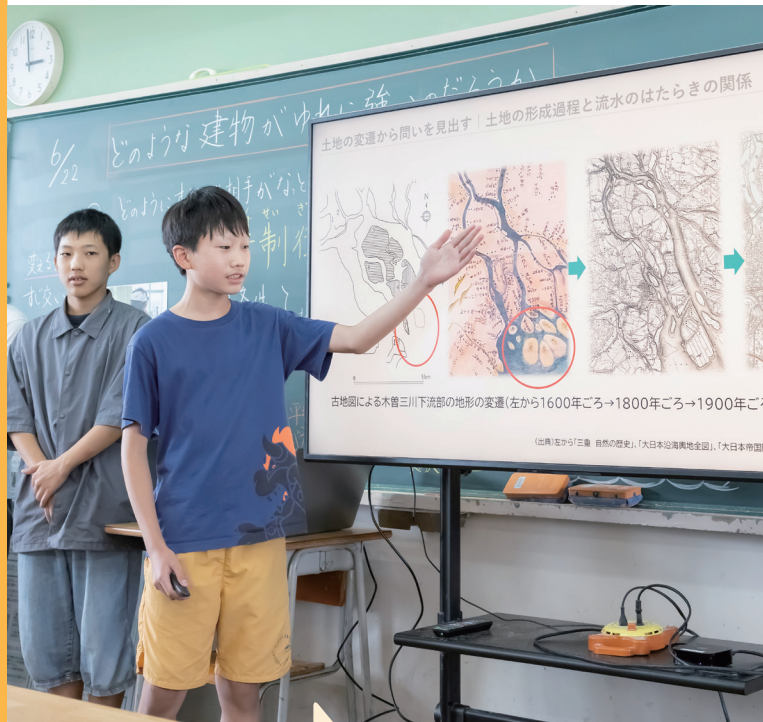


みんなで考える、 これからの災害対策

いつ起こるか分からない災害にどう備えるべきでしょうか。
避難所の開設タイミングや日頃からの備えなど、
事前に理解しておきたい災害への対策を紹介します。

問 この記事については秘書広報課 ☎24-1492 FAX 24-1119



長島中部小学校6年生が公開授業で、 防災探究学習の内容を発表しました！



長島中部小学校6年生が、川の流れと地形についての研究や治水についての調査など、輪中地帯特有の防災学習を行い、地域で役立つ防災マニュアルを作成しました。この防災探究学習を公開授業で発表し、地域住民と一緒に地域に根ざした避難対策について理解を深めました。

今回発表した防災探究学習の取り組みは、3月に開催された「川のシンポジウム2026」で、優れた防災学習や取り組みに対して贈られる「河川治水研究防災大賞」を受賞しています。
※川のシンポジウムは、例年、河川環境の実態を広報することを目的として埼玉県本庄市で開催されています。



災害時に備えて 避難先の確認・確保を

いつか来る災害にどう備えていますか？「避難」とは、「難」を「避ける」行動です。状況に応じて避難するかどうか、どこに避難するかを判断します。
洪水や土砂災害のリスクが無く、自宅が安全であれば、「在宅避難」を検討しましょう。一方、浸水想定区域や土砂災害警戒区域などリスクの高い地域にお住まいの方は、自宅からの避難が必要です。
避難先は避難所だけではなく、親戚や友人宅なども含め、災害時にどこに避難するか事前に検討しておきましょう。

02 キラリ★くわな人

03 特集 みんなで考える、
これからの災害対策

06 学校再編通信 vol.1

08 くわな地域クラブ始動！

10 桑名ほんぱく開催します！

11 認知症月間
認知症とともに“私らしく”暮らすために

12 9月20日から26日は『動物愛護週間』です
NTN 総合運動公園屋内プールがオープンします

13 ころとカラダを大切に 女性が自分らしく輝くまち
長島八幡神社獅子舞

14 桑名市総合医療センター通信、くわな防災教室

15 耳より情報、みんなの掲示板

16 EVENT ALBUM(イベントアルバム)

17 くわなINFO

26 無料相談

27 多文化共生で活力を
市長まちなか探索

28 私の推しショット

今月の表紙

長島中部小学校6年生の地震防災学習の公開授業の様子です。LEGOを用いた実験を通して、建物の構造と耐震性との関係について探究していました。



オーケストラ指揮者
ナオコ・グリュンベルク
・サカイさん
(旧姓:坂井さん)

キラリ★くわな人

桑名市出身で、ドイツを拠点に世界的な指揮者として精力的に活躍するナオコ・グリュンベルク・サカイ(坂井直子)さん。現在は、ミンデンの「OWL室内交響楽団」常任指揮者、音楽監督を務めるほか、今年からは「リューベケ・シンフォニーオーケストラ」の音楽監督を務め、さらに「ビーレフェルト・コンサート合唱団」での活動もライフワークとして続けています。
音楽の原点は、大山田西小中学校の音楽クラブで出会った恩師・中川先生への憧れでした。「先生のように音楽の楽しさを伝えたい」と当初は教育学部で学びましたが、2007年に単身渡独。ロストックやデトモルトの音楽大学で研鑽を積み、国際コンクールでの実績を重ねて本場ヨーロッパで着実にキャリアを築いてき

ました。
欧州の楽団では、小柄なアジア人女性として驚かれることもありましたが「自分の意見を明確に伝え、音楽を動かす」という強い信念で楽員と向き合い、信頼を築き上げてきたそうです。
桑名の思い出は「桑名水郷花火大会や石取祭が一番好き」と話してくれました。家族で帰郷した際には、サカイさんの母校でサカイさんのお子さんの小学校体験入学を通じて故郷との絆を再確認しました。
今後は「次世代の育成を目標に掲げています。」「オーケストラの指揮は自身のキャリアとして今後も楽しみながら続けたい。同時に、故郷の桑名の子どもたちに音楽を通じて自分を表現する素晴らしさや、夢を育む手伝いができれば」と笑顔で語りながら次なる夢を描いています。



指揮者として情熱的にタクトを振る

知っておきたい！ 風水害時の避難所と開設タイミング

市では浸水や土砂災害の危険性が高まった際、避難情報を発令し、おおむね下表の通り避難所を開設します。ただし災害の状況を考えて開設するため、必ずしも表の通りとは限りません。開設情報はテレビや市ホームページ、LINE、X、緊急メールなどでお知らせします。日頃から家族と避難場所について話し合い、適切な避難ができるよう準備しておきましょう。

防災気象情報が変わりました

令和8年5月より防災気象情報に5段階の警戒レベルが付けられました。

- ✓ 警戒・注意報の情報名に「レベル」が付記。
- ✓ 河川の氾濫の危険度の伝え方が変更（特別警戒の新設など）。
- ✓ 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警戒」として発表。

新たな
防災
気象情報



上記の気象情報が発表されたとき、想定される被害の程度を踏まえ、市から避難所の開設をお知らせします。気象情報だけでなく、避難情報も受け取れるようにしておきましょう。

開設のタイミング	開設する避難所(避難施設)
警戒発表(波浪警戒を除く)時 ※この段階では市は避難情報を発令していません。自主避難する人のための避難施設です。	桑部・在良・七和・深谷・城南・久米・大山田・多度・伊曾島の各まちづくり拠点施設・長島地区市民センター・長島防災コミュニティセンター ※浸水想定区域に立地している避難施設は、状況の変化により、さらに安全な避難所に避難いただく場合があります。
市の「警戒レベル3 高齢者等避難」 発令時	日進・精義・立教・城東(はまぐりプラザ)・益世・修徳・大成・大和の各まちづくり拠点施設
市の「警戒レベル4 避難指示」発令時	桑部小学校・桑名高等学校・深谷小学校体育館・アクアプラザながら・光精エココミュニティプラザ
その他必要に応じて開設する避難所	多度学園や大成・大和・七和・久米・星見ヶ丘・成徳の各小中学校・スター21 ほか

※本年度から警戒発表時の自主避難所に「城南まちづくり拠点施設」を追加しました。
※風水害の恐れがあるときに開設しない浸水想定区域内の避難所 <日進・精義・立教・城東・益世・修徳・城南・長島北部・長島中部・伊曾島の各小学校、陽和・光風・明正・正和・長島の各中学校>



家族みんなで考えよう
災害に備えてやっておくこと

災害が発生したとき、家族が全員そろっているとは限りません。いざというとき、大事な家族の命を守るために、普段から避難方法や避難場所を話し合い、自分たちの環境に最適な避難行動を共有しておきましょう。



避難の考え方
津波発生時、大雨や台風の前など、災害が発生した時に逃げ遅れないように、あらかじめ避難のタイミングなどをシミュレーションしておきましょう。

避難場所の確認

災害ごとに避難場所を想定し、共有しておきましょう。

桑名市
避難場所



備蓄品

下記「自宅での備えを確認しよう」を参考に、それぞれ必要なものを準備しておきましょう。

非常用持ち出し袋

ヘルメットや飲料水・軍手など、避難する際に持っていくものを準備しておきましょう。

家具の固定

怪我を防止しスムーズに避難するために、部屋の危険な箇所を確認。家具の配置の工夫と家具転倒を防ぐための備えをしましょう。

ペットとの避難

ペットと避難するときは準備が必要。避難所では人とペットのスペースが分かれているため、避難所以外の預け先を確保しておくことで安心です。

災害リスクの把握

ハザードマップで、自宅や学校、勤め先などの災害リスクを確認しましょう。

災害時の安否確認

安否確認や家族との連絡方法を決めておき、災害用伝言ダイヤルなどの使い方を確認しておきましょう。

災害用
伝言
ダイヤル

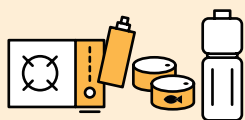


自宅での備えを確認しよう

住み慣れた自宅で避難生活が続けることも選択肢の一つです。在宅避難を可能にするために、普段から多めに準備しておきましょう。

●食品など

水、缶詰、レトルト商品に合わせ、お湯を沸かすカセットコンロ



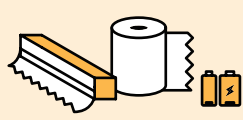
●自分に合ったもの

生理用品、スキンケア用品、入れ歯の洗浄剤、補聴器機電池など



●生活用品

ポリ袋、ラップ・アルミホイル、新聞紙、乾電池、トイレトペーパーなど



●電池を必要とする機器

LEDランタン、ヘッドライト、モバイルバッテリー、携帯トイレ、ラジオなど



●衛生用品

マスク、手指消毒液、ウエットタオル、常備薬・救急キットなど



●乳幼児用品

おむつ、おしりふき、使い捨て哺乳瓶、粉ミルクなど



情報収集はここから

正確な気象情報や避難判断にはネット活用が有効です。日頃から三重県や桑名市のホームページを確認する習慣をつけましょう。安否確認や災害情報の入手など、もしものときに役立つ防災アプリをスマートフォンに入れておくことも大切です。
※登録者数は7月末現在

最新の災害情報

防災みえ.jp 桑名市 HP



役立つアプリ

桑名市 X 桑名市 LINE



登録者数
19,426人

登録者数
34,455人

みえ防災ナビ

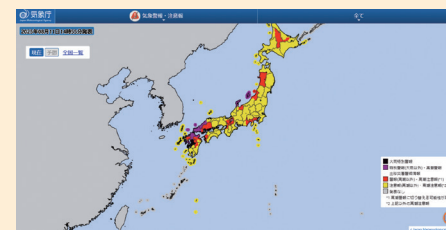
android

iOS(iPhone)



「キキクル」で現在の危険度を確認
キキクルは、災害の危険度を色分けされた地図上で確認できるWEBサイト。災害の危険性がリアルタイムで表示されます。

キキクル
(気象庁)



市では災害時に適切に避難行動が取れるように、地域における訓練支援をしています。また、風水害だけでなく、地震・津波に備え、浸水想定区域から高台の地域への避難を想定した「広域避難訓練」についても、それぞれの地域が協力して、積極的に実施しています。