

# 市民の皆様へ

## 皆様一人ひとりが防災の主役

市民の皆様には、日頃から市政運営につきまして格別のご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

平成23年3月11日に発生した東日本大震災や令和元年10月12日に上陸した令和元年東日本台風など、過去の災害は私たちの生活に大きな影響を与えました。

龍ヶ崎市におきましては、昭和56年8月24日の小貝川決壊をはじめ、幾度にわたる水害が発生しており、また、平成25年10月15日には、台風26号に伴い一部地域で土砂災害が発生するなど、特に近年は風水害への対策が求められているところです。

皆様の安全を守るために、市でも防災対策の充実に努めているところですが、安全な地域づくりは、行政の活動だけでは、決して達成できるものではありません。

皆様一人ひとりが、災害が起きた時のことをイメージしながら、防災の必要性を認識し、それぞれの防災活動に積極的に参加していただくことが不可欠です。

この「防災の手引き」では、地域ごとの災害リスク、日ごろの防災の備えなどを、イラストを交えて分かりやすく説明した内容となっています。

家庭内の目のつくところに置いていただき、ご家族で防災に関するお話をしていただく際の参考にさせていただければ幸いです。

龍ヶ崎市長 中山一生

## 索引

市長挨拶・索引	1	④ 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	21・22
地震対策	2	⑤ 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	23・24
火災対策	3	⑥ 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	25・26
風水害対策	4	⑦ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	27・28
災害の種類・雪害対策	5・6	⑧ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	29・30
わが家の防災対策	7	⑨ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	31・32
洪水ハザード情報について	8	⑩ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	33・34
揺れやすさマップ	9・10	⑪ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	35・36
地域の危険度マップ	11・12	⑫ 龍ヶ崎市防災マップ(利根川版)	37・38
龍ヶ崎市全域図	13・14	避難所一覧・防災ボックスとは?・災害時特設公衆電話とは?	39
① 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	15・16	防災井戸とは?・AEDとは?・災害時の問合せ先	40
② 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	17・18	非常時持ち出し品の準備	41
③ 龍ヶ崎市防災マップ(小貝川版)	19・20	わが家の防災メモ	42

# 地震対策 地震発生!そんなときどうする

## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル (室内にいた場合)



**地震発生**

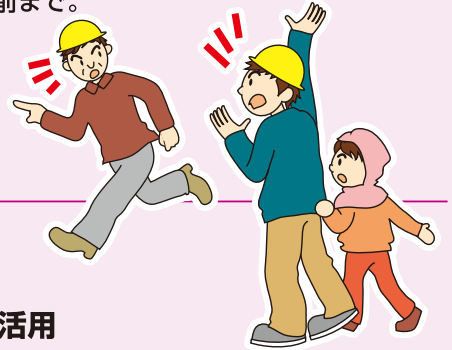
### 最初の大きな揺れは約1分間

- まず、自分の身を守る行動 (手近な座布団などで頭を保護)
- すばやく火の確認 ガスの元栓、コンセント、ストーブ
- 室内に居ることが危ないと判断した場合、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

1~2分

### 揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火。※初期消火の限界は炎が天井に燃え移る前まで。
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根がわら・ブロック塀・自動販売機等に注意



3分

### みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に  
声をかけよう

- 隣近所で助け合う 要配慮者の安全確保
- 行方不明者はいないか ●ケガ人はいないか

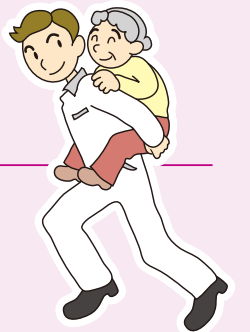
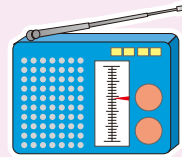
出火防止  
初期消火

- 初期消火 ●消火器を使う ●座布団、毛布、大きめのタオル等の活用
- 漏電・ガス漏れに注意 ●余震に注意 ●バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく (ただし、乳幼児のいる家庭では浴槽への転落防止のため工夫をしましょう)

5分

### ラジオなどで正しい情報を

- 大声で知らせる ●救出・救護 ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように ●避難時に車は原則として使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する



10分

数時間  
3日

### 協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう 最低でも3日間、できれば1週間分備蓄しておく
- 災害情報・被害情報の収集 ●無理はやめよう ●風呂水を貯めおきしておく
- 助け合いの心が大切 ●こわれた家に入らない (特に高層マンション居住者等)

## 屋内にいた場合

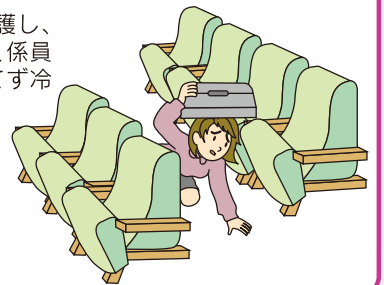
### 家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者、避難行動要支援者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。



### 劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動をとる。



### デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

### 集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

## 屋外にいた場合

### 路上

- その場に立ち止まらず、周りの危険物に注意し、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などのないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



### 海岸付近

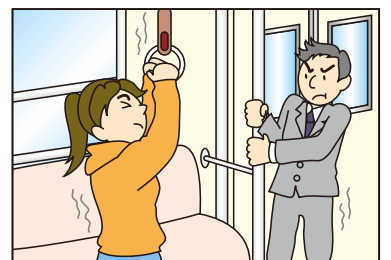
- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

### 車を運転中

- ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なおときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

### 電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。



## 地区活動拠点指定職員制度について

土日などの休日や夜間などの勤務時間外に震度5強以上の地震が発生したとき、あらかじめ指定を受けたコミュニティセンター周辺に在住する市職員(1地区当たり5人、13地区で65人)が、市役所ではなく、直接コミュニティセンターに駆けつけ、「防災ボックス(※P.39参照)」内にある鍵などを活用して、防災コンテナの開錠、避難所の開設、被災状況の収集や、市災害対策本部への報告など初動対応を行う制度です。

# 火災対策 火災発生!そんなときどうする

## 初期消火の3原則

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を大声で知らせ、すみやかに119番通報を。初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

# 1

### 早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければ、やかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



# 2

### 早く消火する

- 出火から3分以内が消火できる限度。初期消火の限度は炎が天井に届くまで。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなどの手近のものを活用する。



### 火元別初期消火のコツ

#### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

#### 石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけてと石油が飛び散って危険)。石油が流れてひろがっていくようなら毛布などで覆い、その上から水をかけて消火を。

#### 衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。髪の毛の場合なら衣類(化繊は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

#### 風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

#### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカーも切る)消火を。

#### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃えひろがったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

# 3

### 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを開けて空気を絶つ。
- 一酸化炭素などの有毒ガスを含んだ煙を吸い込まないように低い姿勢でマスク・タオル等で口をふさいで逃げる。



## 消火器の使い方

粉末・強化液  
消火器の場合



安全ピンに指を  
かけ上に引き抜く。



ホースをはずし  
て火元に向ける。



レバーを強く握  
って噴射する。

## かまえ方

- 風上に回り風上から消す。火災にはまともに正対しないように。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。



# 火災予防が一番!!!

## 火災警報器の設置義務化

消防法の改正により、住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。

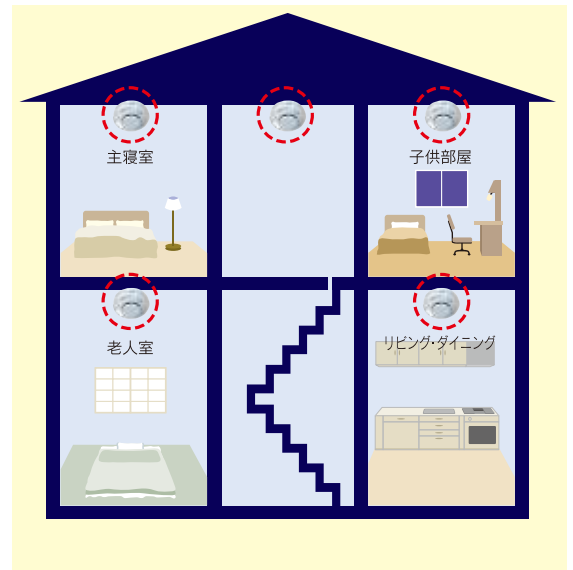
- 新築の住宅は、平成18年6月1日から
- 既存の住宅は、平成21年6月2日から

火災警報器の設置が義務づけられている場所

- 寝室...すべての寝室(子供部屋や老人の居室など就寝に使われている場合は対象となります)への設置が必要です。
- 階段...寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。
- 台所...義務ではありませんが、設置を推奨します。



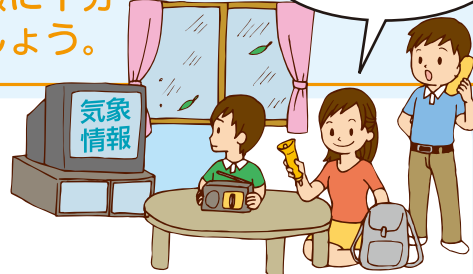
警報器



# 風水害対策

大雨や強風はわたしたちに何度も大きな災害をもたらしています。ふだんから気象情報に十分注意し、避難の際もみんなで協力しましょう。

まずは、  
確実な情報が大事！  
その次に迅速な対応！



## 大雨情報をキャッチ！ こんなときのわが家の安全対策。

### 大雨注意報

#### 大雨注意報・ 警報・特別警報 の発表基準

大雨によって災害が起こるおそれがあると予想される場合。

上記の注意報・警報は気象庁が発表します。  
気象庁にて、地震により、地盤の緩みを考慮し、揺れの大きかった市町村については、大雨警報・注意報の発表基準(土壌雨量指数基準)を暫定的に引き下げて運用する場合があります。

### 大雨警報

大雨によって重大な災害が起こるおそれがあると予想される場合。

### 大雨特別警報

台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想される場合

## 雨の強さと降り方 (1時間雨量:mm)



やや強い雨 10以上～20未満	強い雨 20以上～30未満	激しい雨 30以上～50未満	非常に激しい雨 50以上～80未満	猛烈な雨 80以上～
雨の音で話し声がよく聞き取れない。	ワイパーを速くしても見づらい。側溝や下水、小さな川があふれる。	山崩れ、がけ崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備が必要。	マンホールから水が噴出する。がけ崩れが起こりやすい。車の運転は危険。	雨による大規模な災害発生のおそれがあり、厳重な警戒が必要。

## 風の強さと吹き方 (平均風速:m/秒)



やや強い風 10以上～15未満	強い風 15以上～20未満	非常に強い風 20以上～25未満	猛烈な風 30以上～
風に向かって歩きにくくなる。傘がさせない。	風に向かって歩けない。転倒する人もいる。	しっかりと身体を確保しないと転倒する。風で飛ばされた物で窓ガラスが割れる。	立ってられない。屋外での行動は極めて危険。樹木が根こそぎ倒れはじめる。

## 台風



日本には毎年多数の台風が接近あるいは上陸し、たびたび大きな被害をもたらします。台風の接近が予想される際は、台風情報に十分注意し、被害のないように備えることが必要です。

### ■台風の高さと強さの目安

大きさ	風速15m/s以上の半径	強さ	最大風速
大型(大きい)	500km以上800km未満	強い	33m/s以上44m/s未満
超大型(非常に大きい)	800km以上	非常に強い	44m/s以上54m/s未満
		猛烈な	54m/s以上

## 集中豪雨



集中豪雨は、限られた地域に、突発的に短時間に集中して降る豪雨で、梅雨の終わりごろによく発生します。発生の予測は困難で、中小河川の氾濫、がけ崩れなどによる大きな被害をもたらすことがありますので、気象情報に十分注意し、万全の対策をとることが必要です。

- ラジオやテレビなどの気象情報に注意をする。
- 早く帰宅し、家族と連絡を取り、非常時に備える。
- 市や防災関係機関の広報をよく聞いておく。
- 飲料水や食料を最低でも3日分、できれば1週間分確保しておく。
- 停電に備え懐中電灯や携帯ラジオを用意する。
- 浸水に備えて家財道具は高い場所へ移動する。
- 非常時持出品を準備しておく。
- 危険な地域では、いつでも避難できるよう準備をする。

つねに気象情報には、  
注意して  
おきましょう！



## 竜巻から身を守る



### 竜巻とはこのような現象です

- 竜巻は、発達した積乱雲に伴って発生する激しい渦巻きです。
- ろうと状や柱状の雲を伴っています。
- 台風、寒冷前線、低気圧などに伴って発生します。
- 短時間で狭い範囲に集中して甚大な被害をもたらします。被害は、長さ数km、幅数十～数百mの狭い範囲に集中します。
- 移動スピードが非常に速い場合があります。過去に発生した竜巻の中には、時速約90km(秒速25m)で移動したものもあります。

### 竜巻の発生時に、よく現れる特徴

- 真っ黒い雲が近づき、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。
- ヒヤッとした冷たい風が吹き出す
- 大粒の雨や「ひょう」が降り出す。



### 速やかに情報を把握するために

- テレビやラジオの気象情報や市からの防災無線などで提供される防災情報に注意してください！

# 災害の種類

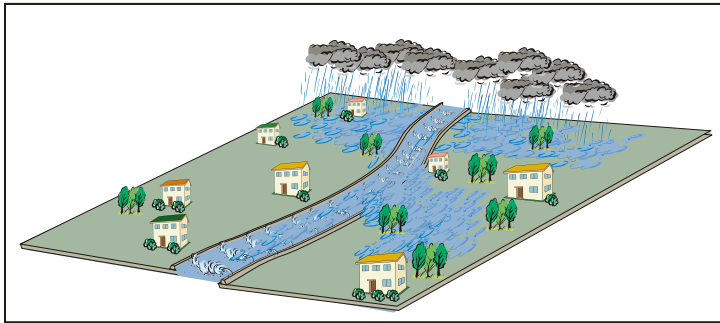
大雨などにより、川の水量の増加や地中にしみこんだ水分などが起因となり、大きな災害に発展する場合があります。事前にその災害のメカニズムを理解し、身近に起こりえる災害に対応しましょう。

## 川の氾濫等

雨量の増加によってもたらされる氾濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、水路などからあふれ出す「内水氾濫」の2タイプがあります。

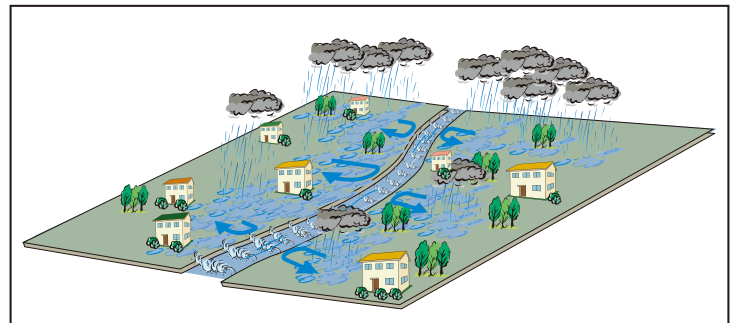
### 外水氾濫

大雨の水が川に集まり、川の水かさが増し堤防を越える、あるいは堤防を決壊させて川の水が外にあふれておきる洪水。氾濫が起きると一気に水かさが増しますので、最大の注意が必要。



### 内水氾濫

その場所に降った雨水や、周りから流れ込んできた水がはけきれずに溜まっておきる洪水。的確なタイミングで警報や避難勧告を出すのが難しいため、注意が必要。



## 土砂災害

土砂災害警戒情報が発表されてなくても、ふだんと異なる状況「土砂災害の前兆」に気付いた場合には、直ちに周りの人と安全な場所へ避難するとともに、市役所などの関係機関に連絡してください。日ごろから危険箇所や避難場所・避難経路を確認しておくことも重要です。

### がけ崩れ

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く、被害者の割合も高くなっています。



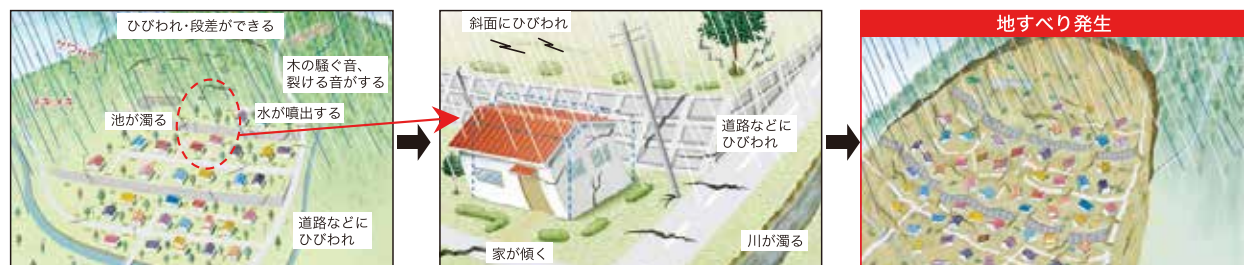
### 土石流

山腹・川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流されることをいいます。その流れの速さは規模によって異なりますが、時速20~40kmという速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。



### 地すべり

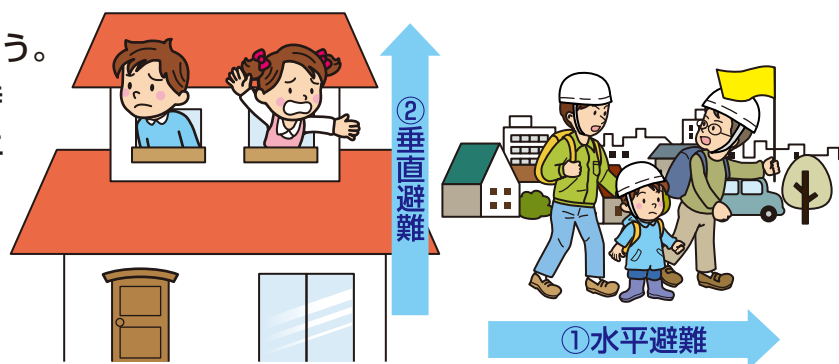
斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象のことをいいます。一般的に移動土塊量が大きいため、甚大な被害を及ぼします。また一旦動き出すと、これを完全に停止させることは非常に困難です。



※上記は一般的な前兆現象です。すべての場合において必ず起きるというものではありません。ふだんと違い、少しでも身に危険を感じたら避難するようにしましょう。

# 避難行動のポイント

1. 土砂災害の前兆現象に注意し、早めに避難しましょう。
2. 崖崩れの起こる場所から遠くに避難(水平避難)しましょう。
3. 夜中や大雨の中など外へ避難を行うのが危険と感じる時は、自宅2階以上の山の反対側の部屋など堅固な建物の上階へ避難(垂直避難)することも考慮しましょう。
4. 記録的短時間大雨情報が発表された場合は、早めに避難しましょう。



# 避難に関する情報の確認

市からの避難に関する情報は、避難する時期を判断するために重要な情報です。情報の内容や入手方法を事前に確認しておきましょう。

## ○市から伝達される避難情報と避難行動

高 ↑ 災害の危険性	<b>警戒レベル5 緊急安全確保</b>	すでに災害が発生又は切迫している状況に発令される情報です(※1)。直ちに <b>命を守るための最善の行動</b> を取ってください。
	~~~~~【警戒レベル4 避難指示までに必ず避難!】~~~~~	
	<b>警戒レベル4 避難指示</b>	災害発生のおそれが高まったと判断されたときに発令する情報です。 <b>危険な場所から全員避難</b> しましょう。
	<b>警戒レベル3 高齢者等避難</b>	災害発生のおそれがあると判断されたときに発令する情報です。避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人などは <b>危険な場所から避難</b> しましょう(※2)。

※1 災害の状況を確認に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5緊急安全確保は必ず発令される情報ではありません。  
 ※2 警戒レベル3は高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

## ○情報の入手方法

市からは避難に関する情報が様々な方法で発信されます(防災行政無線・フェイスブック・ツイッター・市公式ホームページ・メール配信サービス・防災アプリ(※裏表紙参照)など)。事前に情報の入手方法を確認しておきましょう。

# 雪害対策

## 家庭の雪対策

- 物流の混乱に備え、水・食料などの備蓄(できれば7日分)
- 停電に備えて、暖房対策(使い捨てカイロなど)、予備電池、懐中電灯、携帯ラジオなど
- 断水に備えて、水をためておく
- 積雪・凍結に備え、通路や階段など滑りやすい場所に凍結防止剤などを事前散布
- スコップ、凍結防止剤などの除雪用具
- 不要不急の外出は極力控える、どうしても外出する場合は、平時の3倍の時間がかかると思って、ゆとりをみて出かける
- 早期除雪は自助と共助(隣近所の人たち)で力を合わせて行う



## 凍結や滑りやすい場所 ~こんなところにも注意!

- 日陰の坂道、日陰の歩道
- 橋、歩道橋、階段
- マンホール
- 人通りの少ない裏通り
- 雪よせ路肩と歩道の間
- 車庫、自転車置き場

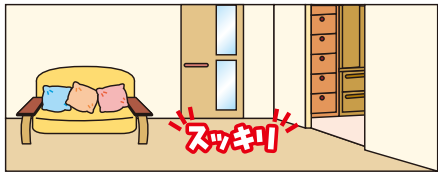
など

# わが家の防災対策

## 家の中の安全対策

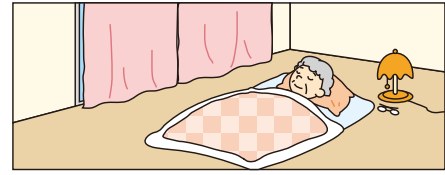
### 1 家の中に安全な空間をつくる

部屋が幾つもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。



### 2 できるだけ寝室には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性があります。



### 3 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



### 4 安全に避難するため、出入口や通路にもものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。

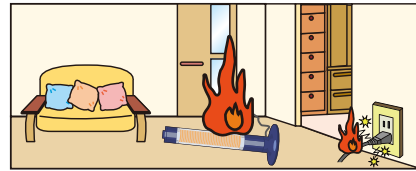


### 5 電気火災発生の防止

大地震が発生した際には、多数の火災が発生し、多くの人が命や財産を失っています。

地震火災の原因の多くは電気が関連しており、電気機器等(電気ストーブ、電気コンロ等)の転倒による出火や、電気復旧時における通電火災(破損した電気コードのショートによる出火等)があります。

このような電気火災を防ぐため、感震ブレーカー等を設置しましょう。

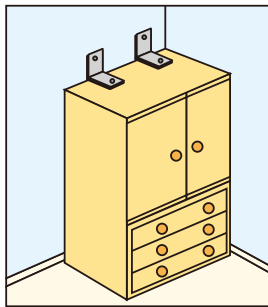


※感震ブレーカーとは、あらかじめ設定した震度以上の地震が発生した場合に、自動的に電気の供給を遮断しますので、電気による出火防止に効果的です。

## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

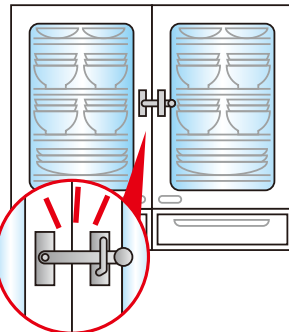
#### タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



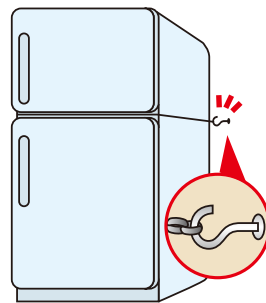
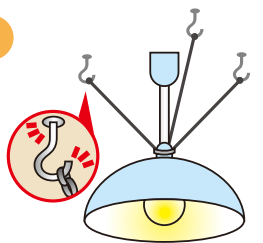
#### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



#### 照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



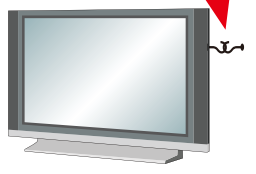
#### 冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



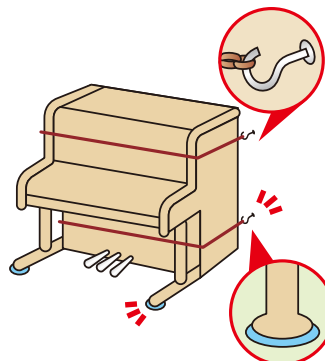
#### テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。免震ゴムの設置も有効。



#### ピアノ

本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。



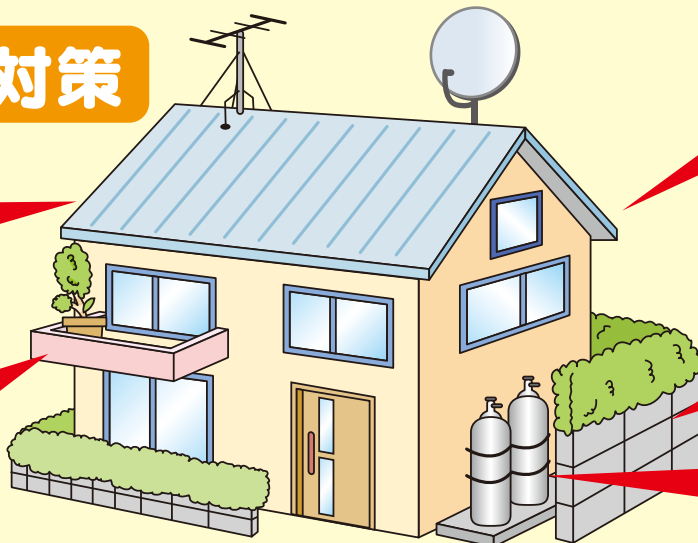
## 家の周囲の安全対策

### 屋根

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

### ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。



### 窓ガラス

飛散防止フィルムや養生テープを窓に貼る。

### ブロック塀・門柱

土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

### プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。

# 洪水ハザード情報について

水防法に基づき、河川の洪水ハザード情報をマップに掲載しています。  
以下の情報を参考に、洪水時における対応についてあらかじめ確認しておきましょう。

## 1 説明

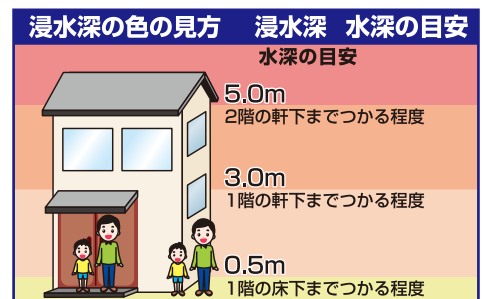
- この「防災の手引き」で使用しているハザード情報は、小貝川または利根川が、大雨によって氾濫した場合、洪水が想定される区域とその浸水の深さを示したものです。浸水の目安は「浸水ランクの目安」でご確認ください。
- 雨の降り方によっては、想定とは異なる浸水深となったり、地図に表示された浸水区域以外でも浸水することがあります。
- 川が氾濫しない場合でも、低い土地などは浸水被害（床上・床下浸水など）が起こる場合があります。十分注意しましょう。

### ■ 想定した大雨の規模

河川名	雨量
小貝川	778mm (3日間)
利根川	491mm (3日間)

### ■ 浸水ランクの目安

凡例【浸水想定区域】	
浸水した場合に想定される水深	浸水想定区域
0.5m未満の区域	
0.5m～3.0m未満の区域	
3.0m～5.0m未満の区域	
5.0m～10m未満の区域	
10m～20m未満の区域	
浸水想定区域の特定の対象となる河川	
河川等範囲	



## 2 水害時の避難先

ご自宅が浸水の可能性がある場合は、いずれかの避難行動が必要です。  
以下の判定フローを参考に自身の避難行動を考えておきましょう。



## 3 水害時の避難所

水害時に特定の避難所に避難者が集中しないように、お住いの地区毎に避難する場所をあらかじめ定めています。  
水害のおそれが高まった時には以下の避難所を目安に避難しましょう。

地区名	避難所
馴柴地区	①長山小学校 ②長山中学校 ③松葉小学校 ④久保台小学校 ⑤中根台中学校 ⑥愛国学園大学附属龍ヶ崎高等学校 ⑦流通経済大学
川原代地区	①馴馬台小学校 ②市民活動センター ③愛宕中学校
北文間地区	①龍ヶ崎南高等学校
大宮地区	①城ノ内小学校 ②八原小学校 ③城ノ内中学校
龍ヶ崎地区	①たつのごアリーナ ②龍ヶ崎小学校 ③龍ヶ崎第一高等学校 ④龍ヶ崎第二高等学校 ⑤大昭ホール龍ヶ崎(龍ヶ崎市文化会館)
長戸・八原地区	①長戸コミュニティセンター(旧長戸小学校) ②農業公園豊作村湯ったり館

※水害時に上記に記載するすべての避難所が同時に開設はしません。  
避難所開設情報は防災行政無線、市メール配信サービス等で案内しますのでご確認ください。



## 避難所一覧表

名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置	名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置
長山小学校	長山5-7-1	66-7092	P15・27		●	竜ヶ崎第一高等学校	龍ヶ崎市248	62-2146	P20・32		●
長山中学校	長山3-1	66-1766	P15・27		●	竜ヶ崎第二高等学校	龍ヶ崎市3087	62-3078	P20・32		●
松葉小学校	松葉2-9	66-4439	P19・31		●	龍ヶ崎小学校	龍ヶ崎市3316	62-0042	P20・32		●
愛国学園大学附属龍ヶ崎高等学校	若柴町2747	66-0757	P19・31		●	龍ヶ崎西小学校	龍ヶ崎市8810	64-3989	P20・32	●	●
馴柴小学校	若柴町3135	66-1559	P19・31	●	●	八原小学校	藤ヶ丘1-22-4	62-0533	P21・33		●
城西中学校	川原代町710	66-4157	P19・31	●	●	総合体育館たつのこアリーナ	中里3-2-1	64-8674	P21・33		●
川原代小学校	川原代町3518	66-2737	P19・31	●	●	城ノ内中学校	城ノ内5-3	62-2372	P21・33		●
久保台小学校	久保台2-3	66-7601	P20・32		●	城ノ内小学校	城ノ内5-27	62-3160	P21・33		●
中根台中学校	中根台1-12	65-2270	P20・32		●	城南中学校	龍ヶ崎市1736	62-1665	P21・33		●
馴馬台小学校	平台4-23-1	65-0088	P20・32		●	農業公園豊作村湯ったり館	板橋町440	60-1126	P22・34		●
馴馬財産区会館	馴馬町2260-8	60-7511	P20・32		●	長戸コミュニティセンター(旧長戸小学校)	半田町65	62-1649	P22・34		●
市民活動センター	馴馬町2445	63-0030	P20・32		●	旧北文間小学校	長沖町1490	62-1525	P23・35	●	●
文化会館	馴馬町2612	64-1411	P20・32		●	竜ヶ崎南高等学校	北方町120	64-2167	P23・35		●
中央図書館	馴馬町2630	64-2202	P20・32		●	高砂体育館	龍ヶ崎市7053-1	64-5279	P24・36	●	●
愛宕中学校	龍ヶ崎市3777	62-1209	P20・32		●	大宮小学校	大徳町4945	62-0055	P25・37	●	●
流通経済大学	龍ヶ崎市120	64-0001	P20・32		●						

## 福祉避難所一覧表

名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置	防災ボックス	名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置	防災ボックス
長山コミュニティセンター	長山3-13-1	66-7285	P15・27		●	●	龍ヶ崎コミュニティセンター	龍ヶ崎市488	62-8885	P20・32		●	●
松葉コミュニティセンター	松葉5-1	66-7307	P19・31		●	●	龍ヶ崎西コミュニティセンター	龍ヶ崎市8897-1	64-0624	P20・32	●	●	●
馴柴コミュニティセンター	馴柴町21-1	66-7214	P19・31	●	●	●	八原コミュニティセンター	藤ヶ丘1-21-14	64-8246	P21・33		●	●
川原代コミュニティセンター	川原代町1665	66-7263	P19・31	●	●	●	城ノ内コミュニティセンター	白羽1-5-2	62-3222	P21・33		●	●
総合福祉センター	川原代町5014	62-5851	P20・32	●	●		長戸コミュニティセンター	高作町162-9	64-8193	P22・34		●	●
久保台コミュニティセンター	久保台4-1-12	65-4788	P20・32		●	●	北文間コミュニティセンター	長沖町813	64-8249	P23・35	●	●	●
馴馬台コミュニティセンター	平台5-12-3	65-4040	P20・32		●	●	大宮コミュニティセンター	大徳町4901	64-8149	P25・37	●	●	●

## 民間福祉避難所一覧表

名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置	名称	所在地	電話番号	掲載頁	水害	AED設置
グループホームふれあい	貝原塚町3605-5	64-1553	P16・28			ミントの家	龍ヶ崎市3321-12	64-8820	P20・32		
(老健)涼風苑	貝原塚町3689	63-0008	P16・28		●	ぱれっと	龍ヶ崎市奈戸岡2-195	62-2667	P20・32	●	
複合福祉施設 緑	藤ヶ丘4-4-3	61-1660	P16・28		●	ウズラ	愛戸町340-1	79-4987	P20・32	●	
(老健)けやきの郷	若柴町1741-1	61-5133	P19・31		●	(特養)龍ヶ岡	中里1-1-17	61-1300	P21・33		●
エクセレントホームなごみ	川原代町875	60-2302	P19・31	●		りとるミントの家	野原町1376-3	64-8820	P21・33	●	
サニールーム龍ヶ崎	佐貫4-4-15	85-3072	P19・31	●		どんぐりの家	緑町203	85-3932	P21・33	●	
かんぱにい	松ヶ丘2-24-22	86-7422	P19・31	●		放課後クラブめくもり	白羽3-2-10	84-1188	P21・33		
グループホームさわやか荘	馴馬町3918-2	61-1008	P20・32			グループホーム古城の家	龍ヶ崎市3204	85-4304	P21・33		●
ツクイ龍ヶ崎	馴馬町2873-1	61-0882	P20・32	●		リーフ	上大徳新町110	75-3978	P21・33	●	
デイサービスモルセラ龍ヶ崎	馴馬町620-1	85-2730	P20・32	●	●	(特養)竜成園	半田町1388	62-2735	P22・34		●
グループホーム 美里	羽原町1918-1	61-1666	P20・32	●	●	(特養)やすらぎの里	大徳町4965-1	64-3234	P25・37	●	●

注)1 水害

上記で水害の欄に●印がある避難所は、水害の場合において浸水する恐れがあり、避難所として開設できない場合があります。災害発生時の避難所開設については、防災行政無線やエリアメール等により周知を行います。

注)2 福祉避難所

コミュニティセンター及び総合福祉センターは、福祉避難所として指定しており、高齢者や体が不自由な方など「要配慮者」「避難行動要支援者」が優先となります。

注)3 民間福祉避難所

福祉避難所での生活が困難であり、より専門性の高いサービスを必要とする避難行動要支援者が対象となります。

## 防災ボックスとは？

防災ボックスは、地震災害時における初動防災活動のため、震度5強以上の地震を感知した場合には、本体の扉の錠が自動解錠され、ハンドルを回し扉を開けることで、中に保管してある鍵などを取り出すことができる箱型の機器です。民家が倒壊するような激震では、市の職員や施設管理責任者などが鍵を持ってこられない場合もあります。また、震災の混乱時、必要な鍵だけ取り出すのは極めて困難であると考えられます。そこで発災後直ちに必要な、人命救助資機材が保管されている防災コンテナや避難所開設に必要な施設の鍵をすぐに取り出すことができる防災ボックスは有効な手段です。市民の皆様は必要に応じて地震発生時の初動対応や人命救助に役立てていただければ幸いです。

※上記「福祉避難所一覧表」の防災ボックスの欄に●印がある場所に設置しています。



## 災害時特設公衆電話とは？

大規模災害時の通信手段を確保するため、東日本電信電話株式会社(以下NTT東日本)の協力を得て、避難所となる市民活動センター・総合たつのこアリーナ、福祉避難所となる各コミュニティセンター(長戸コミュニティセンター(旧長戸小学校)を除く)・総合福祉センターに、災害時特設公衆電話を設置しています。

### 利用方法

災害が発生し、NTT東日本の利用開始決定により、利用可能になります。利用料は無料で、停電時でも利用可能です。

※この電話は、非常時専用回線のため、通常時は施設で保管しており利用できません。

# 防災井戸とは？

東日本大震災では、市全域が断水したことを教訓として、福祉避難所となる各コミュニティセンター（長戸コミュニティセンター（旧長戸小学校）を除く）へ井戸を設置し、災害時には飲料水や生活用水として利用することができます。また飲料水兼用防火水槽は市内に3ヶ所（龍ヶ崎小学校・西部出張所・龍ヶ岡公園）に設置しております。

## 井 コミュニティセンター防災井戸

名称	住所	名称	住所
龍ヶ崎コミュニティセンター	龍ヶ崎市488	長山コミュニティセンター	長山3-13-1
龍ヶ崎西コミュニティセンター	龍ヶ崎市8897-1	久保台コミュニティセンター	久保台4-1-2
大宮コミュニティセンター	大徳町4901	松葉コミュニティセンター	松葉5-1
長戸コミュニティセンター	高作町162-9	馴柴コミュニティセンター	馴柴町21-1
八原コミュニティセンター	藤ヶ丘1-21-14	川原代コミュニティセンター	川原代町1665
城ノ内コミュニティセンター	白羽1-5-3	北文間コミュニティセンター	長沖町813
馴馬台コミュニティセンター	平台5-12-3		

## 水 飲料水兼用防火水槽

名称	住所
龍ヶ崎小学校	龍ヶ崎市3316
西部出張所	馴柴町21-1
龍ヶ岡公園	中里3-1

# 24時間対応AEDリスト

※各社ホームページより転記

店舗名称	住所	店舗名称	住所
セブン-イレブン竜ヶ崎光順田店	龍ヶ崎市光順田3034-2	ファミリーマート龍ヶ崎馴馬店	龍ヶ崎市馴馬町字中曾根2994-1
セブン-イレブン竜ヶ崎出し山町店	龍ヶ崎市出し山町147	ファミリーマート龍ヶ崎川原代店	龍ヶ崎市川原代町6147番1
セブン-イレブン竜ヶ崎六斗蒔店	龍ヶ崎市六斗蒔7816-1	ファミリーマート龍ヶ崎久保台店	龍ヶ崎市久保台4丁目1番8
セブン-イレブン龍ヶ崎市総合体育館前店	龍ヶ崎市松ヶ丘2丁目24-11	ファミリーマート龍ヶ崎平台店	龍ヶ崎市平台3-1
セブン-イレブン竜ヶ崎中根台4丁目店	龍ヶ崎市中根台4-9-1	ファミリーマート佐貫駅前店	龍ヶ崎市佐貫町645-1 関東鉄道佐貫ビル2
セブン-イレブン竜ヶ崎藤ヶ丘1丁目店	龍ヶ崎市藤ヶ丘1丁目2-2	ファミリーマート竜ヶ崎警察署前店	龍ヶ崎市光順田2831番1
セブン-イレブン竜ヶ崎松ヶ丘4丁目店	龍ヶ崎市松ヶ丘4-1-7	ファミリーマート流通経済大前店	龍ヶ崎市出し山町8-2
セブン-イレブン竜ヶ崎南中島店	龍ヶ崎市南中島町中島前62-2	ファミリーマート龍ヶ崎北方店	龍ヶ崎市北方町2108
セブン-イレブン竜ヶ崎小柴店	龍ヶ崎市小柴5-2-1	ミニストップ竜ヶ崎大徳町店	龍ヶ崎市大徳町519-1
セブン-イレブン竜ヶ崎半田町店	龍ヶ崎市半田町1827	ミニストップ竜ヶ崎北方店	龍ヶ崎市北方町1558-2
セブン-イレブン竜ヶ崎若柴店	龍ヶ崎市佐貫2-20-1	ミニストップ龍ヶ崎緑町店	龍ヶ崎市緑町26-1
セブン-イレブン竜ヶ崎長山6丁目店	龍ヶ崎市長山6-8	ミニストップ龍ヶ崎白羽店	龍ヶ崎市白羽1丁目7-37
セブン-イレブン竜ヶ崎ニュータウン西店	龍ヶ崎市若柴町字長町642-5	ミニストップ龍ヶ崎寺後店	龍ヶ崎市寺後3620
セブン-イレブン龍ヶ崎長沖新田店	龍ヶ崎市長沖新田町43-4	ローソン龍ヶ崎城ノ内店	龍ヶ崎市城ノ内2-1-1
セブン-イレブン竜ヶ崎大徳町店	龍ヶ崎市大徳町252-2		

※24時間対応以外のAED設置場所についてはP.39の避難所等を参照  
 ※上記の店舗が閉店した際は、AEDを利用することはできません。最新の情報は市公式ホームページに掲載しております

# AEDとは？

## AED（自動体外式除細動器）

心臓がけいれんし、血液を流すポンプ機能を失った状態（心室細動）になった心臓に対して電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。

## こんな時にAED！

倒れている傷病者に、意識がなく、普段通りの呼吸がないとき

## AEDは誰でも使えます

一般市民が救命の現場でAEDを使用することは認められています。

（2004年7月厚生労働省通達・医師法第17条）

AEDは音声ガイドに従うことで使用することができますが、心肺蘇生を含めた講習会を受講されることをおすすめします。



※このマークが設置の印です

## 災害時の問い合わせ先

### ● 防災無線放送内容

放送内容テレフォンサービス  
0800-800-6730 ※市内からの通話無料

### ● 火災発生情報

稲敷広域消防本部テレフォンサービス  
0297-64-0119

### ● 停電

東京電力エナジーパートナーカスタマーセンター茨城  
0120-995-332

※0120番号をご利用になれない場合  
029-387-5056（有料）

### ● 断水

茨城県南水道企業団  
0297-66-5131（代表）

### ● 都市ガス

東京ガスお客様センター（ナビダイヤル）  
0570-002211

※ナビダイヤルをご利用になれない場合  
03-3344-9100

### ● その他の問い合わせ

龍ヶ崎市役所  
0297-64-1111（代表）

### ● 列車運行情報

【常磐線】JR東日本お問い合わせセンター  
050-2016-1600

### ● 関東鉄道竜ヶ崎線】竜ヶ崎駅

0297-62-2152

### ● 道路交通情報

（財）日本道路交通情報センター（茨城情報）  
050-3369-6608

携帯電話・PHS専用短縮ダイヤル

#8011 ※担当者による応答。  
ただし問い合わせ集中の際は自動応答。

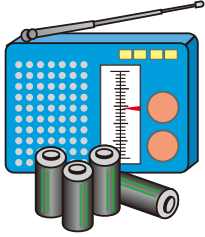
# 非常時持出品の準備

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。

## 非常時持出品（例）

### 携帯ラジオ

予備の電池は多めに用意。



### 救急医薬品

常備薬(3日程度)、お薬手帳、絆創膏、傷薬、包帯、風邪薬、胃腸薬、鎮痛剤など。



### 貴重品

現金、預貯金通帳、印鑑、免許証、健康保険証、権利証書など。



### 懐中電灯

できれば1人に1つ。予備の電池も忘れずに。



### 非常食品 (最低3日分)

カンパン・缶詰など火を通さなくても食べられるもの、非常用食品、ミネラルウォーター、缶切り、栓抜き、紙皿、紙コップ、水筒など。



### その他

下着・上着などの衣類、タオル、生理用品、ウェットティッシュ、合羽、ヘルメット、ライター、ラップフィルム(止血や汚れた食器にかぶせて使う)、笛、ハザードマップなど。

### 子どもの持出品

粉ミルク、哺乳瓶、ベビーフード(缶詰など)、アレルギー用食品(使用している場合)、紙おむつ、おしりふき

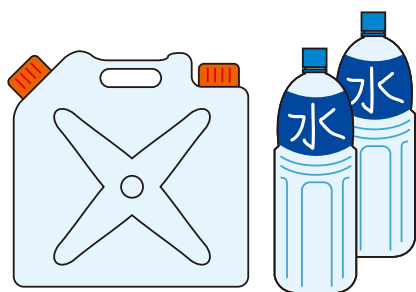
成長の早い小さな子どものために「少し先」のものを買って置きましょう。母子健康手帳は常に携帯しましょう。

## 非常時用備蓄品（例）

非常時備蓄品は、災害復旧までの数日間(最低3日分、できれば1週間分)を生活できるように準備しておきましょう。

### 飲料水

飲料水は1人1日3リットルを目安に。ペットボトルや缶入りのミネラルウォーター。また、防災タンクにためておく。



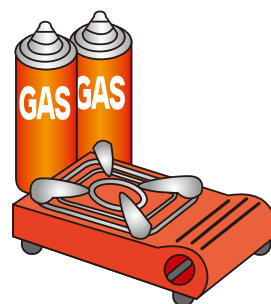
### 非常食品

米(缶詰やレトルト、アルファ米も便利)、缶詰やレトルトのおかず、ドライフーズ、チョコレート・アメなどの菓子類、梅干し、調味料など。



### 燃料

卓上コンロ、ガスボンベ、固形燃料。



### その他

生活用水(風呂や洗濯機に備蓄。幼児に注意して)、毛布・寝袋、洗面用具、ドライシャンプー、なべ、やかん、防災タンク(ポリタンク)、バケツ、各種アウトドア用品など。



## 備蓄品は定期的に点検を!

いざというときに支障のないように、食品類の賞味期限や持出用品の不備を定期的に点検しましょう。

### 避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、筆記用具(マジックなど)など

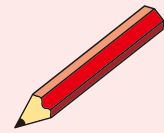


### 阪神・淡路大震災で役に立ったもの

ポリタンク、予備の眼鏡・補聴器、ビニールシート、新聞紙などや、補助用具としてロープ、スコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど

備蓄品は、使用するとき支障のないように、定期的に点検しておきましょう。とくに食品や飲料水の賞味期限はまめにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入れ替えておきましょう。

# わが家の防災メモ



非常時に連絡が必要な方や電話番号などを事前に記入しておきましょう

住所			
氏名		電話	

避難所	避難所	
	家族が離ればなれになった時の避難所	

家族の 連絡先	氏名	電話(会社・学校)	住所	メモ <small>家族との関係など</small>	

親戚の 連絡先	氏名	電話(会社・学校)	住所	メモ <small>家族との関係など</small>	

家族の 救急データ	氏名	生年月日	血液型	アレルギー	常備薬	病歴	

緊急 連絡先	連絡先	電話	連絡先	電話	

## 災害用伝言ダイヤルの使い方

災害用伝言ダイヤルとは? NTTでは、災害発生時に、被災地への通話がつながりにくい状況の場合、被災地内の安否等の情報を音声で録音、再生する「災害用伝言ダイヤル」を設置します。

伝言の録音	171-1-0000-00-0000(相手の電話番号)	伝言保存期間	録音してから48時間
伝言の再生	171-2-0000-00-0000(自宅の電話番号)	伝言蓄積数	1電話番号あたり10伝言まで
伝言内容	1伝言あたり30秒以内	利用可能電話	一般電話(プッシュ回線、ダイヤル回線)、 公衆電話、携帯電話(一部除く)等