

防災減災

そのとき
わたしに
できること

日常化する大雨。予測が難しい地震。
人間の力をはるかに超えてわたしたちを襲う災害。
わたしたちは災害にどのように立ち向かっていけばよいのでしょうか。
そのとき、わたしたちは何をしたらよいのか。
そのときまでに、何ができるのか。
わたしたち、「一人ひとり」の「防災・減災」について考えます。

8月15日、降り続いた記録的な大雨により発生した土石流が岡谷市を襲い、3名の尊い命が奪われました。被害があった各地では、今もなお復旧作業が続いています。市では、今回の人命に関わる被害を重く受け止め、今後どのような対策をとっていくのかをあらためて考えていきます。

岡谷市は、平成18年7月豪雨災害を経験し、このときの悲しみをかたときも忘れることなく心に刻み、防災・減災に関する取り組みをソフト・ハード両面において、国や県とともに進めてきました。

平成18年7月豪雨災害の翌年から毎年パネル展を開催、5年後の平成23年に、災害が起きた7月19日を「岡谷市防災の日」に定め、「非常食を食べる日」として「防災・減災」の意識を忘れない取り組みをしています。10年後の平成28年には、この年に制定した「岡谷市防災・減災基本条例」のなかで、「自助・互助・共助・公助」という「4助」を提唱し、市民と市が一体となり、力を合わせて災害に立ち向かっていく決意を新たにしました。

災害時、市では、正確な情報をいち早く把握して市民に発信するとともに、関係部署や、防災関係機関と連携をとりながら、各地で起こっている災害に対応しています。そのための「雨量計」「水位計」「河川カメラ」などの機材を充実させてきました。また、災害時の各区との素早い情報共有や自主防災組織のサポートのため、市職員を

● 8月の大雨による 災害の状況

岡谷市では13日から降り続いた雨により、3名の尊い命を失い、家屋206件、道路60件、農地94件、林道138件などの被害が発生する大きな災害となりました。

また、降り続く雨による危険に備え、15地区1万2480世帯2万9023人に警戒レベル4避難指示が発令されました。（令和3年8月31日現在）



湊 小田井沢砂防えん堤



川岸西 須門狭間川溢水



横川山 林道堤洞線路肩崩落



地域連絡員として派遣して各区と市との連携を図り、自主防災組織間の連携についても強化しました。

災害の経験と知識を、後世に伝えていくことも将来の「防災・減災」のためには大切です。学校や希望者への「出前講座」、「子ども防災教室」を行い、啓発活動も続けています。

このように、市では、素早い情報発信や連携など、できるだけ市民に寄り添う対策に努めています。市民のみなさん「一人ひとり」が自分の身や家族、大切な人の命を守るための判断が的確にできるよう、ふだんから「防災・減災」について考えることが重要となります。「一人ひとり」の力、「近所」の力、「地域」の力、「行政」の力を合わせて、災害に強い岡谷市をつくっていきましょう。

自分のこととして

考える。
備える。
行動する。そのときにそなえ
わたしにできる

1 2 3

知る
始める
ことから

1

岡谷市における土砂災害警戒区域の数

土砂災害の種類	警戒区域の種類	箇所数
土石流	特別警戒区域	67
	警戒区域	112
急傾斜地の崩壊	特別警戒区域	339
	警戒区域	369
地すべり	特別警戒区域	0
	警戒区域	6

山と諏訪湖に挟まれ、無数の川や沢がある岡谷市は、土砂災害や洪水が起こりやすい地形とされ、多くの箇所が「土砂災害特別警戒区域」、「土砂災害警戒区域」に指定されています。(左表)

なんとなく知ってはいいても「自分の家は大丈夫」と思っていないませんか？

「岡谷市防災ガイド(改訂版)」に掲載されているハザードマップで、自分の住んでいる場所と照らし合わせてみましょう。

土砂災害とは

●土砂災害には土石流、急傾斜地の崩壊、地すべりがあります。

前兆現象が起こったら、直ちに命を守る行動をし、災害が起こる前に避難しましょう。

土石流

山や川を構成する土砂が、大雨などによる大量の水と一緒に激しく押し流される現象

前兆現象

- 山鳴りがする
- 川の水が濁り流木が混ざる
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる



急傾斜地の崩壊

雨や地震などの影響で地盤がゆるみ、突然斜面が崩れ落ちる現象

前兆現象

- 小石がパラパラと落ちてくる
- がけから水が湧き出している
- がけにひび割れができています



地すべり

地下水などの影響により、斜面を構成する土塊が斜面下方に大きくすべり出す現象

前兆現象

- 地面にひび割れができる
- 地面の一部が陥没・隆起する
- 沢や井戸水がにごる
- 斜面から水が吹き出す



洪水とは

●洪水には外水氾濫、内水氾濫があります。

右記の注意事項に気をつけ、安全に避難しましょう。

がすすいはらん
外水氾濫

増水した河川の水位が堤防の高さを超えたり、堤防が河川の流れによりけずられて決壊し、水が流れ込む現象

ないすすいはらん
内水氾濫

河川から水があふれるのではなく、降った雨を河川へ排水しきれなくなり、下水道や側溝などから水があふれる現象



洪水時の避難の注意

- アンダーパスの冠水に注意!
- はき慣れた靴で避難!
- マンホールや側溝に注意!
- 少しでも高いところへ!

最新の情報で 身を守る

2

最新の情報を得て行動することは、身の安全を守る近道です。
常に最新の情報に沿って行動することが大切です。
市からのメール配信は、登録しておけば重要な情報が
いち早く届きます。ぜひ登録をお願いします。

受け取る情報

□メール配信@おかや みなさん、登録しましょう。
防災行政無線情報、気象情報、地震速報などを
携帯電話やパソコンに配信しています。

登録は無料です。(秘書広報課で登録のお手伝いもできます)

登録方法 ① QRコードからサイトに接続後登録。

② 下記アドレスに空メールを送信。

返信されたメールに従い登録。

t-okaya@sg-m.jp



メール登録

□防災ラジオ

防災行政無線を受信して放送します。

(1台1,000円 市役所、各支所にて販売しています)



□岡谷市ホームページ

災害時の緊急情報を発信します。

岡谷市
ホームページ



□岡谷市公式フェイスブック

災害時には、岡谷市からの災害情報
を随時発信します。



岡谷市
フェイスブック

□シルキーチャンネル

LCV CH11で放送中。災害時には
市からの災害情報を随時発信します。



国・県の雨量計
3か所

□水位情報・雨量情報

国・県・市内の雨量計を確認できます。



岡谷市の雨量計
11か所

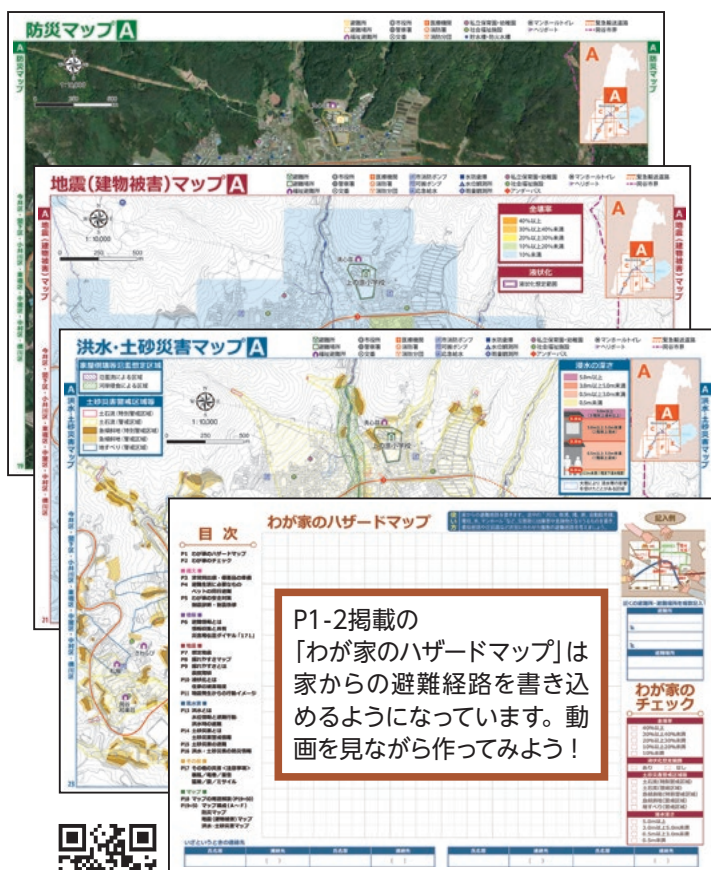
自分で見に行く情報



わが家の ハザードマップ を作る

3

「あなたの家が災害に遭ったかどうか、考えたことはありませんか？」
災害はいつどこで起こるかわかりません。自宅周辺にどのような危険があるのかを家族で話し合い、「わが家のハザードマップ」を作って自分自身で災害に備えましょう。



作り方の動画はこちらから！

□岡谷市防災ガイド(改訂版)

全区域のハザードマップ
3種類、わが家のハザード
マップが掲載されています。

- 防災マップ
- 地震(建物被害)マップ
- 洪水・土砂災害マップ
- わが家のハザードマップ

こちらから
ダウンロード
できます



避難するときは

常に
最新の
情報を！いざ避難！
何を持って？どこへ？

警戒レベル	避難情報等	とるべき行動
5	災害発生 又は切迫 	緊急安全確保※1 命の危険 直ちに安全確保
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~		
4	災害の おそれ 高い 	避難指示※2 危険な場所から全員避難
3	災害の おそれ あり 	高齢者等避難※3 危険な場所から高齢者等は避難
2	気象状況 悪化 	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁) 自らの避難行動を確認
1	今後 気象状況 悪化のおそれ 	早期注意情報 (気象庁) 災害への心構えを高める



気象情報

**警告** 警戒レベルの避難情報が令和3年5月から変わりました。警戒レベルにかかわらず、自分で危ないと思ったら、親戚の家や知人宅などへ避難することも大切です。自分で自分の身を守りましょう。**気象情報・土砂災害警戒情報をチェックし、自らの安全を確保してください。**

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も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。

- 懐中電灯
- ホイッスル
- 靴(スリッパ)



**命**を守るための3品は必ず準備し、枕元に置いておくと安心です。

**い**ざ、避難となったとき、さて、何を  
持つてどこに行けばよいのでしょうか？  
岡谷市では、市内11小中学校や、各区の  
公会所や区民センターなどが避難所になっ  
ています。常日頃から、避難所がどこにあ  
るのか、どの避難所が行きやすいのかを確  
認し、また外出中に災害に遭ったときのた  
めに、家族でどこに避難するのかを決めて  
おくことも大切です。「わが家のハザード  
マップ」を完成させ、いざというときに落  
ち着いた行動をとれるようにしましょう。  
ここで気をつけたいのは、**災害の状況に  
よって、開設される避難所が異なる**とい  
うことです。自宅や今いる場所から一番近い  
避難所が開設されているとは限らないの  
で、常に最新の情報で開設されている避難  
所を確かめることがとても重要です。

**災**害発生時、支援物資はすぐに届くと  
は限りません。最低3日間を自力で  
乗り越えられる準備をしましょう。  
「ふだん使用する保存食品や加工品を多  
めに買っておき、使った分だけ新しく買い  
足していくことで、常に一定量の食糧を備  
蓄しておく」という**ローリングストック法**  
を行いましょう。

キリトリ

## 非常時持出品チェックシート (持ち出しリュックなどにできるだけ詰めておきましょう)

切り取って目立つところに貼っておきましょう

## 準備しておくもの

- ☐ わたしに必要なもの： _____ /
- ☐ 懐中電灯/ホイッスル/靴(スリッパ)
- ☐ 保存水(最低3日分・1人1日3リットルが目安)
- ☐ 保存食(最低3日分)
- ☐ 手袋・軍手・マスク
- ☐ 携帯電話・充電器
- ☐ 携帯ラジオ・予備電池
- ☐ ヘルメット・防災頭巾
- ☐ 雨具・防寒着

## 避難所生活に必要なもの

- ☐ 下着・靴下
- ☐ 常備薬・ばんそうこう・お薬手帳
- ☐ トイレットペーパー・簡易トイレ
- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ タオル・からだふき
- ☐ レジャーシート・毛布(アルミ保温シート)
- ☐ 現金(紙幣・100円玉・10円玉)
- ☐ 預金通帳・保険証・免許証などのコピー
- ☐ その他(生理用品・乳幼児用品・介護用品)





安全第一

市民の力  
で  
市民を守る。

# 災害時の消防団の活動について 消防団長さんに聞きました。

8月14日・15日の水害では、市内の多くの場所です砂崩れや、川や側溝から水がふれるなどの被害がありました。この2日間で、のべ800人以上の岡谷市消防団員が出勤し、消防署などの関係機関とともに災害対応にあたりました。それぞれの仕事を持ちながら、市民のために活動している消防団のみなさんが、災害時にどのような活動をしているのか、岡谷市消防団 上沼隆弘団長にうかがいました。

●今回の水害での活動のようすを教えてください。

今回の水害に関しては、土のうを持って各災害現場へ行き、川などからあふれた水が家屋に入らないように防御することが主な活動でした。

8月14日・15日は現場活動する各分団の活動を把握し、状況に応じた指示が必要のため、岡谷消防署内に設置した「消防団の指揮本部」にて指揮を執っていました。14日午前11時30分ごろに若宮の水害現場に第4分団へ出勤をお願いしたものが、今回最初の出勤命令でした。この後、15日までほぼ24時間体制の活動で、市内50件を超える水害現場に、各分団員たちが土のう約4000袋を持参し、対応しました。

今回、このような広範囲にわたる災害において、消防団のマンパワーが大きな力を発揮したと思います。分団員たちは、これまでの経験をもとに状況を予測し、連携しながら行動していました。管轄地域の川の危険水位から状況を判断し、事前に出動準備

をしていたため、より迅速に出動できた分団もありました。

●今回の災害を経て生かされることはありますか？

今回の災害では、いままでの岡谷市消防団の活動の歴史や、経験によって得た知識の積み重ねがあつたので、団員たちは次に何をやるのがわかつており、自ら考え行動することができました。今回経験したことも、次があつてはいけません、今後の活動に生かされていくはずですよ。

●分団員に伝えたいことは？

各分団長さんに、なによりお願いしていることは、「団員の安全確保」です。安全があつてこそできる活動ですので、出勤の際は、安全な身支度、装備を整えて現場に向かい、身を引き締めて活動してほしいと思います。

●防災について、市民へメッセージをお願いします。

災害は急に起こるものです。備えを万全にしておくことはもちろんですが、市から出される情報を早め早めに収集し、行動することをお願いします。



岡谷市消防団  
かみぬま たかひろ  
上沼 隆弘 団長

## 危機管理室より

「居安思危」を知っていますか？

常に用心を怠らないことを表します。中国の四字熟語で、これで終わりではなく、「思則有備」・「有備無患」という熟語が続きます。3つの熟語をつなげると「居安思危 思則有備 有備無患」となり、「安きに居りて危きを思ふ 思えばすなわち備え有り 備え有れば患い無し」と読みます。最後の「備え有れば患い無し」はみなさんご存じだと思いますが、前文の2つの熟語は、「災害などが無い日ごろから災害が起きたときのことを考え、災害が起きたときのことを考えれば、備えることができる。」とし、最後に「備えがあれば、いざというときに慌てることはない。」ことを意味しています。

「災害への備えはできていますか？」

「非常食や持出品の用意はありますか？」

まずは、「ご家庭に配られた「岡谷市防災ガイド（改訂版）」により、地域や家の周辺の危険箇所などのリスクを確認して、家族防災会議で「わが家のハザードマップ」を作成していただきたいと思っています。さらに、個人や家ごとといった単位の個別のリスクを確認して、いざというときに自分自身や家族、大切な人の命を守る準備をしていただくことを強く願います。

問い合わせ  
危機管理室 内線1592