わが家の防災メモ

避難場所	
家族の集合場所	

	なまえ	緊急時の連絡先	電話番号	メモ（生年月日や血液型など）
家族				
親戚 知人				

もしものときの緊急情報案内		電話番号
中国電力(株)松江営業所(停電情報フリーダイヤル)		0120-833-104
ガス	松江市ガス局	21-0011
	LPガス(使用しているガスの販売店)	
松江市上下水道局 断水・濁水・凍結情報フリーダイヤル		55-4888 0120-969-034
道路緊急ダイヤル (国土交通省が管理する道路)		#9910
国土交通省出雲河川事務所		0853-21-1850
道と川の相談ダイヤル (島根県が管理する道路や河川)		32-5200

もしものときの緊急情報案内		電話番号
松江市役所	代表(夜間・休日当直)	55-5555
	防災安全課(災害対策本部)	55-5115
	農林基盤整備課(農地・農業用施設・山林・林道)	55-5245
	道路課(市道)	55-5364
	河川課(河川)	55-5355
松江警察署		28-0110
松江市立病院		60-8000
松江赤十字病院		24-2111
松江記念病院		27-8111
松江生協病院		23-1111
玉造病院		62-1560
松江市消防本部(火災の問い合わせ)		31-9119(24-9933)

災害用伝言サービス ガイダンスにしたがってご利用ください。

171 災害用伝言ダイヤル

電話・ケータイ・スマートフォンで

音声メッセージを録音／再生できます。 1 7 1

災害用伝言板

ケータイ・スマートフォン・タブレットで

安否情報を登録・送信／確認できます。災害用伝言板にアクセスします。

- ●NTTドコモ　http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
- ●KDDI(au)　http://dengon.ezweb.ne.jp/
- ●ソフトバンク／ワイモバイル　http://dengon.softbank.ne.jp/

※スマートフォンなどからは、各携帯会社の専用アプリケーションをインストールする

NTTドコモ	KDDI(au)	ソフトバンク	ワイモバイル
〈災害用キット〉	〈au災害対策〉	〈災害用伝言板〉	〈災害用伝言板〉

災害用 音声お届けサービス

ケータイ・スマートフォンで

音声メッセージを録音・送信／確認できます。

※スマートフォンなどからは、各携帯会社の専用アプリケーションをインストールする

NTTドコモ	KDDI(au)	ソフトバンク	ワイモバイル
〈災害用キット〉	〈au災害対策〉	〈災害用伝言板〉	〈災害用伝言板〉

web171 災害用伝言板

インターネットで

文章メッセージを登録・通知／確認できます。

https://www.web171.jp　web171　検索

企画・発行／松江市 防災安全部 防災安全課　松江市末次町86　TEL.0852-55-5115　　令和2年度 発行

橋北エリア 防災ガイドブック（改訂版）

もしもの災害に備えて

橋北エリア 防災 改訂版

ガイドブック ハザードマップ

松江市は美しい山、湖、川、海に囲まれ、豊かな自然、美しい風景や歴史・文化に恵まれており、「島根半島・宍道湖中海ジオパーク」として認定されている地域です。この防災ガイドブックは、災害の特性や地域の特徴についてまとめるとともに、日頃からの備えと万一の災害時に役立つよう作成したものです。

皆さん一人ひとりが防災の主役です。
ご家庭のわかりやすいところに常備していただき、
地域での防災対策にご活用ください。

松江市
令和2年度 発行

もくじ

防災情報を入手するには …… 01
地震に備えて …… 03
津波に備えて …… 06
風水害に備えて …… 08
土砂災害に備えて …… 13
原子力災害に備えて …… 15
自然災害時の避難について …… 19
自主防災組織について …… 24
指定避難所一覧 …… 25
ハザードマップとマイ・タイムラインについて …… 26

【ハザードマップ索引】
城東地区 …… 31
城北地区 …… 33
城西地区 …… 35
川津地区 …… 37
朝酌地区 …… 39
法吉地区 …… 41
生馬地区 …… 43
持田地区 …… 45
本庄地区 …… 47
古江地区 …… 49
大野・秋鹿地区 …… 51
鹿島地区 …… 53
島根地区 …… 55
美保関（西）地区 …… 57
美保関（東）地区 …… 59
八束地区 …… 61

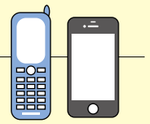
防災情報を入手するには

松江市防災メール

市民の皆さんへ迅速に災害情報等をお知らせするサービスを携帯電話のメールで実施しています。
防災情報の入手手段の一つとしてぜひご登録ください。

提供情報

- 防災・災害などに関するお知らせ
- 気象情報（気象予警報、地震情報など）

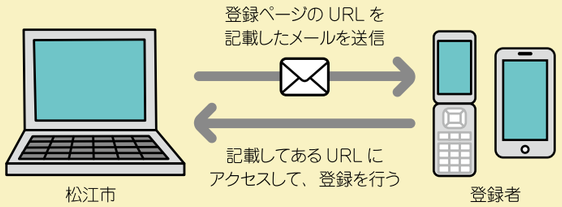


登録の流れ・登録内容変更の流れ

① m-matsue-city@xpressmail.jp 宛にメールを送信してください（タイトル、本文は不要です）。

左記二次元コードから、登録用メールアドレスが入手できます。
※二次元コードが読めない場合は、アドレスを直接入力してください。

② 登録用メールが 30 分以内に届きます。メール本文内に記載された登録用 URL をクリックし、免責事項をご確認の上、配信希望情報などを登録してください。



注意事項 30分以内にメールが届かない場合は、メールが受信できる設定になっていない可能性があります。お使いの携帯電話の設定を確認後、再度①から操作してください。

松江市防災情報ツイッター

松江市防災安全課から、災害時の緊急情報のほか、防災に関する各種情報をツイートします。

サムネイル	名　称	ユーザーアカウント
防災情報	松江市 防災情報	@bousai_matsue

○松江市防災情報ツイッターをご利用になる際には、松江市 twitter 利用規約に同意のうえ、ご利用ください。

○松江市防災情報ツイッターをパソコン、携帯電話及びスマートフォンでご利用になる場合、通信料が別途発生する場合がありますので、ご注意ください（この場合の料金は自己負担となります）。

屋外スピーカー

市内に緊急情報・防災情報などを迅速に一斉伝達するため、屋外スピーカーで放送を行います。

放送内容

① 災害の危険が高まった場合
・避難勧告等の避難情報　・緊急地震速報
・津波警報　・Jアラート情報 など

② 災害が発生した場合
・避難所情報　・被害状況 など

③ その他
・地域内の緊急情報 など

※屋外スピーカーで放送した緊急情報は、電話で再確認できます。
【電話再生サービス】（フリーダイヤル）**0120―131―715**

屋内告知端末「おしらせ君」

市民の皆さんへ迅速に災害情報等をお知らせするサービスを屋内告知端末で実施しています。

提供情報

- 行政情報に関するお知らせ
- 地域情報に関するお知らせ
- 防災・災害などに関するお知らせ

＜端末の説明＞
松江市全域に整備されているケーブルテレビ網（マーブル）を利用し、防災情報や行政情報などの音声放送を受信する端末です。

＜音量＞
「消音」に設定されていても、緊急時は最大音量で放送します。

＜停電時＞
停電時に放送を聞くために、乾電池（単３：４本）を入れてください。
液漏れ防止のため、１年に１回は乾電池の交換をお願いします。
注）宅内配線によっては停電時、乾電池が入っていても放送を聞くことができない場合があります。
停電時に放送を聞くためには、無停電工事が必要になります。

＜設置費用＞
設置手数料は、1,000 円（税込）ですが、マーブルへの加入が必要です。
マーブルへの加入初期費用及び毎月の利用料が必要です。
「おしらせ君」設置による利用料の変更はありません。

【お問い合わせ・設置・申込】
山陰ケーブルビジョン㈱（マーブル）
TEL 0852-23-2522

【お問い合わせ】（松江市行政情報住民告知システム整備事業）
松江市政策部情報統計課
TEL 0852-55-5197

地震に備えて

平成23年3月11日に発生した「東日本大震災」は日本観測史上最大の地震となり、東北地方と関東地方の太平洋沿岸部に壊滅的な被害をもたらし、地震・津波の恐ろしさを教えられました。

島根県が公表した「島根県地震・津波被害想定調査報告書（平成30年3月）」によると、鳥取県沖合（F55）断層の地震（マグニチュード8.1）が発生すると、松江市では2,000人以上の死傷者が発生すると予測されています。

日頃から地震に備えた防災対策をしておきましょう。

地震は突然起こる恐ろしい災害です。あわてず落ち着いて行動することが身を守るための第一歩です。

大地震が起こると、「震動（揺れ）」、「液状化」、「土砂災害」、「津波」、「火災」などがほぼ同時に起こり、大きな被害が発生するおそれがあります。

震動（揺れ）

地震の揺れそのものにより、建物倒壊や橋・道路損壊などが生じることがあります。

土砂災害

地震をきっかけとして、がけ崩れなどの土砂災害が起こることがあります。

液状化

地震の揺れにより、地面が液体のようになることをいいます。建物が沈下したり、地中埋設管などが破壊されたりすることがあります。

津 波

地震により引き起こされた大波が沿岸に押し寄せることをいいます。地震を感じなくても、津波が来ることがあります。

火 災

震動（揺れ）による、建物の倒壊や薬品・危険物などの落下などにより、同時に複数の地点で出火し、大火災になることがあります。

緊急地震速報

～来る前に知る～

緊急地震速報とは？

緊急地震速報は、地震の発生直後に各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。

強い揺れの前に、自らの身を守ったり、列車のスピードを落としたり、あるいは工場等で機械制御を行うなどの活用がなされています。

緊急地震速報の受け方

震度5弱以上が推定される場合にテレビ・ラジオを通じて速報が受けられます。また、揺れの大きいエリアにいる携帯電話ユーザーに一斉同報配信するサービスもあります。

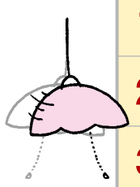
緊急地震速報を受けたら

緊急地震速報を見聞きした時は、あわてずに身を守ることが基本ですが、いつどこで速報を見聞きしてもとっさに行動できるよう場所ごとにどうしたらよいかを日頃からイメージするとともに、実際に体を動かして訓練しておきましょう。

詳しくは、気象庁ホームページでご確認ください。

地震の揺れと想定される被害

震度	状況	震度	状況
0	人は揺れを感じない。	5弱	一部の人は行動に支障を感じる。家具が移動し、食器や本が落ちる。
1	屋内にいる人の一部が、わずかな揺れを感じる。	5強	多くの人が、行動に支障を感じる。タンスなど重い家具や、屋外では自動販売機が倒れる。
2	屋内にいる人の多くが、揺れを感じる。電灯などのつり下げ物がわずかに揺れる。	6弱	立っていることが困難になる。壁のタイルや窓ガラスが倒れ、壁に亀裂が生じる。
3	屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。棚にある食器類が音を立てることがある。	6強	はわないと動けない。ブロック塀が崩れ、戸がはずれて飛ぶことがある。
4	眠っている人のほとんどが目を覚ます。座りの悪い置物が倒れることがある。	7	揺れのため自分の意志で行動ができない。大きな地割れ、山崩れ、家屋の倒壊が多発する。



日頃からの地震対策

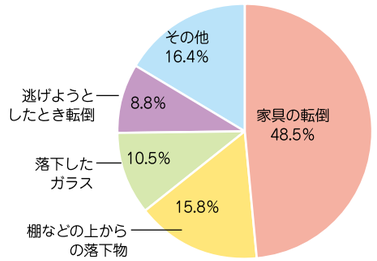
家屋の地震対策

阪神・淡路大震災では、なくなられた方の約８割が家屋や家具の下敷きによる圧死であったと言われています。

大規模地震に備えて、住宅の倒壊を防ぐための対策をしておくことが大切です。建物の耐震性を調べ、問題があれば専門家に依頼し、補強や改修などの対策をしておきましょう。

阪神・淡路大震災でけがをした人の原因

（神戸市消防局調査より）



家の中の地震対策

地震発生後、家具の倒壊などにより逃げ道をふさがれたりしないように、日頃から安全に脱出できる準備をしておきましょう。

収納に工夫を

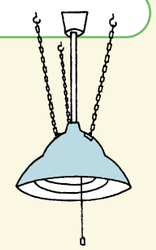
- 重いものは下に、軽いものは上に収納する。
- 本棚などは、隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間をつくらない。

置き方に工夫を

- 家具の下部の前方に板を入れ壁にもたれ気味に置く。
- 寝る場所に家具が倒れてこないように配置する。

照明器具の補強を

- 天井に直接取り付けるタイプの照明が安全。
- つり下げ式のものは、鎖と金具を使って数か所留めて補強する。
- 蛍光灯は蛍光管の落下を防止するため、両端を耐熱テープで止めておく。



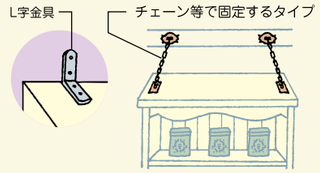
落ちる危険のあるものは置かない

- 家具の上に落ちる危険のあるものを置かないように。

耐震金具を利用しよう

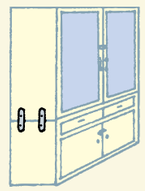
●転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプとがある。家具や室内の状況によって選ぼう。



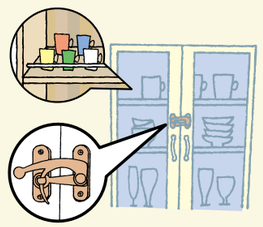
●重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぐ。



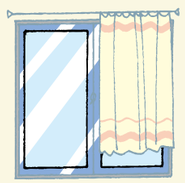
●扉・引き出し開放防止金具

扉・引き出しが開かないようにする。さらに、収納物の落下を防止するために、棚板に滑り止めのふきんなどを敷いたり、木やアルミの棒による飛び出し防止枠をつけると安心です。



ガラスの飛散防止対策を

- 飛散防止フィルムをはる。
- 食器棚や額縁などに使われているガラスにも飛散防止フィルムをはっておこう。



家の耐震診断をしましょう

松江市では木造住宅の『耐震診断費補助事業』を行っています。
木造住宅の地震に対する安全性を判断するための耐震診断を希望する木造住宅の所有者の方に対して、診断を行った際の費用を一部補助します。昭和56年5月以前に建った建物が対象です。
また、診断後は耐震改修、建替えを対象とした補助金もあります。
詳しくは、**松江市建築指導課建築指導係　Tel 55－5342**へお問い合わせください。

地震が起きたら

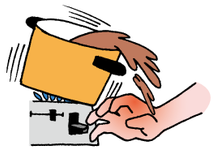
地震から身を守る最大のポイントは、普段からの備えとあわてず、落ち着いた行動です。ケガや火災などの二次災害を引き起こさないためにも、いざという時の行動を覚えておきましょう。

① まずわが身の安全を図れ

ケガをしたら火の始末や避難がおくれてしまいます。家具の転倒や落下物には充分な対策を。

② 無理して火の始末をしない

無理して火を消しに行くと、調理器具が落ちてきてやけどをしたりするので、揺れが収まるまで待ちましょう。



③ 非常出口を確保する

とくに鉄筋コンクリートの建物内にいるときは、閉めたままだと建物がゆがみ、出入口が開かなくなることがある。

④ 火が出たらまず消火を

「火事だ！」と大声で叫び、隣近所にも協力を求め初期消火に努める。

⑤ 正しい情報をつかみ、余震に注意する

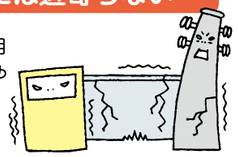
テレビやラジオで正しい情報を。

⑥ 外へ逃げるときはあわてずに

外へ逃げるときは、瓦やガラスなどの落下物に注意し、落ち着いた行動を。

⑦ 狭い路地、塀ぎわ、がけや川べりには近寄らない

ブロック塀・門柱・自動販売機などは倒れやすいので要注意。



⑧ 山崩れ、がけ崩れ、津波に注意する

山間部や沿岸部で地震を感じたら、早めの避難を。

⑨ 避難は徒歩で、荷物は最小限にする

避難場所には徒歩で避難を。車は使わない。避難する前にガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。

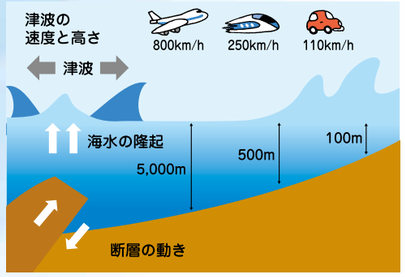
⑩ みんなが協力し合って応急救護

お年寄りや身体の不自由な人、ケガ人などに声をかけ、みんなで助け合う。

津波に備えて

津波について

海底で地震が発生すると津波が発生することがあります。
松江市の日本海側では最大で高さ4mをこえる津波が海岸に襲来するおそれがあります。



（東日本大震災の津波）

津波発生原因 海底の地震など

現　象	スピードの速い大きな波が繰り返し襲来し、浸水被害が起こる
注　意すべき点	•沿岸で高くなり、防潮堤を乗り越えて浸水を引き起こす •破壊力があり建物などを破壊する •地震が起きてから短時間で襲来する •地震による建物倒壊や土砂崩れにより避難が困難になることがある

こんなときは

- **強い地震（震度4以上）の揺れ**
- **弱くても長くゆっくりとした揺れ**

を感じた時

または

- **津波警報**

気象庁の発表基準

大津波警報　3mを超える津波
津波警報　1m超～3m以下の津波

が発表された時

- **津波注意報**

津波注意報　1m以下の津波

が発表された時

海辺にいる人：陸上の安全な場所へ避難
沿岸部の人：すぐ避難できるように準備

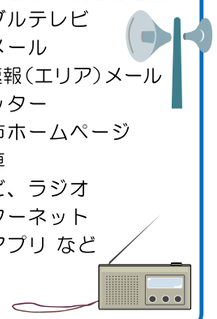
磯釣り・海水浴はしない

情報を確認し

- **正しい情報を確認する**

情報入手方法

- ■防災行政無線（屋外スピーカー）
- ■屋内告知端末（おしらせ君）
- ■マーブルテレビ
- ■防災メール
- ■緊急速報（エリア）メール
- ■ツイッター
- ■松江市ホームページ
- ■広報車
- ■テレビ、ラジオ
- ■インターネット
- ■防災アプリ など



安全なところへ避難

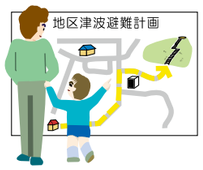
- **高台や高いビルなどの安全な場所へ避難する**

おちついて避難

（原則徒歩）

避難場所・経路の確認

日頃から避難場所・避難経路の確認をしておきましょう。



津波警報・注意報の分類

	予想される津波の高さ		想定される被害
	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	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれる。
	10m（5m<高さ≦10m）		
	5m（3m<高さ≦5m）		
津波警報	3m（1m<高さ≦3m）	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。
津波注意報	1m（20㎝≦高さ≦1m）	（表記しない）	海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだの流失、小型船舶の転覆。

●震源が陸地に近いと津波警報が津波の襲来に間に合わないことがあります。「揺れたら避難」を徹底しましょう。
●津波は沿岸の地形などの影響により局所的に予想より高くなる場合があります。より高い場所へ避難しましょう。
●地震発生後、予想される津波の高さが20㎝未満で被害の心配がない場合、または津波注意報の解除後も海面変動が継続する場合には、「津波予報（若干の海面変動）」が発表されます。

地区津波避難計画を活用しましょう

津波による被害を軽減することを目的に、日本海沿岸地域などでは住民参加のワークショップを開催し、避難場所、避難経路、避難行動計画などをまとめた「地区津波避難計画（避難マップ）」を作成しています。

避難訓練などに積極的に参加するとともに、家庭や地区で情報を共有しましょう。

津波避難の心得

状況に応じた判断を！

津波避難計画だけでなく、避難の際は、その場の状況に応じた対応が必要です。

周りに声をかけながら避難！

「津波が来ること」や「すぐに避難すること」を呼びかけながら避難しましょう。

津波警報・注意報が解除されるまで避難！

自分で判断せずに津波警報・注意報が解除されるまで避難行動を続けましょう。

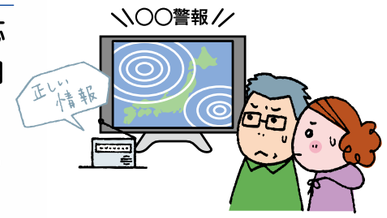
風水害に備えて

早め早めの防災行動が命を守ります。

「タイムライン」とは？

タイムラインとは、災害が発生することを前提として災害対応をする機関や住民が「いつ」、「誰が」、「何をするか」に着目し、とるべき行動を時系列で整理した計画です。

松江市はタイムラインを活用した防災・減災を進めていきます。



【タイムラインの一例】

「誰が」

「いつ」	気象庁	国土交通省	交通サービス	市町村	住民
台風発生	○台風予報				
台風上陸の可能性	○台風に関する記者会見	○連絡体制等の確認 ○協力機関の体制確認	○交通サービス運行停止予告 ○運行停止手順の確認・公表	○避難体制の確認・周知	○防災用品の準備
災害発生の危険性	○台風に関する記者会見（特別警報発表の可能性） ○大雨・洪水等警報 ○氾濫警戒情報 ○大雨・暴風・高潮等特別警報	○リエゾンの派遣 ○所管施設の巡視	○運行停止 ○施設保全・待避終了	○避難指示 ○避難者の誘導・受入	○避難の開始
台風接近	○氾濫危険情報	○市町村長へ事態切迫状況の伝達		○避難指示	○屋内安全確保
台風上陸	○氾濫発生情報	○TEC-FORCE 活動（道路啓開等） ○被害状況の把握 ○緊急輸送路の確保	○被害状況の把握 ○施設点検 ○運行見通しの公表	○支援の要請	

体制の早期構築
運行停止の可能性を早めに周知
避難の可能性を早めに周知
早期復旧・再開が可能となるように施設保全・待避
早期に避難を開始
「何をするか」
台風上陸前に避難を完了

出典：国土交通省国土保全局

洪水時の避難は…

水位の確認

歩ける深さは股下までです。無理をせず、高所で救助を待つのが安全です。

足元に注意をはらう

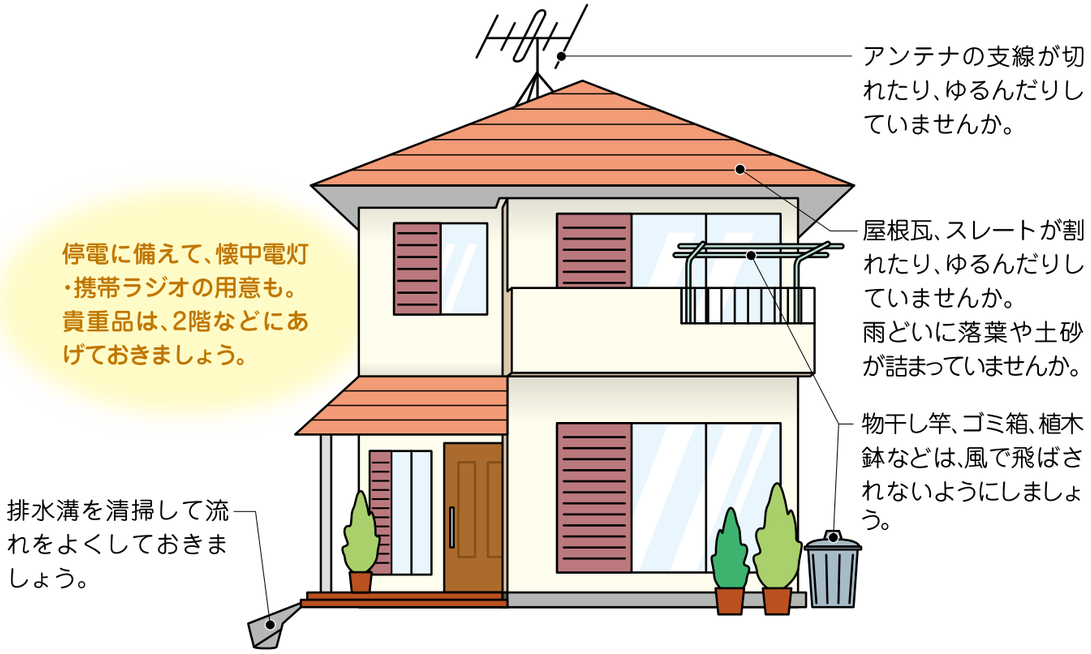
素足、長ぐつは禁物です。ひもでしめられる運動靴をはき、棒を杖がわりにして安全確認しましょう。

子供、お年寄りから目を離さない

はぐれないよう、お互いの身体をロープで結んで避難しましょう。

家屋の点検

台風や集中豪雨に備えて、雨や風が強くなるまえに点検しておき、早目に対処しておきましょう。



地下室に注意

台風・高潮

● 台風の影響による様々な災害 ●

台風によってどのような災害が起こるのか、前もって認識することが重要です。

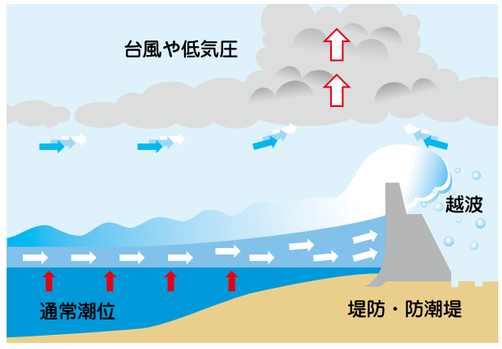
台風の強さと大きさ

強　　さ	最 大 風 速
強い	33m/s以上44m/s未満
非常に強い	44m/s以上54m/s未満
猛烈な	54m/s以上

大　き　さ	風速15m/s以上の半径
大型（大きい）	500km以上800km未満
超大型（非常に大きい）	800km以上

● 高潮について ●

高潮は台風などにより発生し、満潮と重なると広い範囲で浸水するおそれがあります。
中海でも高潮の影響を受けることがあります。



高潮発生原因　台風や低気圧

現　象	長時間にわたり、異常に高い潮位が続き、浸水被害が起こる

注　意 すべき点	●大潮時や満潮時に発生しやすい ●台風の接近時には、高潮の発生に警戒する ●大雨や暴風により避難が困難になることがある

過去の水害

昔、斐伊川は直接日本海へ注いでいましたが、江戸時代に宍道湖へと流れを変え、それ以来松江の街は度重なる水害に見舞われてきました。

特に昭和 47 年 7 月の水害では約 2 万戸が浸水し、水がひくまでに 1 週間を要しました。

昭和47年 水害

昭和47年の水害では、松江市街地の広い範囲で浸水しました。地域で起きた過去の災害や特性を把握して、今後の防災対策に役立てましょう。

写真：国土交通省出雲河川事務所所有

平成18年7月 豪雨

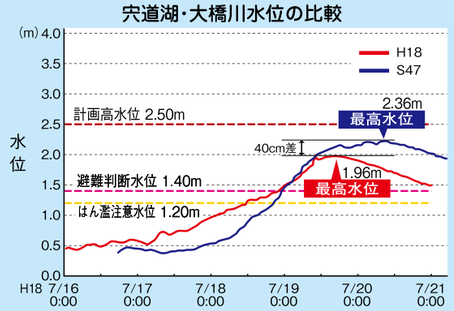
平成18年7月15日から降り続いた雨は21日までに松江での総雨量が418mm、斐伊川流域の平均では378mmに達し、宍道湖（松江）の最高水位は7月19日、1.96mに上昇。この雨により、市内の各所で床上・床下浸水、土砂の崩落などの被害が発生しました。

昭和47年水害と平成18年７月豪雨の被害状況

区分	被害種別	昭和47年	平成18年
住家被害	床上浸水	5,900棟	212棟
	床下浸水	14,485棟	1,215棟
宍道湖（松江）の水位※		2.36m	1.96m
総雨量（斐伊川流域平均）		538mm	378mm

※宍道湖（松江）とは「松江水位観測所」のこと

宍道湖・大橋川水位の比較



浸水想定区域図

浸水想定区域図は、万が一洪水が起きたときに、浸水のおそれがある区域を市民の皆さんにあらかじめ周知をしておき、円滑かつ迅速な避難の確保を図ることを目的に作成されています。

松江市に関係する浸水想定区域図として斐伊川流域（斐伊川、宍道湖、大橋川・中海、境水道）、意宇川があり、国土交通省及び島根県より公表されています。

ハザードマップには、この浸水想定区域を記載していますので、お住まいの地域を確認しておきましょう。

松江市及び周辺の河川の状況

浸水想定区域図の想定条件

● 斐伊川流域（斐伊川、宍道湖・大橋川・中海、境水道）

斐伊川（斐伊川・宍道湖・大橋川・中海・境水道）がはん濫した場合に想定される浸水の状況をシミュレーションにより求めたものです。

斐伊川流域の48時間総降雨量516mm、宍道湖・中海流域の48時間総降雨量505mmになった場合の想定です。

● 意宇川

意宇川がはん濫した場合に想定される浸水の状況をシミュレーションにより求めたものです。

意宇川流域全体で24時間総雨量589mm、ピーク時の1時間に129mmの雨量があった場合の想定です。

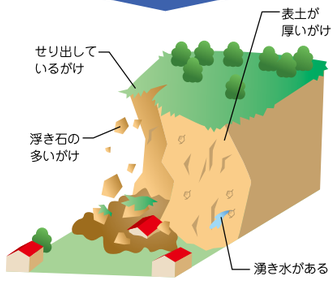
なお、シミュレーションにあたっては、支派川のはん濫、想定を超える降雨、高潮、波浪、内水によるはん濫などを考慮していませんので、この浸水想定区域に指定されていない区域においても浸水が発生する場合や、想定される水深が実際の浸水深と異なる場合があります。

土砂災害に備えて

大雨時、台風時などや地震が起きたときには、地盤がゆるみ、がけ崩れや土石流、地すべりといった土砂災害を引き起こす可能性があります。

土砂災害から身を守るためには、まず自分の家の周りに危険がないか確かめることが重要です。また、土砂災害には前ぶれ現象があります。前ぶれ現象を感じたら速やかに避難するようにしましょう。

がけ崩れ

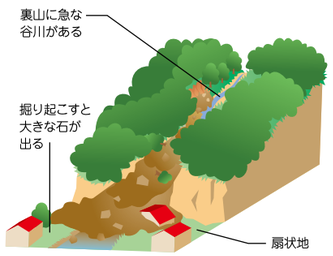


地面にしみ込んだ雨水などが土の抵抗力を弱め、弱くなった急ながけ地や斜面が突然崩れ落ちることです。地震によって起こることもあります。突発的に起こり、短時間のうちに崩れたり落石があるので、逃げ遅れた場合、死者が出る割合が高くなります。

こんなときは 赤信号

- 斜面の途中から水が急に湧き出してくるとき。
- 斜面からパラパラと小石などが落ちてくるとき。
- 石垣やよう壁のずれ、盛り上がり、亀裂があるとき。

土石流

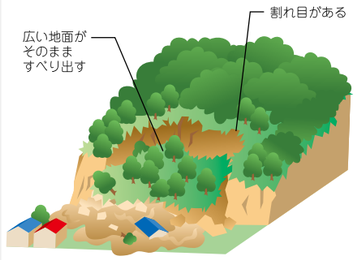


谷や斜面に溜まった土砂が、大雨や長雨による水といっしょに、一気に流れ出てくるものです。破壊力が大きく、速度も速いので、大きな被害をもたらします。「山津波」とも呼ばれます。

こんなときは 赤信号

- 立木の裂ける音や大きな石の流れる音が聞こえるとき。
- 渓流の流水が急激に濁り出したり、流木などがまざっているとき。
- 降雨が続いているにもかかわらず渓流の水位が急激に減少しはじめたとき（上流で崩壊した土砂により流れが止められているおそれがある）。
- 渓流付近の斜面が崩れ出したり、落石などが起こり始めそうなとき。

地すべり



地中の粘土層などすべりやすい面にしみ込んだ雨水などの影響で、山腹がゆっくりと動き出す現象です。比較的緩やかな斜面でも起こります。一度に広い範囲が動くため、住宅や道路、耕地などに大きな被害をもたらします。

こんなときは 赤信号

- 地面に割れ目ができているとき。
- 池や井戸の水が急に減ったり、濁ったりしたとき。

土砂災害の多くは雨が原因で起こります。
1時間に20mm以上、または降り始めてから100mm以上になったら十分な注意が必要です。

土砂災害警戒区域と土砂災害特別警戒区域について

土砂災害防止法では、土砂災害の3つの現象（急傾斜地の崩壊・土石流・地すべり）について、2種類の区域（土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域）を指定しています。
イエローゾーン　　レッドゾーン

急傾斜地　　土石流　　地すべり

土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生じるおそれがあると認められる区域。

■急傾斜地の崩壊
- 傾斜度が 30 度以上で高さが 5m 以上の斜面
- 斜面の下端から高さの 2 倍（最大 50m）

■土石流
- 土石流が発生するおそれのある渓流において、土石流が堆積する区間で、勾配が 2 度以上の区域

■地すべり
- 地すべりするおそれのある区域
- 地すべりのおそれのある区域下端から、区域と同じ長さの範囲（最大 250m）

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）

急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、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と認められる区域。

■国が定めた計算式に基づき、急傾斜地の崩壊等に伴う土石等の移動等により建築物に作用する力の大きさが、通常の建築物の耐力を上回る区域。

※地すべりの土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）の調査及び指定は当面おこないません。

土砂災害のおそれがある箇所をハザードマップに示していますので、あらかじめ確認しておきましょう。また、大雨などにより土砂災害が発生しやすい状況になると、土砂災害警戒情報が発表されます。

これらの情報を活用して、土砂災害から身を守りましょう。

土砂災害警戒情報及び土砂災害危険度情報は、気象庁ホームページ及び島根県ホームページでご覧いただけます。

- 気象庁　土砂災害警戒情報（島根県）http://www.jma.go.jp/jp/dosha/337_index.html
- 島根県　土砂災害危険度情報　http://www1.pref.shimane.lg.jp/contents/sabo_uryou/www/keikai/

原子力災害に備えて

原子力災害は特殊な災害です。

原子力災害は、地震、風水害、火災などとは違い、五感に感じることができず、身体への影響の程度や、どのように行動すればよいのかを自ら判断できません。

原子力災害に対処するためには、放射線に関する知識や放射線測定器などが必要なので各自で勝手に行動せず、県や市からの情報をしっかりと確認して行動することが大切です。

原子力発電所の事故や災害の情報

原子力発電所で大きな事故が発生した場合や、放射性物質が大量に漏れ出す原子力災害が発生した場合には、国･県･市は災害対策本部を設置し、みなさんがどのように行動すれば良いかなど、必要な情報を、テレビ、ラジオ、屋外スピーカー、マーブルテレビ、防災メール、緊急速報メール、広報車などを通じて速やかにおしらせします。

区域に応じて対応方法を定めています

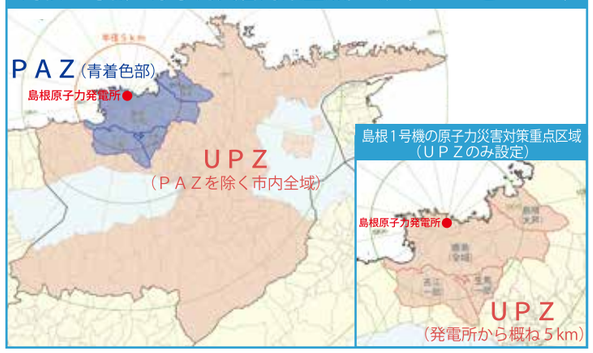
(1)ＰＡＺとＵＰＺ

松江市全域は、原子力災害対策を重点的に実施すべき区域（原子力災害対策重点区域）に指定されており、原子力発電所からの距離に応じて、原子力災害に対する対応方法を定めています。

島根２号機の事故に対しては、発電所から概ね５km圏をPAZ(ピーエーゼット)、PAZを除く市内全域をUPZ(ユーピーゼット）と区分し、それぞれ原子力災害に対する対応方法を定めています。

なお、島根１号機の事故に対しては、廃止措置中であること、使用済燃料が十分に冷却されていることから、発電所から概ね5kmの範囲をUPZとし、その範囲外では区域の指定はありません。

島根２号機の原子力災害対策重点区域（ＰＡＺとＵＰＺ）



ＰＡＺ ※島根２号機は概ね５km の範囲 島根１号機は定めない

放射性物質の大量放出前に予防的に広域避難の指示、安定ヨウ素剤の服用指示が出ます。

ＰＡＺの区域

- ○鹿島地区（全域）
- ○島根地区の一部（大芦）
- ○生馬地区の一部
  （上佐陀町、下佐陀町、西生馬町）
- ○古江地区の一部
  （古志町、西谷町、荘成町、東長江町の一部、西長江町の一部）
  ※東長江町と西長江町の一部とは、市道古志大野線より北側の区域です。

ＵＰＺ ※島根２号機はＰＡＺを除く市内全域 島根１号機は概ね５km の範囲

原子力発電所の事故の状況や原子力災害の状況により屋内退避や広域避難指示が出ます。

島根２号機	島根１号機
ＰＡＺを除く全市域	発電所から概ね５km 圏（２号機のＰＡＺの区域と同じ）

(2) 事故や災害の状況に応じた対応方法

PAZにおいては、大量の放射線を浴びることによる急性障害を避けるため事故の進展に応じて早めの対応を行います。
UPZにおいては、基準以上の放射線を浴びることによる将来的な健康障害を避けるための対応を行います。

事故の状況（各状況における事故の例示は２号機のもの）	ＰＡＺ ※島根２号機は概ね５km の範囲（島根１号機は定めない）	ＵＰＺ ※島根２号機はＰＡＺを除く市内全域（島根１号機は概ね５km の範囲）
事故発生（警戒事態）原子炉へ注水する通常の機能が喪失する　など	○搬送・受入体制を準備したうえで避難しないと健康リスクが高まる方※1は避難準備を実施 ○生徒、児童、園児は保護者への引渡しを開始 ○一時集結所にて安定ヨウ素剤を配布	
事故の拡大（施設敷地緊急事態）原子炉へ注水する非常用の機能の一部が喪失するなど	○住民の方々は避難準備を実施 ○搬送・受入体制を準備したうえで避難しないと健康リスクが高まる方※1は準備が整いしだい広域避難を実施 ○学校等に残っている生徒、児童、園児はバスで松江市総合体育館に退避（予備：くにびきメッセ）※2	○生徒、児童、園児は保護者への引渡しを開始 ○一時集結所にて安定ヨウ素剤を配布
重大事故の発生（全面緊急事態）原子炉への注水機能全喪失　など	○住民の方々は広域避難を実施 （自治体が配布した安定ヨウ素剤を避難実施時に服用する）	○住民は屋内退避しながら避難準備を実施 （原子力発電所の状況やＰＡＺの避難状況を踏まえて段階的避難を行う場合もある）
原子力災害 大量の放射性物質が環境へ放出	○住民の方々は広域避難を継続実施 （放射性物質の放出状況によって避難より屋内退避を優先する場合がある）	○放射性物質の放出状況を踏まえ、防護措置を実施すべき区域を設定 ⇒500μSv/h を超えた地域は広域避難 ⇒20μSv/h を超えた地域は食物摂取制限とともに１週間以内に広域避難を実施。 ○学校等に残っている生徒、児童、園児は、学校がある地区の避難先に避難を開始。

※１　社会福祉施設入所者や入院患者など、搬送・受入体制を準備しないまま広域避難を行うと健康リスクが高くなる方をいい、在宅で同じ条件の方も含まれます。広域避難の準備が整わない場合は、放射線防護対策が施された「特別養護老人ホームあとむ苑」、「東部島根医療福祉センター」で屋内退避を行います。

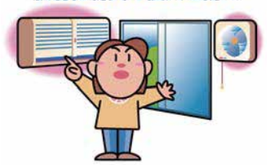
※２　ＰＡＺの生徒、児童、園児は、事故が施設敷地緊急事態に拡大した時点で松江市総合体育館（予備施設はくにびきメッセ）に退避させ、そこで保護者へ引き渡します。迎えの際、保護者は避難準備を行ってから迎えに来て下さい。

原子力災害時にはどのような指示が出るの？

屋内退避の指示がでたら

自宅や職場、最寄りの公共施設の中などに入りましょう。
そして、次の指示が出るまで屋内で待つようにしてください。

放射性物質の侵入を防ぐ



室内に外気を取り込まないようにするため、ドアや窓を閉め、換気扇、換気機能付きのエアコンなどを止める。

体についた放射性物質を洗い流す

外から帰ってきた人は、着替えて顔や手を洗う。着替えた衣服はビニール袋に保管し、他の衣服と区別しておく。

放射性物質による汚染を防ぐ

室内に入った放射性物質の付着を防ぐため、食品にラップやフタをする。

正確な情報をつかむ

広報車、ラジオ、テレビ、緊急速報（エリア）メールなどで正確な情報を入手する。

建物の中に入るだけでも放射線の影響を低減することができます。

広域避難の指示がでたら

地区毎に松江市外の自治体に避難することになります。
国、島根県、松江市からの情報をよく確認して冷静に行動しましょう。

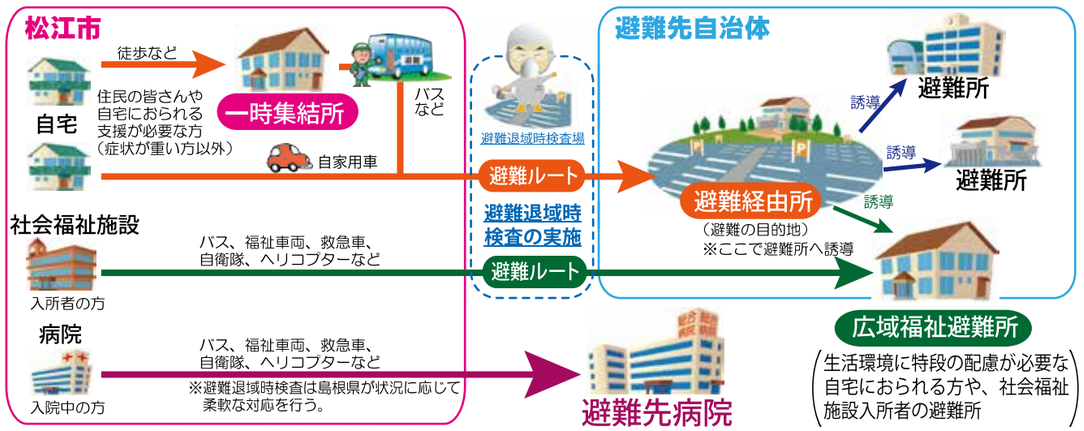
自家用車避難を行う方

自宅から、できるだけ乗りあわせのうえ、**避難ルート**（※）を通り、地区ごとに定められた避難先に避難します。避難先の目的地となる**避難経由所**（※）が開設されていますので、ここで避難所への誘導を受けます。放射性物質が放出した後に避難する場合は、車や衣服に付着した放射性物質の量を確認するため、避難ルートの途中で設置された**避難退域時検査場**での放射線測定器による検査を行います。
※避難ルートや避難経由所は地区ごとに定めています。詳しくは避難計画パンフレットや松江市HPをご覧ください。

バス避難（集団避難）を行う方

地区ごとに定められた**一時集結所**へ移動し、行政が用意したバス等で避難します。（**避難退域時検査場**を経由し、**避難経由所**に向かいます。）

【広域避難のイメージ】



※在宅の方で症状が重い方は行政が搬送手段を用意します。
※社会福祉施設入所者、入院中の方は施設の指示に従います

広域避難の際の準備等について

避難先では物資の支給が行われますが、早期に支給できないことも想定した避難準備を行っておくことが大切です。原子力災害においても、自然災害時と同様に非常持ち出し品の準備などの備えを行うことが大事です。
また、避難の際の留意事項も読んでおきましょう。

避難の際の留意事項

非常持ち出し品

バス等による集団避難の場合持ち出し品が多いと避難が大変です。目安は男性で15kg、女性で10kg程度です。
※自家用車避難の場合は多く荷物を載せることができますが運転に支障がない量とします。

外衣、マスクの着用

放射性物質による汚染を避けるため、皮膚の露出をできるだけ避ける服装とします。
汚染したら外衣などを脱いで汚染を防ぎます。

戸締まりなど

電気のコンセントを抜き、ガスの元栓を閉め、戸締まりを忘れずに。

近隣での助け合い

隣近所にも声をかけ、病気や高齢者の方を助けるなど、お互いに協力しましょう。

自家用車避難

放射性物質が拡散している地域を通る際には、窓を閉め、エアコンは内気循環にして外気ができるだけ入らないようにします。
避難の際は、広域避難計画パンフレットの表面をダッシュボードに掲示し、避難車両であることを知らせます。

ペット

ペットは長期の避難を想定して連れて行きます。
バス避難の場合はケージに入れるなど搬送時に配慮し、避難先での居住スペースは避難先自治体の指示を受けて下さい。
（えさなどの世話は自身で行います。）

自主的な避難所運営

避難所は、避難者に安心と安全を提供するとともに、避難者が互いに励まし、助け合いながら生活再建を始めるための拠点ともなります。
避難者のニーズに応じ、生活環境を向上させるため、できるだけ早期に、避難者による自立的な避難所運営を行う体制を整えます。
※支所・地区毎の災害対策本部や市の職員等と協力し、避難所毎に「避難所運営委員会」を設置します。

各地区の避難先について

地区毎の避難先の一覧は以下のとおりです。

〈島根県内〉

避難地区名	受入市町村名
鹿島、生馬、古江	大田市
島　根	奥出雲町
法吉、城北 城東、朝日	浜田市
城　西	江津市
秋　鹿	川本町・美郷町
大　野	飯南町
白　潟	邑南町
雑　賀	益田市
乃　木	益田市・津和野町、吉賀町

〈岡山県〉

避難地区名	受入市町村名
川津、大庭	岡山市
持田、美保関	倉敷市
本　庄	倉敷市・早島町
朝　酌	玉野市
八　束	総社市
東出雲	井原市、高梁市・新見市・吉備中央町
竹　矢	浅口市・笠岡市・里庄町・矢掛町

〈広島県〉

避難地区名	受入市町村名
古志原	尾道市
津田、宍道	福山市
玉　湯	府中市
八　雲	庄原市
忌　部	神石高原町

各地区の避難計画パンフレットを松江市HPに掲載しています。

松江市　避難計画　検索

自然災害時の避難について

松江市では、地震、水害、土砂災害などにより市民の生命・身体に危険が及ぶおそれがある場合に避難情報を発令し避難所を開設します。

学校や公共施設など、避難所の場所を事前に確認しましょう。

避難指示など

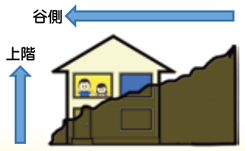
避難準備・高齢者等避難開始

避難に時間のかかる要配慮者とその支援者は立退き避難する。
その他の人は立退き避難の準備を整えるとともに、防災気象情報等に注意を払い、自発的に避難を開始することが望ましい。

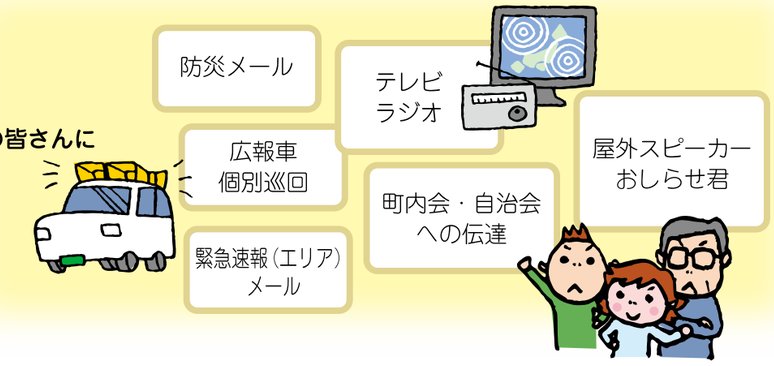
避 難 指 示

指定避難所等への立退き避難を基本とする避難行動をとる。
指定避難所等への立退き避難はかえって命に危険を及ぼしかねないと自ら判断する場合には、「近隣の安全な場所※1」への避難や、「屋内安全確保※2」を行う。

※1　近隣の安全な場所：指定避難所等ではないが、近隣のより安全な場所・建物等
※2　屋内安全確保：その時点に居る建物内において、より安全な部屋等への移動
注意　突発的な災害等の場合、避難情報の発令が間に合わないこともあるため、身の危険を感じたら躊躇なく自発的に避難することが必要。
★　避難勧告と避難指示は、令和３年度の法改正で、上記のとおり避難指示に１本化される予定です。



避難指示などは、右の方法で市民の皆さんに伝達されます。



指定避難所

指定避難所

地震・風水害などの被害を受けた市民や被害を受けるおそれのある市民などが避難するところです。

安全が確認され、かつ、避難者を一時収容、保護し、生活機能が確保できるところで、市が指定・運営するものです。

福祉避難所

福祉避難所は、高齢者や障がい者のうち、特別の配慮を必要とする人が避難する施設です。

避難にあたっては、身の安全を守ることを最優先として、まずは市が開設した指定避難所に避難してください。

警戒レベルを用いた避難情報について

水害や土砂災害の避難情報等については、災害発生のおそれの高まりに応じて、市民の皆さんがとるべき行動を、「警戒レベル」を付けて発令します。

防災情報はいろいろあるけど
いつ避難すればいいの？

逃げ遅れゼロへ！

警戒レベル4で全員避難!!

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報※2（市町村が発令） ※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令
警戒レベル4 全員避難	速やかに危険な場所から避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示（市町村が発令）
警戒レベル3 高齢者等は避難	避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・高齢者等避難開始（市町村が発令）
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等（気象庁が発表）
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報（気象庁が発表）

【警戒レベル相当情報（例）】

警戒レベル５相当情報
氾濫発生情報
大雨特別警報　等

警戒レベル４相当情報
氾濫危険情報
土砂災害警戒情報　等

警戒レベル３相当情報
氾濫警戒情報
洪水警報　等

（国土交通省、気象庁、都道府県が発表）

これらは、住民が自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。

★避難勧告と避難指示は、令和３年度の法改正で、上記のとおり避難指示に１本化される予定です。

【警戒レベル4】避難指示の伝達例
- 緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。警戒レベル4、避難開始。
- こちらは松江市です。
- ○○地区に洪水に関する警戒レベル4、避難指示を発令しました。
- ◇◇川が氾濫するおそれのある水位に到達しました。
- 速やかに全員避難を開始してください。
- 避難場所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか、屋内の高いところに避難してください。
- 避難所は、△△公民館を開設します。

新型コロナウイルス感染症対策をとり入れた災害時の避難について

松江市は、避難した皆さんの十分なスペース確保のために、通常の災害発生時よりも多くの避難所を開設するなどして対応します。ご家庭でも、以下について備えておきましょう。

事前の備え

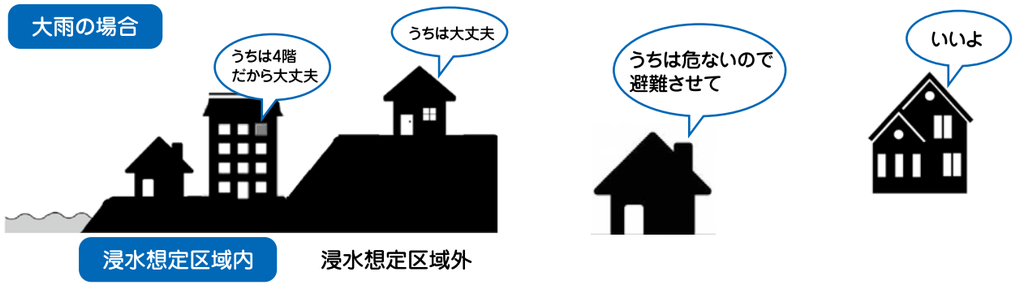
通常の非常持ち出し品に加え、**マスク**、**体温計**や**除菌シート**を備えておきましょう。

市は、避難所での感染防護具（マスク･消毒液など）の準備に努めますが、数に限りがありますので、可能な限り各自でご持参ください。

避難情報が発令されるなど、災害が発生するときは

自宅での安全が確保される場合、避難所に行く必要はありません。

親戚や友人宅が安全であれば、避難先として検討して下さい。



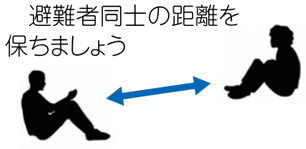
避難所の収容人数を超える場合は、ほかの避難所に移動をお願いすることもありますのでご了承ください。

避難所での過ごし方

避難所に避難した皆さんも下記の「**3密**」を防ぐため、ご協力をお願いします。

密閉空間
1時間に2回は換気を

密集場所
避難者同士の距離を保ちましょう



密接場面
近距離での会話は最低限に

手洗いや咳エチケットなどのお願い

避難所でさまざまなものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着する可能性があります。
手洗い、咳エチケット（マスク、ハンカチなどで口を押さえる）などの対策をお願いします。

「新しい生活様式」の実践例

① 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の３つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

□人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。　□会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
□外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。
　ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
□家に帰ったらまず手や顔を洗う。人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
□手洗いは 30 秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）。
※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

□感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
□発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
□地域の感染状況に注意する。

② 日常生活を営む上での基本的生活様式

□まめに手洗い・手指消毒　□咳エチケットの徹底　□こまめに換気（エアコン併用で室温を 28℃以下に）
□身体的距離の確保　□「3密」の回避（密集、密接、密閉）
□一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
□ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養

③ 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

□通販も利用　□1人または少人数ですいた時間に
□電子決済の利用　□計画をたてて素早く済ます
□サンプルなど展示品への接触は控えめに
□レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

□公園はすいた時間、場所を選ぶ
□筋トレやヨガは、十分に人との間隔をもしくは自宅で動画を活用
□ジョギングは少人数で
□すれ違うときは距離をとるマナー
□予約制を利用してゆったりと
□狭い部屋での長居は無用
□歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

□会話は控えめに　□混んでいる時間帯は避けて
□徒歩や自転車利用も併用する

食事

□持ち帰りや出前、デリバリーも
□屋外空間で気持ちよく
□大皿は避けて、料理は個々に
□対面ではなく横並びで座ろう
□料理に集中、おしゃべりは控えめに
□お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

□接触確認アプリの活用を
□発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

④ 働き方の新しいスタイル

□テレワークやローテーション勤務　□時差通勤でゆったりと　□ オフィスはひろびろと
□会議はオンライン　□対面での打合せは換気とマスク

「内閣府 HP 出典」

非常時に備えて

災害はいつどこで起こるかわかりません。いざというときに備え、非常持ち出し品と非常備蓄品を用意しておきましょう。

非常持ち出し品

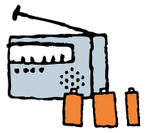
持ち出し品を欲張りすぎると避難が大変です。目安は男性で15kg、女性で10kg程度です。

貴重品

現金、権利証書、預貯金通帳、免許証、健康保険証、印鑑、クレジットカード・キャッシュカード類、小銭など

ラジオ

予備電池も忘れずに



非常食品

乾パン、缶詰など火を通さなくても食べられる物やミネラルウォーターなど

懐中電灯

予備電池も忘れずに

応急医薬品

ばんそうこう、傷薬、包帯、抗生物質、病人やお年寄りの常備薬など

衣類

下着、上着、タオル、紙おむつなど

洗面用具など

歯ブラシ、せっけん、生理用品など

非常備蓄品

非常備蓄品は、災害復旧までの数日間（最低3日分）自ら生活できるように準備しておくものです。

食品

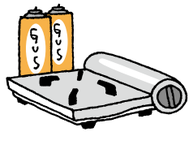
米（缶詰やレトルトのごはんなども便利）、缶詰、菓子類、梅干や調味料など

水

飲料水は1人1日3リットルを目安に。沸かしてから飲む

燃料

卓上コンロ、固形燃料、予備ボンベなど



高齢者や乳幼児用食品 粉ミルクや離乳食、流動食、おかゆなど

非常持出品チェックリスト

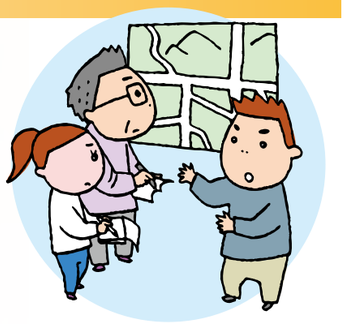
品　名	備　考
☐ 現金（小銭含む）	
☐ 預金通帳	
☐ 証書類	
☐ 印鑑	
☐ 健康保険証	
☐ 免許証	
☐ クレジットカード キャッシュカード	
☐ マイナンバーカード	
☐ お薬手帳	
☐ 常備薬	
☐ 消毒液	
☐ 傷薬	
☐ 水	
☐ インスタント食品	
☐ 缶詰	
☐ 万能ナイフ	
☐ 懐中電灯	
☐ 携帯ラジオ	
☐ ライター	
☐ レジャーシート	
☐ 裁縫道具	
☐ 毛布	
☐ ウエットティッシュ	
☐ 生理用品	
☐ 衣類	
☐ 軍手	
☐ 洗面用具	
☐ 携帯電話用充電器	
☐ マスク	
☐ 体温計	
☐ 除菌シート	
☐	
☐	
☐	

自主防災組織について

地域における防災対策

災害発生時には、市や関係機関は全力をあげて対応にあたりますが、火災や道路の寸断・断水・停電など、様々な被害が広い範囲で起きた場合は、対応が困難となります。

このような場合には、地域ぐるみで協力し合い、助け合うことが大切です。地域の自主防災組織を結成して、防災知識を身につけることやいざというときの役割分担を決めるなどして、地域の防災力を高めましょう。



自主防災組織の役目と活動

避難経路の確認
危険箇所の把握

要配慮者への日頃の支援
災害発生時の助力活動
避難誘導

心の支え合い、健康保持の協力
給食・給水活動への協力
環境や衛生の保持への協力
情報収集・伝達の協力

自主防災組織の活動状況

避難ルームの設置訓練

要配慮者の避難誘導訓練

松江市指定避難所一覧（橋北）

○：開設可　▲：要安全確認　×：開設想定なし

地区	避難所番号	施設名	災害対応 震災害	水害	土砂災害
城東	1	母衣幼稚園	○	▲	○
	2	母衣小学校	○	▲	○
	3	松江市総合体育館	○	○	○
	4	島根県民会館	○	▲	○
	5	城東公民館	○	▲	○
	6	松江商工会議所	×	▲	○
	7	県立産業交流会館（くにびきメッセ）	○	▲	○
	8	北公園	○	○	○
	30	城東保育所	○	▲	○
城北	9	県立松江北高等学校	○	○	○
	10	城北公民館	○	▲	○
	11	島根大学教育学部附属義務教育学校 前期課程	○	▲	○
	13	城北幼稚園	○	○	○
	14	城北小学校	○	○	▲
		土砂災害時、校庭での避難はできません。			
城西	16	内中原小学校	○	▲	○
	17	第一中学校	○	▲	○
	18	島根県研修センター	○	▲	○
	19	島根県立武道館	○	▲	○
	22	城西公民館	○	▲	○
	23	島根県職員会館	○	▲	○
	215	城西幼保園	○	▲	○
川津	24	川津幼稚園	○	○	○
	25	川津小学校	○	○	○
	26	第二中学校	○	○	▲
		土砂災害時、校庭での避難はできません。			
	27	松江市国際交流会館（川津公民館）	○	○	○
	28	菅田会館	○	○	○
	29	県立松江東高等学校	○	○	○
	31	島根大学	○	▲	○
	32	島根大学教育学部附属義務教育学校 後期課程	○	▲	○
	33	楽山公園	○	○	×
朝酌	34	朝酌幼稚園	○	○	○
	35	朝酌小学校	○	○	○
	36	朝酌公民館	○	○	▲
		土砂災害時、朝酌公会堂前の市道を通って避難してください。			
	37	市立女子高等学校	○	○	▲
		土砂災害時、北側の校庭から階段を上がって避難してください。			
法吉	38	法吉小学校	○	○	○
	39	法吉公民館	○	○	○
	40	法吉保育所	○	▲	○
	41	比津ヶ丘保育園	○	○	○
生馬	43	生馬小学校	○	○	○
	44	生馬公民館	○	○	○
	45	松江工業高等専門学校	○	○	○
持田	46	持田幼稚園	○	○	○
	47	持田小学校	○	○	○
	48	持田公民館	○	○	○
	49	福原会館	○	○	○
本庄	50	本庄小学校	○	○	○
	51	本庄中学校	○	○	▲
		土砂災害時、体育館での避難はできません。			
	52	本庄公民館	○	○	○
古江	53	古江幼稚園	○	○	○
	54	古江小学校	○	○	○

地区	避難所番号	施設名	災害対応 震災害	水害	土砂災害
古江	55	旧長江小学校体育館	×	○	○
	56	古江公民館	○	○	○
	57	松江海洋センター	○	×	○
	58	湖北中学校	○	▲	○
大野	59	大野幼稚園	○	○	×
	60	大野小学校	○	○	×
	61	松江総合医療専門学校	○	○	○
	62	魚瀬自治集会所	○	○	×
	63	魚瀬世代間交流会館	○	○	×
	64	大野公民館	○	○	×
秋鹿	65	秋鹿幼稚園	○	○	○
	66	旧中島小学校	×	○	×
	67	秋鹿小学校	○	○	○
	68	秋鹿公民館	○	○	▲
		土砂災害時、東側進入路から避難してください。			
鹿島	119	鹿島総合体育館（ニューウェーブ）	○	○	○
	120	佐太小学校	○	○	×
	121	恵曇小学校	○	○	○
	122	鹿島中学校	○	○	○
	123	鹿島東小学校	○	○	○
	124	鹿島御津地区体育館	○	○	×
	129	鹿島文化ホール	○	○	○
	130	御津保育所	○	○	×
	131	御津交流館（旧御津公民館）	○	○	×
	132	恵曇保育所	○	○	▲
		土砂災害時、北側の乳児棟は避難できません。			
	134	佐太幼稚園	○	○	×
	135	講武幼稚園	○	○	○
	194	御津老人福祉センター	×	○	○
	217	鹿島公民館	○	○	○
島根	136	島根体育館	○	○	▲
		土砂災害時、屋外での避難はできません。			
	137	島根小学校	○	○	×
	138	島根中学校	○	○	▲
		土砂災害時、校庭・北側校舎は避難できません。			
	139	島根公民館	○	○	▲
		土砂災害時、屋外での避難はできません。			
	140	野波保育所	○	○	×
	142	マリン保育所	○	○	○
美保関	143	美保関中学校	○	○	○
	144	美保関体育館	○	○	○
	145	美保関小学校	○	○	○
	146	美保関公民館	○	○	○
	147	旧千酌小学校体育館	○	○	○
	148	旧美保関東小学校体育館	○	○	▲
		土砂災害時、校庭での避難はできません。			
	149	美保関西保育所	○	○	○
	150	美保関東保育所	○	○	○
	154	メテオプラザ	○	○	○
八束	155	義務教育学校八束学園	○	○	○
	157	八束体育館	○	○	○
	159	八束公民館	○	○	○
	160	やつか保育園	○	○	○
	219	大塚山公園	○	○	○
	220	八束町江島区民会館	○	○	○
	221	八束千本桜公園	○	○	○

福祉避難所

地区	避難所番号	施設名	災害対応 震災害	水害	土砂災害
城東	195	ライトハウスライブラリー	○	▲	○
城西	20	松江市総合福祉センター	○	▲	○
川津	193	県立松江養護学校（知的）	○	○	○
法吉	222	みずうみ保育園体育館	○	○	○
生馬	192	県立松江清心養護学校（肢体）	○	○	○
鹿島	126	鹿島福祉センター（鹿島ふれあい館）	○	○	○
	127	鹿島多久の湯	○	○	○
美保関	151	にじの家	○	○	×
	152	美保関西ふれあいプラザ	○	○	○
	153	美保関高齢者生活福祉センター（香梅の里）	○	○	○

ハザードマップを活用し、マイ・タイムラインを作成して安全に避難しましょう

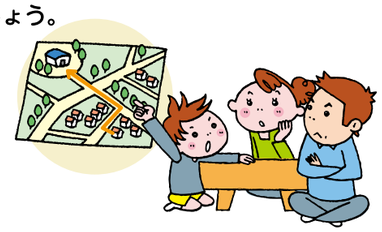
ハザードマップは、浸水が予測される場所（浸水想定区域）や水深、土砂災害警戒区域や指定避難所などが掲載されているマップです。

マイ・タイムラインはハザードマップを活用して災害が近づく前にあらかじめ自分（家族）のとるべき行動を決めておく行動予定表です。（次項参照）

①ハザードマップの活用

いざという時に備え、日頃から大雨による浸水や土砂災害が発生する恐れのある場所などを把握しておき、あなたの家から避難所までの経路について確認しておきましょう。

自宅から避難先までの安全な避難経路を書き込んだ「我が家の防災マップ」を作成しましょう。



ハザードマップは、松江市のホームページにも掲載しています。

パソコンをお持ちの方は、ホームページ上で拡大や、ダウンロードすることも可能です。また、自宅周辺を拡大して取り込んだ画像や、紙に印刷したものに経路などを書き込むことにより、「我が家の防災マップ」を作成することができます。

ステップ1　ハザードマップを見て、自宅や学校・仕事場の位置を確認しましょう。

どのくらいの浸水の深さになるのか土砂災害の危険があるのかを知っておきましょう。

ステップ2　近くの避難所・親戚や知人宅を確認しましょう。

「避難」とは「難」をさけることです。避難所以外にも安全な親戚・知人宅での避難も検討しましょう。

ステップ3　避難経路と安全な避難先を決めましょう。

安全な避難先に行くのに、どのような経路があるのかを調べ、安全に避難できる経路と自分たちの避難所を決めましょう。

ステップ4　我が家の防災マップを作成しましょう。

「我が家の防災マップ」が完成し避難する場所が決まったら、マイ・タイムラインを作成しましょう。

完成したら、家族全員で避難所まで歩いてみましょう。

ハザードマップデータの入手方法

松江市防災ハザードマップ（公民館別災害予測図）

松江市　防災情報　検索

ハザードマップデータは市のホームページからダウンロードすることができます。

公民館・支所の地区ごとにハザードマップを作成していますので、必要な地区のハザードマップをダウンロードしてください。

島根県統合型GIS「マップonしまね」

マップonしまねでは、パソコンやスマートフォンから、ご自宅や事業所等任意のポイントを拡大して確認することができます。

②マイ・タイムラインの作成

避難指示などが発令されたとき、“自分だけは大丈夫”と思ったことはありませんか？
いざというときにあわてずに行動するために、いつ、何をするのかを整理しておきましょう。
それが、マイ・タイムラインです。
家族でよく話し合って、マイ・タイムラインをつくってみましょう。

「国土交通省より出典」

作成例

（○○時）　いざという時にどう動く!?　保存版　○○家の 避難行動予定表

まつえマイ・タイムライン

自然災害から自分たちの命を守るため、災害が近づく前にあらかじめ取るべき行動を決めておくと、
いざというときの避難行動に役立ちます。自分の行動予定表「マイ・タイムライン」を作ってみましょう。

台風・大雨など

自宅の危険度　ハザードマップで調べた自宅の危険度などを記入しておきましょう。

洪水浸水予想	土砂災害警戒地域	津波浸水予想	私の避難場所は、
2.0 m	内 / 外	0 m	○○公民館 です。

ハザードマップを確認して自宅の危険度を記入しましょう！

警戒レベル	1	2	3	4	5
避難情報	早期注意情報	注意情報	避難準備 高齢者等避難開始	避難指示	災害発生
警戒レベルごとにその時自分が何をすべきか考えて記入しましょう	災害情報を収集	携帯を充電 （●・花子）に連絡 持ち出し品の（母の常備薬）を確認 ガソリンを入れる 作ったマイ・タイムラインを確認	→避難準備開始 ●●●●●●●●	→避難開始 ●●●●●●●●	

家族全員の行動を考えておきましょう！

行動集（例）

携帯を充電	ガソリンを入れる	（　　）に連絡
→避難準備開始 準備にかかる時間（　分）	→避難開始 避難にかかる時間（　分）	持ち出し品の（　　）を確認

コロナ禍では分散避難を考えましょう：自宅の２階／親戚・知人宅／宿泊施設

（　　時）　いざという時にどう動く!?　保存版　家の 避難行動予定表

まつえマイ・タイムライン

自然災害から自分たちの命を守るため、災害が近づく前にあらかじめ取るべき行動を決めておくと、
いざというときの避難行動に役立ちます。自分の行動予定表「マイ・タイムライン」を作ってみましょう。

自宅の危険度　ハザードマップで調べた自宅の危険度などを記入しておきましょう。

洪水浸水予想	土砂災害警戒地域	津波浸水予想	私の避難場所は、
m	内 / 外	m	です。

警戒レベル	1	2	3	4	5
避難情報	早期注意情報	注意情報	避難準備 高齢者等避難開始	避難指示	災害発生
警戒レベルごとにその時自分が何をすべきか考えて記入しましょう					

行動集（例）

携帯を充電	ガソリンを入れる	（　　）に連絡
→避難準備開始 準備にかかる時間（　分）	→避難開始 避難にかかる時間（　分）	持ち出し品の（　　）を確認

コロナ禍では分散避難を考えましょう：自宅の２階／親戚・知人宅／宿泊施設