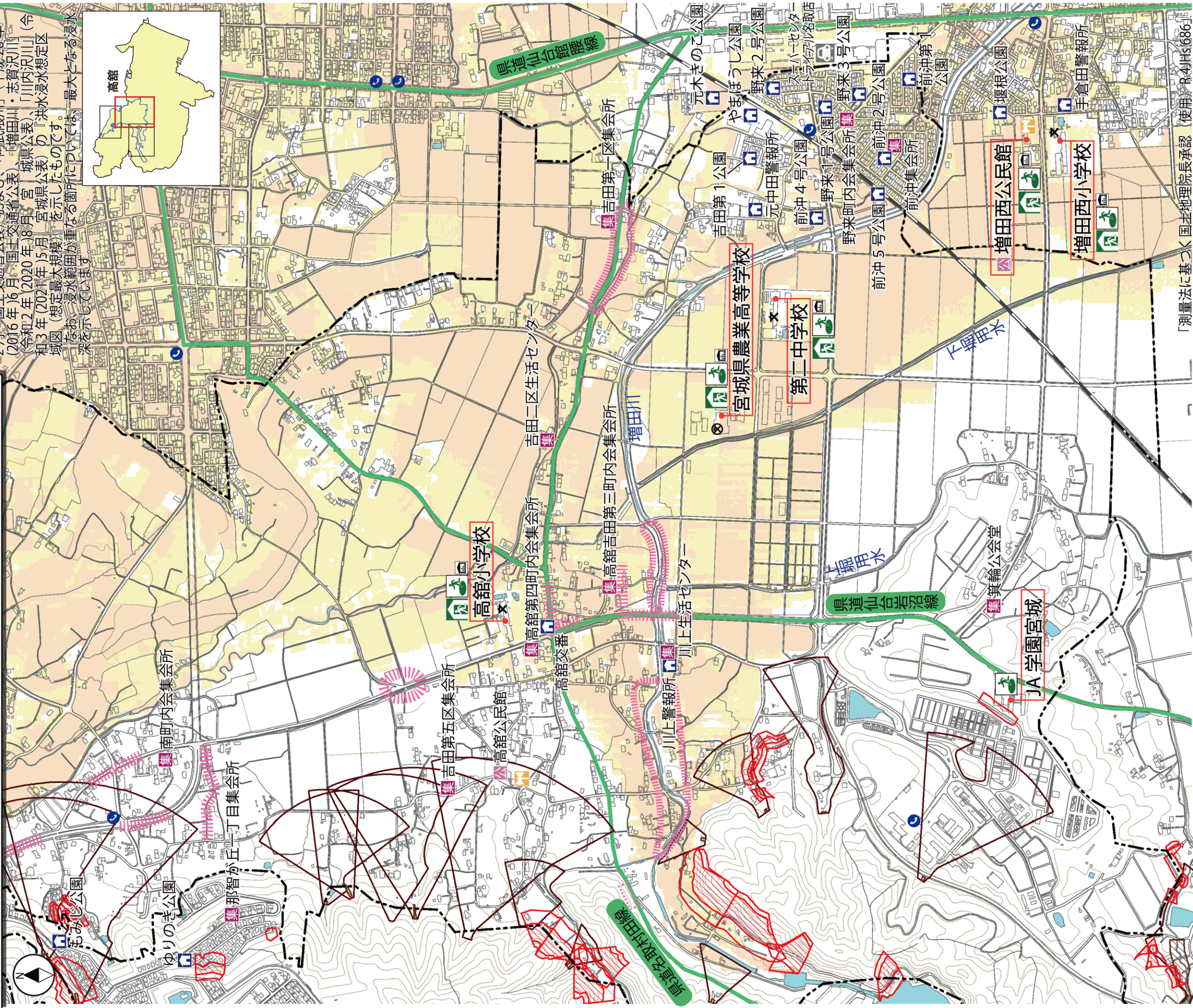
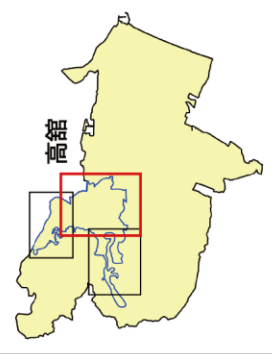
また、「内水はん濫」とは、市街地などに降った雨が下水道の雨水処理能力を超えたり、雨で川の水位が上昇して市街地などの水を川に排出することができなくなった際に、市街地に水があふれてしまい建物や土地が水に浸かる現象です。

名取市 『内水ハザードマップ』※		https://www.city.natori.miyagi.jp/soshiki/kensetsu/gesui/usui/node_64789 名取市 内水ハザードマップ 検索
---------------------	---	---

※下水道計画対象区域のみの計画降雨基準による内水ハザードマップであり、水防法に基づく想定最大規模降雨を基準とした内水ハザードマップではありません。

高館地区～洪水・土砂災害編①～

※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」(令和3年(2021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。



凡 例

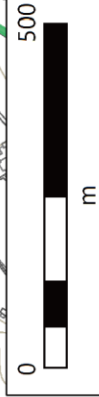
	指定避難所		防災行政無線
	指定緊急避難場所		高速道路
	風水害時の車両の緊急避難場所		国道
	防災倉庫 (防災施設)		県道
	集会所		河川、水辺
	公民館		地区の意見
	その他施設		冠水しやすい場所
	公衆電話		斜面や法面

〇土砂災害警戒区域

	土砂災害警戒区域 (急傾斜地)
	土砂災害特別警戒区域 (急傾斜地)
	土砂災害警戒区域 (土石流)
	土砂災害特別警戒区域 (土石流)
	土砂災害警戒区域 (地すべり)

〇想定される浸水深

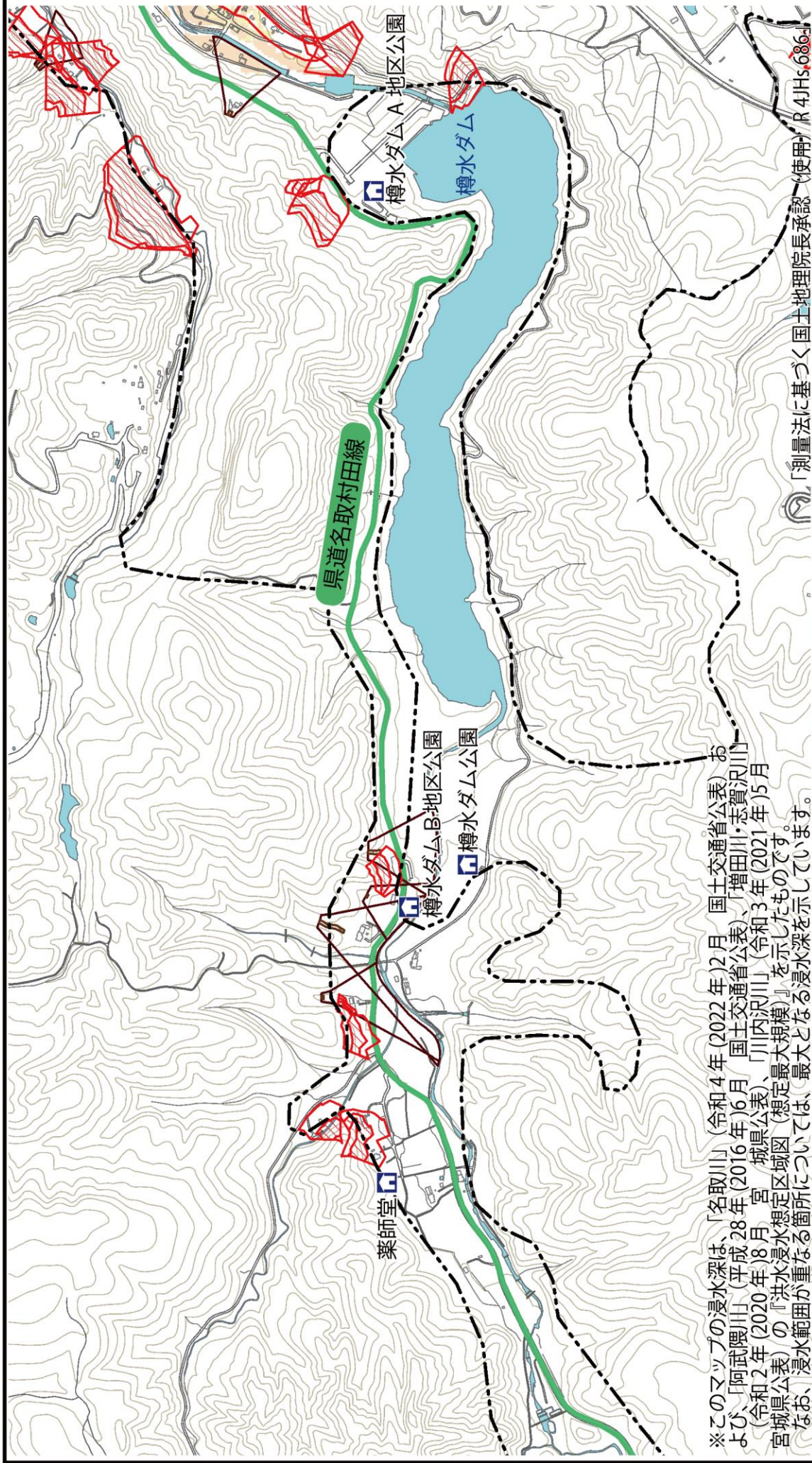
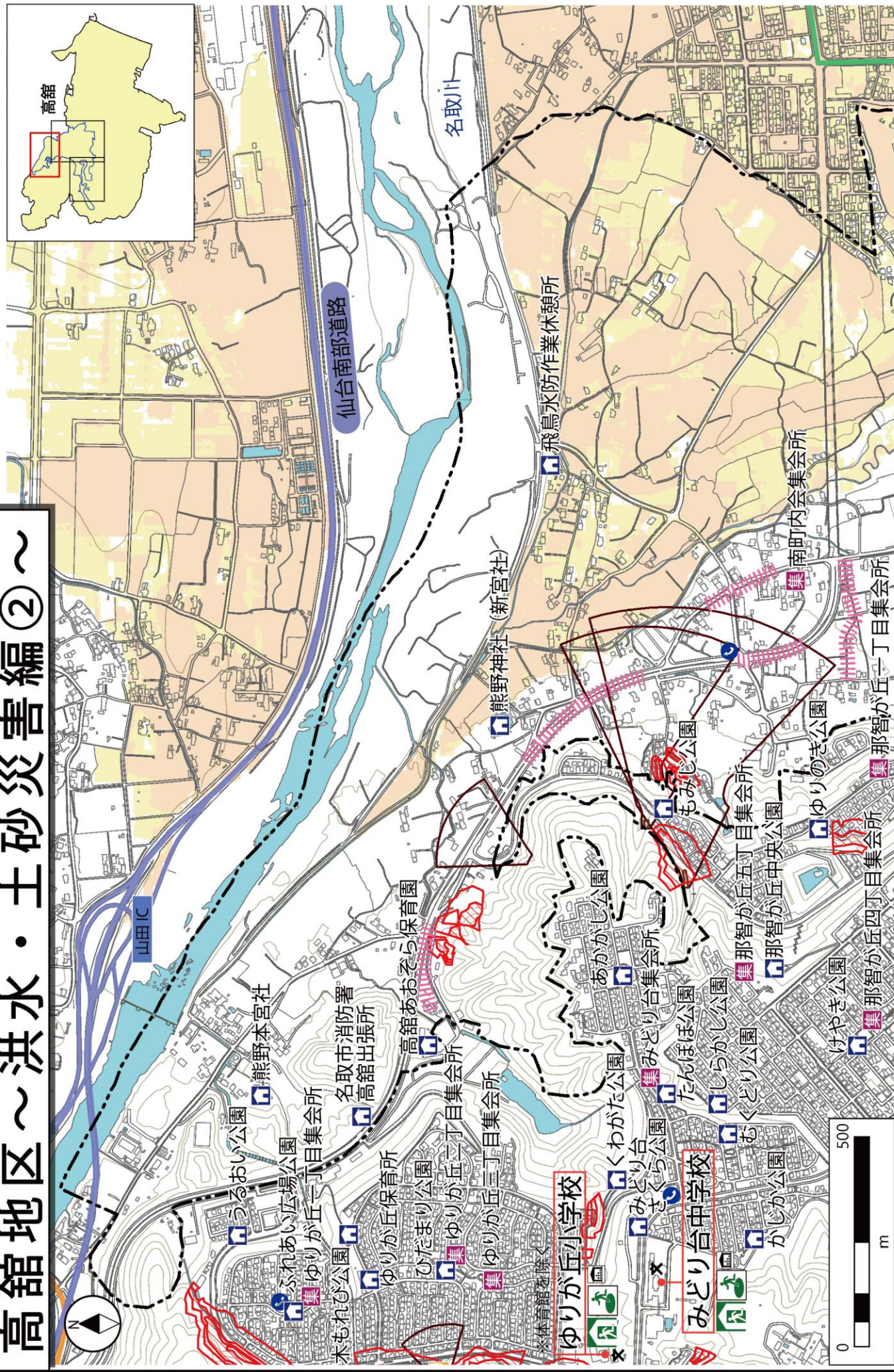
	5.0~10.0m
	3.0~5.0m
	0.5~3.0m
	0.0~0.5m



「測量法に基づく」国土地理院長承認 (使用) R4H51686

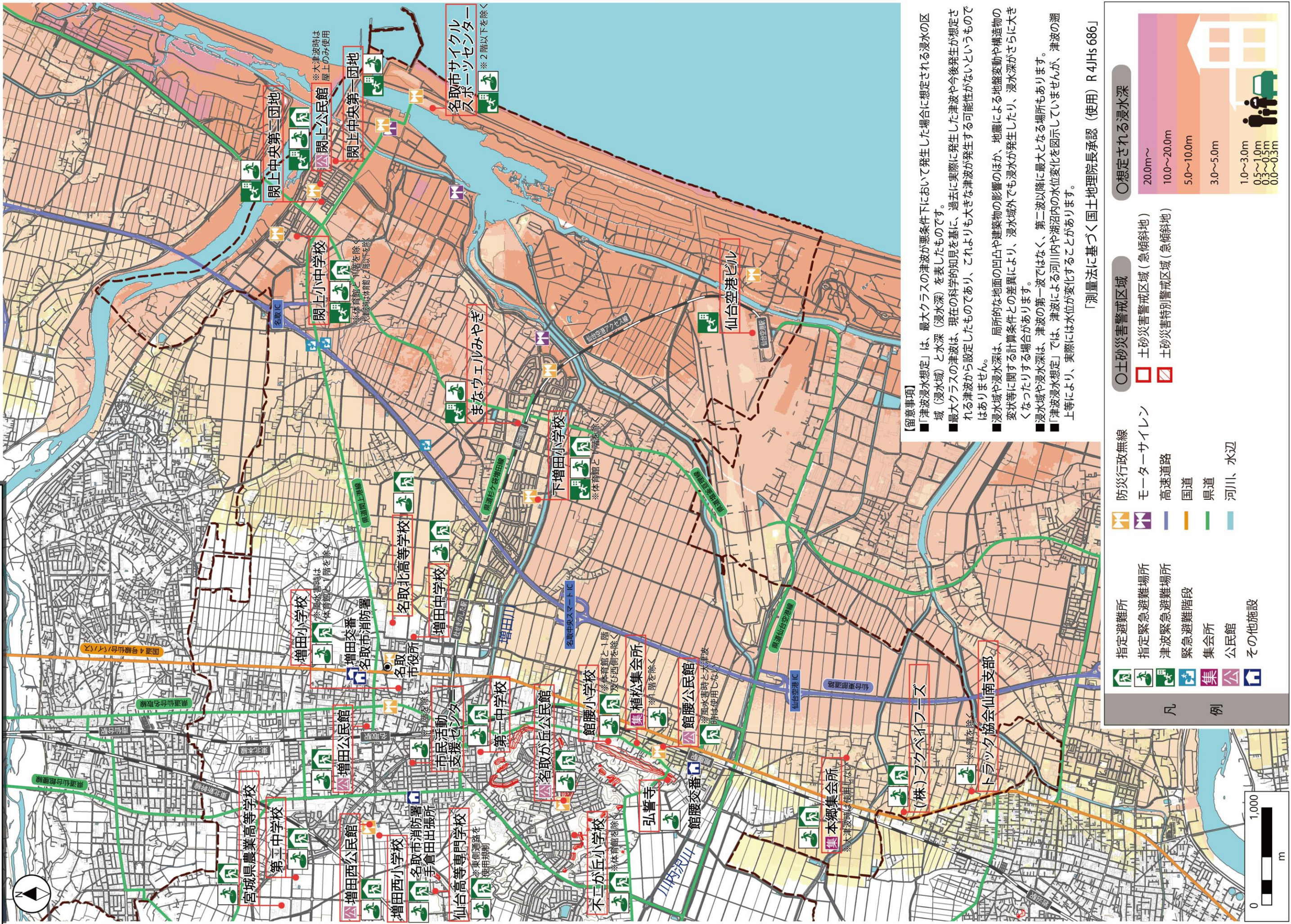
6. 高館地区防災マップ

高館地区～洪水・土砂災害編②～



広域表示 ～津波編～

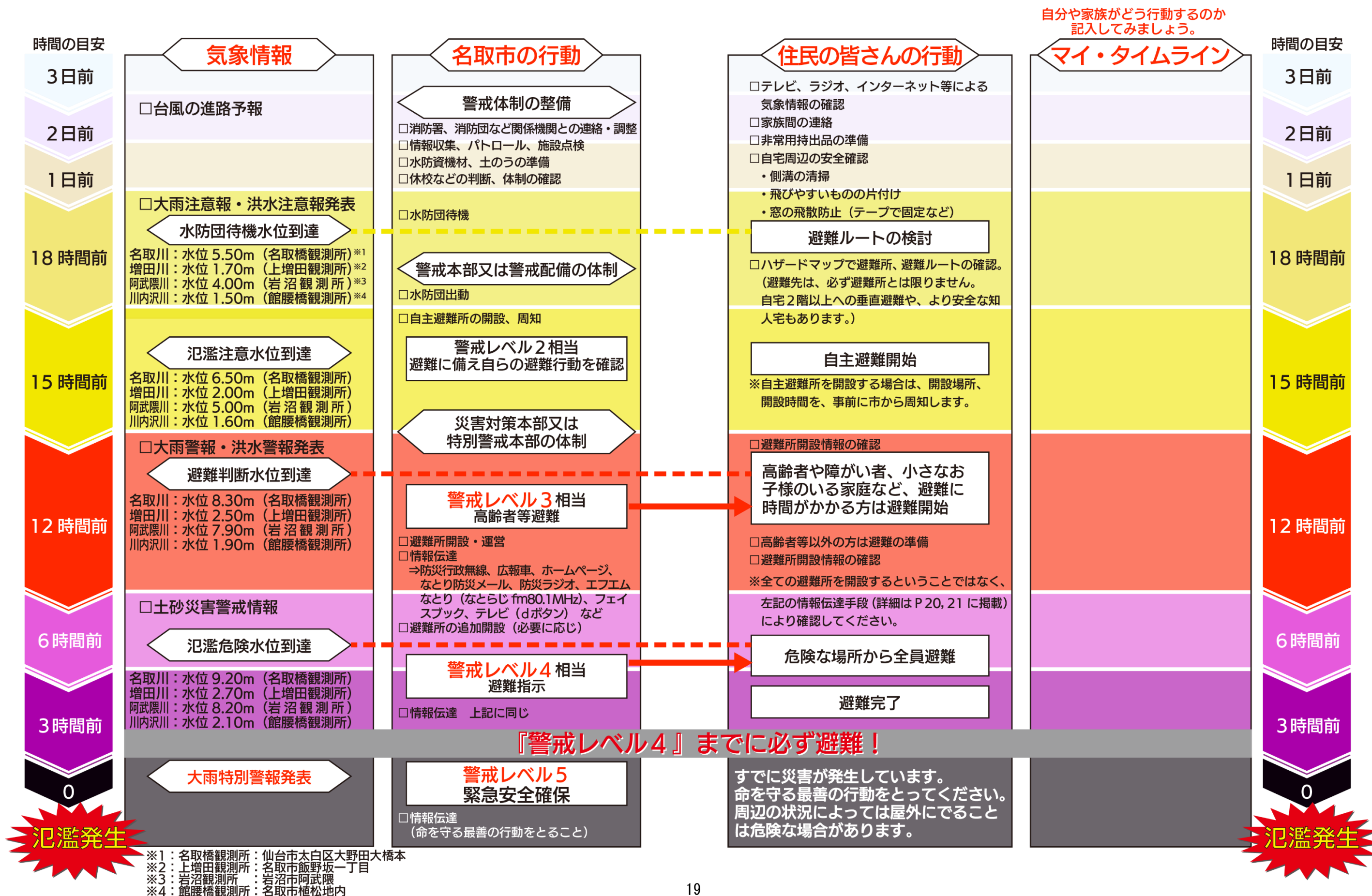
※このマップの浸水深は、「津波防災地域づくりに関する法律」第8条第1項に基づき、宮城県が令和4年5月に公表した「宮城県津波浸水想定」の浸水深を示したものです。



7. マイ・タイムラインシート

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。



8. 名取市からの情報とさまざまな情報の入手先

日頃から、情報の種類と入手先を確認しておきましょう。

なお、名取市公式のホームページやフェイスブックでも様々な情報を発信しています。

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。	
	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、大津波警報や津波警報の発表をお知らせします。	
	防災ラジオ	防災行政無線からの緊急情報を、エフエムなとり（なとらじ fm80.1MHz）を通じて、自動で起動・同調して知らせる緊急告知ラジオを有償配布しています。 ※受信できない場合など、受信支援機器（屋外アンテナ等）を設置する制度もあります（自己負担あり）。	
	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  登録フォームから登録する方法 https://natori.e-msg.jp/bousai/
	名取市防災情報Twitter	https://twitter.com/natoricitybosai 名取災害 ツイッター 検索	
	名取市ハザードマップ	名取市のハザードマップ（津波、洪水・土砂災害）を閲覧することができます。 https://www.city.natori.miyagi.jp/soshiki/soumu/node_224/node_91088 名取市ハザードマップ 検索	
	名取市防災マニュアル	市民の皆様に防災意識を高めていただく目的で、名取市防災マニュアルを作成しています。 https://www.city.natori.miyagi.jp/soshiki/soumu/node_224/node_91088 名取市防災マニュアル 検索	
	なとりマップ	名取市内の土砂災害警戒区域等箇所や洪水浸水想定区域図（想定最大規模）、津波浸水想定図などを電子地図に重ねて見ることができます。 https://www.sonicweb-as.jp/natori/ なとりマップ 検索	

さまざまな情報の入手先	国土交通省 川の防災情報 (名取川、阿武隈川)	https://www.river.go.jp/ 国交省 川の防災 検索 
	一般財団法人 河川情報センター 川の水位情報 (増田川、川内沢川、 志賀沢川、五間堀川)	 https://k.river.go.jp/ 川の水位情報 検索
	気象庁 仙台管区气象台	https://www.jma-net.go.jp/sendai/ 仙台管区气象台 検索 
	気象庁 地震情報	 https://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/index.html 気象庁 地震情報 検索
	気象庁 台風進路情報	https://www.jma.go.jp/bosai/map.html 気象庁 台風情報 検索 
	気象庁 キキクル	 大雨警報（土砂災害・浸水害）・洪水警報の危険度分布を配信しています。 https://www.jma.go.jp/bosai/#pattern=rain_level&area_type=class20s&area_code=0420700 気象庁 キキクル 検索
	宮城県砂防総合 情報システム MIDSKI	土砂災害警戒情報などを配信しています。 https://www.doshasaigai.pref.miyagi.jp/midski/ 宮城県 砂防情報 検索 
	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。 
	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。
	災害用伝言ダイヤル 171	家族などの安否確認ができます。  被災地にいる人の電話番号（市外局番から） 携帯電話、PHS、IP 電話の番号を入力してください。

～QRコード～

スマートフォンやタブレットなどで読み取れます。

Android のカメラまたは Google レンズで撮影



iPhone のカメラで撮影



QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。

9. 我が家の防災メモ・防災カード

防災メモ 一 家族の状況一

氏 名	かかりつけの病院	携 帯 電 話 番 号
生年月日	持 病 ・ 常 備 薬	会 社 ・ 学 校 などの 名 称
血 液 型		会 社 ・ 学 校 などの 電 話 番 号
年 月 日		
型 (Rh +・-)		
年 月 日		
型 (Rh +・-)		
年 月 日		
型 (Rh +・-)		
年 月 日		
型 (Rh +・-)		
避難場所		
家族の集合場所		

※家族の人数に合わせて、コピーして使いましょう。

防災メモ 一 我が家の状況一

東日本大震災での状況		家具の転倒	有 ・ 無
平成 6 年 (1994 年) 9・22 集中豪雨の時の状況		床上浸水 ・ 床下浸水 ・ 浸水なし	
建築年	昭和 ・ 平成 ・ 令和 年 ※昭和 56 年 (1981 年) 以前の建物は耐震診断を受けましょう		
家屋の構造	平屋 ・ 2階以上 / 木造 ・ 軽量鉄骨		
	平屋の場合：浸水時の避難先 []		
自宅の周辺	浸水しやすい地域に	ある	・ ない
	近くにがけや斜面などが	ある	・ ない
	風で飛ばされやすいものが	ある	・ ない
災害時の備え	非常持出品の用意	有	・ 無
	災害備蓄品の用意	有	・ 無
	携帯ラジオの用意	有	・ 無
	消火器の用意	有	・ 無

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal dashed lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting or typing. There are no margins, text, or other markings on the page.

防災カード

家族の基本情報を書き込み、コピーしてかばんなどに携帯しましょう。

● 家族の基本情報

ふりがな 名前	:	続柄	:
生年月日	:	年	月 日
血液型	:	型 (Rh + -)	
〒	—		
住所			
山折り			
電話	携帯:	—	—
	自宅:	—	—
勤務先または 通う学校 電話: — —			
● 伝えておきたいこと お薬 持病 アレルギー その他			

● 家族の基本情報

ふりがな 名前	:	続柄	:
生年月日	:	年	月 日
血液型	:	型 (Rh + -)	
〒	—		
住所			
山折り			
電話	携帯:	—	—
	自宅:	—	—
勤務先または 通う学校 電話: — —			
● 伝えておきたいこと お薬 持病 アレルギー その他			

● 家族の基本情報

ふりがな 名前	:	続柄	:
生年月日	:	年	月 日
血液型	:	型 (Rh + -)	
〒	—		
住所			
山折り			
電話	携帯:	—	—
	自宅:	—	—
勤務先または 通う学校 電話: — —			
● 伝えておきたいこと お薬 持病 アレルギー その他			

● ペットの基本情報

ふりがな 名前	:	種類	:
生年月日	:	年	月 日 ♂・♀
かかりつけ医			
電話: — —			
● 伝えておきたいこと (特徴・病気・ごはんなど)			

ふりがな 名前	:	種類	:
生年月日	:	年	月 日 ♂・♀
かかりつけ医			
電話: — —			
● 伝えておきたいこと (特徴・病気・ごはんなど)			

災害時の緊急連絡先

区分	名称	電話番号
市役所	名取市役所	022-384-2111
警察 110	岩沼警察署	0223-22-4341
消防 119	名取市消防本部	022-382-0242
名取市休日夜間急患センター		022-384-0001
災害用伝言ダイヤル		171

高館地区の指定緊急避難場所（風水害（土砂災害含む））



名称	住所	電話番号	収容人数 (2m ² /人)	開設する際の 条件
高館小学校	高館吉田字長六反 117-3	022-382-3033	2,400 人	—
第二中学校	高館吉田字吉合 90	022-384-8401	4,200 人	—
県農業高校	高館吉田字吉合 66	022-384-2511	22,600 人	—
JA 学園宮城	高館川上字南台 2-1	022-382-5261	320 人	—

高館地区の指定避難所



名称	住所	電話番号	収容人数 (4m ² /人)	開設する際の 条件
高館小学校	高館吉田字長六反 117-3	022-382-3033	500 人	—
第二中学校	高館吉田字吉合 90	022-384-8401	900 人	—
県農業高校	高館吉田字吉合 66	022-384-2511	770 人	—

※指定緊急避難場所・指定避難所はいずれも令和5年（2023年）3月現在。
収容人数は「名取市地域防災計画」より引用。



名取市総務部防災安全課

〒981-1292 名取市増田字柳田 80

電話 022-384-2111