

## はじめに

地震や風水害などの自然災害の発生を防ぐことはできませんが、災害による被害は日頃からの備えによって減らすことができます。そのためには、地方公共団体による防災対策である「公助」ばかりでなく、自分の安全は自分で守る「自助」と地域全体で助け合う「共助」が欠かせません。

いざという時に備えて、非常持出品の準備や家屋の耐震改修、家具の固定など、まずは身の回りの安全対策からはじめましょう。災害が発生した場合を想定して、どこに避難すればよいか、家族とはどう連絡を取り合うかなどについて事前に家族で話し合っておくことも大切です。地元の自主防災会の活動にも積極的に参加し、防災訓練などを通じて災害時の協力体制を確認しましょう。

本冊子は、地震、津波、風水害、土砂災害、火山活動に関する基本的な知識や災害発生時の対処法をまとめています。また、地震・津波、土砂災害については、市内で想定されている被害の程度を確認できるハザードマップも掲載しています。本冊子をよくお読みいただき、また常に手近に備えていただき、災害時の被害軽減に役立ててください。

## もくじ

### 防災情報編

防災情報を入手しましょう	2
家族との連絡方法を確認しておきましょう	4
自主防災会に参加しましょう	5
繰り返し起こる大地震	6
非常持出品・備蓄品を準備しよう	7
避難について	9

### 地震編

地震にどう備えるか？	11
熱海市の被害想定	13

### 津波編

津波の基礎知識	15
津波の危険から身を守りましょう	17

### 津波マップ

熱海市の津波浸水想定図	18
-------------	----

### 風水害・土砂災害編

防災気象情報に注意！	29
災害時の避難行動	32
風水害に備える	33

### 土砂災害ハザードマップ

熱海市土砂災害ハザードマップ	34
----------------	----

### 火山編

伊豆東部火山群の噴火による熱海市への影響	47
----------------------	----

### 相談窓口

被災した時の相談窓口など	49
--------------	----

# 防災情報を入手しましょう

## 熱海市からの防災情報

### 防災行政無線（同報無線）

市では、市内各地の131箇所（令和2年3月現在）に防災行政無線を整備しています。災害時の避難勧告等の防災情報をはじめ、平常時には市からの行政情報（行方不明者等の情報）などを放送しています。放送内容は防災ラジオや個別受信機でも聞くことができます。

### 熱海市メールマガジン

防災行政無線が聞こえづらい地域の方などへの対応として、広報あたまで放送した内容を文字で携帯電話及びパソコンにメール配信するサービスです。また、消防・防災の情報をお知らせするメールマガジンもあります。

携帯 ▶ [atami@sg-m.jp](mailto:atami@sg-m.jp)

パソコン ▶ <https://service.sugumail.com/atami/member/entries/index>



### 熱海市ツイッター

熱海市からののお知らせやイベント情報、災害・緊急情報等をツイートします。熱海市公式ホームページでも確認できます。

公式アカウント [@atamicity](https://twitter.com/atamicity)



### 同報無線が聞こえないのですが……

同報無線は市内全域に設置していますが、熱海市の地形などの周辺環境やお住まいの条件により、反響したり何を言っているのか聞き取れなかったりと、聞こえにくい場合があります。

一方、スピーカー付近では音がうるさい、放送をやめて欲しいなどの声もあるなど、同報無線だけで全ての方に情報をお伝えすることが難しい状況です。

有事の際には、テレビやラジオ、熱海市メールマガジン、公式ホームページ、ツイッターなど、様々なメディアを用いて情報をお伝えしますのでご活用ください。

災害時、最も心配になるのは家族の安否です。東日本大震災では通信回線がつながりにくくなり、安否確認に手間取りました。複数の手段で連絡が取れるようにしておきましょう。

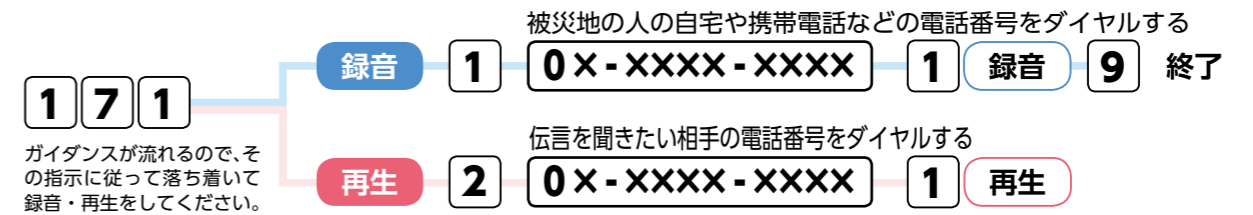
## さまざまな連絡方法を知っておきましょう

### ■ 音声による連絡方法

NTT 災害用伝言ダイヤル171を使う

震度6弱以上の地震など大きな災害の発生により、被災地へ電話がつながりにくくなったとき利用できるようになる声の伝言板です。

※携帯電話や公衆電話からもかけられます

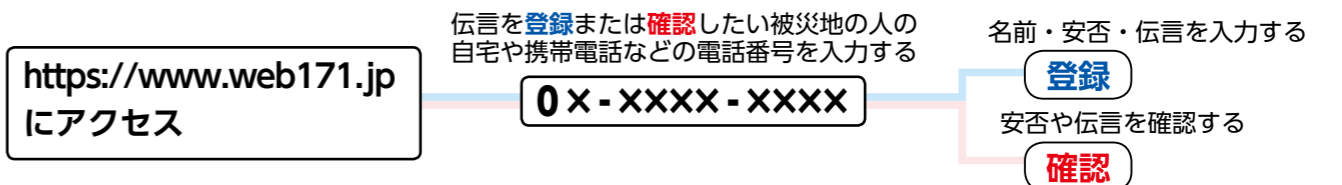


NTT ドコモでは、災害用音声お届けサービスという連絡方法があります。

### ■ 文字による連絡方法

NTT 災害用伝言板 web171 を使う

安否情報などを文字で登録することができます。携帯各社（NTT ドコモ、au、ソフトバンク）の災害用伝言板とも連携しています。



携帯電話のサービス 災害用伝言板を使う

安否情報などを文字で登録することができます。専用アプリや下記サイトアドレスからアクセスしてください。

※登録は携帯電話からしかできません。確認は携帯電話とパソコンから可能です。

各社の災害用伝言板サイトアドレス	NTT ドコモ	au	ソフトバンク
	http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi	http://dengon.ezweb.ne.jp	http://dengon.softbank.ne.jp

### ■ 公衆電話を利用

災害時、公衆電話は優先的に回線が確保されます。また、災害時には被災地の公衆電話は無料で使えます（国際電話は使えません）。ただし、旧型の公衆電話（グリーンの本体とシルバーのボタン）の場合、10円玉かテレホンカードを入れないと電源が入りません。被災地以外で使用する場合も、テレホンカードや10円玉を持っていると便利です。



### ■ 携帯電話のメールを利用

携帯電話のメールを利用するのも有効です。災害発生直後はつながりにくくなり、相手に届くまでに時間がかかりますが、自分の状況を随時送信しておくことで、災害用伝言板と同じ役割を果たします。

### ■ パソコンのEメールを利用

東日本大震災では、パソコン（インターネット）を使ったEメールは比較的届きやすく、多くの人に活用されました。

## ソーシャルメディアを使って安否確認をしましょう

東日本大震災では、電話がつかない中、SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）などのメディアが安否確認に役立ちました。こうしたサービスを家族や友人とともに普段から使い慣れておくことで、いざというとき複数の方法で連絡を取ることができます。

# テレビやネットからの防災情報

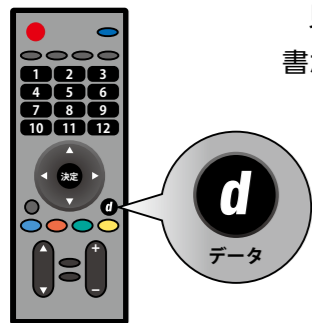
テレビのデータ放送

## お手軽に防災情報などを入手したいとき

テレビのデータ放送では、天気やニュース、防災情報などを見ることができます。

### ▶ データ放送を見るには

見たいチャンネルに合わせてリモコンのd（データ、データ連動、連動データなど）と書かれたボタンを押してご覧ください。



※機種によって設定方法が異なるので、詳しくは受信機の取扱説明書をご覧ください。

※設定できないときは、受信機の機種名・型番号をご確認のうえメーカーや購入した電器店などにお問い合わせください。

## お住まいの地域の状況を詳しく知りたいとき

静岡県地理情報システム 検索

▶ <https://www.gis.pref.shizuoka.jp/>

静岡県のホームページでは、幅広い情報を地図と重ねて見られる「静岡県 GIS」を公開しています。その中の「みんなのハザードマップ」では、お住まいの地域の災害リスクを見ることができます。



## 雨量や河川水位を詳しく知りたいとき

サイポスレーダー 検索

▶ <http://sipos.pref.shizuoka.jp/>

サイポスレーダーとは、静岡県が運営する地域密着型防災サイトです。ピンポイント天気予報をはじめ、防災情報、雨量・水位情報などをリアルタイムで提供しています。



## 気象情報を詳しく知りたいとき

気象庁 検索

▶ <http://www.jma.go.jp/jma/index.html>

気象庁のホームページでは、雨雲の動き（高解像度降水ナウキャスト）などでさまざまな気象情報を提供しています。地域の情報をチェックしましょう。



# 自主防災会に参加しましょう

大災害が発生すると、消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが、「自主防災会」です。

自主防災会とは、地域の人々が自発的に防災活動を行う組織です。「自分たちの町は自分たちで守る」という心構えで、自主防災会の活動に積極的に参加し、災害に強い地域をつくりましょう。



## 平常時の活動

役割分担を明確にして訓練を実施し、緊急時に役立つ活動につなげましょう。

- 防災知識の普及**  
 防災についての正しい知識を地域に普及させるために、防災イベントの実施や防災地図の作製などを通じて防災知識の普及をする。
- 防災資機材の整備**  
 消火活動、応急手当、救出・救護、避難誘導など、災害時に必要となる資機材を準備し、定期的に点検や使い方を確認する。
- 防災環境の確認**  
 災害発生時に、地域内に被害の発生、拡大につながる原因がないか、また、援助の必要な要配慮者がいないかなどを確認する。
- 防災訓練の実施**  
 日頃から災害を想定した訓練を行い、炊き出し、消火器の使用法や応急手当など、防災活動に必要な知識や技術を習得する。

## 災害時の活動

会長や班長の指導のもとに人命を守ることを第一に活動しましょう。

- 情報の収集・伝達**  
 災害に関する正しい情報の収集・伝達をする。
- 救出・救助活動**  
 負傷者や家屋などの下敷きになった人の救出・救助活動をする。
- 初期消火活動**  
 出火防止のための活動や初期消火活動をする。
- 医療救護活動**  
 応急手当をして、救護所へ搬送する。
- 避難誘導**  
 住民を避難所などの安全な場所に誘導する。
- 給食・給水活動**  
 食料や水、救援物資などの配分や炊き出しなどをする。

## 要配慮者を守りましょう

要配慮者とは、災害から自らを守るうえで、何らかのハンディキャップを抱え、周囲の支援が必要になる人たちのことをいいます。高齢者や乳幼児、病気や障害がある人、妊産婦、日本語が理解できない外国人など、要配慮者を災害から守るため、地域で協力して支援しましょう。

### 避難行動要支援者を把握する

近くに避難行動要支援者が住んでいるかどうかを把握しておく。もし避難行動要支援者がいれば、「避難行動要支援者名簿」への登録に協力してもらう。



### 要配慮者との交流を密にする

日ごろから近隣に住む要配慮者とあいさつを交わすなど交流を深めておく。また、プライバシーや本人の意思などに配慮しながら、支援のニーズを聞いておく。



### 防災環境を点検する

避難路は車いすでも通るか、標識は外国人でもわかるか、目の不自由な人にとって障害物がないかなど、要配慮者の身になって確認する。



### 一緒に防災訓練に参加する

要配慮者と一緒に防災訓練を行う。その際、災害が起きたときの安否確認や避難支援など、具体的な救援体制を決めておく。



# 繰り返し起こる大地震

日本列島の太平洋岸では、プレートの潜り込みによる地震が繰り返し起こっています。フィリピン海プレートが潜り込む東海から四国にかけての海域では、概ね 100 年から 150 年の周期で、ほぼ同じ場所で、ほぼ同じ規模の大地震が繰り返し起こっています。駿河湾から御前崎沖では、安政東海地震以降いまだ大地震が発生しておらず、地震のエネルギーが蓄積されていると考えられており、近い将来、大地震の発生が予想されています。



(静岡県「地震防災ガイドブック」をもとに編集)



## 「南海トラフ地震臨時情報」の提供

気象庁では、南海トラフで大規模地震発生の可能性が高まった場合などに「南海トラフ地震臨時情報」「南海トラフ地震関連解説情報」を発表します。これらの情報は気象庁ホームページなどでご覧いただけます。

情報名	キーワード	情報発表条件
南海トラフ地震臨時情報	(調査中)	観測された異常な現象が南海トラフ沿いの大規模な地震と関連するかどうか調査を開始した場合、または調査を継続している場合
	(巨大地震警戒)	巨大地震の発生に警戒が必要な場合 ※ 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界においてM8.0以上の地震が発生したと評価した場合
	(巨大地震注意)	巨大地震の発生に注意が必要な場合 ※ 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界においてM7.0以上M8.0未満の地震や通常と異なるゆっくりにすべりが発生したと評価した場合等
	(調査終了)	(巨大地震警戒)、(巨大地震注意)のいずれにも当てはまらない現象と評価した場合
南海トラフ地震関連解説情報		<ul style="list-style-type: none"> <li>観測された異常な現象の調査結果を発表した後の状況の推移等を発表する場合</li> <li>「南海トラフ沿いの地震に関する評価検討会」の定例会合における調査結果を発表する場合（ただし臨時情報を発表する場合を除く）</li> </ul>

● 情報が発表されたら市の呼びかけに従って、日頃からの地震対策の再確認や安全な防災行動などの対応をしてください。地域によっては避難が必要な場合もあります。

# 非常持出品・備蓄品を準備しよう

最低限備える

## 「災害時の必需品」を検討する

災害は突然発生します。外出先で交通機関がストップしたり、ライフラインが止まって復旧が遅れたりすることもあります。「自分にとって、わが家にとって」災害時に必要な物を整理し、いざというときに備えましょう。



2～3日分備える

## 「非常持出品」を手近に備える

災害の危険が迫って自宅から避難する際に緊急的に持ち出す非常持出品。避難所で1～2泊できるくらいの水・食料などを準備しましょう。非常持出袋などにまとめ、すぐに持ち出せる場所に用意しておきましょう。



1週間分以上備える

## 数日間は「備蓄品」で乗り切る

大規模災害発生時は、道路の損壊などで救援物資が届くのに時間がかかります。東日本大震災の教訓を踏まえ、水や食料などの備蓄品は、できれば1週間分以上は備蓄しておきましょう。



## 非常持出品、備蓄品の準備

以下は一例です。

(出典：消防庁)

### 非常持出品

- |                                    |                                      |                                 |                                       |                              |
|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 現金        | <input type="checkbox"/> 預貯金通帳       | <input type="checkbox"/> 印鑑     | <input type="checkbox"/> 保険証          | <input type="checkbox"/> 免許証 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯      | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ       | <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん  |                              |
| <input type="checkbox"/> 厚手の手袋     | <input type="checkbox"/> 毛布          | <input type="checkbox"/> 缶切り    | <input type="checkbox"/> ライター・マッチ     | <input type="checkbox"/> ナイフ |
| <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ    | <input type="checkbox"/> 救急箱         | <input type="checkbox"/> 処方箋の控え | <input type="checkbox"/> 胃腸薬・便秘薬・持病の薬 |                              |
| <input type="checkbox"/> 生理用品      | <input type="checkbox"/> 乾パン         | <input type="checkbox"/> 缶詰     | <input type="checkbox"/> 栄養補助食品       |                              |
| <input type="checkbox"/> あめ・チョコレート | <input type="checkbox"/> 飲料水         | <input type="checkbox"/> 下着・靴下  |                                       |                              |
| <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン   | <input type="checkbox"/> 防寒用ジャケット・雨具 | <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ |                                       |                              |

### 備蓄品

- |                                                  |                                            |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> レトルト食品（ごはん・おかゆなど）・アルファ米 |                                            |
| <input type="checkbox"/> インスタントラーメン・カップみそ汁       | <input type="checkbox"/> 飲料水（1日一人3リットルが目安） |
| <input type="checkbox"/> 給用水ポリタンク                | <input type="checkbox"/> カセットコンロ           |
| <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・ウェットティッシュ     | <input type="checkbox"/> ラップフィルム           |
| <input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割り箸             | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ             |
| <input type="checkbox"/> ビニール袋                   | <input type="checkbox"/> ロープ               |
| <input type="checkbox"/> ランタン                    | <input type="checkbox"/> 長靴                |
| <input type="checkbox"/> 工具セット                   | <input type="checkbox"/> 水のいないシャンプー        |
| <input type="checkbox"/> ほうき・ちりとり                |                                            |

**!** 家庭で自活するためにも、水、食料とも1週間分以上の備蓄をお願いします。

**1週間目安（1人分）**

<p><b>飲料水</b> 1日3リットル×7日 =21リットル</p>	<p><b>食料</b> 3食×7日=21食</p>	<p><b>カセットコンロ・カセットボンベ</b> あたたかい食事を調理するため備蓄しておくとういでしょう</p> <p>ボンベ1本で1.5リットルのお湯が約10回つくれます。</p>
----------------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------

**食料品の一例**

レトルト食品、缶詰、インスタントラーメン、パスタ類、調味料、根菜類（常温で保存できる野菜）、フリーズドライの野菜、ドライフルーツなど

- これらの食材で1週間分の献立ができるか考えてみましょう。
- 缶詰、乾物などの食材は、定期的に消費する習慣をつけましょう。
- 消費したら買い足し、常に新しいものを確保しましょう。
- 缶詰、レトルト食品は、普段から食べ比べてお気に入りの味を見つけましょう。

**「災害用トイレ」を備えておきましょう**

災害時は断水により水が流せないなどトイレが使えなくなることがあります。非常時に自宅で使える携帯トイレ、簡易トイレなどの災害用トイレを備蓄しておく、いざというときに安心です。

**こんな用意もしておきましょう**

<p><b>乳幼児のいる家庭</b></p> <p>粉ミルク、液体ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、清浄綿、おびいひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼなど</p>	<p><b>女性（妊婦）のいる家庭</b></p> <p>脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、清浄綿および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子健康手帳など</p>	<p><b>高齢者等のいる家庭</b></p> <p>着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具の予備、常備薬、お薬手帳、予備のメガネ、緊急時の連絡先表など</p>	<p><b>アレルギーをお持ちの方</b></p> <p>アレルギー持ちの方が家族にいる場合は、アレルギーに対応した食品を備蓄しておく。</p>	<p><b>ペットを飼っている家庭</b></p> <p>ペット用の避難用品（ケージ、リードなど）や備蓄品（ペット用非常食など）の準備・ペットが迷子にならないための対策を講じておく。</p>
------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------

**!** ローリングストック法で備蓄しましょう

非常食をまとめ買いしても、消費期限が過ぎたら再びまとめ買いしなければなりません。定期的に大量購入を繰り返すことになります。

おすすめなのがローリングストック法です。図のように、3か月に1回など日にちを決め定期的にレトルト食品などの備蓄物資を消費して、消費した分だけあらためて補充するという方法です。



地震

家屋が倒壊した場合など

危険から逃れる

危険から逃れる

自主防災会で定めた  
一時避難場所

避難場所 (例)

学校や公園



津波

避難指示 (緊急)

危険から逃れる

危険から逃れる

努めて海拔の高い場所  
(約20m以上)  
堅ろうな建物の  
3階以上

指定緊急避難場所 (津波)

- ・上宿市有地
- ・児童発達支援センター (IPPO)
- ・多賀小学校 (グラウンド)
- ・白銅跡地
- ・網代公民館 (屋上)
- ・初島公園



大規模な火災

大規模火災が発生した場合など

危険から逃れる

危険から逃れる

風向きを考慮して  
近隣の広場など

避難場所 (例)

学校のグラウンドや公園  
(風向きを考慮)



土石流、崖崩れ、地滑り

避難勧告など

危険から逃れる

危険から逃れる

崖から離れた場所  
堅ろうな建物の  
2階以上  
近隣の高い建物  
など

避難場所 (例)

学校など  
※開設した避難場所は同報無線やメールマガジン、テレビなどでお知らせします。



浸水や倒壊により、自宅で生活できなくなってしまった場合は指定避難所へ

指定避難所

- 泉小・中学校 泉 280
- 伊豆山小学校 伊豆山 711
- 熱海中学校 桃山町 7-7
- 桃山小学校 桃山町 6-5
- 第一小学校 西山町 41-1
- 第二小学校 桜町 3-20
- 西部コミュニティー 桜町 16-43  
防災センター
- 熱海高等学校 下多賀 1484-22
- 多賀小学校 下多賀 920-1
- 多賀中学校 下多賀 1549-1
- 網代小学校 網代 195
- 初島小・中学校 初島 219

自宅で生活できる場合



自宅へ



## 「避難場所」と「避難所」の違い

### 避難場所

災害が発生した時、身を守るために一時的に逃げる場所 (公園、グラウンドなど)

### 避難所

住民が被災し、自宅の倒壊などで生活ができなくなった人が、一時的に生活するための場所 (学校など)