

# 水害・土砂災害等から身を守るために

平常時から  
確認

# 身近な「危険な場所」を確認しましょう

水害・土砂災害等から身を守るためには、まず地域の災害リスクを知ることが重要です。自宅や職場、学校等がある場所で、大雨や長雨による土砂災害の危険があるか等を、ハザードマップで確認しましょう。

危険がある場合は、家族や職場などで災害時の連絡方法や避難所・避難場所等の安全な場所への避難経路などの避難ルールをつくりましょう。また、被害の想定区域外でも、災害が発生する場合がありますので、あらかじめ備えておくことは大切です。防災の基本は「自らの命は自らが守る」意識を持つことです。

## ハザードマップの見方

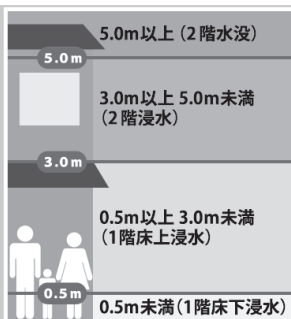
## 必ず確認してください

### 凡例



### 水害

#### 浸水想定区域 (浸水深)



### 土砂災害

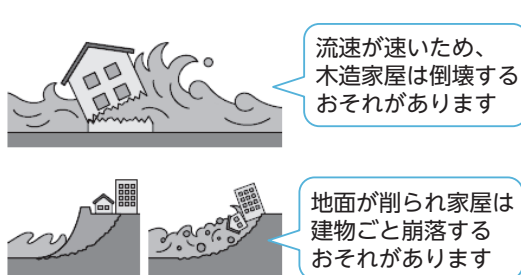
**土砂災害警戒区域 (イエローゾーン)**  
土砂災害のおそれがある区域

**土砂災害特別警戒区域 (レッドゾーン)**  
建造物に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

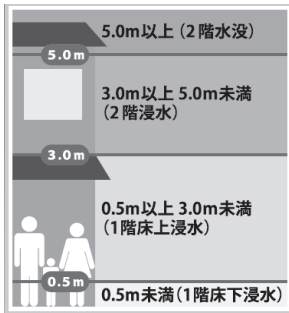
詳細は町総合ハザードマップをご覧ください。新たにご希望の方は下諏訪町総務課危機管理室 (☎27-1111 内線262 またはE-mail:kiki@town.shimosuwa.lg.jp) までお問い合わせください。町ホームページや信州防災アプリ、ハザードマップポータルサイトでも確認できます。

また、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。

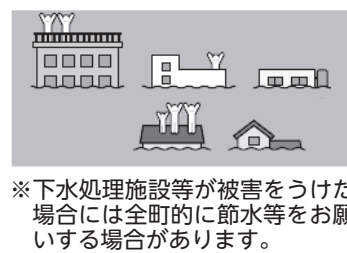
#### ①家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていないか



#### ②浸水深より居室は高いか



#### ③水がひくまで我慢できるか、飲料水・食糧、断水時のトイレなどの備えは十分な



※土砂災害の危険があっても、十分頑丈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することも可能です。

❗ 「避難」とは「難」を「避」けること、つまり安全を確保することです。安全な場所にいる人は、必ずしも避難所等へ避難する必要はありません。

❗ 避難先は小中学校、公民館・公会所等ではありません。安全な場所にある親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。

## いざというときに備えて保険・共済に加入しましょう!

いざというときにスムーズに住宅・生活を再建するためには、保険・共済に加入するなど、「自助」の備えが必要となります。すでに加入されている方も補償対象・内容が十分か確認しましょう。

# 町から発令される「避難情報」を確認しましょう！

下諏訪町が発令する「避難情報（警戒レベル）」で「確実」に避難しましょう!!

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生 または切迫	命の危険 直ちに安全確保	緊急安全確保
※警戒レベル5は市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません			
~~~~~ [ 警戒レベル4までに必ず避難! ] ~~~~~			
4	災害のおそれ高い	危険な場所*から全員避難	避難指示 (市町村が発令)
3	災害のおそれあり	危険な場所*から高齢者等は避難 ・避難に時間を要する方は避難 ・その他の方も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです	高齢者等避難 (市町村が発令)
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報 (気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)

\*危険な場所とは、浸水想定区域内や土砂災害警戒区域内などです

## 食料品の備蓄は「ローリングストック」がおすすめです!

保存食だけが「備蓄」というわけではありません。

日ごろから使っている食料品・生活必需品を少し多めに購入しておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食材を家に備蓄しておく方法を「ローリングストック」と言います。

食料等を一定量に保ちながら、消費と購入を繰り返すことで、備蓄品の鮮度を保ち、いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることができます。



## 必要な情報を自ら入手しましょう

### 下諏訪町防災気象情報

町内の雨量や河川水位に関する情報が確認できます。



### メール配信サービス

防災情報やくらしの情報等をメールで配信します。

※利用者登録が必要です。



### 防災行政無線 テレホン案内

0120-27-2311

防災行政無線放送の直近の内容を確認できます。

### 信州防災アプリ

災害に備え、防災を学び、避難行動支援を目的としたアプリです。避難所やハザードマップも確認できます。



iOS▲



Android▲

### LCV-FM769アプリ

LCV-FMの受信のほか、諏訪6市町村の防災に関する情報等が確認できます。



### 停電情報お知らせサービス

停電情報等を確認できます。



iOS▲



Android▲

## 防災ミニ講座をご活用ください

危機管理室や防災ネットワークしもすわでは、防災ミニ講座を実施しております。

詳細は、町ホームページの「防災ミニ講座」または「まちづくりおでかけトーク」をご覧ください。