

桑名市

防災マニュアル



もくじ

- 1 わが家の避難マップを作りましょう
- 3 地震・津波に備えましょう
- 12 水害に備えましょう
- 13 土砂災害に備えましょう

- 14 家庭や地域で災害に備えましょう
- 16 災害時要援護者をみんなで支援していきましょう
- 17 桑名市避難所一覧
- 18 災害時の情報の入手先
- 19 わが家の防災メモ



わが家の避難マップを作りましょう

桑名市避難マップは、「桑名市津波避難マップ(市全域版)」と「避難マップ(地域版「白図」)」(本冊子の裏表紙ポケットに同封)のセットです。これら二種類のマップを利用して、「わが家の避難マップ」を作成しましょう。

▶ はじめに、桑名市津波避難マップ(市全域版)を確認しましょう

津波避難目標ライン(標高5m)と自分の家や学校・職場などの位置を確認しましょう。

■ 避難目標ラインとは

桑名市津波避難マップでは、津波避難の目安となる「避難目標ライン(標高5m)」を示しています。この避難目標ラインは想定される地震・津波モデルにより設定したものであり、実際の地震・津波が想定どおりに発生するとは限らないため、「より早く、より遠く、より高く」へ、安全な避難を心がけましょう。

▶ 我が家の避難マップ・防災メモ

● 我が家の避難所

避難場所 (第一次)	・徒歩で () 分 ・車で () 分
避難場所 (第二次)	・徒歩で () 分 ・車で () 分

<自由記入>

<自由記入>

● 避難時に気をつける箇所(危険箇所など)

危険箇所の位置	特徴
危険箇所の位置	特徴
危険箇所の位置	特徴

▶ わが家の避難マップの作り方

家族みんなで「避難マップ(地域版「白図」)」に書き込んでみましょう。

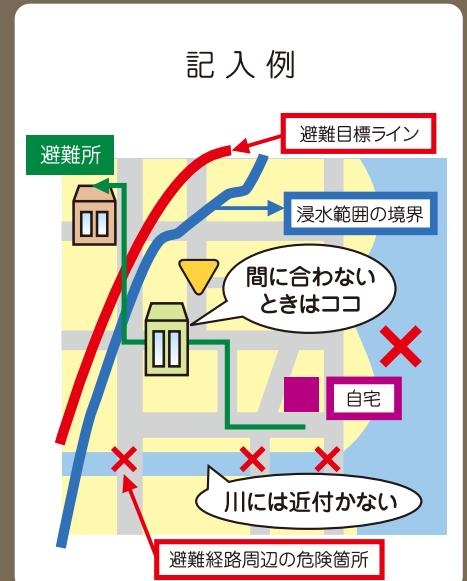
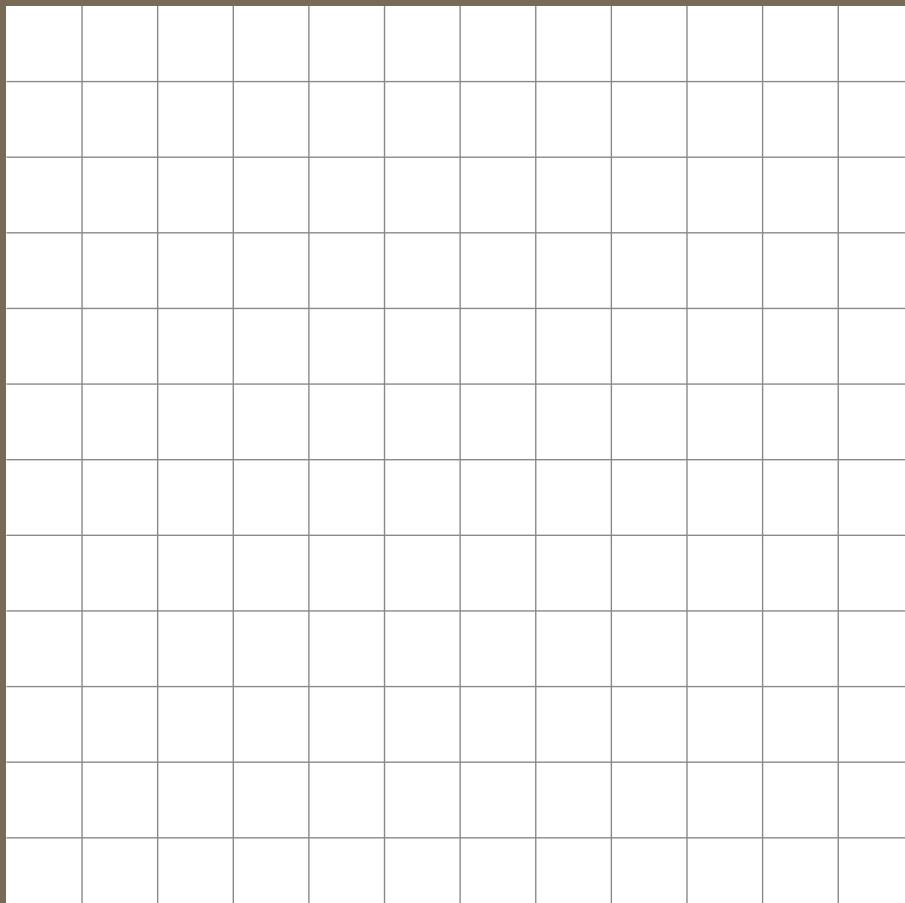
- 1 自分の家を書き込みましょう。
- 2 津波の浸水範囲・避難目標ラインや危険な箇所に注意し、安全で早くいける避難所や避難経路を書き込みましょう。
- 3 避難経路で危険と思われる箇所を書き込みましょう。
- 4 学校や職場などからの避難所、避難経路も書き込みましょう。
- 5 時間的に余裕がないときに、避難できる高く堅牢な建物を書き込みましょう。
- 6 避難所までの距離や、徒歩や車など避難手段ごとの避難時間も確認しましょう。

■いろいろな状況での避難を考えましょう

避難所や避難経路は実際に下見しましょう。

実際の避難では、古い建物やブロック塀が倒れて狭い道がふさがっているなど様々な状況を想定して話しません。

●わが家の避難マップ(ここにも概要版も作りましょう)



地震・津波に備えましょう

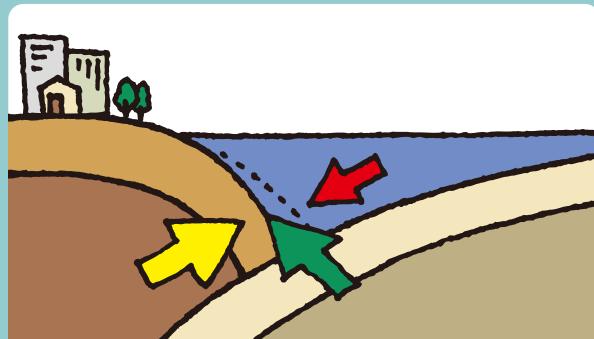
地震・津波の正しい知識を身につけよう

▶ 地震と津波の発生のしくみ

地震には海溝型（プレート境界型）と活断層による地震があり、津波は海溝型地震で発生します。

● 海溝型の地震とそれに伴う津波

地球の表面は10数枚のプレートという岩盤に覆われています。日本列島がのっている大陸側プレートには、海洋側プレートが毎年数cmずつもぐりこんでいます。その時に陸側のプレートが引きずり込まれ、プレートの境界にひずみが蓄積されます。それが限界に達したときにプレートが元に戻ろうとしてはね上がり、地震が発生します。また、この時、海水も同時に持ち上げられ、津波が発生します。



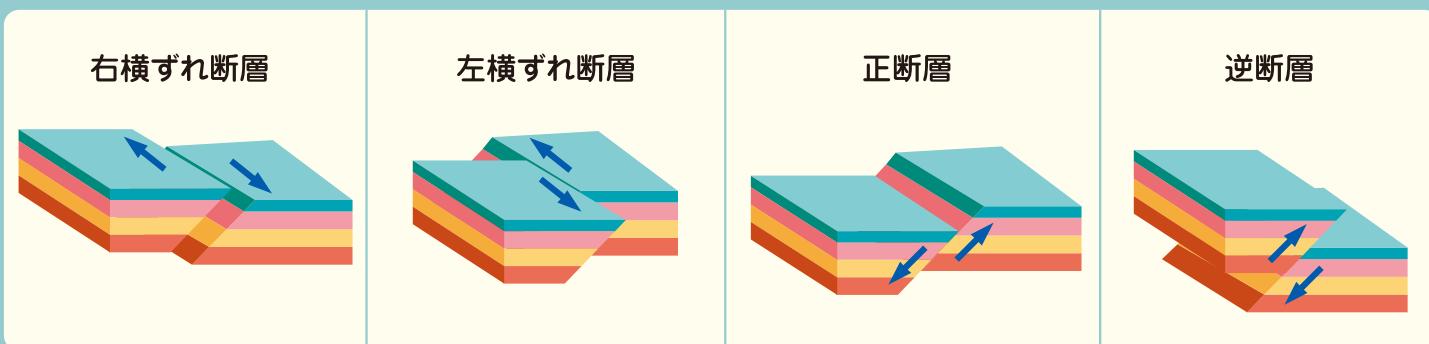
大陸側のプレート



海洋側のプレート

● 活断層による地震

プレートに蓄積されたひずみのエネルギーが、プレート内部で破壊を引き起こし、断層ができ地震が発生します。阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）などの直下型の内陸地震のほとんどがこのタイプです。日本には、過去200万年のうちに何度か活動し、今後も活動すると考えられる断層（これを活断層という）が2,000以上あります。



▶ 桑名市ではどんな地震が起こるの

桑名市では、東海地震、東海・東南海・南海地震^{※1}等の海溝型地震のほか、養老一桑名一四日市断層の断層帯の活断層による地震の影響を受けると考えられます。三重県の想定^{※2}では、桑名市における各地震の想定震度は、以下のように予想されています。

- 東海地震 震度4～5強
- 東海・東南海・南海地震 震度5強～6弱
- 養老一桑名一四日市断層の断層帯による地震 震度5強～7

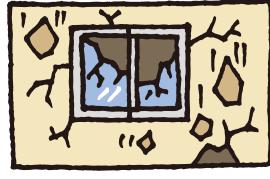
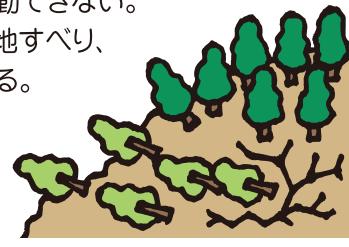
※1 東海地震、東南海地震、南海地震が同時又は連動して発生する地震

※2 三重県地域防災計画被害想定調査報告書(平成17年3月)

▶ 桑名市での大規模地震に備えて

国では、東海地震で著しい地震災害が発生するおそれがある地域を、「地震防災対策強化地域」に指定しています。また、東南海地震及び南海地震に対しては、「地震防災対策推進地域」を定めています。

▶ 地震の揺れと被害

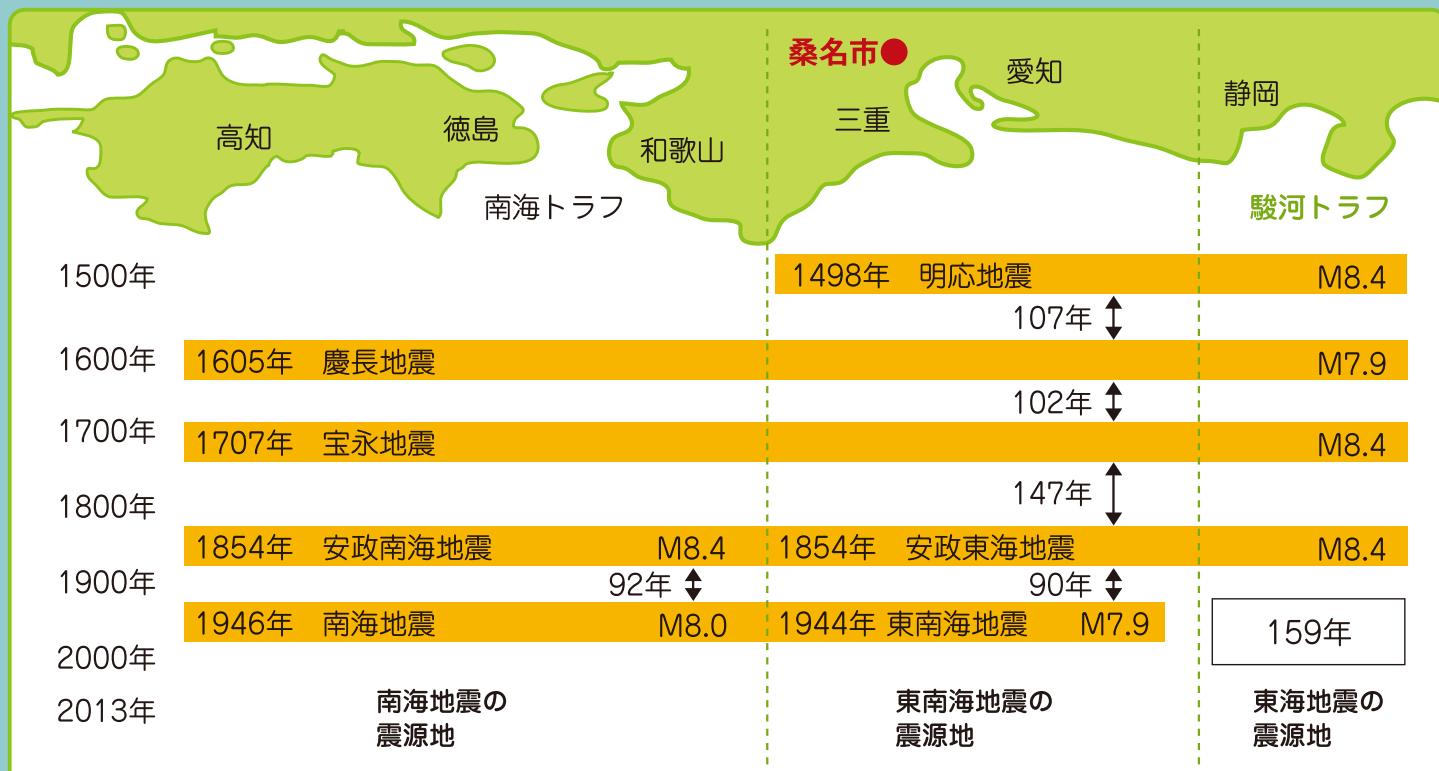
震度 0	人は揺れを感じない。 	震度 5 弱	家具が移動したり、食器や本が落ちたりする。窓ガラスが割れることもある。 
震度 1	屋内にいる人の一部がわずかな揺れを感じる。 	震度 5 強	タンスなど重い家具や、外では自動販売機が倒れることもある。自動車の運転は困難となる。 
震度 2	屋内にいる人の多くが揺れを感じる。つり下がっている電灯などがわずかに揺れる。 	震度 6 弱	立っていることが難しい。壁のタイルや窓ガラスが壊れ、ドアが開かなくなる。 
震度 3	屋内にいるほとんどの人が揺れを感じ、棚の食器が音をたてることがある。 	震度 6 強	立っていられず、はわないと動くことができない。重い家具のほとんどが倒れ、戸がはずれて飛ぶ。 
震度 4	眠っている人のほとんどが目を覚ます。部屋の不安定な置物が倒れる。歩行中の人も揺れを感じる。 	震度 7	自分の意志で行動できない。大きな地割れや地すべり、山崩れが発生する。 

●マグニチュードと震度の違い

地震のエネルギーの大きさをマグニチュード（M）、各地域の地震の揺れの大きさを震度といいます。一般にマグニチュードが大きくて、震源が遠い（深い）場合は震度は小さく、逆にマグニチュードが小さくても、震源が近い（浅い）場合は震度は大きくなります。

▶ 東海・東南海・南海地震はいつ起こるの

東海地方から四国沖にかかる地域は、これまで100～150年に一回ずつ必ず大きな地震が発生しています。東海地震については現在150年以上の空白期間があることから、いつ起きてもおかしくないといわれています。また、東海・東南海・南海地震についても下記のような確率により、発生が切迫していることが示されています。



●東海地震……いつ起きてもおかしくない

●東南海地震… 今後**10年以内**に発生する確率は**20%程度**
今後**30年以内**に発生する確率は**70%～80%**
今後**50年以内**に発生する確率は**90%程度**
もしくはそれ以上

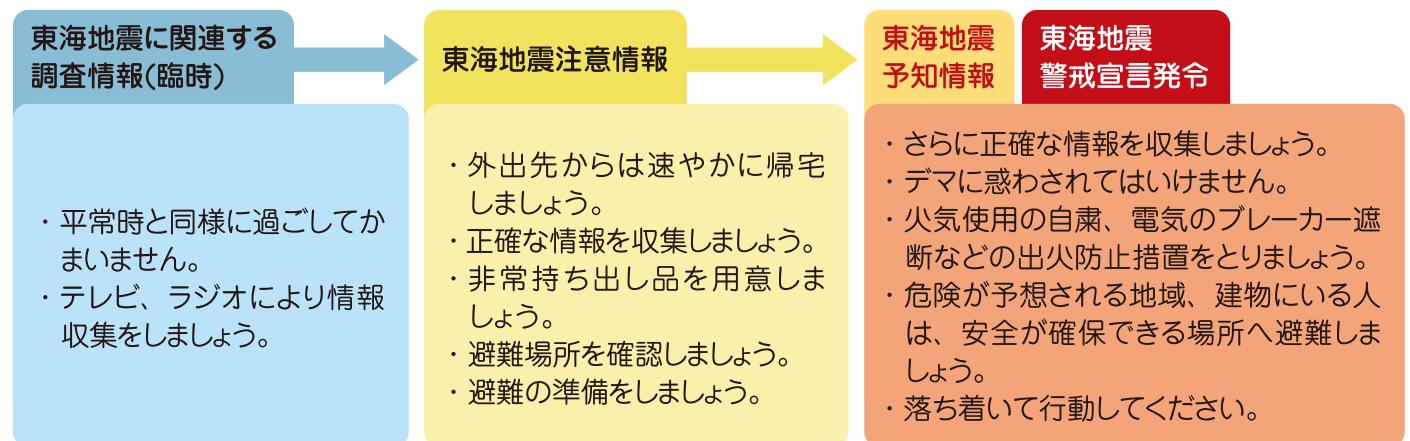
●南海地震…

今後**10年以内**に発生する確率は**20%程度**
今後**30年以内**に発生する確率は**60%程度**
今後**50年以内**に発生する確率は**90%程度**
(公表：地震調査研究推進本部 平成25年1月現在)

▶ 東海地震に備えよう

東海地震は予知の可能性がある地震とされているため、以下の各種の東海地震に関する情報が地震発生前に発表されます。テレビ、ラジオで正しい情報を入手し、落ち着いて対応しましょう。

●東海地震の情報に接した時の対応



原則、公共交通機関が運行停止になるので、通学・通勤等をしている方は交通手段がなくなるので、注意してください。

地震と津波から身を守るには

▶ 津波警報を知っておこう

●津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

	予想される津波の高さ		とるべき行動
	数値での発表（発表基準）	巨大地震の場合の表現	
大津波警報	10m超（10m<高さ）	巨大	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。
	10m（5m<高さ≤10m）		
	5m（3m<高さ≤5m）		
津波警報	3m（1m<高さ≤3m）	高い	
津波注意報	1m（20cm≤高さ≤1m）	（表記しない）	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。

▶ 津波の特徴を知っておこう

●津波の速さは沿岸部で時速36km（秒速10m）

津波速さは、海岸近く（水深10m想定）でも、時速36km（秒速10m程度）のため、津波が見えてからではとても逃げ切れません。



●津波は海岸近くで急に高くなる

津波の速さは海岸近くで遅くなるため、後から来た波と重なり急激に高さを増します。



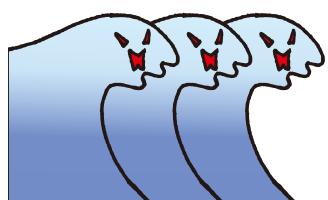
●津波は引き潮がなくても来る・川からも来る

津波は引き潮が無くても突然襲ってくることがあります。また津波は川を遡上し、海から離れたところにも突然襲ってくることがあります。



●津波は繰り返し襲ってくる

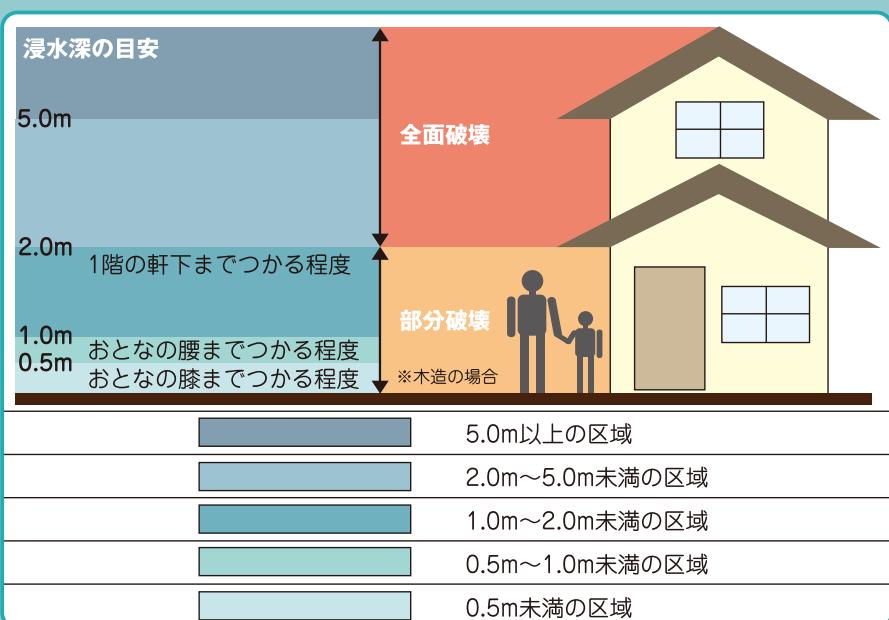
伊勢湾内で津波が影響しあうため、桑名市では長時間繰り返し襲ってきます。また必ずしも第一波が最大とは限りません。



▶ 津波の浸水深と被害

津波による浸水によって、木造家屋では浸水深1m程度から部分破壊を起こし始め、2mで全面破壊に至るといわれています。

また、鉄筋コンクリート造の建物では浸水4mまでは持ちこたえるといわれています。（漂流物の影響は除く）



▶ 地震と津波から安全に避難するための心得

津波浸水が想定されている区域にいる方は、以下の点に注意しながら避難しましょう。

●長く続く強い揺れを感じたら避難

津波を伴う地震では、強い揺れが長時間(1～3分程度)続きます。このような揺れを感じたら、直ちに避難が必要です。



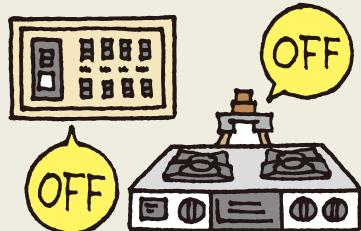
●津波警報が出たらすぐに避難

津波警報が発表されたら直ちに避難しましょう。津波警報が入手できない場合も、情報入手を優先せず、念のため避難しましょう。



●すばやく火の始末・戸締り、安否情報メモを残す

避難前に、すばやく火元、戸締りの確認をしましょう。また知人やご近所の方のため、安否情報メモを残しましょう。



●持ち出し品だけで避難、決して取りに戻らない

持ち出し品は日頃、用意していた分だけとし、無理な持ち出しが禁物。何か忘れても決して取りに戻ることはやめましょう。



●近所へ声掛けし、お年寄りや子どもを守ろう

ご近所同士で声をかけあい、助け合って、お年寄りや心身の不自由な方、子どもの避難を支援しましょう。



●可能な方は徒步で、車避難が必要な方は早期に避難しましょう

どうしても車避難が必要な方は、ご近所で乗合わせ、極力、早期に避難します。



●逃げ遅れたときは高い堅牢な建物へ

万一、逃げ遅れたときは遠くへの避難はあきらめ、近くの鉄筋コンクリート建物の3階以上で可能な限り高い階に逃げて救助を待ちましょう。



●自宅へ戻るのは警報解除後

津波は、半日から一昼夜繰り返し続く場合もあります。海や川へは絶対に近づかず、自宅へ戻るのは、必ず津波警報が解除された後にしましょう。

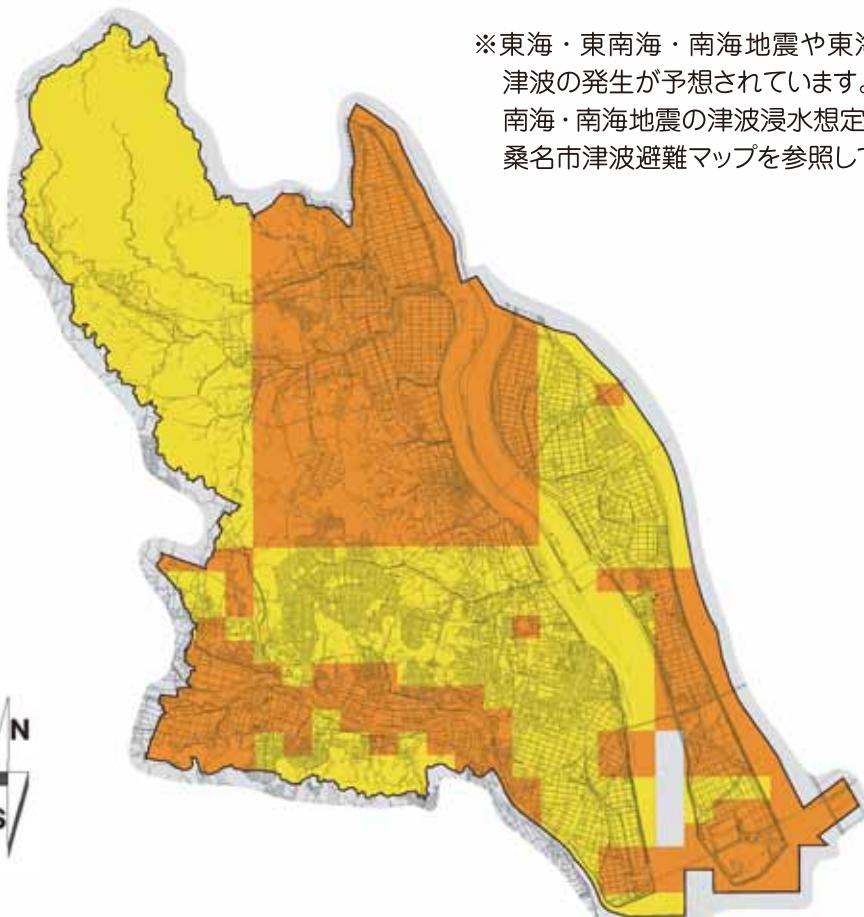


桑名市の地震危険度

●桑名市の震度予測（各地震の震度分布図）

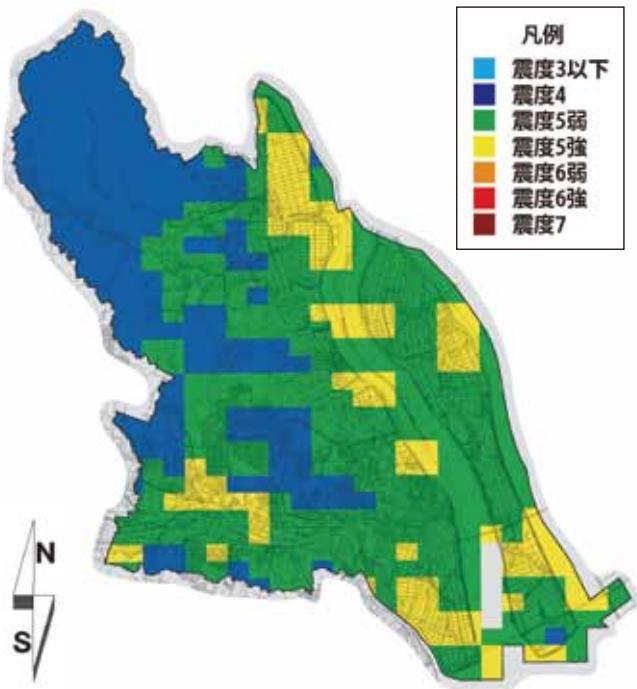
東海・東南海・南海地震

凡例
震度3以下
震度4
震度5弱
震度5強
震度6弱
震度6強
震度7



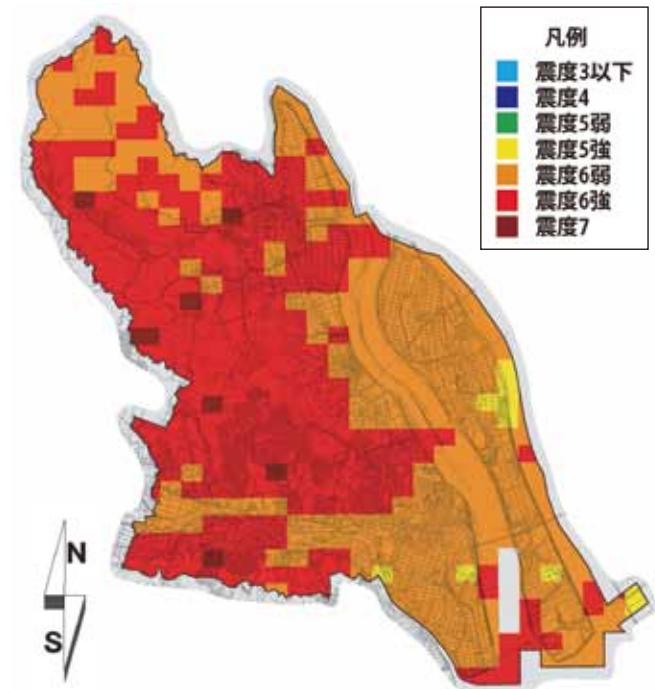
東海地震

凡例
震度3以下
震度4
震度5弱
震度5強
震度6弱
震度6強
震度7



養老一桑名一四日市断層による地震

凡例
震度3以下
震度4
震度5弱
震度5強
震度6弱
震度6強
震度7

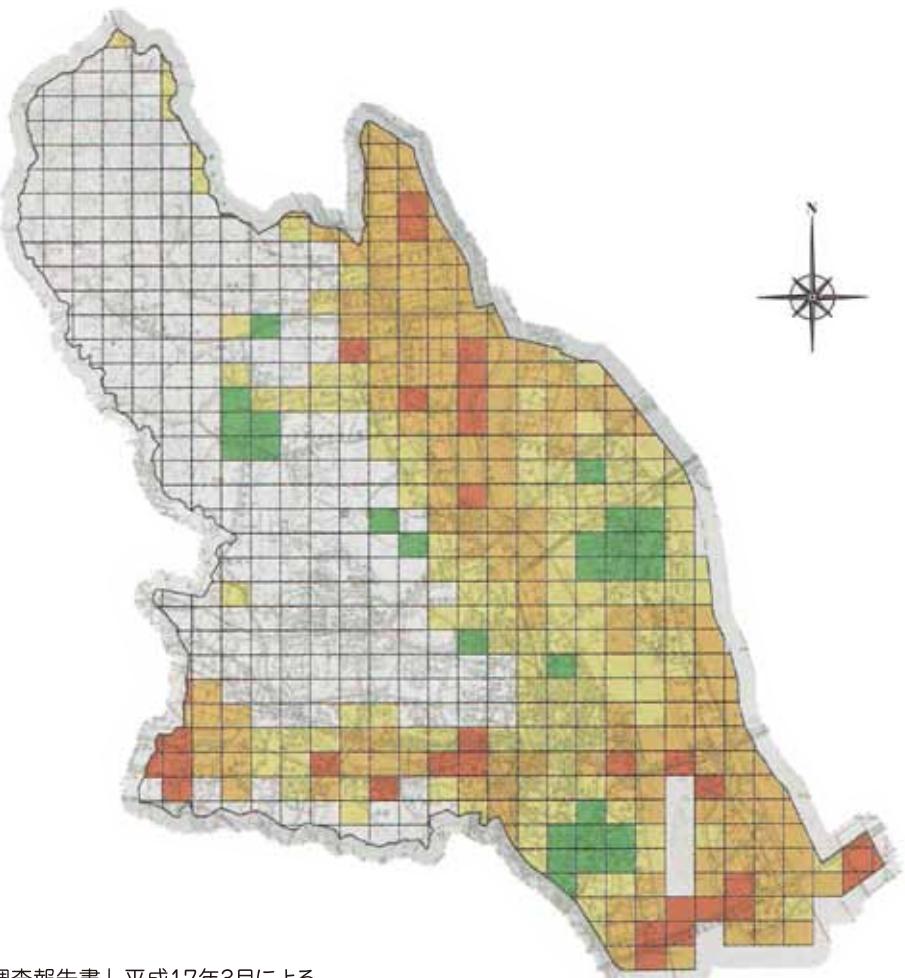


震度分布図は、三重県地域防災計画被害想定調査報告書(平成17年3月)による

●桑名市の液状化危険度

東海地震と東南海地震・南海地震が同時に発生した場合、桑名市では、木曽三川沿いの低地や員弁川沿いで液状化が発生する危険性があります。

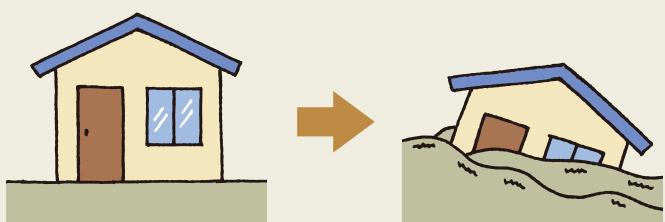
凡 例	
■	極めて高い+
■	極めて高い-
■	高 い
■	低 い
□	判 定 外



液状化危険度は「三重県地域防災計画被害想定調査報告書」平成17年3月による

？液状化って何？

「液状化」とは、地震によって地盤が揺れているうちに地中の水圧があがり、ついには地盤が液体状になる現象をいいます。



●液状化による建物、道路の沈下状況
(東日本大震災2011年)

地盤が液状化すると、砂や泥水を地上に噴き出して地面が沈下するから、建物や水道管の被害の原因になるんだよ。



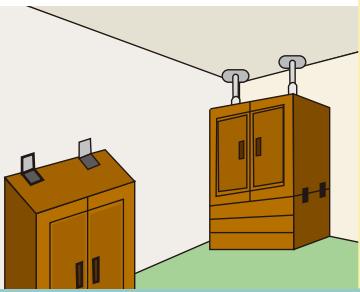
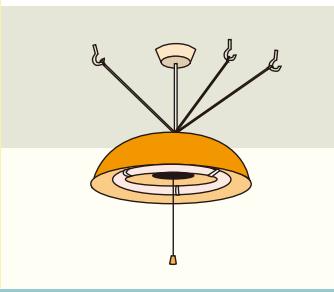
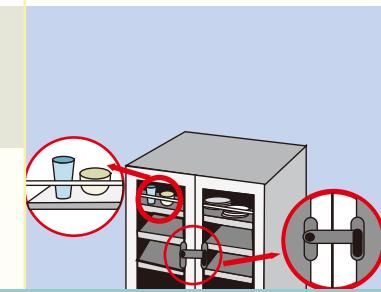
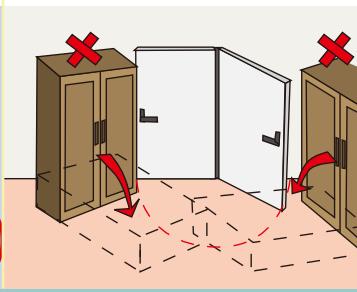
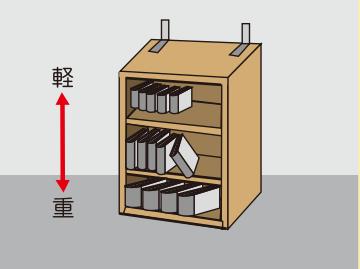
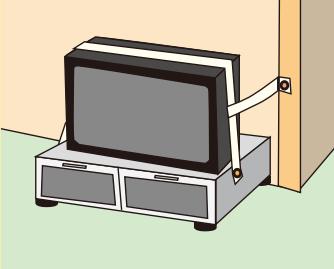
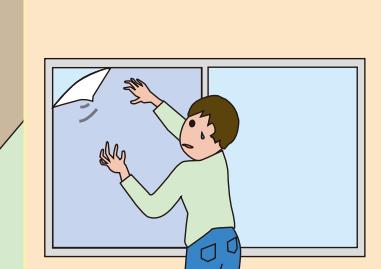
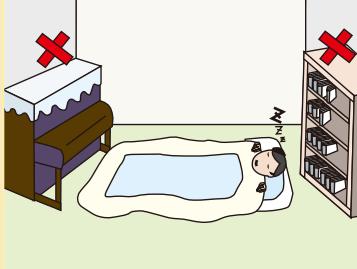
●液状化によるマンホールの被害状況
(東日本大震災2011年)

地震の揺れに備えよう

▶ 住宅の耐震を考えよう

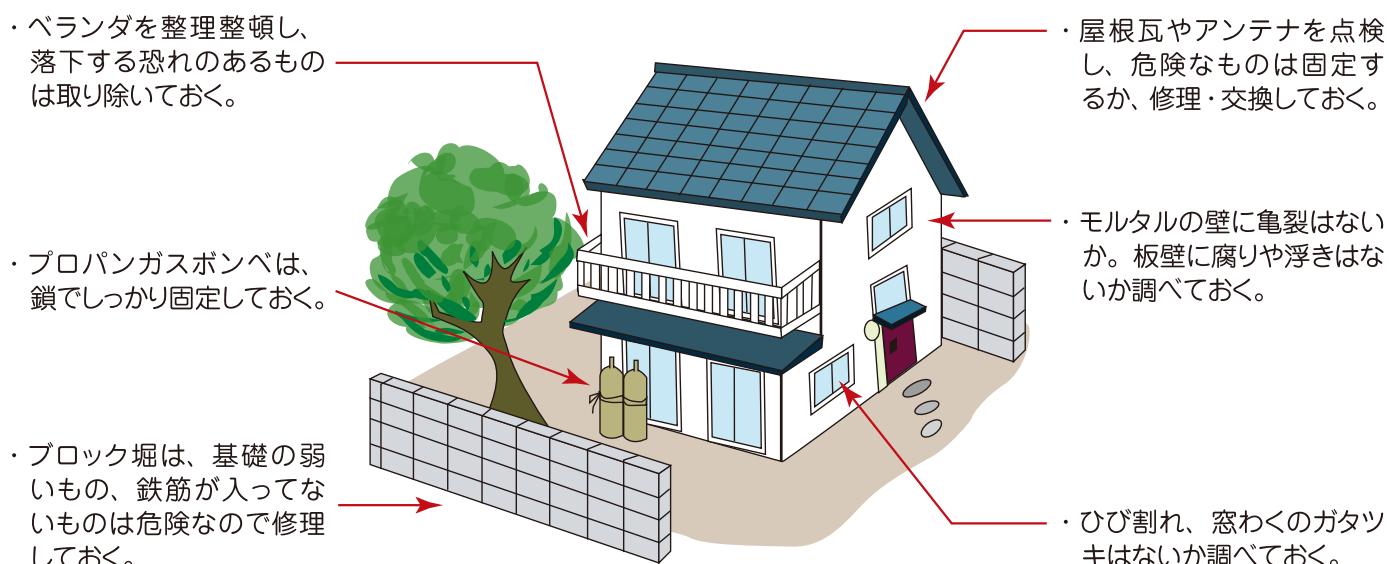
住宅の耐震基準は昭和56年に強化されましたが、阪神・淡路大震災では、それ以前の旧耐震基準で施工された木造住宅に大きな被害がありました。このため桑名市では、旧耐震基準による木造住宅に、無料の耐震診断事業や耐震補強工事補助事業を実施しています。

(お問合せ／桑名市 防災・危機管理課 TEL: 0594-24-1185)

タンス	照明器具	食器棚	ドア付近の家具
●L型金具やつっぱり棒で固定。	●鎖と金具を使って数カ所留めて補強する。	●扉・引出しが開かないようにする。飛び出し防止枠をつける。	●ドア付近には、物を置かないようにしましょう。
			
本棚	テレビ	窓ガラス	寝室の家具
●重いものは下に、軽いものは上に収納する。	●固定器具などで柱などに固定する。	●飛散防止フィルムを貼る。	●できるだけ家具は置かないか、倒れやすい方向に寝るのは避けましょう。
			

▶ 家の周囲の安全確認

地震に備え、家の周囲の安全対策も重要です。



▶ 地震による火災を防ぐために

- 火元の側にいる場合は、揺れたと感じたらすぐに火を消しましょう。
- 大きい揺れがおさまったら、すぐに火を消しましょう。
- 出火直後、数分の火災はまだ消火できます。

消火器がない場合

油なべ

水をかけてはいけません。
毛布や大きめの
タオルを湿らせて
手前からかぶせ、
空気を遮断しましょう。



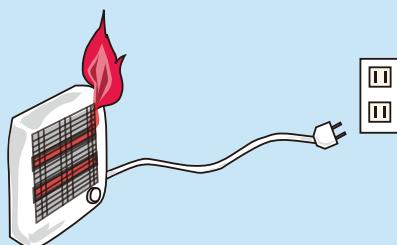
衣類

転げまわって火を消します。髪の毛
は頭から布などをかぶりましょう。



電化製品

感電しないように、コンセントを
抜いてから消火しましょう。



カーテン・ふすま

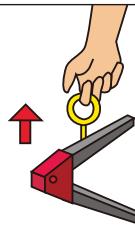
天井に燃え広がる前に
消火します。
引きちぎったり、
倒して消火します。



消火器の使い方

1

安全ピンに指をかけ、
上に引き抜く。



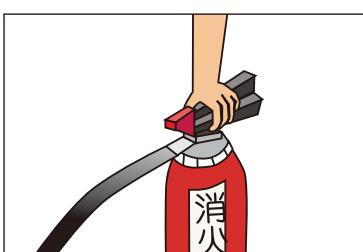
2

ホースをはずして、
火元に向ける。



3

レバーを強く握って、
火元にふきかける。



●ただし、一般の人人が消火できる限度は、天井に火が回るまでです。
それ以上燃え広がった場合は、危険です！ すばやく避難しましょう。

煙が充満していたら、できる限り姿勢を低くして
避難しましょう。



直ちに、119番に通報。（重複しても構いません。）
「火事だ！」と大声で隣近所に知らせましょう。



水害に備えましょう

水害の正しい知識を身につけよう

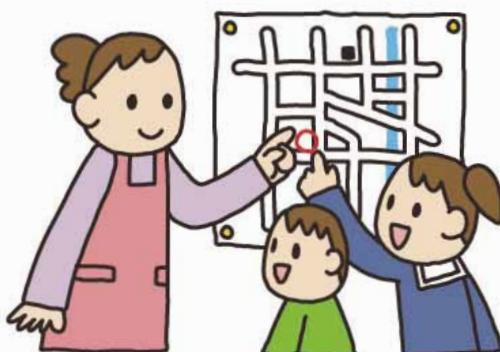
桑名市には、木曽川・長良川・揖斐川や員弁川、多度川、肱江川など多数の川があります。

これらの川がはん濫した場合、川のそばの地域では浸水深2m以上に達すると予測されています。また地盤の低い地域では、浸水などにより避難路が通行不能になる可能性があります。そのような場合に備えて早期の自主避難を心がけましょう。

家庭で水害に備えよう

雨水の大半が下水道や側溝に集中すると、短い集中豪雨でも水害が発生することがあります。浸水防止のために早めの対処が必要です。

避難場所や避難経路を確認しておく



自分の避難場所はどこなのか、そこへ安全に行くためにはどのように避難すればいいのかを確認しておきましょう。

※避難経路には、危険箇所（マンホール、側溝、小河川）などないか、確認が必要です。濁流で冠水した場合にそうした危険箇所は見えにくくなります。

？土のうとは？

約横40cm、縦70cmの大きさで、上部に締めて閉じるひもがあり、袋の7～8割ほど土を入れたものです（重さ30～50kg）。



※一般家庭で土や砂を用意することが困難な場合は、40リットル用程度のゴミ袋を二重にして水を半分ほど入れ、ダンボール箱に入れて並べたり、土を入れたプランターをレジャーシートで巻いて止水板とする方法もあります。

大雨や台風に備えて家のまわりを点検・整備



家のまわりに吹き飛ばされそうなものはないか、雨戸や雨どいなどはいたんでいないか確認しておきましょう。また、家の前の排水溝がつまっているかなどの確認も必要です。

土のうで浸水防止



土のうを積み上げることで、水や土砂の移動を妨げることができます。水害時には、浸水を防ぐ応急対策として必需品です。

室内の防災対策



家電製品や大切なものは、浸水して被害を受けないように高い所や二階に移動します。電気コンセントは漏電、感電などの障害になる可能性があるので、浸水しても大丈夫な場所に移動（移設）しましょう。

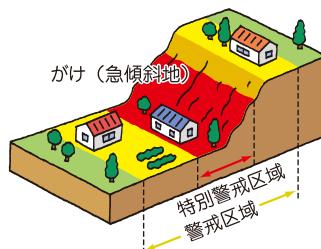
土砂災害に備えましょう

土砂災害の正しい知識を身につけよう

●桑名市で想定される土砂災害

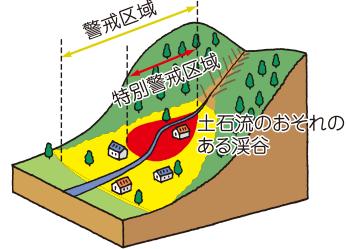
●がけ崩れ

雨や地震の影響で急激に斜面(急傾斜地)が崩れ落ちる現象。突然発生するため人家の近くで発生すると逃げ遅れる人も多く、大きな人的被害をもたらす。



●土石流

沢や渓流の土砂が大雨などにより水と一緒に流れ下る現象。がけ崩れよりも影響を与える範囲が広く、人家や畑などへ大きな被害をもたらす。



●土砂災害の前兆現象～こんな時は注意!!

●がけ崩れ



・がけに割れ目が見える。



・がけから水がわき出している。

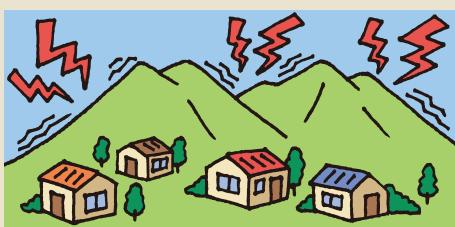


・がけから小石がぱらぱらと落ちてくる。

●土石流



・急に川の流れが濁り流木が混ざる。



・山鳴りがする。



・雨が降り続いているのに川の水位が下がる。

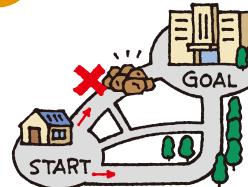
土砂災害から安全に避難するための心得

1 正確な情報収集と避難



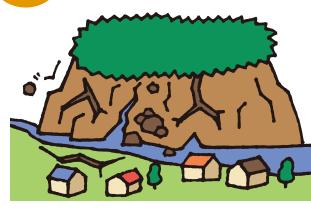
ラジオ・テレビなどで最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。雨の振り方や浸水の状況に注意しましょう。

2 土砂災害に注意



土石流やがけ崩れなどの危険箇所を事前に知つておきましょう。避難時はこれらの場所に注意しましょう。

3 前兆現象に注意



雨が降った時や、土石流やがけ崩れなどの危険箇所では前兆現象に注意しましょう。

4 早めの避難を心掛けましょう



土砂災害は多くの場合被害の発生・拡大に時間的余裕がありません。早めの避難を心掛けましょう。

家庭や地域で災害に備えましょう

災害に備えて日頃から家族会議を行いましょう

災害が起きた時に家族が一緒にいるとは限りません。それぞれがどう行動するか、どう連絡をとるか決めておくことが大切です。

避難所や避難経路、周辺の危険箇所を確認

- 避難所や避難経路は事前に下見をして、危険箇所の有無も確認しておきましょう
- 家族が一緒にいない時はどう行動するか、どこに集合するかを決めておきましょう。

家族で安否確認の方法を決める

- 電話が不通となった時のため災害用伝言ダイヤル（171）の使い方（18ページ参照）を家族で確認や訓練しておきましょう。

一番近い
避難所は
○○小学校だね。

みんなが
同じところに
避難するように
確認しないとね。



災害に備えて日頃から家族会議を行いましょう

桑名市では地域防災活動の組織として、自治会を中心とした「自主防災組織」が活動している地区があります。自主防災組織の活動の目的は次の2点です。

- 被害を出さない。
- 被害が出ても被害を拡大させない

この目的を達成するには、地域の防災力を高めることが大切で、それには市民の皆さんの中ごろの防災への心がけ、防災活動への積極的な参加が必要となります。

▶ 自主防災組織の活動とは…

被害を出さないための活動

- 防災知識の啓発・普及
- 備蓄品・非常持ち出し品の用意に対する普及
- 家の耐震診断・耐震補強の普及
- 家の中の安全対策の実施に対する普及
- 家の周囲の安全対策の実施に対する普及

被害を拡大させないための活動

- 初期消火訓練 ○応急手当訓練
- 避難誘導訓練 ○煙体験 ○炊き出し訓練
- 防災備蓄倉庫の資機材の管理とその使用法の訓練
- 救出・救護訓練
- 避難所の管理・運営の協力



非常持ち出し品を用意しよう

「必ず用意しておくもの」は、家族構成によっても異なりますので、各家庭で必要なものを用意し、災害が発生した時、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。

必ず用意しておくもの

飲料水



1人1日3リットルが必要です。水は3日分を用意しましょう。

非常食

乾パン・缶詰など火を通してでも食べられるもの。



常備薬・処方せん



常備薬・処方せんのある人は必ず用意しましょう。

小銭

10円（100円）硬貨があると公衆電話の利用に便利です。



その他

その他必要な物を記入しましょう。

- ・車いす（例）
- ・補聴器（例）

チェック欄	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					

特に高齢者の方が必ず用意しておくもの

常備薬・処方せん



めがね



入れ歯



特に乳幼児のいる家庭で必ず用意しておくもの

ほ乳瓶



ミルク



オムツ



おしりふき



チェック欄	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					

※用意したものはチェック欄で確認し、用意した日付を記入しましょう。

用意しておくと便利なもの

携帯ラジオ



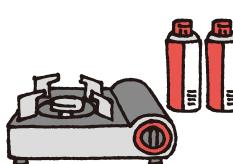
正確な情報を収集するのに必要です。予備電池も忘れないでください。

懐中電灯



避難所に向かう時に使います。予備電池も忘れないでください。

燃料



卓上コンロ、ガスボンベ、固体燃料

日用品



タオル、生理用品、ウェットティッシュ、洗面道具など

医療品



バンソウコウ、傷薬、包帯、風邪薬、胃腸薬など

その他



毛布、ポリタンク、バケツ、アウトドア用品など

チェック欄	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					
	<input type="checkbox"/>					

※用意したものはチェック欄で確認し、用意した日付を記入しましょう。

災害時要援護者をみんなで支援していきましょう

災害時要援護者の方を支援しましょう

高齢者、障害者、傷病者、妊産婦、乳幼児、日本語が理解できない外国人など、災害時に大きなハンディキャップを持った人たちが多くいます。いわゆる「災害時要援護者」の人たちは、災害が発生した場合、情報把握、避難、生活の確保等の活動を、的確かつ迅速に行いにくい立場に置かれてしまいます。私たち一人ひとりがお互いに協力しあい、地域が一丸となって積極的な支援を行えるように心がけましょう。



災害時要援護者の身になって災害環境の点検

放置自転車などの障害物はないか、耳や目の不自由な人への警報や避難勧告の伝達方法はあるかなど、災害時要援護者に対応した環境作りを心がけましょう。またシステム上の問題だけでなく、災害発生時の心構えや過去の災害から得た教訓を子供たちに日ごろから語り伝えるなど、防災のソフト面での充実を図りましょう。



避難するときはしっかり誘導

高齢者や乳幼児などは手をつなぐ、背負うなどしてしっかり誘導しましょう。非常時には1人の障害者に対して複数の住民による救援体制をとり、また災害時要援護者に対して地域で具体的な救援体制を決めておきます。支援を必要とする人やその家族に声をかけ、避難の準備を手伝い、隣近所で助け合いながら避難しましょう。



困ったときこそ温かい気持ちで助け合い



災害時の混乱や被害が大きいほど、だれもが殺伐とした気持ちになります。しかし、そんな非常時にこそ不安な状況に置かれた人たちの立場に立ち、支援していく心構えが必要です。困っている人や災害時要援護者に対して温かい思いやりと真心を持って接しましょう。

復旧活動にも積極的に参加してもらう

災害時の復旧活動の際に、高齢者や子供たちにも積極的に参加してもらいましょう。何もしないでいることがかえってストレスや体調を崩す原因になります。活動の目標を決めて毎日適度に身体を動かせるように配慮しましょう。



桑名市の災害時要援護者の支援の仕組みを活用しましょう

市では、災害が発生したときに、すばやい対応が困難な高齢者や障害のある方の避難を、地域の支援者に手助けしていただくため、「要援護者台帳登録」の希望者を募集しています。

- ◆ 65歳以上のひとり暮らしの方又は65歳以上ののみの世帯の方
- ◆ 身体障害者手帳、療育手帳、精神保健福祉手帳をお持ちの方
- ◆ 日常生活で介助が必要とされる方、介助が必要な方がみえる世帯など

登録された方には、いざというときに的確な支援が行えるよう、登録者の個人情報が地域の自治会・自主防災組織や民生児童委員に提供され、この情報をもとに、日頃からの見守り、声かけなどを行います。それにより、災害時に地域の支援者などが、避難勧告をお伝えしたり、避難時の付き添いや介助を行えるようにします。

桑名市避難所一覧

指定避難所

地区名	避難所名	標高	地区名	避難所名	標高	地区名	避難所名	標高
桑名地区								
日進	①日進小学校	1.0m	深谷	⑬深谷市民館	0.6m	長島北部	⑥2ニューハートピア温泉・天然温泉ホテル長島	-0.1m
	②陽和中学校	0.5m		⑭深谷教育集会所	0.5m		⑬輪中の郷	-0.4m
	③日進公民館	0.3m		⑮深谷桑栄市民館	1.0m		⑭輪中ドーム	2.8m
精義	④精義小学校	1.1m	久米	⑯久米地区市民センター	28.2m		⑮長島北部小学校	-0.6m
	⑤桑名市体育館	1.3m		⑰久米小学校	32.2m		⑯長島公民館北部分館	-1.0m
	⑥桑名市民会館	0.9m		⑱正和中学校	16.1m		⑰長良導水管理所	0.4m
	⑦精義公民館	1.2m		⑲桑名西高等学校	77.2m		⑱桑名三川商工会長島支所	0.1m
立教	⑧立教小学校	1.2m	城南	⑳城南地区市民センター	0.2m		⑲Aコープ長島	0.1m
	⑨立教公民館	1.5m		㉑城南小学校	0.5m		㉒長島中学校	-0.8m
城東	⑩城東小学校	0.9m		㉓大山田地区市民センター	87.2m		㉓長島中部小学校	-0.4m
	㉔はまぐりプラザ	1.8m		㉔大山田東小学校	72.0m		㉔長島公民館	-0.2m
益世	㉕益世小学校	4.2m	大山田	㉕陵成中学校	70.3m	長島中部	㉕名古屋市休養温泉ホーム松ヶ島	0.8m
	㉖光風中学校	1.4m		㉖大山田北小学校	85.4m		㉖トヨタ車体健康保険組合と泉荘	0.8m
	㉗明正中学校	8.0m		㉗大山田西小学校	81.5m		㉗アクアプラザながら	7.6m
	㉘益世公民館	3.7m		㉘光陵中学校	84.9m		㉘長島B&G海洋センター	-0.2m
修徳	㉙修徳小学校	0.4m		㉙大山田南小学校	80.9m		㉙ながしま遊館ふれあい学習館	-0.4m
	㉚修徳公民館	0.1m		㉚藤が丘小学校	73.7m		㉚長島教育集会所	-0.2m
大成	㉛桑名高等学校	20.9m		㉛大山田コミュニティプラザ	87.7m		㉛長島防災コミュニティセンター	-0.3m
	㉜大成小学校	18.5m		㉜桑名市総合運動公園クラブハウス	87.6m		㉜長島浄化センタークリーンピア	0.3m
	㉝大成公民館	14.1m		㉝桑名市スター21	60.6m		㉝伊曾島小学校	0.1m
大和	㉞大和小学校	23.7m	星見ヶ丘	㉞星見ヶ丘小学校	66.5m		㉞伊曾島漁業協同組合	1.2m
	㉟成徳中学校	7.4m		多度地区			㉟伊曾島地区市民センター	1.1m
桑部	㉟大和公民館	22.4m	多度中	㉟多度公民館	65.2m		㉟長島公民館伊曾島分館	1.1m
	㉟桑部地区市民センター	12.1m		㉟多度中小学校	20.5m		㉟松蔭防災コミュニティセンター	3.6m
	㉟桑部小学校	23.7m		㉟多度中学校	5.8m		㉟長島温泉	0.3m
在良	㉟在良地区市民センター	14.5m	多度東	㉟多度東小学校	2.0m	凡 例		
	㉟在良小学校	14.6m		㉟旧多度西小学校	98.4m	■ 救護所も併設されます		
七和	㉟七和地区市民センター	41.8m	多度南	㉟多度青葉小学校	21.0m			
	㉟七和小学校	45.6m		㉟多度北小学校	5.3m			
	㉟桑名工業高等学校	44.8m						
深谷	㉟深谷地区市民センター	2.0m						
	㉟深谷小学校	8.0m						

特別避難所

地区名	避難所名	所在地・電話番号	備 考
精義	総合福祉会館	常盤町51 TEL 23-2855	
桑部	※特別養護老人ホームいこい	西金井170 TEL 25-2666	
在良	桑名福祉センター	額田455-3 TEL 32-1889	
	※特別養護老人ホーム長寿苑	額田1256-2 TEL 31-7200	
深谷	桑名北部老人福祉センター	下深谷部4960-10 TEL 29-1438	
多度中	多度すこやかセンター	多度町多度1-1-1 TEL 49-2029	
多度北	※特別養護老人ホームソフトハウス	多度町福永440-48 TEL 49-3300	
長島中部	長島デイサービスセンターほほえみ	長島町松ヶ島66 TEL 42-2110	特別避難所は、寝たきりで介護を必要とする高齢者や障害のある方など、通常の避難所での生活が困難な方のためにの避難所です。一般の方は通常の避難所に避難してください。
	長島福祉健康センター	長島町松ヶ島52-2 TEL 42-2111	※桑名市と協定を結んだ民間施設です。
	※特別養護老人ホームアパティア長島苑	長島町西外面1070 TEL 42-1600	
伊曾島	※介護老人保健施設ながしま	長島町福吉271 TEL 45-1200	

災害時の情報の入手先

●避難情報

- ・桑名市ホームページ：<http://www.city.kuwana.lg.jp/index.cfm/1.html>
- ・桑名市災害時緊急メール(防災ほっとメール)

●緊急地震速報、地震・津波情報

- ・気象庁ホームページ(地震)：<http://www.jma.go.jp/jp/quake/>
- ・気象庁ホームページ(津波)：<http://www.jma.go.jp/jp/tsunami/>
- ・テレビ、ラジオ等

●河川防災情報

- 木曽川・揖斐川・長良川の水位、洪水予報の情報
 - ・木曽川下流河川事務所ホームページ：<http://www.cbr.mlit.go.jp/kisokaryu/>
 - ・国土交通省 川の防災情報：<http://www.river.go.jp/>
- 員弁川等の河川情報
 - ・三重県 防災みえjp：<http://www.bosaimie.jp/index.action>

●土砂災害警戒情報

- ・気象庁ホームページ：<http://www.jma.go.jp/jp/dosha/>
- ・三重県 防災みえjp：<http://www.bosaimie.jp/index.action>

桑名市災害時緊急メール

災害時及び緊急時に桑名市からメールで情報を配信します。
事前にご自分のメールアドレスを登録してください。

<http://www.anshin-bousai.net>

「三重県桑名市」を選択してください。



●電話は控えて、災害用伝言ダイヤルを使おう ●

地震発生後に、皆さんと一緒に電話を使うと電話がかかりにくくなります。110番、119番などの重要な電話がかからなくなり、被害が拡大する恐れがあるため、電話はなるべく控えましょう。自分の安全を知らせたい時や、身内の安全を知りたい時は「災害用伝言ダイヤル(171)」や「災害用伝言板(web171)」を使いましょう。また、市の情報をメール配信する「桑名市災害時緊急メール」を利用しましょう。

災害用伝言ダイヤル(171)のかけ方

【毎月1日、15日、正月三が日、防災週間(8/30~9/5)、防災とボランティア週間(1/15~1/21)は、災害用伝言ダイヤル(171)の利用体験ができます】

災害発生時（震度6弱以上の地震など）には、NTTの災害用伝言ダイヤルサービスが稼働します。

事前契約は一切不要です。家族や友人などが被災した場合の安否の確認や連絡などに活用できます。

☆災害用伝言ダイヤル（171）は携帯電話からも利用できます。

伝言の録音方法

1 7 1

▽ガイダンスが流れます

1 暗証番号を利用する場合は 3

▽ガイダンスが流れます

0594 — —

▽ガイダンスが流れます

録音(30秒以内でお話ください)

録音された伝言の再生方法

1 7 1

▽ガイダンスが流れます

2 暗証番号を利用する場合は 4

▽ガイダンスが流れます

0594 — —

▽ガイダンスが流れます

再生

には**自宅の電話番号**を入れてください。携帯電話の番号は使えません。被災地内の人も被災地外の人も、電話番号は市外局番からダイヤルしてください。「0594」は桑名市の市外局番です。

(注意) 録音された伝言は、被災地の電話番号を知っているすべての方が聞くことができます。

聞かれたたくない伝言を録音する場合は、あらかじめ暗証番号を決めておく必要があります。

災害用伝言板(web171)の使い方

携帯アクセス方法

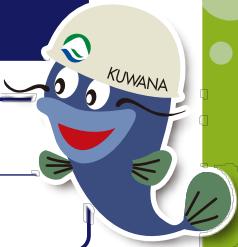
docomo (iモード及びspモード)
au (EZweb)
SoftBank (Yahoo!ケータイ)
WILLCOM (CLUB AIR-EDGE/H'LINK)

} → トップ
メニュー → 災害用
伝言板

インターネットからのアクセス方法

docomo<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
au<http://dengon.ezweb.ne.jp/>
SoftBank<http://dengon.softbank.ne.jp/>
WILLCOM<http://dengon.willcom-inc.com/>

わが家の防災メモ



住所			
氏名		電話番号	

緊急連絡先	連絡先	電話	連絡先	電話
	桑名市役所 防災・危機管理課	24-1185 24-1279(夜間)		
	桑名市消防本部	24-0119		
	桑名警察署	24-0110		
	中部電力(株)桑名営業所	22-1510		
	NTT西日本	113		

災害用 伝言ダイヤル	電話番号	暗証番号
	171	

家族の連絡先	氏名	電話(会社・学校)	住所	メモ

親戚 知人の連絡先	氏名	電話	住所	メモ

避難場所	避難場所	
	家族が離れ離れになった時の 集合場所	

家族の緊急用 データ	氏名	生年月日	血液型	病気	アレルギー	常備薬・処方せん