

三条市水害対応マニュアル (市民編)

このマニュアルは、水害時における避難情報や避難所、市民の皆さまの基本的な行動について示したものです。

内容をご確認いただき、いつでも見ることができる場所に置いてください。

令和8年5月

三 条 市

目 次

■「高齢者等避難」「避難指示」「緊急安全確保」 について	1
■浸水警戒情報について	8
■避難情報などの災害発生前における災害関連情報の入手方法 について	8
■避難所について	10
■地区の所管地域等について	13
■土砂災害の対象地区等について	14
■避難方法について	15
■災害発生後における災害関連物資・災害関連情報の提供方法 について	17
■災害時要援護者の避難について	18
■市民の皆さまへのお願い	19
■自主防災組織について	20
■雨 の 知 識	21
■いざというときの知識	22
■チェック表	23

「高齢者等避難」「避難指示」「緊急安全確保」について

避難情報

三条市では、避難に関する情報として①「高齢者等避難」②「避難指示」③「緊急安全確保」の3段階で、迅速な避難が必要な地域から順次発令します。（基準は随時、検討及び修正を行います。）

五十嵐川に係る基準

（堤防の高さ：渡瀬橋18.5m）

- ①最も早く発令する地区
嵐北、嵐南、本成寺、大崎
- ②次に発令する地区
井栗、栄中央

高齢者等避難

災害時要援護者^{※1}等の特に避難行動に時間を要する者が、避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が高まった状況

○次の基準に達したときに発令します。

五十嵐川水位
（渡瀬橋水位）
13.58m以上
（堤防まであと4.92m）

①の地区に発令

五十嵐川水位
（渡瀬橋水位）
14.23m以上
（堤防まであと4.27m）

②の地区に発令

※あわせて、①の地区に避難指示を発令

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したとき、又は大雨を要因とする「特別警報」が発表されたときに発令します。

五十嵐川水位
（渡瀬橋水位）
14.23m以上
（堤防まであと4.27m）

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に高齢者等避難を発令

笠堀ダム

ただし書き操作^{※2}の予告
連絡があったとき

緊急安全確保

- ①災害の前兆現象の発生や災害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況
- ②災害が発生した状況

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に避難指示を発令

※1 「災害時要援護者」とは、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなど、災害時において適切な防災行動をとることが特に困難な人を言います。

※2 「ただし書き操作」とは、ダムの満水位を超えそうなときに、流入量と同じ水量を放流する操作を言います。

五十嵐川に係る基準

(堤防の高さ：滝谷 28.1m、荒沢 65.1m)

○滝谷の基準で発令する地区

長沢、鹿峠

○荒沢の基準で発令する地区

森町

高齢者等避難

災害時要援護者^{※1}等の特に避難行動に時間を要する者が、避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が高まった状況

○次のいずれかの基準に達したときに発令します。

五十嵐川水位
(滝谷水位)

26.89m以上
(堤防まであと1.21m)

長沢、鹿峠地区に発令

五十嵐川水位
(荒沢水位)

62.23m以上
(堤防まであと2.87m)

森町地区に発令

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したとき、又は大雨を要因とする「特別警報」が発表されたときに発令します。

五十嵐川水位
(滝谷水位)

27.32m以上
(堤防まであと0.78m)

長沢、鹿峠地区に発令

五十嵐川水位
(荒沢水位)

62.71m以上
(堤防まであと2.39m)

森町地区に発令

笠堀ダム

ただし書き操作^{※2}の予告
連絡があったとき

長沢、森町、鹿峠地区に発令

緊急安全確保

- ①災害の前兆現象の発生や災害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況
- ②災害が発生した状況

長沢、森町、鹿峠地区に発令

※1 「災害時要援護者」とは、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなど、災害時において適切な防災行動をとることが特に困難な人を言います。

※2 「ただし書き操作」とは、ダムの満水位を超えそうなときに、流入量と同じ水量を放流する操作を言います。

刈谷田川に係る基準

(堤防の高さ21.84m)

- ①最も早く発令する地区
栄北、栄中央
- ②次に発令する地区
大面
- ③最後に発令する地区
嵐南、本成寺

高齢者等避難

災害時要援護者^{※1}等の特に避難行動に時間を要する者が、避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が高まった状況

○次の基準に達したときに発令します。

刈谷田川水位
(大堰水位)
18.5m以上
(堤防まであと3.34m)

①の地区に発令

刈谷田川水位
(大堰水位)
19.0m以上
(堤防まであと2.84m)

②の地区に発令

※あわせて、①の地区に避難指示を発令

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したとき、又は大雨を要因とする「特別警報」が発表されたときに発令します。

刈谷田川水位
(大堰水位)
19.0m以上
(堤防まであと2.84m)

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に高齢者等避難を発令

刈谷田川ダム
ただし書き操作^{※2}の予告連絡があったとき

緊急安全確保

- ①災害の前兆現象の発生や災害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況
- ②災害が発生した状況

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に避難指示を発令
※あわせて、③の地区に高齢者等避難を発令

※1 「災害時要援護者」とは、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなど、災害時において適切な防災行動をとることが特に困難な人を言います。
※2 「ただし書き操作」とは、ダムの満水位を超えそうなときに、流入量と同じ水量を放流する操作を言います。

信濃川に係る基準

(堤防の高さ14.85m)

- ①最も早く発令する地区
嵐北、井栗、大島、栄北
- ②次に発令する地区
嵐南、大崎、栄中央

高齢者等避難

災害時要援護者[※]等の特に避難行動に時間を要する者が、避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が高まった状況

○次の基準に達したときに発令します。

信濃川水位
(尾崎水位)

9.9m以上
(堤防まであと4.95m)

①の地区に発令

信濃川水位
(尾崎水位)

10.9m以上
(堤防まであと3.95m)

②の地区に発令

※あわせて、①の地区に避難指示を発令

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したとき、又は大雨を要因とする「特別警報」が発表されたときに発令します。

信濃川水位
(尾崎水位)

10.9m以上
(堤防まであと3.95m)

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に高齢者等避難を発令

緊急安全確保

- ①災害の前兆現象の発生や災害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況
- ②災害が発生した状況

①の地区に発令

※あわせて、②の地区に避難指示を発令

※ 「災害時要援護者」とは、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなど、災害時において適切な防災行動をとることが特に困難な人を言います。

鹿熊川に係る基準

(堤防の高さ 33.57m)

○対象地区
鹿峠

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したときに発令します。

鹿熊川水位
(新曲谷橋水位計)

32.07m以上
(堤防まであと1.5m)

布施谷川に係る基準

○対象地区
保内

避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次の基準に達したときに発令します。

越水した布施谷川の水が県道大面保内線付近の道路上を
保内駅に向かって流れ始めたとき

土砂災害に係る基準

対象地区：保内、本成寺、大崎、大面、長沢、森町、鹿峠

高齢者等避難

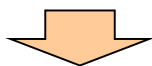
災害時要援護者※等の特に避難行動に時間を要する者が、避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が高まった状況

○次のいずれかの基準に達したときに発令します。

① 3時間先予測値によりレベル3土砂災害警報が発表されたとき

② レベル2土砂災害注意報が発表され、かつ、気象防災速報で三条市に記録的短時間大雨が発表されたとき、又は線状降水帯直前予測が発表され、三条市内での降雨が見込まれるとき

③ ①又は②が夜間・早朝となることが予測される時



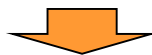
避難指示

通常の避難行動ができる者が避難行動を開始しなければならない段階であり、災害の発生する可能性が明らかに高まった状況

○次のいずれかの基準に達したときに発令します。

レベル4土砂災害危険警報が発表されたとき

土砂災害の前兆現象が確認されたとき



緊急安全確保

- ① 災害の前兆現象の発生や災害の発生する危険性が非常に高いと判断された状況
- ② 災害が発生した状況

※ 「災害時要援護者」とは、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなど、災害時において適切な防災行動をとることが特に困難な人を言います。

避難情報が発令されたときは、市民の皆様は次のとおり行動するようにしてください。

高齢者等避難が発令されたとき

- 災害時要援護者などの特に避難行動に時間が掛かる方は、第1次避難所、または、第2次避難所への避難行動を開始してください。
- 通常の避難行動ができる方は、避難をするための準備を開始してください。
- 災害時要援護者の避難を支援される方は、支援行動を開始してください。



避難指示が発令されたとき

- 通常の避難行動ができる方は、第1次避難所・第2次避難所、安全な建物の2階等への避難行動を開始してください。



緊急安全確保が発令されたとき

- ① 避難指示などの発令後で、避難行動中のときは、直ちに避難行動を完了してください。
- ② まだ避難していないときは、直ちに避難行動を開始してください。避難所へ避難する余裕がないときは、安全な建物の2階に避難するなどの生命を守る最低限の行動をとってください。

浸水警戒情報について

生命又は身体を守るための避難行動までは必要としない状況下において、河川の氾濫により家財、食料等を浸水から守るための対策が必要な状況

対象河川：島田川、新通川、
貝喰川、大面川、
大平川

対象河川に設置されている危機管理型水位計、防災カメラ等により、該当河川で越水間近であることを市が確認したときに発信します。（危機管理型水位計で氾濫開始水位（堤防天端高）接近時など）

※ 該当河川沿線の地区に避難情報を発令している場合又は発令するおそれが高い場合は発信しません。

避難情報などの災害発生前における 災害関連情報の入手方法について

情報収集

- 豪雨による被害は、気象情報などを集め、適切な行動をとることで、最小限に抑えることができますので、正確な情報を入手し、適切な行動をとることができるよう心がけましょう。
- 情報は、テレビ・ラジオ・インターネット・電話（177）及び市から気象情報や災害関連情報を発信しますので、情報収集に努めましょう。
- 市からの避難情報などの災害発生前における災害関連情報は、次の方法により市民の皆様へ伝わるようにします。

①同報系防災行政無線による広報活動

- ・市内で災害の発生が予想される場合は、市内181箇所に設置された屋外スピーカにより、避難情報等を一齐に放送します。雨音などにより、よく聞き取れないときは、窓を開けたり、屋外へ出るなどしてください。

【主な広報内容】

- ・河川の水位情報や台風などの気象情報を伝える注意喚起のための広報
- ・「高齢者等避難」、「避難指示」、「緊急安全確保」といった避難情報が発令されたことを伝え、避難行動を呼びかける広報

- ・防災行政無線の自動電話応答サービス

0256-35-2600（通話料有料）

この番号に電話をすると、防災行政無線の放送内容を音声メッセージで確認できます。

②マスコミを通じた広報活動

- ・テレビ・ラジオ・ケーブルテレビなどの報道機関に対し、市から情報提供いたします。
主なラジオの周波数は、次のとおりです。

燕三条FM周波数※
76.8MHz

※ 燕三条FMについては、受信できない地域もあります。

NHK周波数
AM: 837kHz
FM: 82.3MHz

③インターネットを利用した広報活動

- ・市からの災害関連情報等を市のホームページにも掲載します。また、避難情報を発令した場合は、電子メール、LINEなどでも配信します。

三条市ホームページ

<https://www.city.sanjo.niigata.jp/>



三条市メール配信サービス

mail.sanjo-city@
raidens2.ktaiwork.jp

【事前登録必要】
登録方法：左記のメールアドレスにメールを送信



三条市X（旧ツイッター）
アカウント名：三条市役所
ユーザー名：@sanjo_city



三条市LINE公式アカウント

アカウント名：@sanjo-city



※ なお、気象・河川などの状況は刻々と変化しますので、これらの広報活動は全市民に伝わらない場合も考えられます。自ら積極的に情報収集を行い、自分たちの意思で行動し、自分の身は自分で守ることができるようにならねばなりません。

（その他）自治会内の連絡網による周知活動

- ・市からの災害関連情報を自治会内の連絡網を利用して、市民の皆様へ発信いたします。（自治会は、三条市の責任のもと、市へ協力していただく立場で、こうした周知活動を行います。市民の皆様もこうした状況をご理解いただいた上で、極力、マスコミや広報車などからの情報を積極的に入手するようにしてください。）

避難所について

避難所の開設

三条市では、高齢者等避難を発令する前から、「第1次避難所」を開設しています。その後、「高齢者等避難」を発令した時点で、「第2次避難所」を開設します。更に避難者数の増大や被害の状況などから判断して、「その他避難所」を開設します。

ただし、「その他避難所」は、職員数にも限りがあり、必ずしも避難所を管理・運営する職員が配置されているとは限りませんし、災害関連情報・災害関連物資についても、第1次・第2次避難所よりも遅くなる可能性がありますので、できる限り、第1次・第2次避難所へ避難するようにしましょう。

避難施設一覧

(地区は避難対象地域を限定するものではないので、最寄りの避難所に避難してください。)

●第1次及び第2次避難所（水害時）

地区	避難所	住所	電話番号	備考
東地区	第二中学校 ※2	興野 1-18-1	33-1248	第1次 ☎
	県立三条商業高校	田島 2-24-8	33-2631	第2次 ☎
南地区	第一中学校・嵐南小学校 ※1 ※2	南四日町 1-1-1	33-1093	第1次 ☎ &
	嵐南公民館	南四日町 2-10-3	35-2011	第2次 ☎ &
	勤労青少年ホーム	南四日町 1-15-8	32-3362	第2次 ☎ &
	県立三条高校	月岡 1-2-1	35-5500	第2次 ☎ &
西地区	ものづくり拠点施設（旧南小） ※1 ※2	桜木町 12-38	32-0908	第1次 ☎
	旧第一中学校武道場	島田 2-18-43	33-0303	第2次 ☎
中北地区	中央公民館	元町 13-1	32-4811	第1次 ☎ &
	上林小学校 ※1	栗林 1188	32-1786	第2次 ☎ &
	裏館小学校 ※1	東裏館 3-2-67	33-0465	第2次 ☎ &
	体育文化会館 ※1 ※2	荒町 2-1-3	36-0700	第2次 ☎ &
井栗地区	第四中学校 ※2	井栗 1-35-70	38-8105	第1次 ☎ &
	旭小学校	柳川新田 431	38-4430	第2次 ☎ &
	井栗小学校 ※1	西潟 3-30	38-2832	第2次 ☎
	塚野目保育所	塚野目 2-11-32	32-4322	第2次 ☎
	保内小学校	上保内乙 500	38-8313	第2次 ☎
本成寺地区	西鱈田小学校 ※2	東鱈田 40	33-2050	第1次 ☎
	総合福祉センター ※1	東本成寺 2-1	33-8511	第2次 ☎ &
	月岡小学校	月岡 1-34-1	33-0122	第2次 ☎
大崎地区	大崎学園 ※1 ※2	東大崎 1-14-74	38-6340	第1次 ☎ &
	大崎会館 ※1	西大崎 2-27-33	46-8844	第2次 ☎ &
	県立三条東高校	北入蔵 2-9-36	38-6461	第2次 ☎

地区	避難所	住所	電話番号	備考
大島地区	大島中学校 ※2	大島 5039	33-2317	第1次 ♪
	須頃小学校	上須頃 106	32-0805	第2次 ♪
	大島小学校	代官島 2326	34-0011	第2次 ♪
栄地区	農村環境改善センター※2	新堀 2111	45-5685	第1次 ♪♫
	栄北小学校	泉新田 123	45-4617	第2次 ♪
	大面小学校	北潟 1	45-2012	第2次 ♪
下田地区	下田公民館※2	荻堀 1144-1	46-5911	第1次 ♪♫
	大浦小学校	上大浦 666	46-2018	第2次 ♪
	飯田小学校	飯田 1000-1	46-2158	第2次 ♪
	よってげ邸	早水 588-2	47-2810	第2次 ♪
	諸橋轍次記念館	庭月 434-1	47-2208	第2次 ♪

♪ → 洋式トイレのある避難所 ♫ → 障がい者用トイレのある避難所

※1…第一中学校・嵐南小学校、ものづくり拠点施設（旧南小）、上林小学校、裏館小学校、体育文化会館、井栗小学校、総合福祉センター、大崎学園、大崎会館にはオストメイト対応トイレがあります。

※2…第二中学校、第一中学校・嵐南小学校、ものづくり拠点施設（旧南小）、体育文化会館、第四中学校、西鱈田小学校、大崎学園、大島中学校、農村環境改善センター、下田公民館はペット同行避難対応避難所です。（飼い主は必要物資を準備して避難）

●その他避難所（水害時）

地区	避難所	住所	電話番号
東地区	一ノ木戸小学校	興野 1-18-1	33-0338
西地区	嵐南保育所	桜木町 12-39	34-3213
中北地区	第三中学校	西裏館 2-15-22	33-3062
	裏館保育所	東裏館 3-2-61	47-6566
井栗地区	保内保育所	下保内 487	38-8008
	中央公民館保内分館	上保内乙 471	38-5141
本成寺地区	県立新潟県央工業高校	東本成寺 13-1	32-5251
	本成寺中学校	西中 145	33-2051
	月岡保育所	月岡 3-13-14	35-0990
	鱈田保育所	西鱈田 609-1	34-8234
	本成寺公民館	片口 345	33-0152
	総合運動公園	月岡 4-36-1	32-8911
	三条市高等職業訓練校	東本成寺 8-53	33-2916
大崎地区	大崎会館分館	東大崎 2-14-9	38-2175
大島地区	大島公民館	大島 5002	33-0097
	三条市立大学	上須頃 5002-5	47-5511

地区	避難所	住所	電話番号
栄地区	栄中央小学校	福島新田丁 841	45-2182
	栄中学校	新堀 2065	45-3873
	栄体育館	新堀 2113	45-1150
下田地区	笹岡小学校	中野原 329	46-2024
	下田中学校	笹岡 210	46-2020
	下田体育館	笹岡 77	46-4702
	長沢小学校	笹岡 579	46-2019
	千代が丘保育所	笹岡 230-1	46-5560
	旧荒沢小学校	荒沢 1198-3	64-8116
	ウェルネスしただ	飯田 1029-1	46-5110

土砂災害に備えて

市では、地域の実情に応じて、自治会集会施設（※）を一時的な避難場所として活用していただくようお願いをしています。

避難情報が発令された際に、お近くの自治会集会施設が一時的な避難場所として利用できるか、各自治会に確認しておきましょう。

※山沿いの地域で、土砂災害危険箇所に入っていない集会施設

地区の所管地域等について

地区名	行政区名（自治会長設置単位）	河川に係る 避難情報の 発令単位
東地区	一ノ門1・2 林町1・2 仲之町 横町1・2 神明町(下町) 神明町(神明町) 旭町1・2 田島1 田島2 東三条1・2 興野1～3 北中 新光町 嘉坪川1・2	嵐北地区
南地区	北四日町 四日町 南四日町1・2 南四日町3・4 北新保1 北新保2 南新保 東新保 曲淵1 曲淵2	嵐南地区
西地区	島田1 島田2 島田3 大野畑 由利 西四日町1 西四日町2 西四日町3 西四日町4 西本成寺1・2 条南町 桜木町 直江町1～4 土場	嵐南地区
中北地区	本町1(上町) 本町2(大町) 本町2(田町) 本町3(一ノ町) 本町4(二ノ町) 本町5(三ノ町) 本町5・6(四ノ町) 本町6(五ノ町) 本町6(六ノ町) 本町6(鍛冶町) 八幡町(八幡小路) 元町(古城町) 元町(日吉町) 元町(三ヶ町) 居島 東裏館1～3 西裏館1～3 荒町1・2 石上1～3 栗林	嵐北地区
井栗地区	塚野目1～6 鶴田1 鶴田2・3 鶴田4 西潟 井栗1～3 北野 白山 須戸 柳場 柳川 三貫地 三柳 牛ヶ島 上保内 みずほ 下保内	井栗地区
本成寺地区	東本成寺 西中 五明 下新田 東鱈田 東鱈田2 西鱈田 金子 袋 南入蔵 入蔵新田 長嶺 吉田 如法寺 月岡1 月岡2 諏訪3 月岡3・4 諏訪1 諏訪2 片口 新保 枝郷 緑ヶ丘 曲淵3	本成寺地区
大崎地区	西大崎1 西大崎2 西大崎3 東大崎1・2 麻布 松ノ木町 上野原 柳沢 籠場 中新 下坂井 北入蔵1・2 北入蔵3 三竹1 三竹2・3	大崎地区
大島地区	上須頃 須頃1 下須頃 須頃2・3 大島 井戸場 代官島 荻島	大島地区
栄地区	鬼木新田 鬼木 尾崎 今井 今井野新田 泉新田 岡野新田 貝喰新田	栄北地区
	小古瀬 中島 千把野新田 善久寺 芹山 渡前 中曽根新田 福島新田甲 浦新田 福島新田丙 新堀 美里 東光寺 若宮新田 一ツ屋敷新田 猪子場新田	栄中央地区
	小滝 高安寺 大面 北潟 矢田 吉野屋 蔵内 茅原 戸口 安代 前谷内 帯織 山王 岩淵 栄荻島	大面地区
下田地区	檜山 花淵 上組 中組 下組 中野原 荻堀上 荻堀下 原上 原下 桑切 笹巻 福沢 大沢 長沢 駒込上 駒込中 駒込下 広手 大平 高屋敷 滝谷 島潟 福岡 高岡 下大浦 馬場 上大浦	長沢地区
	遅場 葎谷 濁沢 早水 牛野尾 長野 名下 栗山 塩野淵 笠堀 大谷地 南五百川 北五百川 院内 森町 田屋 棚鱗 荒沢 小長沢 庭月 八木前	森町地区
	江口 島川原 南中 上飯田 中飯田 下飯田 鹿峠 小外谷 曲谷 牛ヶ首 落合 上谷地 蝶名林 中浦 新屋 鹿熊	鹿峠地区

土砂災害の対象地区等について

土砂災害に係る避難情報は、発令対象地区内の山沿いの行政区を対象とします。

地区	発令行政区（山沿い）
井栗地区	上保内、下保内
本成寺地区	長嶺、吉田、如法寺、月岡 4
大崎地区	東大崎 2、麻布、上野原、柳沢、籠場、中新
栄地区	小滝、高安寺、大面、北潟、矢田、吉野屋
下田地区	檜山、花淵、中野原、荻堀下、原上、原下、 笹巻、福沢、大沢、長沢、駒込上、駒込中、 駒込下、広手、大平、高屋敷、高岡、下大浦、 馬場、上大浦
	遅場、葎谷、濁沢、早水、牛野尾、長野、名下、 栗山、塩野淵、笠堀、大谷地、南五百川、 北五百川、院内、森町、田屋、棚鱗、荒沢、 小長沢、庭月、八木前
	江口、上飯田、中飯田、下飯田、鹿峠、小外谷、 曲谷、牛ヶ首、落合、上谷地、蝶名林、中浦、 新屋、鹿熊

避難方法について

洪水のときの避難の方法

① 安全な服装で！

ヘルメット、防災ずきんを着用し、ひもつきの運動靴で。裸足・長靴は厳禁です。（長靴は水が入り動きにくくなります。）

② 浸水してからの避難は危険！

浸水前の早めの自宅外避難が重要です。浸水した場所では、側溝などが見えず非常に危険です。やむなく歩かなければならないときは、長い棒をつえ代わりにして障害物に注意しながら歩きましょう。水深が深い場合は、無理せず高所で救助を待ちましょう。

③ 隣近所に声かけを！

避難をする前に隣近所に声をかけ、単独での避難行動はやめましょう。

④ 子供やお年寄り対する配慮を！

高齢者や身体の不自由な人は、背負って避難しましょう。

⑤ 避難は徒歩または自転車で！

避難は、徒歩または自転車でいき、自動車での避難はやめましょう。また、浸水が始まっているときは、側溝などの溝に落ちる危険がありますので、自転車での避難はやめましょう。

非常持出品について

貴重品などの非常持出品を日頃から準備しておきましょう。

あまり欲ばりすぎないことが大切です。重さの目安は男性で15kg、女性で10kg程度です。背負いやすいリュックサックにまとめておきましょう。

<非常持出品の用意のポイント>

- ① あまり重いと避難行動に支障が出るので、重すぎる場合は飲料水などの一部を家に保管するなりして減らす。
- ② 重い缶詰の代わりに、比較的軽い乾燥食品などを用意する。水を注ぐだけで簡単にできる。
- ③ できれば各自に1つのリュックを用意し、それぞれ持ち出しやすい場所に保管を。玄関先や車のトランクなどにも分散して保管しておく。

<非常持出品一覧>

携帯ラジオ	デマに惑わされないように正しい情報を得るため。小型で軽く、FMとAMの両方聞けるものが良い。予備の電池も忘れずに。
懐中電灯・ろうそく	停電時や夜間の移動に欠かせない。予備の電池も忘れずに。ろうそくは、太くて安定のよいものを。
ヘルメット (防災ずきん)	屋根瓦や看板などの落下物から頭部を守るため。避難路は転倒事故も多いので必ず用意を。
非常食・水	非常食はカンパンなど火を通さなくても食べられるもの。水はミネラルウォーターなど。赤ちゃんがいる場合は乳幼児用ミルク(粉、液体)なども。
生活用品	ライター(マッチ)、ナイフ、缶切り、ティッシュ、ビニール袋、歯ブラシなど。赤ちゃんがいる場合は哺乳ビンなども。
衣類	下着、上着、手袋、靴下、ハンカチ、タオルなど。赤ちゃんがいる場合は紙おむつなども。
救急薬品・常備薬	ばんそうこう、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、解熱剤、胃腸薬、かぜ薬、鎮痛剤、目薬、とげ抜きなど。持病のある人は常備薬も忘れずに。
通帳、証書、印鑑	預貯金通帳、健康保険証、免許証など。住所録のコピーもあると便利。
現金	紙幣だけではなく、公衆電話用の10円硬貨も用意したほうがよい。
ペット用品	ペットフード、水、キャリーバッグ、リード、トイレ用品、ケージなど。

非常備蓄品について

非常食	そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるもの。アルファ米やレトルトのごはん、保存のきくパン(缶詰も市販されている)、缶詰やレトルトのおかず、インスタントラーメン、切りもち、チョコレート、氷砂糖、梅干し、インスタント味噌汁、チーズ、調味料など。定期的に期限を確認し、古いものから食べて、いつも新鮮なものを補充しておく。
水	飲料水は1人1日3ℓが目安、ミネラルウォーターの保存期限はペットボトルで2年、缶で3～5年程度(冷暗所に置いた場合)。随時、保存年限の確認を。さらに、生活用水の確保も忘れずに。風呂の水は次に入るまで抜かずにフタをして、寝る前にはいつもポットややかんに水を入れておく。
生活用品	燃料は短期間なら卓上コンロや固形燃料で十分。ガスボンベも多めに用意を。その他、洗面具、生理用品、ビニール袋、キッチン用ラップ、新聞紙、ビニールシートなど。

災害発生後における災害関連物資 ・ 災害関連情報の提供方法について

災害関連物資の供給

災害が発生してしまったとき、食料や生活必需品といった救援物資のほか防疫用薬剤や泥上げ用の麻袋などが必要になります。その場合、市では第1次・第2次避難所にこれらの救援物資を運搬しますので、第1次・第2次避難所が供給活動の拠点になります。避難者はもちろん、避難所に避難されなかった被災者に対しましても、供給を行いますので、必ず最寄りの第1次・第2次避難所の場所は確認しておいてください。

※ 10～12ページ「避難施設一覧」を参照

災害関連情報の発信

- ① 市では避難所を開設した後は、救援物資と同様に第1次・第2次避難所を拠点に災害関連情報を発信していきますので、第1次・第2次避難所で情報収集をしましょう。
しかし、災害時はどうしても情報が不足しがちになりますので、テレビ・ラジオ・インターネットなども活用し、自ら積極的に情報収集を行うよう心がけましょう。また、同時に噂やデマに惑わされることのないように、正確な情報収集に努めましょう。
- ② 特に、コミュニティFM局の燕三条FMでは平成16年の7・13水害時に通常の番組を変更し、長時間・長期間にわたり災害関連情報を放送しました。したがって、災害時には燕三条FM放送で、より多くの情報を集めることができると考えられます。

燕三条FM周波数※
76.8MHz

NHK周波数
AM: 837kHz
FM: 82.3MHz

※ 燕三条FMについては、受信できない地域もあります。

三条市ホームページ

<https://www.city.sanjo.niigata.jp/>



三条市メール配信サービス

mail.sanjo-city@
raidens2.ktaiwork.jp

【事前登録必要】
登録方法：左記のメールアドレスにメールを送信



三条市X（旧ツイッター）
アカウント名：三条市役所
ユーザー名：@sanjo_city



三条市LINE公式アカウント

アカウント名：@sanjo-city



災害時要援護者の避難について

災害時要援護者への取組

災害が発生した場合、高齢者、障がい者等の自力による避難が困難な方、あるいは避難情報等を認知しづらい方、避難に時間を要する方などの災害時要援護者への避難誘導、救出を始め、避難所生活でのケアに至るまで、身近な地域の人々の協力が大切です。

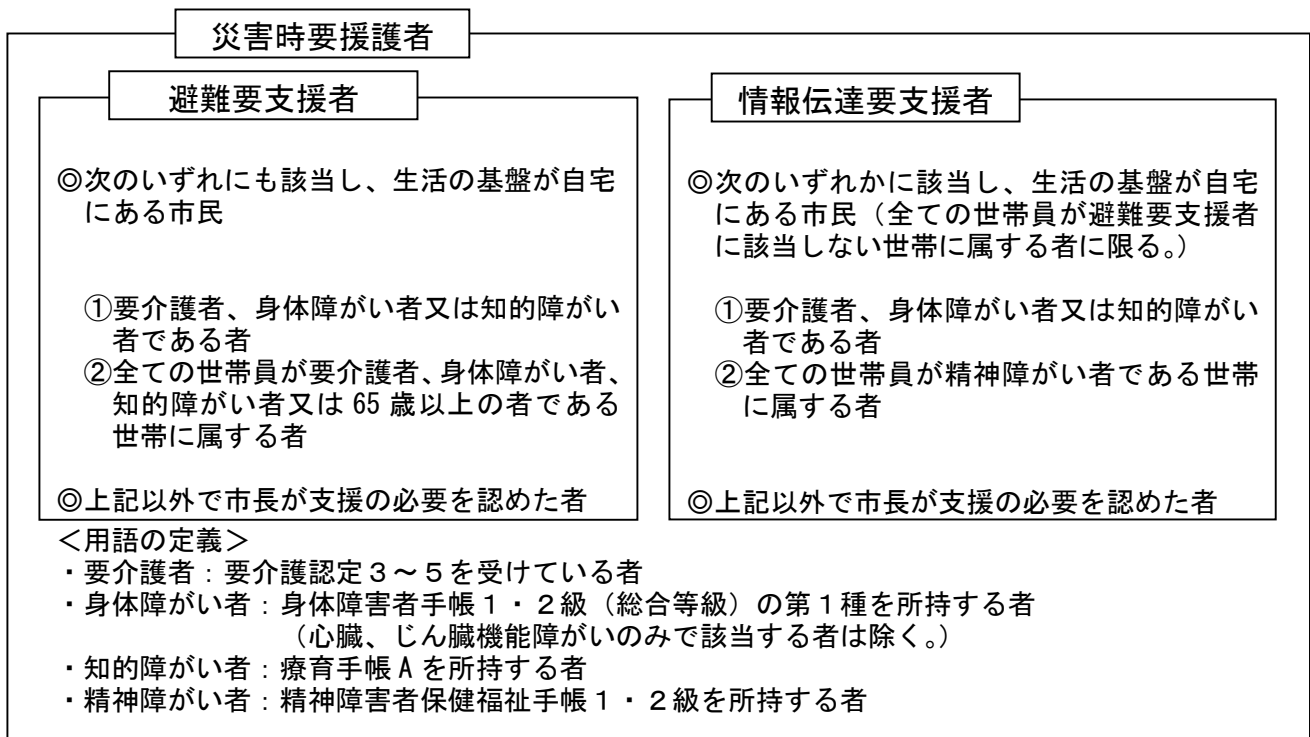
高齢化社会を迎え、災害時要援護者を含めた全ての住民が安心して暮らせる「災害に強いまちづくり」を進めるためには、地域が一体となって災害時要援護者を支援する仕組みをつくり、自主防災組織等として取り組んでいく必要があります。

三条市では、災害時要援護者の避難支援として各地域に次のとおり活動していただくようお願いしています。

- ① 三条市において、あらかじめ本人の意思を確認し、災害時要援護者を把握し名簿を作成します。（名簿登録者の範囲についての考え方は、次ページのとおりです。）その災害時要援護者を、避難要支援者と情報伝達要支援者に分けます。
- ② 避難要支援者の方については、自治会、自主防災組織、消防団、介護保険サービス事業所等を主体に、近所の方々と一緒になって避難してもらいます。避難所が無理なときは、安全な建物の2階等に一時避難することも、緊急時には必要となります。（自治会、自主防災組織、消防団、介護保険サービス事業所等は、三条市の責任のもと、市へ協力していただく立場でこうした活動を行います。市民の皆様もこうした状況をご理解いただいた上、自分の身は自分で守れるよう災害時に備えておいてください。）
- ③ 情報伝達要支援者の方については、民生委員、介護保険サービス事業所等から高齢者等避難を伝えてもらい、避難指示が出る可能性もあることから、早めに避難してもらうようにします。（民生委員、介護保険サービス事業所等は、三条市の責任のもと、市へ協力していただく立場でこうした活動を行います。市民の皆様もこうした状況をご理解いただいた上、自分の身は自分で守れるよう災害時に備えておいてください。）
- ④ 三条市が作成する災害時要援護者名簿については、個人情報保護に十分配慮しながら、市、自治会、自主防災組織、民生委員等で共有しておき、災害時の避難誘導が効果的に行われるようにします。

三条市では、上記に掲げた方法により災害時要援護者に対する取組を行っていきませんが、市で行う災害時要援護者の名簿登録者への支援活動は、あくまでも最終手段として考えていただき、「自分の身は自分で守る」といった自助の意識のもと、親戚縁者や隣近所の方々から支援してもらうなどの方法を各自用意し、災害時に備えていただきますよう、よろしくお願ひします。

○ 災害時要援護者名簿登録者の範囲



※災害時要援護者に定義された者以外の障がい者・要介護者、乳幼児とその保護者、妊婦等の避難に時間を要する要配慮者については、高齢者等避難の発令を防災行政無線等により周知することによって、早期の自主的な避難を促す。

市民の皆さまへのお願い

災害時には「自分の身は自分で守る」が大原則です。実際、（災害の種類が異なりますが、）阪神・淡路大震災のときには、救出された方のうち、6割が近隣の方に、2割が家族に、2割が公的機関に救出されたと言われていました。

こうしたことを参考にして、少なくとも次のことは行いましょう。

- ① 「どうやって避難するか」「どのように助け合うか」といった、「自分の身は自分で守る」方法について、常日頃からご家族・隣近所の方と充分話し合いをすること。
- ② 災害関連情報の入手は、受身ではなく、自ら積極的に集めること。

自主防災組織について

自主防災組織とは

災害が発生したとき、火災や、ライフラインの破壊などにより、防災関係機関の活動が一時的にマヒする可能性があります。こうした状況の中で、自らの手で防災活動を行い、隣近所の人々と力を合わせ、地域一体となった活動が大きな力を発揮します。

この組織は、自主防災組織と呼ばれ、地域の人々が自発的に防災活動を行う組織です。残念ながら、三条市では自主防災組織の立上げがまだ十分とは言えませんので、「自分たちの地域は自分たちで守る」といった意識のもと自主防災組織を結成し、積極的に参加し、災害に強いまちづくりを推進していきましょう。

自主防災組織の役割

- ① 自主防災組織は、自分たちの地域は自分たちで守るという共助の下に成り立ち、災害時はもちろん日ごろから地域における防災活動を行っており、その果たす役割は大きなものがあります。
- ② 自主防災組織に求められる主な役割は、災害時要援護者の避難行動に対する支援です。自主防災組織が中心となり、付近の住民の協力を得て、災害時要援護者を安全な場所に避難させることを第一とします。

防災活動への支援制度

三条市では、自主防災組織や自治会等が地域で行う防災活動を推進するための支援制度を設けています。地域での防災活動に必要な防災資機材等を購入する際にその一部を助成します。制度内容等、詳しくは三条市役所行政課防災対策室にお問い合わせください。

雨の知識

雨の強さと降り方

1時間雨量	予報用語	人の受けるイメージ	災害発生状況
10～20ミ	やや強い雨	ザーザーと降る。	・この程度の雨でも長く続くときは注意が必要
20～30ミ	強い雨	どしゃ降り	・側溝や下水、小さな川があふれ、小規模の崖崩れが始まる。
30～50ミ	激しい雨	バケツをひっくり返したように降る。	・山崩れ・崖崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備が必要 ・都市では下水管から雨水があふれる。
50～80ミ	非常に激しい雨	滝のように降る。 (ゴーゴーと降り続く)	・都市部では地下室や地下街に雨水が流れ込む場合がある。 ・マンホールから水が噴出する。 ・土石流が起こりやすい。 ・多くの災害が発生する。
80ミ以上	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じる。	・雨による大規模な災害の発生するおそれが強く、厳重な警戒が必要

大雨による災害

【雨による災害は、主に次の3つによるものです。】

洪水災害	河川の水が増加して、堤防を越えたり、決壊することにより河川の水があふれでる。
------	--

浸水災害	河川の増水などによって、排水が追いつかず下水や用水の水があふれでる。
------	------------------------------------

土砂災害		前兆現象
がけ崩れ ・山崩れ	がけや山の斜面が急に崩れ落ちる。瞬時に崩れ落ちる。	・がけからの水が濁る。 ・がけに亀裂が入る。小石が落ちてくる。 ・がけから音がする。
どせきりゅう 土石流	谷や斜面にたまった土砂や岩石が水とともに流れ落ちる。破壊力が大きい。	・山鳴りがする。 ・雨が降り続けているのに川の水位が下がる。 ・川がにごったり、流木が流れる。
地すべり	比較的ゆるやかな山の斜面が、ゆっくりと動き出す。広範囲で発生する。	・地面にひび割れができる。 ・井戸や沢の水がにごる。 ・がけや斜面から水が吹き出す。

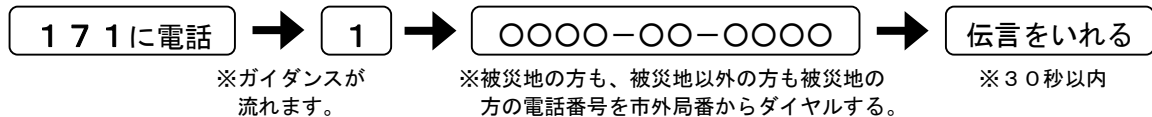
いざというときの知識

災害用伝言ダイヤル

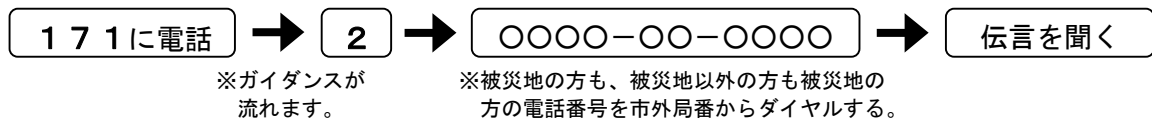
●災害発生時には、安否確認、問合せなどの電話が増加し、つながりにくい状況となります。

NTTでは、このような状況を緩和するため、安否等の情報を音声により伝達する「災害用伝言ダイヤル」を提供していますので、このサービスを活用しましょう。

伝言の録音方法



伝言の再生方法



応急手当の方法

出血がひどい場合

- 出血しているところに清潔なガーゼやハンカチを当て、強く押さえます。傷口を心臓より高い位置にすると、さらに止血効果があります。
- 骨折などで傷口を圧迫できない場合は、止血帯を巻きます。傷口より心臓に近いところをタオルなどでかたく結び、棒を差し込みゆっくり回転させ締め上げます。
(止血帯には必ず、見やすいところに止血した時刻を記入します。1時間以上も巻いたままにしておくと血液が流れず組織が壊死(えし)する危険があります。30分に1回くらいは締めをゆるめましょう。)

骨折の処置

- 患部を不用意に動かさないようにする。
- 患部に副木を当て固定します。
(副木がない場合は、十分な硬さと適当な長さ、幅のあるものを代用します。例えばダンボール、週刊誌、新聞紙、かさ、野球のバットなどで工夫してください。)

骨折の主な症状

- 激しい痛みがある。
- 急に腫れたり、変形がみられる。
- 皮膚の色が変化する

チェック表

電話は落ち着いて！
住所・氏名は確実に！

救急・救助

119番

警察

110番

家族の防災チェック表

家族の緊急連絡先

氏名	会社・学校	住所	電話番号

わが家の避難場所

施設名	

※ 事前に家族で、どの施設へ避難するか決めておいてください。

緊急連絡先

機関名	電話番号
三条市役所三条庁舎	34-5511
三条市役所栄庁舎	45-4111
三条市役所下田庁舎	46-2511
三条市消防署	34-1111
三条警察署	33-0110
東北電力ネットワーク(株)	0120-175-366
NTT東日本(株)新潟支店	電話の故障時「113」、電話の移転等「116」
北陸ガス(株)長岡支社三条事務所	32-2211
栄ガス消費生活協同組合	45-2049
三条市上下水道課	46-5900