

4 防災

いざという時に備えて



※(1)～(5)については、長野市ホームページより抜粋しました。

詳しいことは長野市ホームページ(<http://www.city.nagano.nagano.jp/>)から検索できます。

災害は、いつどこにやってくるかわかりません。大地震や豪雨などの自然現象は、人間の力では防ぐことはできませんが、災害による被害は、わたしたちの日頃の努力によって減らすことができます。

普段できていないことを災害時に行うことはできません。日頃から、「自分でできること」、「家族でできること」、「ご近所と力を合わせてできること」などについて考え、いつくるかわからない災害に備えておくことが大切です。

(1) 長野市内の指定緊急避難場所・指定避難所

① 指定緊急避難場所 305 か所（担当課：危機管理防災課）

被害が差し迫った状況や災害発生時において、緊急的に避難し、身の安全を確保する場所です。以下の災害の種別ごとに指定をしています。

ア) 洪水

安全区域（長野市洪水ハザードマップの浸水想定区域外）に立地している場所を指定します。

ただし、安全区域外でも、鉄骨造又は鉄筋コンクリート造であり、かつ、浸水想定よりも上に避難上有効なスペースがある場合なども指定しています。

イ) 土砂災害（崖崩れ、土石流及び地滑り）

安全区域（長野市土砂災害ハザードマップの土砂災害警戒区域外）にある場所を指定します。

ウ) 地震

屋外への避難を原則としていますが、施設については、新耐震基準（昭和 56 年 6 月 1 日の建築基準法施行令改正により導入）に適合するもの、耐震診断の結果、地震に対して安全な構造であると判断できるもの、耐震改修により地震に対して安全な構造であると判断できるものについて、指定しています。

エ) 大規模な火事

面積が 10ha 以上の場所を指定しています。

ただし、面積が 10ha 未満の公園等を指定する場合は、防火地域外であって、周辺に建物がなく、かつ、避難有効面積を確保できる場所を指定しています。

② 広域避難場所 5 か所（担当課：危機管理防災課）

災害の規模が拡大した場合、仮設住宅などを建設して長期間にわたって被災者を収容することができる場所です。原則として、指定緊急避難場所のうち 10ha 以上の面積を有する市有施設及びその他の公共的施設を指定しています。

③ 指定避難所 250 か所（担当課：危機管理防災課）

災害の危険性がある場合に、避難者が災害の危険性がなくなるまで必要な間滞在する施設です。また、災害により自宅に住めなくなった場合に、一時的に滞在するための施設です。原則として、指定緊急避難場所である市有施設及びその他の公共的施設の中から選定して指定しています。なお、災害の状況を考慮した上で、開設する避難所を決定します。

長野市では、地区ごとに指定緊急避難場所を指定してはいませんので、最寄りの指定緊急避難場所に避難してください。

※避難場所一覧は、長野市ホームページ(<http://www.city.nagano.nagano.jp/>)で確認できます。

日頃から 集合場所や避難する場所を、家族で相談して決めておきましょう。



私の避難場所は

です。



④福祉避難所 57か所（担当課：福祉政策課）

一般の避難所へ避難した高齢者、障害者、妊産婦、乳幼児等のうち、多くの被災者と一緒に過ごす事の心身への負担が大きな方々を受け入れるため福祉避難所を開設します。身体等の状況に応じ、利用できる福祉避難所をご案内します。

市では、災害に備え福祉避難所が開設できる施設を指定しています。

(2) 防災倉庫 36か所（担当課：危機管理防災課）

大規模な災害の発生により食糧などの生活必需品の供給が途絶えて、その供給が再開するまでの間、被災者に提供する保存食料など備蓄をするための倉庫を、市内全体の配置バランスを考慮しながら、避難場所の敷地などに設置しています。

備蓄資材（主なもの）

備蓄食糧、緊急用浄水器、飲料水袋、紙コップ、スプーン、炊き出しセット、発電機、投光機、電源用コードリール、ガソリン携行缶（発電機用）、油圧ジャッキ、救助用バール、スコップ、防水シート、土のう用空袋



(3) 避難行動要支援者避難支援 ～地域の支え合いで安心のまちづくり～

（担当課：福祉政策課・危機管理防災課）

災害が発生したときや発生の恐れがあるときに、自力で避難することが難しい高齢者や障害者等（避難行動要支援者）の名簿を、平常時から民生委員・児童委員、自主防災会など地域の避難支援等関係者に提供し、あらかじめ一人ひとりの避難支援計画（わたしの避難計画）を作成しておくなど地域で災害に備える事業です。

避難支援計画（わたしの避難計画）作成の流れ

- ①市が保有する高齢者や障害者などの情報を、本人の同意を得たうえで「避難行動要支援者名簿」として地域の避難支援等関係者へ提供します。
- ②避難行動要支援者名簿を提供された地域では、名簿に記載された人の避難支援計画（わたしの避難計画）を作成するなど各地域における避難支援の基本方針について話し合いを進めます。
- ③地域の避難支援等関係者が個別訪問などにより、ご本人と具体的な避難支援等の方法について打ち合わせ、災害時の連絡体制、地域での避難支援、避難場所、避難方法などを記載した個人ごとの避難支援計画（わたしの避難計画）を作成し災害時に備えます。

(4) 防災情報ポータルサイト（担当：危機管理防災課）

防災気象情報、雨量・水位情報、避難情報や防災行政無線のお知らせなどの情報を提供するポータルサイト開設しています。災害等の緊急時はもちろん、天気予報や災害への備えなどに関係するページのリンクもありますので、普段からご活用いただけます。また、気象情報や避難勧告など、長野市からのお知らせを携帯電話やパソコンにメールでお知らせする長野市防災メール配信サービスについても是非ご登録ください。

[登録はこちらから](#) ⇒ bousaimail@nagano-bousai.jp

「長野市防災メール配信サービス」の概要

- ①防災情報が発表された際に、登録メールアドレスへメールが配信されます。
- ②配信される防災情報は以下のとおりです。
 - ・緊急情報（避難、火災（火災、救助、その他）、その他の緊急情報）
 - ・地震情報（震度 4 以上）
 - ・気象情報（大雨、洪水、大雪に関する警報・注意報。記録的短時間大雨情報）
 - ・土砂災害警戒情報（長野地域、鬼無里・戸隠地域）
 - ・竜巻注意情報
 - ・河川水位観測情報
 - ・国民保護情報

(5) 緊急速報メール「エリアメール」サービス（担当：危機管理防災課）

避難勧告等の緊急かつ重要な情報を、より多くの市民に迅速に確実に伝達するためのものです。長野市内の携帯電話基地局エリアの範囲内にある、緊急速報メールに対応した携帯電話に情報を配信するシステムです。（配信携帯電話事業者：NTT ドコモ、ソフトバンクモバイル、KDDI）

「エリアメール」の概要

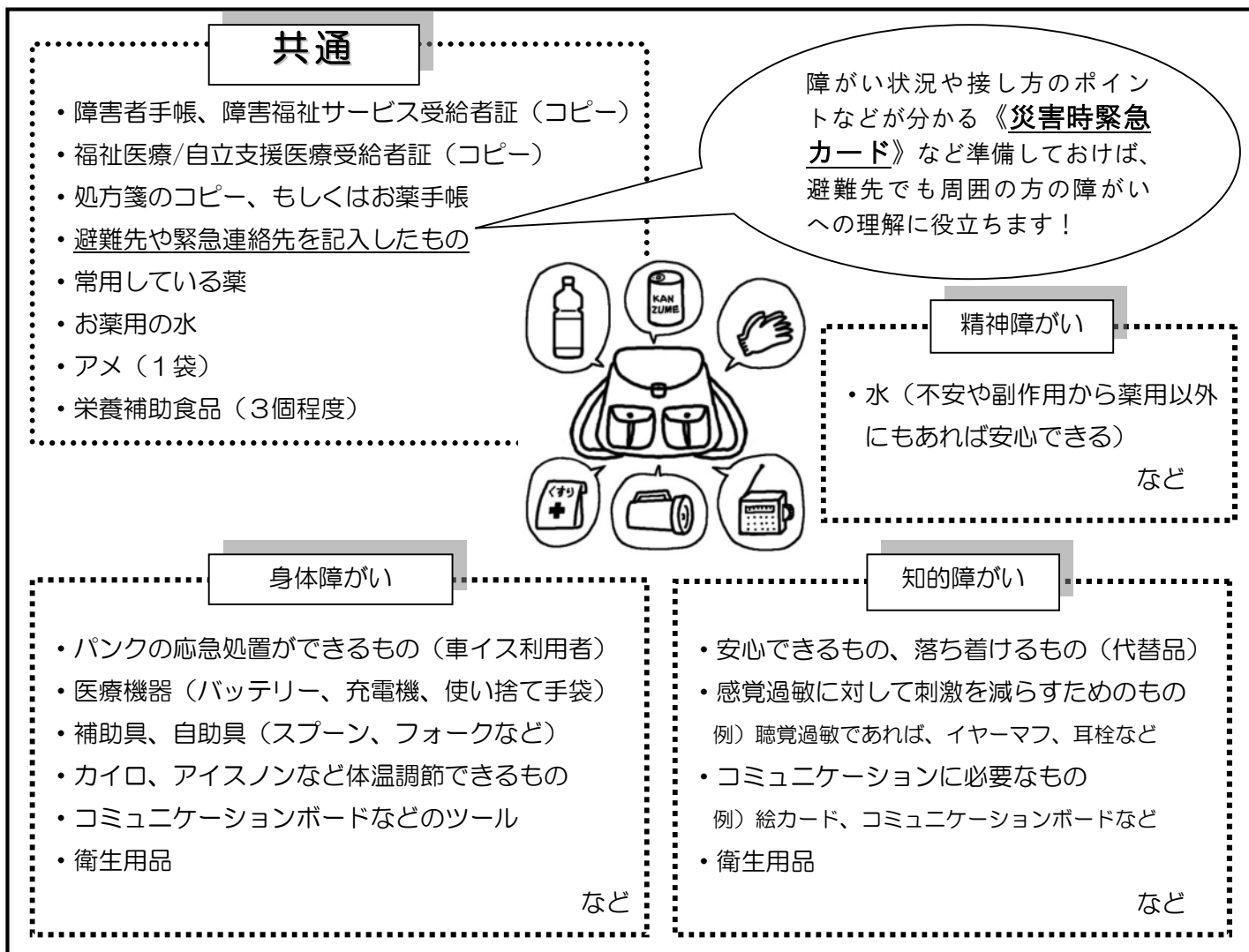
- ①緊急速報メールが配信されると、携帯電話の画面に配信内容を自動表示し、専用の着信音で知らせます。なお、圏外、通話中、パケット通信中の場合は受信できません。
- ②通信料、月額使用料、情報料は無料です。
- ③メールアドレスを用いずに、配信エリア内の対応携帯電話へ配信する仕組みなので、観光や仕事で長野市にいる方も受信できます。

※利用方法、対応機種などについては各携帯電話事業者のホームページで確認するか、携帯電話販売店にお問い合わせください。

(6) 役立つ情報

掲載されているホームページ	主な内容
日本自閉症協会	・自閉症の人たちのための防災・支援ハンドブック「支援者向け」「本人家族向け」の2冊を掲載 ・「横浜市総合リハビリテーションセンター児童精神科医グループ」作成の東日本大震災に伴う発達障害対応マニュアルをQ&A方式で掲載
発達障害情報・支援センター	災害時に発達障害児・者に対応される方への情報
日本児童青年精神医学会	東日本大震災で被災した子どもたちのこころのケアの手引きとリーフレット
日本障害者リハビリテーション協会	災害時要援護者支援のための提言資料集 視聴覚障害、身体不自由、知的障害など、障害別に配慮すべき点がまとめられている

(7) 非常持ち出し品リスト (長野市障害ふくしネット くらし部会作成版)



災害時はパニックに陥りやすいですが、一番大切な事は「**落ち着いて行動する**」ことです。
また、地域の方との繋がりも必要になってきます。安全な避難の為に、
日頃から避難訓練や避難経路の確認、地域の防災訓練に参加するなどしましょう。

※障がいの種別や特性により用意するものが違います。本人やその方を良く知る支援者の方などで準備するものを考えてみてください。備えすぎて持てなくなる事態を避けるよう、実際に持てるかの確認や定期的な見直しも大事です。

メモ

A series of 20 horizontal dashed lines for writing notes.