

8 避難について

(1) 避難の実施

災害発生時において、住民の生命・身体に危険が生ずるおそれのあるときには、市からの避難情報が出される前であっても、自主的に各自治会で定めた第一次避難場所など最寄りの避難場所へ迅速に避難しましょう。また、大規模災害が発生した場合は、市が指定緊急避難場所及び指定避難所を開設します。

避難を行う際は、地域住民を迅速かつ安全に避難させるため、地域の地形、危険箇所の所在、建物の状況などを判断することが必要です（上田市災害ハザードマップ参照）。避難を円滑に行うためには、平常時に自主防災組織の中で避難計画を作成し、関係住民に徹底しておくことが重要です。

ただし、避難時の周囲の状況等により、避難場所への移動を行うことが、かえって危険を伴う場合においては、少しでも命が助かる可能性が高い避難行動として、近隣のより安全な建物への「緊急的な待避」や、同じ建物内でも、高い所への避難や危険な場所から少しでも離れて安全を確保することが必要になります。

(ポイント)

- ① 避難責任者を予め決めておき、感染症対策（重症化リスクが高い方と接する場合はマスクの着用や人との間の距離など）に配慮しながら集団で避難できる体制を整えておく。単独行動は極力避ける。
- ② 避難する際は徒歩で避難し、身体的に移動が困難な高齢者や妊産婦、身体障がい者などやむを得ない場合を除き、原則自動車での避難は行わない。自動車の使用は道路を渋滞させ、消火・救出活動に支障をきたします。ただし、例外的に、感染症対策等として自動車での一時的な安全確保を認めるものとする。（県が提唱する「車で避難・安全確保」の考えによる。）
- ③ 避難行動要支援者に対する避難方法や連絡方法を予め検討しておく。
- ④ 避難を行った場合は、「避難者名簿」作成のうえ、下記の「報告事項」を市の災害対策本部又は消防署に必ず報告してください。（様式は P66、連絡先は P72 参照）。

報告事項

- ①自治会・区名
- ②避難人数
- ③避難場所
- ④避難時間
- ⑤責任者名
- ⑥責任者の連絡先（携帯電話番号・避難施設の電話番号など）

(2) 避難場所等の確保

市は、自治会内に留まる程度の小規模な災害の場合には、第一次避難場所の開設を自治会に要請します。被害の拡大等が予想される場合は、指定緊急避難場所（第二次避難場所）を市が開設します。

ア 第一次避難場所

自治会は、住民が避難する場所を予め定めておくものとし、避難場所の開設と管理を行います。

災害時に市からの要請又は地域の自主的な判断によって開設・管理し、一時的に集合・避難する場所です。

また、自治会内の安否確認を行う場所でもあります。

建物（避難施設）と駐車場や広場（避難地）とに役割を分け、災害時は広場な

どへ一時避難し、施設の安全が確保されるまで原則として避難収容を行わないものとします。

イ 指定緊急避難場所（第二次避難場所）

市は、災害危険から緊急避難し、身の安全を確保する場所（施設）を「指定緊急避難場所」として予め指定するとともに、災害種別に応じて開設を判断し開設管理を行います（P31-P33 参照）。「第一次避難場所」が浸水想定区域内などの災害危険区域内に所在する場合や、建物や敷地に危険が及ぶ恐れのある場合は、市が指定する「指定緊急避難場所」に避難します。

ウ 指定避難所

市は、災害により自宅などで生活することができない被災者のために一定期間生活する場を確保する施設を予め「指定避難所」として指定し、開設・管理を行います。市では、指定緊急避難場所が指定避難所を兼ねている場合があります。

（3）段階的な避難

災害などにより避難する際、災害の程度や避難人数によって、初期避難、一次避難、二次避難の3段階に分けて避難することになっています。

避難段階	避難場所	開設管理者
初期避難	隣組程度が避難できる空き地や駐車場	隣組、自治会など
一次避難	公民館や集会所などの自治会施設	自治会
二次避難	市が指定した指定緊急避難場所	上田市

※ 自治会の区域外で被災した場合は、市が発令する避難情報をもとに、区域にとらわれず最寄りの開設している避難場所に避難します。

（4）指定緊急避難場所開設のフロー図

風水害の場合	地震の場合
<p>河川の氾濫、土砂災害の恐れ</p> <p>↓</p> <p>★市が避難情報を発令するときは、指定緊急避難場所一覧（P32、P33 参照）のとおり、速やかに災害種別に応じ避難場所の開設を決定するとともに、その内容を住民に周知します。</p> <p>↓</p> <p>★市災害対策本部による避難情報の発令、避難対象区域の住民への避難の呼びかけ</p> <p>↓</p> <p>★避難者を指定緊急避難場所へ収容</p>	<p>震度 5 弱以上の地震が発生</p> <p>↓</p> <p>★指定緊急避難場所一覧（P32、P33 参照）のとおり開設（市）</p> <p>↓</p> <p>★避難者を指定緊急避難場所（ただしグラウンドや校庭広場などの避難地）へ収容</p> <p>↓</p> <p>★建築士による避難収容施設（体育館等）の応急危険度判定</p> <p>↓</p> <p>★安全性が確認された後、災害対策本部の指示で施設へ収容</p>

(5) 避難場所における感染症対応

災害が発生し避難場所を開設・運営する場合は、感染症リスクが高い環境のもとでの生活となるため、感染症対策が特に重要となります。

感染症蔓延時に、地震や風水害といった災害が発生したことを想定して、平時から事前の準備等を進めておきましょう。

「避難」とは、「難」を「避」けることであり、自宅等での安全確保が可能な場合は、感染リスクを負ってまで避難場所へ行く必要はないものと考えます。本当に避難場所へ行く必要のある方を適切に受け入れられるようご配慮をお願いします。

① 事前の準備

- ・風水害時において、避難場所へ避難する必要があるか事前に確認

上田市災害ハザードマップを活用しながら自宅での安全確保が可能か確認しましょう。(参考：内閣府 避難行動判断フロー P15、P16 参照)

- ・親戚や知人宅等への避難の検討

自宅が危険な場合も、避難先は市が開設する避難場所だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難するなど、いくつかの避難方法を考えておきましょう。

- ・避難場所へ持参するもの

市で準備できる物品には限りがあります。ご自身の健康状態を確認するための体温計など、可能な限り、予め準備している非常持ち出し品に加えておき、万が一の際に持ち出すことができるようにしておきましょう。

(主なもの)

マスク (タオル等) アルコール消毒液 (ウエットティッシュ等)

体温計 毛布 (寝具等) 食料・飲料水 携帯ラジオ

モバイルバッテリー 常備薬

- ・時間に余裕をもった避難行動

特に風水害においては、自分の必要な物品をもって行動できるよう市が発表する避難情報に注意しながら、降雨が激しくなる前に避難を完了させましょう。

② 避難場所での注意点

- ・手洗い、咳エチケット等の基本的な対策の徹底

断水等の影響がない場合、頻繁に手洗いするとともに、咳エチケット等の基本的な感染症対策を徹底しましょう。

- ・衛生環境の確保

物品などは定期的に、また、目に見える汚れがあるときは、家庭用洗剤を用いて清掃するなど、避難場所となる施設内の衛生環境をできる限り整えるようにしましょう。

- ・十分な換気の実施、スペースの確保

避難場所となる施設内は、十分な換気と過密状態を防ぐため、避難された方同士の十分なスペースを確保できるように協力しましょう。

※過密状態を避けるために、他の避難場所を案内する場合があります。

- ・発熱、咳等の症状が出た方のための専用スペースの確保

発熱や咳等の症状が出た方には、専用スペースが確保できるよう配慮します。

また、症状が出た方のための専用スペースやトイレを設けた際は、一般の避難された方とはゾーンや動線を分けることとなりますのでご協力ください。

※ 広報うえだ 2020年8月号に「我が家の防災計画」として上記内容をわかりやすく掲載しています (上田市ホームページで確認できます)。

台風・豪雨時に備えてハザードマップと一緒に「避難行動判定フロー」を確認しましょう

平時に
確認

「自らの命は自らが守る」意識を持ち、
自宅の災害リスクととるべき行動を
確認しましょう。

避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？ **必ず取組みましょう**

ハザードマップ*で自分の家がどこにあるか
確認し、印をつけてみましょう。

※ハザードマップは浸水や土砂災害が発生するおそれの
高い区域を着色した地図です。着色されていないところ
でも災害が起こる可能性があります。

家がある場所に色が塗られていますか？

いいえ

色が塗られていなくても、周り比べて低い土
地や崖のそばなどにお住まいの方は、市区町村
からの避難情報を参考に必要に応じて避難して
ください。

はい

災害の危険があるので、原則として*、
自宅の外に避難が必要です。

例外

※浸水の危険があっても、
①洪水により家屋が倒壊又は崩落してしまう
おそれの高い区域の外側である
②浸水する深さよりも高いところにいる
③浸水しても水がひくまで我慢できる、水・食糧
などの備えが十分にある場合は自宅に留まり
安全確保をすることも可能です。
※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマン
ション等の上層階に住んでいる場合は自宅に
留まり安全確保をすることも可能です。

解説は裏面をご覧ください

ご自身または一緒に避難する方は避難に時間
がかかりますか？

いいえ

はい

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚
や知人はいますか？

はい

警戒レベル3が出たら、**安全な親戚や知
人宅に避難**しまし
ょう(日頃から相談し
ておきましょう)

いいえ

警戒レベル3が出たら、市区町村が指定
している**指定緊急避
難場所に避難**しま
しょう

安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚
や知人はいますか？

はい

警戒レベル4が出たら、**安全な親戚や知
人宅に避難**しまし
ょう(日頃から相談し
ておきましょう)

いいえ

警戒レベル4が出たら、市区町村が指定
している**指定緊急避
難場所に避難**しま
しょう

避難行動判定フローの参考情報

ハザードマップの見方

必ず確認してください



※ハザードマップの着色や凡例は市町村によって異なる場合があります。

水害		土砂災害	
洪水浸水想定区域 (浸水深)		土砂災害警戒区域	
3-4階	5m~10m未満 (3階床上浸水~4階下浸水)	黄色	土砂災害のおそれがある区域
2階	3m~5m未満 (2階床上~軒下浸水)	赤色	土砂災害特別警戒区域
1階	0.5m~3m未満 (1階床上~軒下浸水)		建造物に損壊が生じ、住民等の生命又は身体に著しい危害が生じるおそれがある区域
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)		

ハザードマップポータルサイト 検索



ハザードマップの見方

もっと詳しく知りたい人向け

次の3つが確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないか



流速が早い場合、木造家屋は倒壊するおそれがあります



地面が削られ家屋は建物ごと崩落するおそれがあります

② 浸水深より居室は高いか

3-4階	5m~10m未満 (3階床上浸水~4階下浸水)
2階	3m~5m未満 (2階床上~軒下浸水)
1階	0.5m~3m未満 (1階床上~軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢できるか、水・食糧などの備えは十分か



※①家屋倒壊等氾濫想定区域や、③浸水継続時間はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。なお、重ねるハザードマップには記載がありません。

※土砂災害の危険があっても、十分堅牢なマンション等の上層階に住んでいる場合は自宅に留まり安全確保をすることも可能です。



警戒レベル3や4が出たら、危険な場所から避難しましょう



「避難」とは「難」を「避」けることです

安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません



避難先は小中学校・公民館だけではありません

安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう

※緊急時に身を寄せる避難先は、市町村が指定する「指定緊急避難場所」や、安全な親戚・知人宅など様々です。普段からどこに避難するかを決めておきましょう。

※「指定緊急避難場所」は、災害の種類ごとに安全な場所が指定されています。(小中学校、公民館など)

※災害が落ち着いた後に、自宅が被災し、帰宅できない場合には、しばらく避難生活を送るため、「指定避難所」に行きましょう。

わからないことがありましたらお住まいの市区町村にお問い合わせください。

(参考) 内閣府防災ホームページ「令和元年台風第19号等による避難に関するワーキンググループ」
<http://www.bousai.go.jp/fusuigai/typhoonworking/index.html>