

# 災害時の 避難行動 マニュアル

令和3年5月



大和郡山市

このマニュアルは、災害が発生もしくは想定される場合に大和郡山市の住民が、どのような行動を取れば良いかを、災害種別毎に記したものです。

災害に伴う避難と一口に言っても、地震と水害、曜日や時間帯などによって、その対応は変わってまいります。その全てをここに記載し尽くすことはできませんが、災害毎に、市からはどのような情報提供や施設の開設があるのか、住民はそれらを受けてどのような対応を取れば良いのかを、基本的な部分に絞ってまとめてみました。

このマニュアルは既に各戸配布している「大和郡山市総合防災マップ」と併せてご覧いただき、いざという時に備えてください。



# 【目 次】

○避難情報の改定について	P 1
I、水害・土砂災害時の避難行動について	
（1）対象となる住民	P 3
（2）避難するタイミング・避難する場所	
A、台風が接近してきたら！	P 4
B、ゲリラ豪雨に備えて！	P 4
C、台風・ゲリラ豪雨共通事項	P 5
《垂直避難とは？》	P 8
《こんな時は！どうする？》	P 9
《水害にかかる避難情報発令基準水位》	P 9
《土のうの必要な方へ》	P 10
II、大地震時の避難行動について	
（1）対象となる住民	P 11
（2）自らの身を守る行動	P 11
（3）避難するタイミング・避難する場所	P 12
III、大火災時の避難行動について	
（1）対象となる住民	P 14
（2）避難するタイミング・避難する場所	P 14
IV、第三国からミサイル攻撃時の行動について	
（1）対象となる住民	P 16
（2）自らの身を守る行動	P 16
（3）ミサイルが着弾した時は？	P 16
V、避難手順と経路について	P 18
VI、住居を離れて避難する場合の注意事項	P 22
VII、集団的避難の奨め	P 22
VIII、普段から準備する備蓄品や緊急持ち出し品	P 23
IX、避難行動要支援者の支援について	P 24
X、避難生活における安否確認について	P 25
XI、メール・電話配信サービスの登録について	P 26

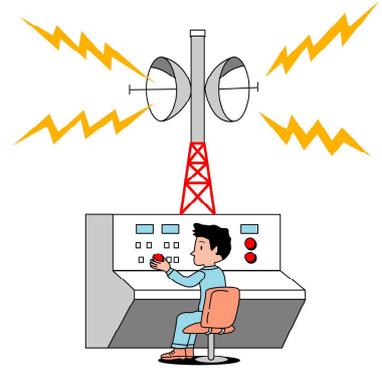
# 避難情報の改定について

災害時の避難行動マニュアル（初版）が発行された平成30年5月以降、市が発令する避難情報等について、2度の大きな変更が行われました。既に運用済みの制度もございますが、いま一度ご確認くださいませよう、お願いいたします。

## （1）令和元年5月の変更

大雨や土砂災害のおそれがある時、これまで自治体が発令してきた避難情報を、危険度に応じて5段階の「警戒レベル」を表示する運用が始まりました。

この制度は、気象や防災に関係する情報のレベル分けを明確にすることで、災害の危機が迫った際に、早めの準備、早めの避難を促し、命を守ることを目的としています。新しい制度では、市から発令する



避難準備・高齢者等避難開始情報は「レベル3」、  
避難勧告および避難指示は「レベル4」

となりました。

これに合わせて、気象庁が発表する気象警報（大雨警報など）等が発令された場合、「レベル3相当」との表示がされる場合がありますが、これは必ずしも避難情報の発令を意味するものではありません。

避難情報は、国や県が発表する河川の水位（※9ページ参照）及び気象情報、また市職員の現場確認等により、市が地域（町名単位）ごとに発令の判断をいたします。災害時はテレビ等の報道機関や市のホームページ、市防災メール等で通知しますので、ご確認ください。

## （2）令和3年5月の変更

令和元年5月から運用している5段階の「警戒レベル」に合わせ、よりの避難の判断を明確にするため、従来用いていた

避難準備・高齢者等避難開始情報は「高齢者等避難」となり、  
避難勧告および避難指示は「避難指示」に一本化されました。

今後は、今まで発令されていた「避難勧告」の段階（警戒レベル4）で、危険な場所からの全員避難（避難所への立退き避難または屋内での安全な場所への避難）をお願いします。

2度の変更を反映した避難情報の発令は、次の図のとおりとなります。

## 避難情報等〈警戒レベル〉

警戒レベル	避難行動	避難情報等	これまでの避難情報
5	すでに災害が発生している状況です。命を守る最善の行動をとりましょう。	緊急安全確保 (市が発令)	災害発生情報

〜〜〜 〈警戒レベル4までに必ず避難!〉 〜〜〜

4	危険な場所から全員避難しましょう。移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示 (市が発令)	避難指示(緊急) 避難勧告
3	高齢者等、 <u>避難に時間を要する人は</u> 避難を始めましょう。	高齢者等避難 (市が発令)	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報 (気象庁が発表)	
1	防災情報等に注意する等、災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報 (気象庁が発表)	

## 河川水位や雨の情報〈警戒レベル相当情報〉

警戒レベル	避難情報等	警戒レベル相当情報 (気象庁が発表)
5	緊急安全確保 (市が発令)	河川：氾濫発生情報 雨・土砂災害： 大雨特別警報(土砂災害)
4	避難指示 (市が発令)	河川：氾濫危険情報 雨・土砂災害：土砂災害警戒情報
3	高齢者等避難 (市が発令)	河川：氾濫警戒情報・洪水警報 雨・土砂災害：大雨警報
2	洪水注意報 大雨注意報 (気象庁が発表)	河川：氾濫注意情報
1	早期注意情報 (気象庁が発表)	



※気象庁からは警戒レベル相当情報が発令されますが、  
これがただちに市の避難情報の発令を意味するものではありません。

# I 水害・土砂災害時の避難行動について

大雨によって水害や土砂災害の発生する  
恐れがある場合



## (1) 対象となる住民

(水害)

総合防災マップにおいて浸水想定区域その他中小河川・水路・  
ため池付近で溢水の可能性がある場所にお住まいの住民

(土砂災害)

総合防災マップにおいて土砂災害警戒区域（イエロー、レッド）  
及び同特別警戒区域周辺にお住まいの住民

## ＝水害・土砂災害時の避難行動＝

### A、台風接近 (P4)

【予備的避難（自主避難）】

明るいうちに  
市内各公民館へ

### B、ゲリラ豪雨 (P4)

【予備的避難（自主避難）】

避難は無理をせず  
垂直避難を

### C、台風、ゲリラ豪雨共通

【警戒レベル3・高齢者等避難】(P5)

～高齢者・避難行動要支援者はすぐ避難！～

【警戒レベル4・避難指示】(P4)

～河川氾濫の恐れ、危険な場所からは全員避難！～

※警戒レベル5・緊急安全確保

～既に災害が発生しています。直ちに安全確保を！～

## (2) 避難するタイミング・避難する場所

### A、台風が接近してきたら！

#### 1 【予備的避難（自主避難）】

～台風接近時は明るいうちには自主避難を！～

- ・台風はあらかじめ進路や接近時期がある程度わかります。高齢者や避難行動要支援者の要件に該当する方は、自己判断で早めに避難を開始してください。
- ・特に夜半の台風接近が予想される場合は先に雨が降り出すことがあり、早い時間に暗くなるので、外が明るいうちに避難を開始してください。
- ・なお、台風接近前は風や雨が徐々に強くなりますので、できるだけ個人では行動せず、近隣の方などと一緒に避難してください。
- ・避難行動要支援者の方で地元で支援者が決められている場合は連絡を取ってから避難してください。



～避難場所～

市内各公民館をご利用ください

(年末年始、祝日、午後5時15分以降については市ホームページもしくは市民安全課にお問い合わせの上、開館状況をご確認ください。)

※開設時は、市民安全メールでも周知します。



### B、ゲリラ豪雨に備えて！

#### 1 【予備的避難（自主避難）】

～水位はあっという間に上がります

機敏な行動を！～

- ・ゲリラ豪雨は、大気的不安定により突発的で天気予報による正確な予測が困難な局地的大雨のことを言い、発生した時には既に屋外へ出ることが困難な場合もあります。

- 下記の避難所のごく近所にお住まいの方で路面が見えないような道路冠水になる前であれば、予備的避難は可能です。
- 高齢者や避難行動要支援者の要件に該当する方は、無理のない範囲で避難を開始してください。垂直避難（※8ページをご覧ください。）も有効です。屋外避難する時は、個人では行動せず、近隣住民と一緒に避難してください。
- 避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は連絡を取ってから避難してください。
- 豪雨が夜半の場合は無理をせず、屋内での垂直避難を行ってください。

### ～避難場所～

#### 市内各公民館をご利用ください

（年末年始、祝日、午後5時15分以降については市ホームページもしくは市民安全課にお問い合わせの上、開館状況をご確認ください。）

※開設時は、市民安全メールでも周知します。

☆外出が危ないと感じたら垂直避難☆



## C、台風・ゲリラ豪雨共通事項

### 2【警戒レベル3・高齢者等避難の発令】

#### ～高齢者・避難行動要支援者はすぐ避難！～

- この情報は、高齢者や避難行動要支援者においては、すぐ避難を開始してください、という合図です。
- 川の近くなど、早めの避難が望ましい場所の居住者等は、このタイミングでの自主的な避難をおすすめします。
- 市指定避難所へ避難する時は、できるだけ、自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まって、集団で避難してください。
- 避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は連絡を取り合って避難してください。

### ～発令基準～

国や奈良県が発表する市内河川の水位（※9ページの表をご覧ください）及び気象情報、市職員の現場確認等により、地域毎に発令の判断をします。

～周知方法～

☆エリアメールを流します！☆

緊急速報メール（エリアメール）  
市民安全メール（登録制メール）  
防災情報電話配信サービス  
市ホームページ  
（公用車巡回やテレビ等で報道される  
場合もあります）



～避難場所～

ホームページやメール等で開設を発表した市指定避難所

☆外出が危ないと感じたら垂直避難☆

（※8ページをご覧ください）

### 3 【警戒レベル4・避難指示の発令】

～河川氾濫の恐れ、危険な場所からは全員避難！～

- ・この情報は、洪水などによる著しい危険が切迫している時に出されます。すみやかに避難して下さい。
- ・市指定避難所へ避難する時は、できるだけ、自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まって、集団で避難してください。
- ・避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は連絡を取り合って避難してください。

～発令基準～

国や奈良県が発表する市内河川の水位（※9ページの表をご覧ください）及び気象情報、市職員の現場確認等により、地域毎に発令の判断をします。

～周知方法～

☆エリアメールを流します！☆

緊急速報メール（エリアメール）  
市民安全メール（登録制メール）  
防災情報電話配信サービス  
市ホームページ  
（公用車巡回やテレビ等で報道  
される場合もあります）



～避難場所～

ホームページやメール等で開設を発表した市指定避難所

☆外出が危ないと感じたら垂直避難☆

(※8ページをご覧ください)

## ※【警戒レベル5・緊急安全確保の発令】

～既に災害が発生しています。直ちに安全確保を！～

- 既に災害が発生している状況です。
- 命の危険が迫っています。立退き避難はかえって危険なので、室内の安全な場所へ緊急に避難してください。
- 必ず発令される情報ではありませんので、危険な箇所に居住している住民は、避難指示（レベル4）が発令されたタイミングで必ず避難してください。



## 《垂直避難とは？》

～浸水の恐れがある時、家屋や建物内の2階以上に避難して生命や必要最小限の財産を守ること～

### ・垂直避難を選択する時とは？

⇒避難情報の発令時、既に下記の状態になっている場合

- ①暴風状態（傘を差して歩くのが危険なほど風が強い時）
- ②道路冠水（道路面が見えないほど水に浸かっている時）

- ・①②の場合、不用意に屋外に出ると、転倒したり側溝や蓋の取れたマンホールなどに転落する恐れがあり、屋外避難することがかえって危険になります。
- ・当市における浸水被害の多くは、佐保川などの本流の増水により、中小河川水路水が本流に流入できずその流域に滞留することによるものが多いので、外出に危険を感じた時は、屋内での『垂直避難』を選択してください  
(注、下記、垂直避難をしてはいけない場合とは？、もご覧ください。)

○土砂災害警戒区域における垂直避難

土砂災害警戒区域で垂直避難する場合は、2階以上で更に崖などから最も遠い部屋に避難してください。

### ・垂直避難をしてはいけない場合とは？

⇒避難情報の発令時においても、下記の状態になっている場合は垂直避難では危険です

- ①河川に近接した場所で堤防の決壊による洪水があった場合、その水流を直接受けるような地域
- ②土砂災害特別警戒区域内の場合

- ・①②では、家を押し流すような洪水や土石流など、建物自体に重大な被害が発生する恐れがあります。
- ・このような地域では、できるだけ、事前に予備的避難(自主避難)を行ってください。その際も自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まっての避難をお勧めします。
- ・発令時、既に浸水に取り囲まれて逃げられない場合は、消防などに通報して救助を求めてください。



## 《こんな時は！どうする？》

Q、市指定避難所が浸水区域や土砂災害警戒区域の中にある場合は避難しても良いの？

A、市配布の防災マップに避難場所が浸水想定区域や土砂災害警戒区域であるかどうかを記載しています。土砂災害警戒区域は1箇所(金魚スクエア)です。大雨時には、矢田小や矢田南小、矢田コミュニティ会館などの施設をご利用ください。

避難所及びその周囲が浸水想定区域の避難所は15箇所あります。佐保川や富雄川、大和川、地藏院川等の流域には広大な浸水想定区域が広がっており、これらの避難所を使用しなければ、いざという時何kmも離れた避難所まで行かねばなりません。このため、浸水災害にかかる避難情報発令の際もこれらの避難所を開設する場合があります。開設の際には浸水の度合いによって、建物の2階以上を開放するなど避難住民の保護に配慮いたします。但し、河川と隣接した避難場所は例え2階以上であっても破堤等本流の直接起因する洪水の際にはたいへん危険であり、避難の過程にも危険が予想されるため、これらについては開設しない場合がありますので、避難情報の発令時には、開設する避難所の記載に十分御注意ください。



## 《水害にかかる避難情報発令基準水位》

	大和川 (板東)	佐保川 (番条)	富雄川 (石木)	佐保川 (法蓮)	秋篠川 (秋篠)	大和川 (庵治)	地藏院川 (下三橋)	高瀬川 (横田)
高齢者等避難(レベル3) (避難判断水位)	4.8 m	2.8 m	1.7 m	1.2 m	2.1 m	2.6 m	1.9 m	2.1 m
避難指示(レベル4) (氾濫危険水位以上)	5.4 m	3.3 m	1.8 m	1.6 m	2.2 m	3.6 m	2.2 m	2.2 m

※上記表の各河川水位観測点の現在水位は、インターネットの国土交通省や奈良県のホームページで見ることができます。

(国・県の発令水位と市の発令基準水位が異なる場合があります。)

※発令は水位情報の他、気象情報や職員の現場情報などにより判断しますので、上記水位で必ず発令されるものではありません。

## 《土のうの必要な方へ》

○浸水想定区域等にお住まいの方で台風接近などへの自主対策として、土のうが必要な方については、事前に市民安全課までお電話をいただければ、下記条件で10袋までお渡しすることができます。

(お渡し条件)

- 浸水想定区域内もしくは小河川・側溝などの溢水で浸水する恐れがある一般住居の居住者であること
- 市役所での受け渡しができ、自己で運搬ができる方
- 土のうの設置により発生したトラブルについては受理者が一切の責任を取ること
- 土のうが必要でなくなった時は受理者の責任で処分すること



## Ⅱ、大地震時の避難行動について

強い地震によって、建物・工作物の倒壊や火災、地盤の崩壊の発生する恐れがある場合

### (1) 対象となる住民

(震度5以上の地震発生可能性のある地域にお住まいの住民)

- ・市内全域の住民、特に近鉄線以東は震度7の可能性有

(液状化現象の発生可能性のある地域にお住まいの住民)

- ・近鉄線以東、国道24号線以西の地域
- ・富雄川以西及び九条の丘陵地内の土砂堆積地、埋立地

### (2) 自らの身を守る行動

#### ○細かな揺れを感じたら迷わず反応してください！

地震は、まず細かなたて揺れ（初期微動・P波）、その後、大きなよこ揺れ（S波）がやって来ます。初期微動は震源からの距離が遠いほど長くて、南海トラフ地震では10数秒続きます。

#### ○緊急地震速報が出た時も反応して！

気象庁のJ-ALERTによる緊急速報メールやテレビラジオの緊急地震速報が出た時も同じです！

では、どんな行動を取るのですか？



①テーブル・机・ベッドの下などに潜り込む、低い体勢をとる

②クッション等、なければ手のひらを後頭部に付けて、頭部を保護する。

③揺れが収まるまで動かない。



☆調理器具、暖房器具などの火は無理に消そうとせずに、一旦揺れが収まってから、皆で協力して消します。

※地震の際に、命の次の優先事項は、火事を防ぐことです。火が出た時には「火事だ！」と隣近所にも助けを求めて、小さなうちに消しましょう。

※木造建物の2階にいる時はあわてて下りず、安全を確認してから下りましょう。

### (3) 避難するタイミング・避難する場所

#### 1 【自主避難】

○揺れが収まったら、家族と声を掛け合い、家の中の状況を確認しましょう

本震で、柱のヒビや傾き、壁のヒビ、基礎のズレなどが生じた時は、速やかに建物を出てください。

※過去の例から、大地震には必ず余震が発生します。



①開けられるドアや窓を探して出口を確保

②可能な範囲で長袖長ズボンに着替え軍手等を付けましょう。

③履き慣れた足の甲まで保護できる靴を履きます。

④電気のブレーカーを落としてください。  
(通電時のショートなどによる火災の防止)



⑤無理のない範囲で、非常持ち出し品（懐中電灯、備蓄品、貴重品など）を持ち出す。



⑥可能な限り施錠を行います。(震災2日目から空き巣が増えるそうです)

⑦マンションなどでは避難にエレベーターは使わないこと。(閉じ込めや落下の可能性があります。)



⑧ガラスなどの破片や地割れ、液状化による地面の凹凸、頭上からの落下物に注意しながら、あわてず、1次的避難所へ！

⑨近隣で生き埋め、閉じ込めが発生していないか声を掛け合って確認し、できる範囲での救助や消防などへの通報を行ってください。

※避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は声をかけ合って避難してください。

～避難場所～

総合防災マップP45（1～37）に記載された市指定避難所  
（小・中学校、公民館など）

火災が広がった時は、P46広域避難地  
（41城趾公園、42大和郡山市総合公園）



## 2【避難指示の発令】

～地震に伴う建物倒壊・火事などの危険が切迫！

住民は速やかに避難を！～

- この情報は、地震に伴う建物の倒壊、火災、土砂崩壊などによる著しい危険が切迫している時に出されます。すみやかに避難して下さい。
- 災害時避難所へ避難する時は、できるだけ、自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まって、集団で危険を察知しながら落ち着いて避難してください。



- 近隣で生き埋め、閉じ込めが発生していないか声を掛け合って確認し、できる範囲での救助や消防などへの通報を行ってください。
- 避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は声をかけ合って避難してください。

～周知方法～

☆エリアメールを流します！☆

緊急速報メール（エリアメール）

市民安全メール（登録制メール）

防災情報電話配信サービス

市ホームページ

（公用車巡回やテレビ等で報道される場合もあります）



～避難場所～

総合防災マップP45（1～37）に記載された市指定避難所  
（小・中学校、公民館など）

火災が広がった時は、P46広域避難地

（41城趾公園、42大和郡山市総合公園）

### Ⅲ、大火災時の避難行動について

市街地、集落に発生した火災によって、広範囲に延焼の恐れがある場合

#### (1) 対象となる住民

- 市街地や集落が密集していて、発生した火災が延焼する可能性がある地域に居住の住民



#### (2) 避難するタイミング・避難する場所

##### 1 【自主避難】

～熱風や燃烧音、炎の明るさを感じたら火の手の反対へ逃げる！～

- 市街地や集落で発生する火災の多くは人災ですが、発災当日の湿度や風向き、風速により、思いもかけない大災害になる事があります。熱風や燃烧音、炎の明るさを感じたら、火の手の反対方向に避難してください。



- 避難する時は、できるだけ個人で行動せず、近隣住民などと一緒に避難してください。
- 避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は連絡を取ってから避難してください。
- 煙が立ちこめてきた場合、有毒物質が含まれている可能性があるため、姿勢を低くして、タオルやハンカチを口に当てできるだけ煙を吸い込まないようにしてください。
- マンションなどで階段などに煙が上がってくる時は無理に階下に降りようとせず、屋上などで救助を待ってください。エレベーターの使用は厳禁です。



## 2【避難指示の発令】

～火災の延焼による著しい危険が切迫！  
住民は速やかに避難を！～

- この情報は、火災の延焼による著しい危険が切迫している時に出されます。すみやかに避難して下さい。
- 市指定避難所へ避難する時は、できるだけ、自主防災組織等で決められた1次的避難所に集まって、集団で避難してください。
- 近隣で火災建物に取り残された方がいる場合は、速やかに消防への通報を行っていただき、無理な人命救出や建物に忘れ物を取りに帰るなどの行為はしないでください。
- 避難行動要支援者の方と一緒に逃げる人が決まっている場合は声をかけ合って避難してください。



- 煙が立ちこめてきた場合、有毒物質が含まれている可能性があるため、姿勢を低くして、タオルやハンカチを口に当てできるだけ煙を吸い込まないようにしてください。マンションなどで階段などに煙が上がってくる時は無理に階下に降りようとせず、屋上などで救助を待ってください。エレベーターの使用は厳禁です。

～周知方法～

☆エリアメールを流します！☆

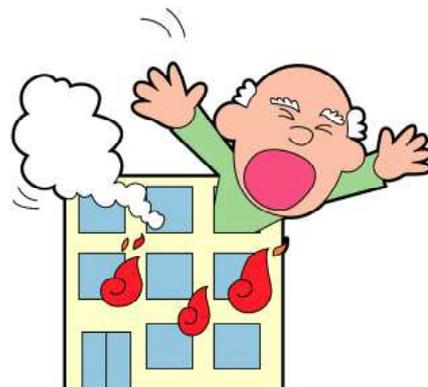
緊急速報メール（エリアメール）

市民安全メール（登録制メール）

防災情報電話配信サービス

市ホームページ

（公用車巡回やテレビ等で報道される場合もあります）



～避難場所～

ホームページやメール等で開設を発表した  
市指定避難所及び広域避難地

## IV、第三国からミサイル攻撃時の行動について

第三国から飛来するミサイル等の攻撃兵器による、爆風・熱風・火災・建物工作物の倒壊など発生する恐れがある場合

### (1) 対象となる住民

- ・ミサイル等の着弾地、着弾想定地付近の住民

### (2) 自らの身を守る行動

#### ○緊急速報メールが発信されます

弾道ミサイルが日本の領土・領海に落下または通過する可能性がある時、J-ALERTによる緊急速報メールやテレビラジオの緊急速報が出ます。速報から数分で日本へ飛来します

速報が発信されたら、

#### ①まず、屋内・地下へ避難（できるだけ鉄筋コンクリート造などの頑丈な建物が望ましい）

※自動車の車内はミサイルの破片などで燃料のガソリンに引火する危険があるので、車を止めて建物、地下に避難してください。周囲にない場合は車から離れ、地面に伏せ、頭部を保護してください。

#### ②屋内ではできるだけ窓から遠ざかり、できれば窓のない部屋で、地面に伏せ、頭部を保護してください。

### (3) ミサイルが着弾した時は？

○テレビやラジオインターネットの情報に注意してください。

※着弾の種類や状況によって、対応が大きく異なります。

○国や市からメールなどを通じた指示があればそれにしたがって行動してください。



○近くに着弾した時は？

(屋 外)

口や鼻をハンカチなどで覆いながら、現場から直ちに離れて、密閉性の高い屋内の部屋や着弾地の風上に避難する

(屋 内)

換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する



## V、避難手順と経路について

今までは、災害の種類毎の避難についてお話ししてきましたが、避難の基本は「集団で、安否確認を行いながら、段階的に」です。平常時から、自主防災組織(自治会)でいざという時、どこへ?どう動くのか?話し合いを行って、地域の「避難計画」をつくっておきましょう。



### ○1 次的避難所の決定

- まず、自治会内の班毎などで1次的避難所を決めましょう。これは屋外避難の際、近隣住民がまず最初に集まる場所です。下記のような場所で住民が短時間で集まりやすく、かつ隣接地からの落下物や倒壊物の心配がなく、地盤のしっかりしたところを選定してください。

- 空き地
  - 駐車場
  - 公園
  - 道路が広がった場所  
(通行車両に気をつけてください)
- (※上記場所が私有地の場合は所有者の了解を得てください)



- 1 次的避難所では班長や防災委員により、できるだけ安否確認を行って、逃げ遅れている人がいないか、確認してください。
- なお、災害が迫ってきて、時間的余裕がない場合は、誘導の支援者を配置して、高齢者や要支援者から先に2次的避難所以降に逃げてもらいましょう。

### ○2 次的避難所の決定

- 市指定避難所まで遠い場合は、耐震性や安全性の確認ができた下記のような施設を2次的避難所として活用しましょう。

- 地域の集会所、公民館
- ミニ体育館など

(※いずれも耐震性などの安全の確認ができているものに限る)



- 地域によっては、地元の福祉施設や企業と連携して、いざという時の2次的避難所としているケースもあります。
- 2次的避難所は、高齢者や要支援者など市の災害時避難所への避難が困難な方の最終避難所とすることも考えられます。
- なお、2次的避難所を最終避難所として活用する場合は、防災委員等の中からいざ災害の際に当該避難所に残って運営に携わっていただく避難所管理責任者を決めてください。
- 管理責任者は、市の災害対策本部（支所や消防団を通じてでも結構です）に状況報告（何人避難してどのような状況）を行ってください。市はこのような2次的避難所に対しても、近隣の市指定避難所を通じてできるだけ食料・日用品の支援を行いますので、管理責任者は、その受け渡しなども行ってもらうよう願います。

## ○（市指定）災害時避難所の決定

- 市指定避難所は、全市で38箇所です（令和3年に新設した平和認定こども園を含む）なお、水害や火災などについては、想定被害地が局所的な場合や避難者数想定により、一部の災害時避難所のみ開設します。



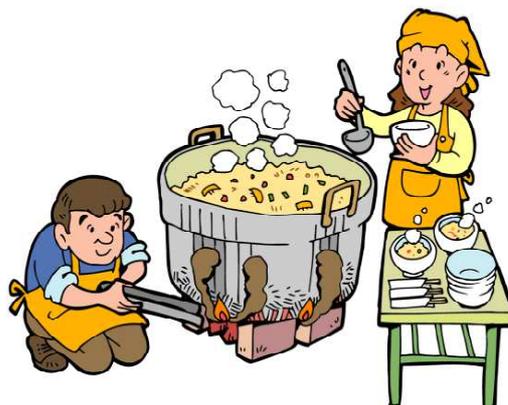
- 災害時避難所は、小学校の体育館、幼稚園、公民館、城ホール、市民交流館など、市の施設が当てられています。
- 福祉避難所は、社会福社会館、老人福祉センター（ゆたんぽ）、県立盲ろう学校です。

- 国立高専や県立学校などは、市の災害時避難所が満員になった時に使用する2次の避難所です。

- 市では、市指定避難所について、どこの自治会がどこの避難所を使わねばならないということは決めておりません。例えば、一つの自治会でも、ブロックや班毎に違う避難所を選択した方がスムーズに避難できる場合もありますし、水害、土砂災害、地震、火災など災害の種類や発生場所によっても変わってまいります。自治会内で住民の意見を集約しながら、どこの避難所に逃げるかを決めてください。

### ○市指定避難所の運営

- 市指定避難所に配置できる市職員は3～4名です。災害時、市役所は、復旧、復興、罹災証明の発行、ガレキなどの処理等に加え通常業務も行わねばならず、全ての人員を避難所に振り向けることはできません。
- このため、避難所運営に関する大半の仕事は避難住民で結成する避難所運営委員会での判断により、避難住民全員で行わねばなりません。



- また、市指定避難所は小学校、中学校、公民館など地域共有の施設ですので、一つの自治会だけの意向で運営することはできません。
- 平常時において、自治連合会などが校区の自治会、自主防災組織を取りまとめて、いざという時のために避難所の運営について考えていただけたらと存じます。



## ○避難経路の決定

市では、これら1次的、2次的、市指定各避難場所までの避難経路については指定をしておりません。

- 個々の住民が考えておかねばならないのが、自宅から1次的避難場所までのルートです。
- 自治会の班などで決めなければならないのが、1次的避難所から2次的避難所へのルート、自主防災組織（自治会）で決めなければならないのが、1次的もしくは2次的避難所から市指定避難所までのルートです。ルートについては様々な想定をしながら2~3コースを考えておきましょう。その際に、避けるべきポイントはこのような点です。実際にみんなで歩いてみて確認しておきましょう。

## • 避難経路で避けるべきポイント

### (水害・土砂災害)

崖や土砂が崩れそうな所  
落石の恐れがあるところ  
普段の雨の時から水の通り道になっているところ

### (地震)

道幅の狭い道  
古い建物ブロック塀の横  
ガラス張りの建物の横  
頭上に大きな看板や変電トランスのある所  
がけ・落石のおそれがあるところ



※通学路は比較的安全な道が多いので経路選定の参考にしましょう

※先入観の少ない子供の目で避難経路を選ぶのも一つの方法です

## ○防災委員の服装

いざ災害の時は、混乱の中、皆がどう行動を取って良いかわからず、右往左往のあげく思い思いの行動を取りがちです。地域の防災委員が決まったユニホーム(蛍光色などで目立つウインドブレーカーなどを着用していると他の住民の行動の目印となり、集団行動が取りやすくなります

## VI、住居を離れて避難する場合の注意事項

○可能な限り施錠を行います。  
(震災2日目から避難後の留守宅への空き巣が増えるそうです)

○電気のブレーカーを落としてください。  
(通電回復時の断線部分のショートや転倒電気暖房器具からの発火などによる火災の防止)

※地震による電気火災の防止に「感震ブレーカー」というものがあります。地震時に揺れを感知して電気を自動的に止める器具で糸でつないだボールが揺れて落下してブレーカーを落とすタイプやバネの力でブレーカーを落とすタイプなど売っています。

※ガスの元栓を閉めるのもお忘れなく！



## VII、集団的避難の奨め

○なぜ、集団的避難が有効なのですか？

⇒①避難時の危険の軽減

災害発生時には、路上に倒壊建物やその部材の落下、切断した電線の垂れ下がり、地割れ、崖崩れなどの危険がいっぱいです。単独や子供連れでこのような状況で避難を行うと思わぬ事故が発生しかねません。近隣住民が集団で落ち着いて危険を察知しながら避難すれば、これらリスクを軽減できます。

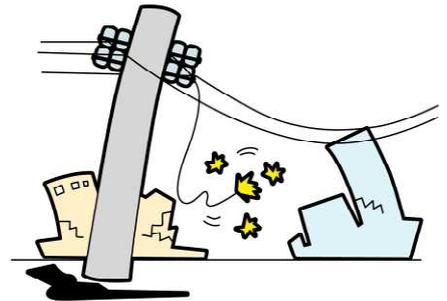


②避難時の要支援者・高齢者等の網羅

個別に思い思いに避難すると、避難困難な方ばかりが取り残されがちになります。地域が集団で行動することで、これら災害弱者と呼ばれる方々を

比較的網羅することが可能です。

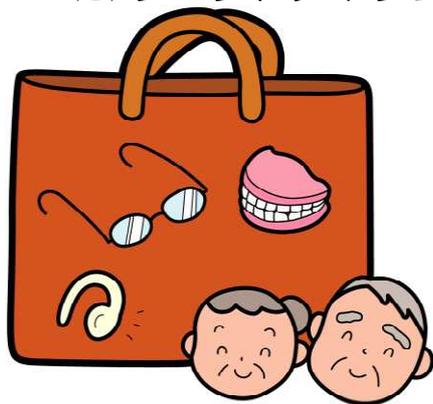
③避難所での受付が自治会単位でできるため、避難住民の不安を軽減できる上、避難所運営上も効率的にできる。



## Ⅷ、普段から準備する備蓄品や緊急持ち出し品

○実際の災害時に持ち出した品物で役に立った物は何でしたか？というアンケート調査結果によると、下記の品目が20位までに並びました

- (1) 懐中電灯 (2) 食料品 (3) ラップ
- (4) ビニール袋 (5) 小型ラジオ
- (6) トイレトペーパー (7) 乾電池
- (8) ウェットティッシュ



(9) 作業用手袋

(10) 小銭

(11) 使い捨てカイロ (12) カセットコンロ

(13) 下着 (14) 薬 (15) 紙コップ (16) 飲料水

(17) アルミ箔 (18) 紙皿 (19) 生理用品

(20) 帽子

(10) 小銭⇒現金は紙幣もちろん必要ですが、公衆電話用に小銭が必要だった体験で上位に揚がったようです。



※もちろん上記以外に貴重品類や身分証明書類、持病薬、コンタクトレンズなども必携です。

※備蓄の毛布には限りがあるので、(11)の使い捨てカイロの他、レジャーシートやアルミ保温シート、防寒着などが有効です

一人で一日に必要な  
水の量は

2リットル



### ○災害時の食料確保について

災害直後の食料の確保

- ・市備蓄品
- ・食品飲料メーカーとの災害協定による提供
- ・市町村広域災害ネットワーク加盟市からの支援

時間経過後の食糧確保

- ・各地からの支援物資
- ・食販店の再開



※但し、過去の災害の経過から、場所や時期によっては食糧が不足することが考えられます。このため、個人的に、調理が必要ない菓子や調理が簡単なインスタント食品を備蓄しておくことは有効です。備蓄品が知らない間に期限切れということを防ぐため、日常の使用の中で、これらインスタント食品等の買い置きを増やしておいていざという時に備えること（ローリングストック）も考えましょう。また、カセットコンロを用意しておく、調理に役立ちます。

※家に残った米や味噌、また生鮮食料品などの食材で放っておいたら傷んでしまう物などを炊きだし用食材で提供し、助け合いで当座限りある資源の有効活用に努めましょう。



※女性の皆さんも、「水のいらないシャンプー」や「基礎化粧品」、「生理用品」など、災害時に必要となるものを考え、備蓄を進めていきましょう（参考：奈良県「女性視点の防災ハンドブック」）。

## IX、避難行動要支援者の支援について

○避難行動要支援者とは？

- ① 70歳以上の高齢者  
（高齢者のみの世帯の方）
  - ② 要介護3以上の方
  - ③ 身体障がい者手帳1～2級の方
  - ④ 知的障がい者（療養手帳A）の方
- ※その他自力で避難するのに不安のある方

○いざ災害の時は、地域で要支援者の避難のサポートをお願いします！

○自主防災組織などで、日頃から避難行動が困難な方をリストアップしましょう！





- 市作成の「災害時避難行動要支援者名簿」の活用をお願いします。
- 高齢者はメールをされてない方も多く、避難情報が伝わりにくいので、発令の際には教えてあげてください。
- 災害時の避難支援には日頃からの地域コミュニティにおける活動の活性化が欠かせません。身近な地域に関心を持ち、互いにくらしやすい地域づくりを進めるため、自治会・自主防災組織への参画をお願いします。

## X、避難生活における安否確認について

- 「避難先届」  
災害後に自宅ではない場所で避難している場合、郵便局に「避難先届」を提出することで郵便物を転送してもらうことが可能
- 「伝言ダイヤル171」
  - ・171をダイヤルして音声ガイダンスにより電話番号などを入力するとメッセージを伝言できる
  - ・同じく、171をダイヤルして、音声ガイダンスにより電話番号などを入力するとメッセージを聞くことができる。通話数の急増で固定電話及び携帯電話がかかりにくい場合に有効。



## XI、メール・電話配信サービスの登録について

大和郡山市では、防災情報や不審者情報を登録いただいた方の携帯電話やパソコンに配信しています。どなたでもご利用になれますので、配信を希望される方は携帯電話やパソコンから登録、もしくは市民安全課までお問い合わせください。

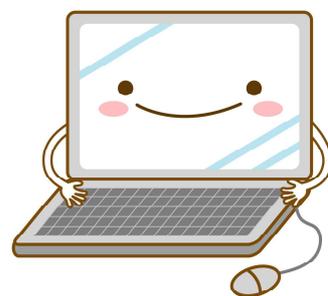
### ○大和郡山市市民安全メール

お持ちの携帯電話やパソコンからメールアドレスを登録いただいた方に、市から発する防災情報や不審者情報を発信します。

#### ①配信する情報

##### ○防災情報

- ・大和郡山市内に気象警報が発令された場合
- ・奈良県内で「震度4以上」、大阪府・兵庫県・京都府・滋賀県・和歌山県で「震度5以上」の地震が発生した場合
- ・大和郡山市で避難情報が発令された場合
- ・避難所（自主避難所を含む）が開設された場合



##### ○不審者情報

- ・市内で多発しており、注意が必要な犯罪情報
- ・大和郡山市内及び周辺市町で発生し、子どもに不安を与える事案についての情報

#### ②登録方法

##### ○空メールで登録する方法

市民安全メールへの登録は、「yk@yk.yamatokoriyamacity.jp」に空メールを送信してください。その後、大和郡山市よりメールが返信されますので、案内に従って手続きをしてください。

なお、下のQRコードを読み込むと空メールアドレスの入力を省略することができます。

##### ○市民安全課にメールアドレスを届け出る方法

- ・市民安全課にメールアドレスをお伝えください。職員が登録します。
- ・必要事項を記入する申請書もご用意しております。お気軽にお問い合わせください。



## ○大和郡山市防災情報電話配信サービス

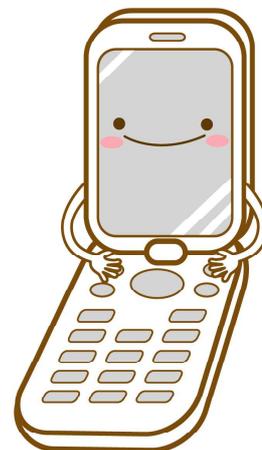
携帯電話やパソコンを持っていない方、もしくは操作が困難な方に対し、市民安全メールの情報を音声もしくはFAXに変換して、登録した電話番号へ一斉送信する、「防災情報電話配信サービス」を提供しています。

### ①配信する情報

→市民安全メールと同様の情報

### ②対象となる方

- ・災害時において特に支援を必要とする方
- ・インターネット環境のない方
- ・市民安全メールが利用できない方
- ・緊急速報メール（エリアメール）が利用できない方



### ③登録方法

#### ○申請書による登録

防災情報電話配信サービスへの登録は、申請書による登録のみ受け付けております。申請書は市ホームページで公開しているほか、市民安全課の窓口でも配布しております。ご希望の場合は申請書の送付も承っておりますので、市民安全課までお問い合わせください。

### ④その他

- ・ご利用いただける伝達手段は電話とFAXのどちらかとなります。両方の登録はできませんので、ご注意ください。
- ・メール機能が利用できるパソコン・携帯電話をお持ちの方は、市民安全メールにご登録ください。



災害時の避難行動マニュアル

令和3年5月発行 【第2版】

大和郡山市役所総務部市民安全課