内水（ないすい）ハザードマップ

大町市

内水ハザードマップ

内水ハザードマップは、一時的な大雨により水路などから水があふれた場合の内水氾濫予測結果に基づく浸水の範囲とその深さのほかに避難場所などを示し、市民の皆様に自宅などの浸水リスクや浸水時の行動についてあらかじめ確認いただき、日頃から浸水に備えるための情報をまとめたものです。

なお、一級河川からあふれた水による洪水（外水氾濫）については、考慮していません。

大町市防災マップ
ため池ハザードマップ
大町市内水ハザードマップ

お問い合わせ先　大町市役所建設水道部上下水道課施設係
TEL：0261-22-0420
e-mail：Jougesui@city.omachi.nagano.jp

令和６年11月

ハザードマップの使い方

STEP 1　自宅の位置を確認する

まず、自宅や勤務先の位置に印をつけましょう。

STEP 2　浸水想定区域を確認する

水害による被害が想定される範囲（浸水想定区域）は、色分けされ示されています。危険な場所を確認してください。

STEP 3　避難する場所を確認する

避難には、指定緊急避難場所や安全な親戚・知人宅・ホテル・旅館等への立退き避難、安全な自宅等の上階等へ移動する屋内安全確保があります。普段からどう行動するか決めておきましょう。

STEP 4　安全な避難経路を確認する

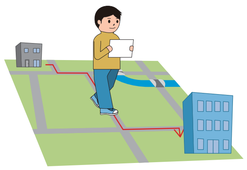
最寄りの避難場所（ＳＴＥＰ３で決めた場所）までの避難経路を考え、書き込んでおきましょう。
できるだけ浸水による危険な場所を避けて設定しましょう。

STEP 5　災害時の対応の仕方を話し合う

「自宅周辺の危険箇所」「避難場所」「避難経路」、そして「避難の仕方」について、家族やご近所の方とあらかじめ話し合ってください。危険が迫った時、自ら避難できるようにしておくことが重要です。
また、援護が必要な方の避難支援や避難の手段などについて話し合っておくことも重要です。

STEP 6　自分たちの目で避難経路を確認する

ＳＴＥＰ２～５で確認した施設や経路について、実際に家族や近所の人たちと歩いてみましょう。そのときには、「施設や経路が安全か？」を確認するとともに、避難をする際に注意すべきことや目印（目標）になるものを、自分の目で確認し、共通の情報として記録しておきましょう。



STEP 7　非常用持ち出し品を準備する

避難するときのための持ち出し品について話し合い、必要なものを準備しておきましょう。リュックサックなどにまとめ、目につきやすい、すぐに持ち出せる所に保管しましょう。

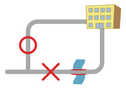
避難時の心得

●正確な情報収集と自主的避難を

テレビ・ラジオ・インターネット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。雨の降り方や浸水の状況に注意し、危険を感じたら自主的に避難をしましょう。

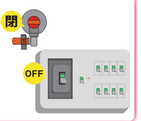
●安全な避難路

避難所までの経路（避難路）は、あらかじめ自分たちで決めておき、安全な避難路を通行しましょう



●避難をする前に

避難をする前に、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を止めておきましょう。



●避難するときは

素足、長靴は危険です。ひもで締められる運動靴を履き、動きやすい服装で、なるべく集団での避難を心がけましょう。

●お年寄りなどの避難に協力を

ご高齢の方、子供、障害のある方などは避難に時間を要するため、早めの避難が必要です。地域の皆さんで協力し合って安全に避難しましょう。

●車などでの避難は危険

避難指示や水害発生後の車での避難は、緊急車両の進行の妨げや渋滞、浸水により車で動けなくなる恐れもあり危険です。やむをえない理由で車を使用する時は早めに避難しましょう。

●マンホールや側溝に注意

マンホール等に気付かずに吸い込まれたり、側溝に足を取られる危険があります。長い棒等で確認しながら歩きましょう。

●丈夫な建物の上層部に避難（垂直避難）

避難所に避難できない場合は、公共施設や店舗等の丈夫な建物の上層階に避難しましょう。災害時に一時避難施設として使用可能な緊急的な施設がありますので確認しておきましょう。

非常時の備え

非常用持ち出し品

- ☐ 水　大災害では、水や食料などの支援物資が不足する事態も想定されます。最低でも３日、可能なら１週間分を備蓄しましょう。
- ☐ 食品
- ☐ 防災用ヘルメット・防災ずきん
- ☐ 衣類・下着
- ☐ レインウェア
- ☐ 上履き
- ☐ 携帯電話（スマートフォン）携帯充電器
- ☐ 懐中電灯
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 予備電池
- ☐ マッチ・ろうそく
- ☐ 常備薬
- ☐ 救急用品
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 軍手
- ☐ 洗面用具
- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ タオル
- ☐ ペン・ノート
- ☐ 貴重品
- ☐ ハザードマップ

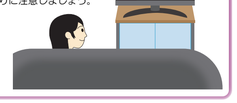
感染症対策

- ☐ マスク
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ 石けん・ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 体温計
- ☐ うがい薬
- ☐ 虫よけスプレー

日頃からの心がけ

●天気予報や気象情報に気を付ける

梅雨期や台風シーズンなど、大雨が起こりやすい時期には、テレビ、ラジオ、新聞の天気予報に注意し、天気の移り変わりに注意しましょう。



●普段から災害時要配慮者に気配りをしましょう

自分の家族や住まいだけでなく、地域全体にも目を向けましょう。特に一人暮らしの高齢者には気配りが必要です。普段から地域で水害時の避難所等を確認するなど、話し合っておきましょう。

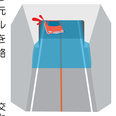
●道路の側溝や雨水ますの点検をお願いします

雨水ますの吸い込み口が落ち葉やごみで詰まると、道路浸水などの原因になります。また、雨水ますやＬ型側溝の上に車乗り入れブロックなどを置かないようにしましょう。

●自宅周辺の危険箇所を確認

河川やアンダーパス（※）はもちろん、冠水時には濁水により足元が見えなくなるため、マンホールや用水路、側溝など、自宅周辺を事前に把握するとともに、避難路を確認しましょう。

※アンダーパス
主要幹線道路や鉄道などと立体交差する道路で路面の高さが前後と比べて低くなっている区間。

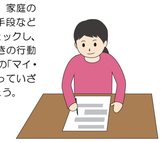


●避難所や避難路を確認しましょう

ハザードマップには、大雨時に避難する場所が表示されています。普段から自分の地区の避難所はどこなのか、そこへ安全に行くためにはどう行けばいいのかを確認しておきましょう。

●事前にマイ・タイムラインを作成しましょう

ハザードマップで自宅の水害危険度を確認したら、家庭の状況、避難先、移動手段など自分自身の状況をチェックし、水害が迫ってきたときの行動を考えて、あなた自身の「マイ・タイムライン」を作っていざという時に備えましょう。

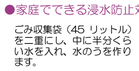


●浸水に備えよう

家にあるもので浸水を防ぎましょう。土のうやプランター、家庭にあるごみ収集袋などを利用した水のうなどを使って浸水を防ぐことができます。
大雨の際には、洗濯機、トイレ、風呂場の排水溝など思わぬところから下水が逆流することがあります。排水溝を水のうなどでふさぎましょう。

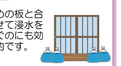
●家庭でできる浸水防止対策の一例

ごみ収集袋（45 リットル）を二重にし、中に半分くらい水を入れ、水のうを作ります。

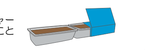


水のうは段ボール等に詰めることで強度が増し、持ち運びや設置が簡単になります。

長めの板と合わせて浸水を防ぐのにも効果的です。



プランターを並べ、レジャーシートで囲み浸水を防ぐことも できます。



大雨により発生する水害について

豪雨などによる浸水被害の原因は、大きく「内水（ないすい）氾濫」と「外水（がいすい）氾濫」の２つに分けられます。内水ハザードマップは、短時間で大雨が降ることによる内水氾濫の発生を想定して作成していますが、さらに雨が降り続くと外水氾濫（洪水害）が発生し、より重大な災害が起こる恐れがあります。内水ハザードマップでは、一級河川の外水氾濫は考慮していないため、洪水ハザードマップも併せてご確認ください。

内水氾濫

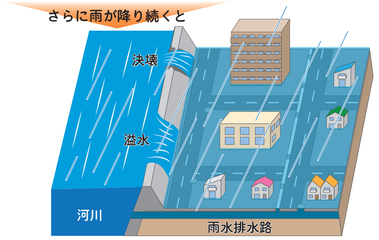
短時間で大雨が降ると河川の水位が高くなって排水されにくくなり、雨水排水路や水路から水があふれ出します。また、雨水排水路の処理能力を超える雨が降った場合も、排水できなくなった雨水が地上にあふれ出します。これらにより地上に雨水がたまり、道路冠水や床上・床下浸水などの被害が発生します。

雨水排水路

外水氾濫（洪水害）

外水氾濫（洪水害）とは、河川から水があふれて起きる災害です。大雨によって河川の水が増え続けると、やがて堤防を越えてあふれたり、堤防が決壊して家を押し流すなど、大きな被害をもたらします。

河川



雨の強さと降り方

降っている雨を観察することで、大体の雨量を知ることができます。
危険な状態になる前に自分で判断して避難ができるよう、雨の降り方とその状況を知っておきましょう。

1時間雨量	10～20㎜未満	20～30㎜未満	30～50㎜未満	50～80㎜未満	80㎜以上
予報用語	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
雨の降り方	●ザーザーと降る ●地面からの跳ね返りで足元が濡れる ●雨の音で話し声が良く聞き取れない	●どしゃ降り ●傘をさしていても濡れる ●地面一面に水たまりができる	●バケツをひっくり返したように降る ●道路が川のようになる	●滝のように降る（ゴーゴーと降り続く） ●傘は全く役に立たなくなる ●車の運転は危険	●息苦しくなるような圧迫感がある ●恐怖を感じる
イメージ					

防災気象情報ととるべき行動

それぞれの警戒レベルに相当する情報を、早めの避難行動の判断に役立ててください。
警戒レベル１～２は気象庁が発表、警戒レベル３～５は大町市から発令します。
警戒レベル３高齢者等避難や警戒レベル４避難指示が発令された際には速やかに避難行動をとってください。
多くの場合、防災気象情報は自治体が発令する避難指示等より先に発表されます。避難指示等が発令されていなくとも自ら避難の判断をしてください。

警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報	防災気象情報
5	**命の危険、直ちに安全確保！** すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動（垂直避難等）する。	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報 キキクル「災害切迫」
＜警戒レベル４までに必ず避難！＞			
4	**危険な場所から全員避難** （立退き避難または屋内安全確保）	避難指示	土砂災害警戒情報 キキクル「危険」 氾濫危険情報
3	高齢者等は危険な場所から避難（立退き避難又は屋内安全確保）する。高齢者以外の人も必要に応じ、出勤等の外出を控えるなど普段の行動を見合わせ始めたり、避難準備をしたり、自主的に非難するタイミング。	高齢者等避難	大雨警報（土砂災害） 洪水警報 キキクル「警戒」 氾濫警戒情報
2	ハザードマップ等により自宅・施設等の災害リスク、指定緊急避難場所や避難経路、避難のタイミング等を再確認するとともに、避難情報の把握手段を再確認・注意するなど、避難に備え自らの避難行動を確認。	―	大雨・洪水注意報 キキクル「注意」 氾濫注意情報
1	防災気象情報等の最新情報に注意する等、災害への心構えを高める。	―	早期注意情報

避難に関する情報

防災や避難に関する情報は、テレビ・ラジオの他、インターネットからも収集できます。
下記の一覧等を確認し、最新の情報を入手し避難行動の参考にしてください。

大町市からの情報

大町市防災関連情報
自分自身や自宅内の安全を確保するための備え、非常用持ち出し品・備蓄品の準備、避難場所・避難ルートなどの情報をまとめています。

大町市緊急情報メール
緊急を要する情報（火災・災害・事故等）をいち早く知っていただくためのサービス「緊急情報メール配信サービス」及びより詳細な行政情報をお伝えするためのサービス「大町市メールマガジン配信サービス」を運用しています。

防災情報アプリ
大町市は、ヤフー株式会社と災害協定を締結しています。災害時に市が発信する情報は、Yahoo! 防災速報として情報が送信されます。
App Store ダウンロード　Google Play ダウンロード

マイ・タイムライン
大町市のホームページでは、マイ・タイムライン作成に必要な情報をまとめています。

おおまち防災ガイドマップ
避難施設や想定最大規模降雨による浸水想定区域などを地図上にて確認できます。

大町市 SNS 公式アカウント
緊急情報や市の行政情報やイベント情報、観光情報、移住・定住情報、暮らしに役立つ情報などをお届けしています。
X（旧 Twitter）　LINE

関係機関からの情報

国土交通省「川の防災情報（雨量や河川の水位）」
河川の水位や河川の映像がリアルタイムでわかります。

キキクル（気象庁）
気象庁が発表する大雨洪水警報の危険度分布マップです。大雨による災害の危険度を５段階に色分けして、リアルタイムに表示をしてくれます。

長野県防災情報ポータル
県内の気象情報や避難情報等について、最新の情報を表示しています。

信州防災アプリ
各地で大雨災害が頻発・激甚化し、令和元年東日本台風等をはじめ大きな被害が続いている中、災害に備え、防災を学び、適時適切な避難行動を支援するためのアプリです。
App Store ダウンロード　Google Play ダウンロード

長野地方気象台
今後の気象情報や発令中の気象情報を市町村ごとに確認できます。

長野県河川砂防情報ステーション
長野県及び気象庁・国土交通省が観測している雨量、河川水位、ダム諸量の水位（観測、予測）、土砂災害の危険度、長野地方気象台と長野県（建設部砂防課）が共同発表の土砂災害警戒情報、気象警報・注意報情報などの防災情報を見ることができます。

避難施設一覧

災害に備えて、自宅や通学・勤務先近くの指定緊急避難場所及び指定避難所を確認しましょう。

指定緊急避難場所

指定緊急避難場所は、被害が差し迫った状況や災害発生時に、緊急的に避難し、身の安全を確保する場所です。
災害の種別（洪水、土砂災害、地震）ごとに指定しており、下表は「洪水」の場合に指定する施設です。

地区名		指定緊急避難場所
大町		旭町	大町東小学校
		大新田町	大町中学校
		大原町	大原町公民館
		大原２号団地	大原２号団地公民館
		上仲町	大町西小学校
		北原町	北原町公民館
		北山田町	北アルプス市町村会館（旧大北福祉会館）
			大町公民館分室
		光明町	大町東小学校
			大町東小学校グラウンド
		九日町	弾誓寺境内
			信州物産駐車場
		幸町	旧第一中学校
		栄町	くるみ保育園
			栄町（大原団地）集会所
		桜田町	大町中学校
		下仲町	大町公民館分室
		白塩町	大町公民館分室
		下白塩町	北アルプス市町村会館（旧大北福祉会館）
			大町公民館分室
		昭和電工	昭和電工体育館
		大黒町	旧大町北高校グラウンド
			大黒町ポケットパーク
		高根町	高根町公民館
			大町西小学校
			大町中学校
		高見町	高見町公民館
			大町総合病院職員駐車場（高見町公民館東側）
		俄町	大町北小学校
			文化会館・大町公民館
			旧第一中学校
		十日町	大町西小学校
		中原町	旧第一中学校
			大町北小学校
		和町	旧第一中学校
		仁科町	はなのき保育園
			大町中学校グラウンド
		西岩宮町・岩宮町	大町中学校
			はなのき保育園
		東町	総合福祉センター
		東中原町	旧第一中学校
		東若宮町	ＪＡ大北本所駐車場
			東若宮警察官舎駐車場
		日の出町	大町中学校
		木二塚町	旧第一中学校
		現六日町	大町西小学校
		三日町	フレンド・プラザ大町
		南原町	南原町公民館
		宮田町	旧第一中学校
		名古屋町	大町公民館分室
		山田町	北アルプス市町村会館（旧大北福祉会館）
			大町公民館分室
		八日町	ギャラリー・いいずら
		若原町	若原町公民館
			大町北小学校
		六九町	六九町コミュニティーセンター前広場
			大町西小学校グラウンド
常盤		泉	泉公民館
		松原団地	松原団地集会所
社		館之内	館之内公民館
		松崎	松崎薬師寺駐車場
			松崎馬頭観音前広場
			大町東小学校グラウンド
			松崎小運動場
		社団地	大町東小学校
平		秋葉林	秋葉林公民館
			大町北小学校
		稲尾	B&G海洋センター体育館
		借馬	借馬公民館前広場
			大町北小学校
			平公民館・女性未来館ピュア
			文化会館・大町公民館
		借馬団地	借馬団地公民館
			大町北小学校
		木崎	木崎基幹センター
			平公民館・女性未来館ピュア
		塩ノ原	しらかば保育園
		白樺	しらかば保育園
		新郷	新郷公民館
			しらかば保育園
			平公民館・女性未来館ピュア
		外堀	B&G海洋センター体育館
		仁科郷	しらかば保育園
		西原	平公民館・女性未来館ピュア
		森	ゆ～ぷる木崎湖
		やなぼ第一	平運動場
		山崎	ゆ～ぷる木崎湖
			平公民館・女性未来館ピュア

指定避難所

指定避難所は、災害の危険性があり、避難者を危険性がなくなるまでの必要な間滞在する避難所です。
また、災害により家に戻れなくなった市民等が一時的に滞在するための施設です。
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。

地区名	指定避難所	重複
大町	文化会館・大町公民館	○
	フレンド・プラザ大町	○
	サン・アルプス大町	
	旧第一中学校	○
	くるみ保育園	○
	大町中学校	○
	大町北小学校	○
	大町西小学校	○
	はなのき保育園	○
	北アルプス市町村会館（旧大北福祉会館）	○
	大町公民館分室	○
	長野県大町岳陽高等学校	
平	B&G海洋センター体育館	○
	ゆ～ぷる木崎湖	○
	平公民館・女性未来館ピュア	○
	しらかば保育園	○
社	大町東小学校	○

上の表の「重複」に「○」がある施設は指定緊急避難所にも指定されています。

福祉避難所

福祉避難所は、一般の避難所では生活することが困難な高齢者や、障がい者等の災害時に配慮が必要な人のために、バリアフリー化に配慮された施設や専門的な知識を有する職員が配置されているなど、支援が受けられる二次的な避難所です。多くの被災者と一緒に過ごす事の心身への負担が大きい、高齢者や障がい者等、避難所での生活が困難な方々を受け入れる避難所なので、厳初から避難所として利用することはできません。

福祉避難所	所在地
総合福祉センター	大町市大町　1129
特別養護老人ホームカトレヤ	大町市平　1965-971
特別養護老人ホーム銀松苑	大町市常盤　6850-24
ケアハウス銀松苑	大町市常盤　6850-24
養護老人ホーム恵風荘	大町市大町　8035
特別養護老人ホームリーベおおまち	大町市大町　3504-13

ここに示している避難施設は、内水氾濫解析の対象とした区域の周辺にある施設です。大町市が指定している避難施設は、市のホームページに掲載していますので、万一の災害に備えて事前に確認しておきましょう。