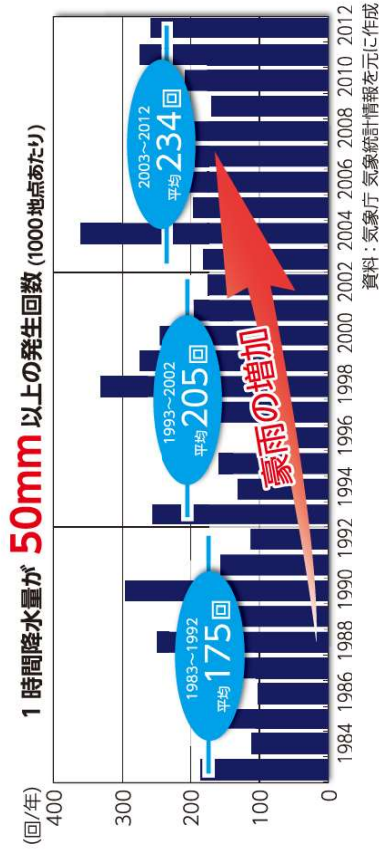


## 異常気象で激しさを増す災害 ～豪雨の発生頻度は高まる傾向にあります～

集中豪雨の頻発などに象徴されるように、昔に比べて豪雨の発生回数が増加しています。これには、地球温暖化等による気候変動が影響していると考えられています。

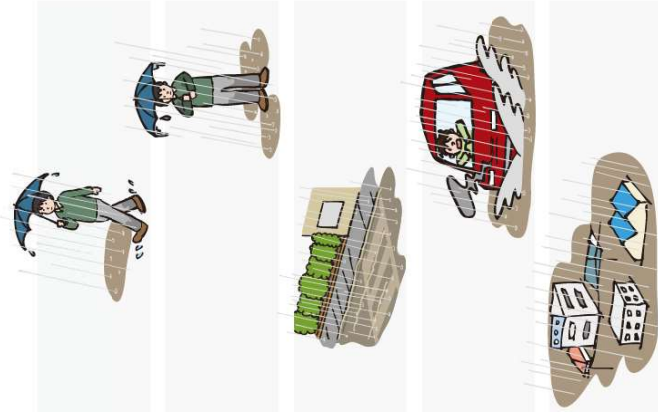
下の図は、日本全国で1時間に50mm以上の豪雨を記録した回数をグラフ化したものですが、これを見ると、昔(1983年～1992年)は年平均175回程度であったものが、近年(2003年～2012年)では年平均234回まで増加していることがわかります。

高崎市においても無縁ではない話として、できることから豪雨災害の対策に取り組みでおくことが重要と言えます。



## ～雨の強さの目安～

- 雨の強さ (予報用語)** 1時間雨量 (mm)
- やや強い雨** 10～20 未満  
地面一面に水たまりができる  
地面からの跳ね返りで足元がぬれる
- 強い雨** 20～30 未満  
傘をさしていてもぬれる  
側溝や下水、小さな川があふれる
- 激しい雨** 30～50 未満  
道路が川のようになる  
高速運転中、ブレーキが効かなくなる
- 非常に激しい雨** 50～80 未満  
車の運転は危険  
地下に雨水が流れ込む
- 猛烈な雨** 80以上  
大規模な災害が起こるおそれが高い



## ～浸水から家財・家屋を守りましょう～ 家屋の浸水を軽減しましょう

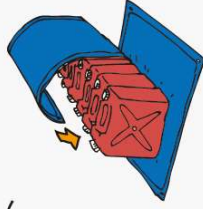
簡易水防工法は、ご家庭にある物を使って家屋への浸水の流入を防ぐ方法です。水深が浅い段階では有効です。玄関などの出入口のみならず、床下への浸水の防止も重要です。

### ゴミ袋による簡易水のう



### ポリタンクとレジャーシート

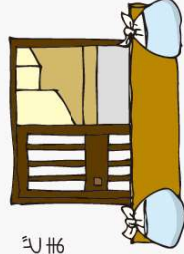
10リットル又は20リットルのポリタンクに水を入れ、レジャーシートで巻き込み、連結して使用します。



### プランターとレジャーシート



止水板  
出入り口を長めの板などを使用し、浸水を防ぎます。



## 家財の被害を軽減しましょう

水に浸かってしまった家財は瞬間にしてゴミと化してしまい、水害後には街中が水害ゴミであふれかえることとなります。できる限りの家財被害の軽減を図りましょう。

通帳・保険証・パスポートなどの重要書類は、浸水を免れる高い場所に移動しておきましょう。



量の高い場所へ移動しておきましょう。



量の移動が困難でも、食卓などの上に載せておくだけで、雪の浸水を防げる場合があります。



数日分の衣類だけでも浸水しない高い場所へ移動しておきましょう。



高価な家電製品など、簡単に移動できるものではない場合は、移動しておきましょう。



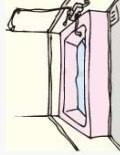
類い出のつまったアルミバム(写真)も、水に浸かると台無しになってしまいます。



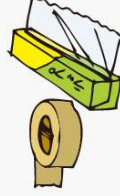
重い家財を少ない回数で無理に移動しようとすると、思わぬ怪我にもつながりかねません。



浴槽の水は流さずに貯めておきましょう。下水の逆流防止、生活用水としての利用、下流地域の水位を上げないなどの利点があります。



食品用ラップやガムテープは、種々の用途に役立ち便利です。



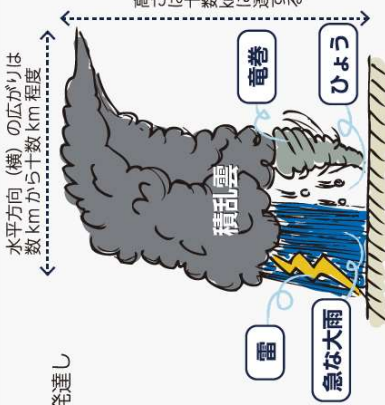


# 異常気象に伴う危険 ～竜巻や突風～

積乱雲（入道雲）の下では、竜巻・雷・強い雨が発生して大きな被害が発生する場合があります。

## 積乱雲（入道雲）ってどんな雲？

積乱雲は、強い上昇気流によって垂直方向に著しく発達した雲です。夏によく見られる入道雲も積乱雲です。



このようなときは、発達した積乱雲が近づいています。

- 真っ黒な雲が近づき、周囲が急に暗くなる
- 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする
- ヒヤッとしたり冷たい風が吹き出す
- 大粒の雨やひょうが降り出す

**すぐに安全な場所に避難しましょう！**

## 竜巻から身を守る

竜巻は突然発生します。竜巻の特徴を知り、すばやく身を守る行動をとりましょう。



### 建物内にいるとき

- 家の1階の窓のない部屋に移動する
- 雨戸・カーテンを閉め、窓から離れる
- 丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭を守る

### 屋外にいるとき

- 頑丈な建物の中に駆け込む
- 駆け込める建物が無い場合は、頑丈な構造物の陰に入り、身を小さくする
- 物置やプレハブは危険なので入らない
- 電柱や太い樹木には近づかない
- シャッターを閉める

## !

気象情報や雷注意報、竜巻注意報を確認しましょう。

雷や竜巻が発生しやすい気象状況になったら、気象台から雷注意報や竜巻注意報が発表されます。

レダー・ナウキャスト  
(降水・雷・竜巻)

<http://www.jma.go.jp/jp/radrow/>



# 情報の入手方法



## インターネットで調べる

### ■ 前橋地方気象台

<http://www.jma-net.go.jp/maebashi/>  
天気予報や気象の注意報・警報、台風情報のほか、洪水予報や土砂災害警戒情報などの災害情報

### ■ 川の防災情報

雨量や川の水位など、さまざまな防災情報  
<http://www.river.go.jp/>

### ■ 高崎河川国道事務所ホームページ

<http://www.ktr.mlit.go.jp/takasaki>  
群馬県内の防災情報、国道の規制情報のほか、川や道路のライブカメラ映像

### ■ 群馬県水位雨量情報

群馬県内の水位雨量の情報  
<http://www.uroyu-gunma.jp>

### ■ 群馬県土砂災害警戒情報・危険度情報

土砂災害警戒情報および危険度判定情報  
<http://www.dosya-keikai-gunma.jp>

### ■ 高崎市役所ホームページ

市内の避難所、緊急病院など（災害時）避難情報の発令状況や被害状況  
<http://www.city.takasaki.gunma.jp>



## 防災関係機関の連絡先

### ■ 高崎市役所

高崎市役所	高松町35-1	027-321-1111	■ 救急告示医療機関	井上病院	蓮野55	027-322-3660
倉洲支所	倉洲三ノ倉303	027-378-3111		希望館病院	江木町1120	027-322-4067
箕郷支所	箕郷町西明屋702-4	027-371-5111		黒沢病院	中居町3-19-2	027-352-1166
群馬支所	足門町1658	027-373-1211		国立病院機構高崎総合医療センター	高松町36	027-322-5901
新町支所	新町3152-1	0274-42-1234		サンピエール病院	上佐野町786-7	027-347-1177
様名支所	下室田町900-1	027-374-5111		昭和病院	総貫町1341	027-347-1171
吉井支所	吉井町吉井川371	027-387-3111		第一病院	下小島町1277	027-362-1811
				高崎中央病院	高松町498-1	027-323-2665
				野口病院	跡地町38	027-322-2288
				日高病院	中尾町886	027-362-6201
				真木病院	箕郷町71-1	027-361-8411
				関越中央病院	北原町71	027-373-5115
				群馬循環器病院	中尾町1230	027-361-7200
				産科婦人科総合出張佐藤病院	若松町96	027-322-2243
				中央群馬脳神経外科病院	中尾町64-1	027-363-6161
				様名荘病院	中室田町5989	027-374-1135
				高瀬クリニック	南大新町885-2	027-353-1156
				仁静堂医院	井野町1223	027-361-4165
				様名荘病院附属高崎診療所はるな診療科	上黒町827-1	027-343-2220
				野中医院	新町2136-6	0274-42-0219

### ■ 国・群馬県の関係機関

国土交通省高崎河川国道事務所	栄町6-41	027-345-6000
高崎行政課税務所	台町4-3	027-322-4681
高崎土木事務所	台町4-3	027-322-4186

### ■ ライフライン

NTT東日本群馬支店	高松町3	113
東京電力・高崎支社	宮元町1-2	0120-99-5222
東京電力・渋川支社	渋川市石原12-1	0120-99-5222
東京ガス・群馬支社	東町134-6	027-322-2523
群馬県LPガス協会高崎支部	箕郷町8-5	027-363-5027
高崎市水道局	高松町35-1	027-321-1111

### ■ 警察・消防

警察…110	消防・救急…119	
高崎警察署	台町4-3	027-328-0110
高崎市等広域消防局	八千代町1-13-10	027-322-2391
多野野間広域消防本部	藤岡市藤岡982	0274-22-1306



# 避難所の一覧

災害時は、下記の避難所のどこに避難しても構いません。

災害により自宅が被害を受けたり、被災する危険がある場合には、距離や道路状況などの各自の判断に基づき、最適と思われる避難所へ避難しましょう。

災害によっては避難路が通行できない場合がありますので、いくつかの避難所を想定しておきましょう。



地域	番号	避難所名	所在地	番号	避難所名	所在地
高	1	並樺中学校	並樺町60	28	乗附小学校	乗附町155-1
	2	西小学校	並樺町109-1	29	佐野小学校	上佐野町918-2
	3	新島学園短期大学	昭和町53	30	六郷小学校	筑糠町32-2
	4	第一中学校	上和田町16-1	31	新高尾小学校	日高町592-1
	5	北小学校	講地町20-2	32	中川小学校	小八木町1860-1
	6	総合文化センター	末広町23-1	33	長野小学校	南新波町77
	7	中央小学校	常盤町48-1	34	大類小学校	南大類町543-1
	8	東小学校	弓町121-1	35	南八幡小学校	山名町24-1
	9	高松中学校	高松町5-3	36	南八幡中学校	山名町30-1
	10	南小学校	八島町70-1	37	京ヶ島小学校	京目町44-1
	11	城南小学校	新後閑町301-1	38	寺尾小学校	寺尾町290
	12	高崎競馬場跡地	岩押町12-16	39	武道館	石原町3892-7
	13	佐野中学校	上中居町345	40	東京農業大学第二高等学校	石原町3430
	14	城東小学校	江木町128-1	41	滝川小学校	下滝町585-2
	15	県立高崎工業高等学校	江木町700	42	岩鼻小学校	台新田町1
	16	塚沢中学校	飯玉町109	43	東部小学校	上大類町1372
	17	塚沢小学校	飯玉町134-1	44	県立高崎商業高等学校	東良沢町3-4
	18	倉賀野小学校	倉賀野町1744	45	中居小学校	中居町3-28-1
	19	倉賀野中学校	倉賀野町1270	46	北部小学校	下小崎町719-1
	20	豊岡小学校	中豊岡町24	47	長野郷中学校	上小崎町325-1
高	21	豊岡中学校	中豊岡町350-2	48	国立のぞみの園	寺尾町2120-2
	22	八幡小学校	八幡町179-1	49	高崎市立高崎経済大学 附属高等学校	浜川町1650-1
	23	八幡中学校	八幡町1300-1	50	浜尻小学校	浜尻町210-1
	24	西部小学校	八幡町1414	51	矢中小学校	矢中町160-1
	25	片岡小学校	片岡町2-12-1	52	城山小学校	城山町2-16-1
	26	片岡中学校	片岡町1-14-1	53	鼻高小学校	鼻高町58-2
	27	県立高崎高等学校	八千代町2-4-1	54	中尾中学校	中尾町791
	28			55	高南中学校	上滝町1032-2
	29			56	矢中中学校	矢中町700-1

地域	番号	避難所名	所在地	番号	避難所名	所在地
倉	57	倉洲第一区公民館	倉洲三ノ倉1813-2	61	倉洲小学校	倉洲町権田314-1
	58	三ノ倉会館	倉洲町三ノ倉814-1	62	川浦公民館	倉洲町川浦1186-2
	59	高崎市くらぶち小栗の里	倉洲町三ノ倉296-1	63	倉洲第八区公民館	倉洲町権田2352-1
	60	倉洲体育館	倉洲町岩氷610	71	箕郷東小学校	箕郷町生原922-2
	64	箕郷公民館	箕郷町西明屋421	72	箕郷第二保育園	箕郷町柏木沢209-1
	65	箕輪小学校	箕郷町西明屋196-1	73	さわやか交流館	箕郷町生原88
	66	箕郷第一保育園	箕郷町上芝1063-1	74	箕郷第三保育園	箕郷町富岡281
	67	箕輪成長寿センター	箕郷町西明屋859-1	75	車郷小学校	箕郷町富岡255-1
	68	県立農林大	箕郷町西明屋1005	76	箕郷第五保育園	箕郷町下芝66-1
	69	箕郷中学校	箕郷町生原654			
群	70	箕郷文化会館	箕郷町生原922-1	82	金古南小学校	金古町658
	77	金古2区公民館	金古町2360	83	群馬中央中学校	金古町352-1
	78	金古小学校	金古町1271-1	84	群馬南中学校	三ツ寺町712
	79	国府小学校	後足間町184-1	85	桜山小学校	棟高町 2489-1
	80	堤ヶ岡小学校	棟高町2227-1	86	群馬体育館	足門町1449-1
	81	上郊小学校	保渡田町2107-1	91	新町保健センター	新町3152
	87	新町第一小学校	新町345-1	92	新町東コミュニティセンター	新町2703
	88	新町中学校	新町361-1	93	新町公民館	新町2261-1
	89	新町支所	新町3152	94	新町第二小学校	新町2010-1
	90	新町支所北庁舎	新町3152	95	新町南コミュニティセンター	新町1498-7
榛	97	下室田小学校	下室田町1206	96	新町児童体育館	新町1497
	98	中室田小学校	中室田町1561-1	102	里見小学校	上里見町42-2
	99	上室田小学校	上室田町4210	103	榛名文化会館	上里見町1072-1
	100	榛名湖温泉ゆうすげ	榛名湖町846-3	104	下里見小学校	下里見町380
	101	榛名歴史民俗資料館	榛名山町138-1	105	久留馬小学校	高浜町2321-1
	107	吉井中央中学校	吉井町吉井川581	106	宮沢小学校	宮沢町1100-1
	108	吉井体育館	吉井町吉井285-2	115	馬庭小学校	吉井町馬庭1033-1
	109	吉井小学校	吉井町吉井235-1	116	南陽台小学校	吉井町南陽台3-16-1
	110	吉井西小学校	吉井町長根1930-1	117	岩平小学校	吉井町下奥平205-1
	111	多胡小学校	吉井町埴24-3	118	吉井文化会館	吉井町吉井285-2
112	入野中学校	吉井町石神321-1	119	吉井西中学校	吉井町本郷45	
113	多比良文化財保管庫 本館 (旧多比良分校)	吉井町多比良 2637-1	120	吉井公民館	吉井町吉井285-2	
114	入野小学校	吉井町小串130	121	吉井東コミュニティセンター	吉井町小串336-1	
			122	吉井西コミュニティセンター	吉井町長根525	
			123	仁叟寺	吉井町神保1295	



## 家族や親戚の連絡先

家族の連絡先をメモしておきましょう。

名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)
名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)
名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)
名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)
名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)
名前	連絡先 (電話番号・携帯電話など)

## 災害用伝言ダイヤル 171

災害時には電話がつながりにくくなります。災害用伝言ダイヤル 171 に電話をかけると、伝言を録音したり再生することができます。

※災害用伝言ダイヤル171は、災害の発生により、被災地の発生による、被災地へ安否確認や問合せなどの電話が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始されます。

**伝言を残すには (録音方法)**

171 に電話

▼

ガイダンスに沿って1をダイヤルする

▼

ガイダンスに沿って自宅の固定電話番号を市外局番からダイヤルする

▼ ※連絡を取りたい被災地の方の固定電話番号に伝言を残すこともできます。

伝言を入れる 録音は 30 秒以内

**伝言を聞くには (再生方法)**

171 に電話

▼

ガイダンスに沿って2をダイヤルする

▼

ガイダンスに沿って連絡を取りたい被災地の方の固定電話番号を市外局番からダイヤルする

▼ ※自宅の固定電話番号に録音された伝言を、被災者の方が聞くこともできます。

伝言を聞く

災害用伝言ダイヤルは、インターネットからでも利用可能です。 "Web171" で検索 <https://www.web171.jp/>



## 災害用伝言板

インターネット接続が可能な携帯電話では、「災害用伝言板」が利用できます。詳しくは、携帯各社の案内をご覧ください。

NTT DCOMO	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>	ソフトバンク	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp/">http://dengon.softbank.ne.jp/</a>
au(KDDI)	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>	WILLCOM	<a href="http://dengon.willcom-inc.com/dengon/Top.do">http://dengon.willcom-inc.com/dengon/Top.do</a>

# 非常持ち出し品・備蓄品リスト

## 枕元に置いておきたいもの

就寝中の地震に備えておきましょう。

- 運動靴・スリッパ
- 懐中電灯
- 携帯電話など
- 笛
- 防寒着
- 非常持ち出し袋 (リュックサックなど)



## 非常持ち出し品を準備しておきましょう

避難所の備蓄品には限りがあり、高齢者や身体の不自由な人や乳幼児などへ優先的に配付されますので、自らが十分な準備をすると安心です。非常持ち出し袋には、両手の空くリュックサックが便利です。重すぎないかどうか、いちど背負ってみましょう。



## 非常持ち出し袋 (リュックサックなど) に入れておくもの

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ
- ロープ
- ろうそく
- 非常食
- 飲料水
- ティッシュ
- 洗面用具
- 下着類・衣類
- 医療品
- 予備の電池
- マッチ・ライター
- ビニール袋
- タオル

## 家族構成によって必要なもの

- 粉ミルク
- 紙おむつ
- 高齢者や障がい者のための準備品 (常備薬や介護用品)

## 避難時の必需品

- 雨具 (カッパ)
- 手袋
- 貴重品 (現金・保険証など)
- ハザードマップ (この冊子)

## あとと便利なもの

- 毛布・寝袋
- カセットコンロ
- 割りばし
- 床に敷くシート
- 使い捨てカイロ

## 備蓄品を準備しておきましょう

ライフラインの停止は長期に及び可能性もあります。ライフラインが復旧するまでの数日間のために、飲料水や食料などの備蓄があると安心です。



- 食品 (レトルト食品、缶詰、調味料、スープ、味噌汁など) 3～7 日分
- 水 (1人あたり1日3L)
- 燃料 (カセットコンロ、固形燃料)
- 寝具 (毛布など)
- 鍋・やかん
- 簡易食器 (割り箸、紙皿)
- 簡易トイレ

# あなたの避難先

洪水災害・土砂災害の避難について、早い段階での避難先と、逃げ遅れてしまったときの避難先を検討しておきましょう。

避難検討マップで確認  
して記入しましょう

## 早い段階での避難先

早い段階で安全な場所に避難することが大原則です。

いつ?

例えば

- ◎避難準備情報や避難勧告を聞いた場合
- ◎事前に大型の台風や大雨が予想される場合
- ◎夜中に雨が降り続くと予想される場合
- ◎その他にもいつもと違うと感じた場合

どこへ?

- ◎歩いていける最寄りの避難所
- ◎親戚、友人宅など、市内に限らずより安全な場所

避難検討マップで確認し記入

記入欄

## 逃げ遅れたときの避難先

逃げ遅れてしまったら、その場そのときの状況で最も安全と思われる場所で身を守りましょう。

いつ?

例えば

- ◎逃げ遅れてしまった場合
- ◎浸水の中を避難しなければならない場合
- ◎浸水や土砂が迫ってきた場合

どこへ?

- ◎最寄りの高い建物や高台
- ◎自宅の高いところ、斜面から離れた部屋
- ◎指定避難所に限らず、駆け込めるところ

避難検討マップで確認し記入

記入欄