

长野市 洪水防灾地图

我家的防灾笔记

请和家人、亲戚、附近的邻居商量后，确定避难场所，填写联系方式等，为万一发生灾情时做好准备。

另外，考虑到彼此分开的情况，事先确定好集合地点。

我家的避难场所 (至少填2个)	名称	名称	名称	联系方式
彼此分开时的集合地点	名称	名称	名称	
紧急时联系人	名称	名称	名称	
区域的联系人	名称	名称	名称	
一同避难的人	住址	住址	住址	电话号码

灾害用留言电话『171』

因大规模灾害，电话难以接通时，将开使用以确认平安与否的“灾害留言电话”。(平时无法使用)

留言录音方法
按 **1** **7** **1** 号
按键 **1**
自己的电话号码
(从外线号开头)
录入留言
每次录音30秒以内

留言播放方法
按 **1** **7** **1** 号
按键 **2**
对方的电话号码
(从外线号开头)
听留言

※受灾者
拨打自己的电话号码，或者拨打想取得联系的身处受灾地的人的电话号码(受灾者请积极发送平安与否的留言。)

※受灾地以外的人
拨打想取得联系的身处受灾地的人的电话号码

体验使用日
以下时间可以体验使用“171”。

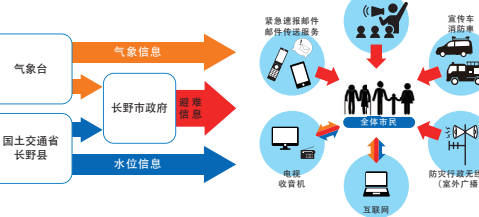
- 9月1日(周五)
- 10月31日(10月1日~10月31日)
- 11月1日(11月1日~11月31日)
- 12月1日(12月1日~12月31日)
- 1月1日(1月1日~1月31日)

灾害用留言板

发生大规模灾害时，将开使用由各电话公司提供的“灾害留言板”。登记的留言，还可以通过互联网连接电脑或其它公司的手机查看。

NTT DoCoMo	http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
au	http://dengon.ezweb.ne.jp/
Softbank	http://dengon.softbank.ne.jp/

信息传递路径和获取



获取信息来源

天气预报、台风信息等一般气象信息

- 气象厅 <http://www.jma.go.jp/>
- 长野地方气象台 ☎ 026(232)2037 (气象信息电话服务)

防灾气象信息、避难信息和避难所开设、雨量 and 河川水位信息

- 长野市防灾信息官方网站 <http://nagano-bousai.jp/>
自动语音 ☎ 026(223)4003 (雨量)
☎ 026(223)4002 (河川水位)

雨量、水位、水坝、监控摄像头

- 长野县河川防砂信息站 <http://www.sabo-nagano.jp/res/portal.html>
水坝储量情况：从上述URL首页中点击“ダム(水坝)”

千曲川、川川水位、雨量信息

- 国土交通省“河川防灾信息” <http://www.river.go.jp/> (PC版)
<http://river.go.jp/> (手机)
- 千曲川河川事务所 <http://www.hrr.mlit.go.jp/chikuma/bousai/ksen/index.html>

防灾行政无线电台 语音自动应答装置

未听到室外广播的声音时，可以拨打电话号码确认内容。
☎ 0120(479)231 ※丰野、户隐、奥米泽、大川、奥州新町、中条地区的广播除外

实时获取水位信息!

在长野县河川防砂信息站的主页中，可以观看千曲川、犀川、浅川安装的视频摄像机的影像。
请确认河川和水位等情况，尽早避难。

防灾地图的使用方法

只有一份防灾地图，“一旦需要避难”时，有可能无法顺利避难。请参考防灾地图中记载的信息，各自做好防灾的准备。

另外，在这份防灾地图中，填入“自己应提前知道的危险地点”、“我家的避难场所”、“与谁联系?”等自身所需的信息，编制好【你自己的防灾地图】。

1 确认好自家的位置
首先，请标记好自家的位置。

2 确认好设想浸水区域和泥石流灾害等危险区域
水灾受灾设想波及范围(设想浸水区域)分别用不同颜色表示。发生泥石流(岩崩、土石流、滑坡)的设想地区用绿色或褐色表示。请确认上述危险区域。

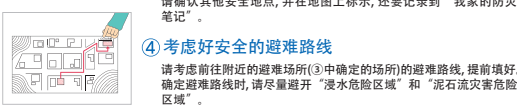
3 确认好避难场所
因为市内并非在每个区指定避难场所，所以请在地图上确认好至少2个以上的最安全场所。当附近没有指定紧急避难场所、避难所时，请确认其他安全地点，并在地图上标示，还要记录到“我家的防灾笔记”。

4 考虑好安全的避难路线
请考虑前往附近的避难场所(③中确定的场所)的避难路线，提前填好确定避难路线时，请尽量避免“浸水危险区域”和“泥石流灾害危险区域”。

5 商量好发生灾害时的应对方法
请提前和家人、附近的邻居商量好“自家周围的危险地点”、“避难场所”、“避难路线”以及“避难方法”。当危险来临时，能够做到自行避难是非常重要的。另外，对于需要救援的人，事先商量好避难援助及避难方法等也是非常重要的。

6 亲自确认避难路线
对②~④中确定的设施及路线，可同家人及附近的邻居实际勘察。了解“设施和路线是否安全?”，还可亲自确认避难时应注意事项，标记(目标物)等，并将其作为共享信息，进行记录。

7 事先准备好紧急携带品
请参考“紧急携带品”中的项目，商量避难所需的携带物，事先准备好必要的物品。



气象警报和预警、洪水警报的危险度分布

预计降雨量达到“暴雨”或“大雨”及以上等级，可能发生灾害时，长野市气象台会发布气象信息，呼吁市民注意和防范。

另外，洪水警报危险度分布是指指定河流洪水预报发布的其他中小河流(水位上涨通知河流及其他河流)。预测发生洪水灾害的危险性；当发生洪水警报时，可在地图上确认危险度高的区域。同时预测未来3小时内，流域雨量指数是否达到洪水警报的警戒水位，从而判断其危险度，分为5个等级。用不同颜色显示。

种类	发布标准	洪水警报危险度分布
暴雨特别警报	预测因台风等时强降雨导致降雨量数十厘米一小时的暴雨时 或预测因数十年一遇的台风或同等水平高低气压导致暴雨时	危险度最高(红色) 危险度高(橙色) 危险度中(黄色) 危险度低(绿色) 危险度最低(蓝色)
强降雨预警 洪水警报	预测因暴雨可能发生重大灾害时 大雨预警 洪水警报	危险度最高(红色) 危险度高(橙色) 危险度中(黄色) 危险度低(绿色) 危险度最低(蓝色)

NHK信息播放
将频道调到NHK，按遥控器的按钮

气象厅(洪水警报危险度分布)
<https://www.jma.go.jp/jp/ps/gaumeivlood.html>

气象警报和预警、洪水警报的危险度分布

预计降雨量达到“暴雨”或“大雨”及以上等级，可能发生灾害时，长野市气象台会发布气象信息，呼吁市民注意和防范。

另外，洪水警报危险度分布是指指定河流洪水预报发布的其他中小河流(水位上涨通知河流及其他河流)。预测发生洪水灾害的危险性；当发生洪水警报时，可在地图上确认危险度高的区域。同时预测未来3小时内，流域雨量指数是否达到洪水警报的警戒水位，从而判断其危险度，分为5个等级。用不同颜色显示。

NHK信息播放
将频道调到NHK，按遥控器的按钮

气象厅(洪水警报危险度分布)
<https://www.jma.go.jp/jp/ps/gaumeivlood.html>

流经长野市的河川水位

河川的水位因大雨上升，泛滥的危险性提高的话，河川管理者(国家或县)将按照以下标准，发布防灾信息。请大家了解流水去向、工作地点和学校附近的河川的警戒水位，避难行动时可用作参考。

	千曲川	犀川	堀川	犀川	浅川	奥州川			
堤顶	5.00	9.60	6.50	7.50	1.80	2.60	1.50	3.00	2.80
泛滥危险水位	4.60	9.10	5.80	6.80	1.50	2.00	1.30	2.50	2.50
避难判断水位	1.60	5.00	5.20	5.20	0.00	1.10	1.00	1.80	1.90
泛滥警戒水位	0.70	3.00	3.60	3.60	-0.50	0.50	0.50	1.20	1.50
平时的水位									

※因为奥州川的各水坝是以堰坝为对象，所以请参照水坝。(m)

NHK信息播放
将频道调到NHK，按遥控器的按钮

长野市防灾信息官方网站
<http://nagano-bousai.jp/>

长野县河川防砂信息站
<http://www.sabo-nagano.jp/>

河川防灾信息
<https://www.river.go.jp/>

河川泛滥的种类

外水泛滥
住宅和城镇等堤坝保护的地方的水叫做“内水”，与此相对，河川的水叫做“外水”。外水泛滥指的是水从河川的堤坝溢出，或者堤坝破坏导致房屋和田地深水的情况。因为外水泛滥时，大量的水一口气流入，引发大范围的浸水灾害，所以有房屋倒塌和人员伤亡的可能。

内水泛滥
下大雨时，降下来的雨仅通过沟渠、下水道和排水路线可能无法完全流出，支流向干流合流时，干流的水位上升后，干流的水有可能向小河川逆流。降下来的雨水无法完全排出，导致建筑物、土地和道路浸水的情况叫做“内水泛滥”，因局部强降雨导致的浸水受灾不断增加。

需要尽早离开避难的区域以及不同浸水级别对应的避难行为

地图中符合以下情况的区域，需要尽早离开进行避难。发洪水时，请确认避难行为的内容，一旦发布避难公告，请迅速离开进行避难。

区域等	避难行为	逃离延迟时
需尽早离开进行避难的区域	<p>泛滥水流 因为堤坝口附近的泛滥水流可能导致房屋倒塌，所以需要尽早离开进行避难。</p> <p>岸坡侵蚀 因为岸坡侵蚀可能导致房屋倒塌，所以需要尽早离开进行避难。</p> <p>房屋可能被水淹没的区域 因为2楼以上可能浸水，所以需要尽早离开进行避难。</p>	<p>如果是钢筋住宅等坚固的建筑物，就在室内保护自身安全。</p> <p>如果已经发生泛滥，转移到避难场所反而有可能危及生命安全时，要前往附近更加安全的地带避难。</p> <p>如果连外出都很危险时，就在室内保证自身安全。</p> <p>如果最高层不会浸水，就在室内保护自身安全。</p>
其它设想浸水区域	因为预计2楼以下会浸水，所以最好离开进行避难。1楼可能浸水的单层建筑物，需要尽早离开进行避难。	-
设想浸水区域外	考虑到设想浸水区域内的居民可能来此避难，所以请提供避难帮助。	-

紧急携带品

家人、社区的一起讨论防灾事宜，平日里为紧急事态提前做好准备。

紧急食品	衣服、生活用品	应急药品等
<ul style="list-style-type: none"> 食品(巧克力、威化饼、饼干、方便面) 饮用水 根据各家的情况所带的药品(婴幼儿药等) 	<ul style="list-style-type: none"> 衣服(内衣、外衣、袜子等) 毛巾 牙刷、牙膏、肥皂、洗发水 卫生用品、纸尿布 等 	<ul style="list-style-type: none"> 创可贴、绷带 三合一 急救箱、创可贴 急救用品 急救用品 急救用品
照明器具	其它	
<ul style="list-style-type: none"> 手电筒 备用电池(多准备一些) 蜡烛 打火机 等 	<ul style="list-style-type: none"> 便携式收音机(带FM频道) 小刀 多功能应急电源 现金 贵重物品 等 	<ul style="list-style-type: none"> 以防灾15包、女性10kg为标准准备好食品。 饮用水和食品至少准备3天量，可能的话准备更多天。 避难时，对没有有效的物品进行使用。 不要放在1个地方，要分散保管在汽车、避难所等。 除此之外，准备好“我的家人”所用的其它物品。

过去的灾害

千曲川流域过去遭受过几次大的洪水灾害。受灾严重，损失巨大，故要牢记这些重要的参考资料，了解过去的灾害情况，认识灾难可能存在的危险性，明白灾难可能会发生在身边，从而提高防灾意识。

1742年(宽保2年)8月洪水“戊之满水”

1742年(宽保2年)8月1日、2日引发的洪水为近代史上最为严重的火灾。因成年发生，故也称为“戊之满水”。当年，从7月27日开始降雨，基本没有停歇，直至8月1日时，千曲川与支流发生洪水，引发山崩等自然灾害。造成千曲川流域死者达到2800人以上的重大灾难。耕地受灾严重，松木遭到砍伐陷入困境。其影响持续到明治时期。(出处：“戊之满水”经过，须藤有喜著新井雄)

台风引起的水灾

■1982年(昭和57年)9月洪水
当年被称为台风年，有4个台风在日本登陆。6日在关东附近登陆的第18号台风平均风速18m/s左右在御前附近登陆，其后直到13日，台风继续侵袭日本列岛，13日时变成温带低气压。各流域的降雨量约100mm。立之花~小谷谷为166.5mm，堀之内为158.9mm。

在千曲川流域，立之花发生创纪录上最高水位的大洪水，导致护岸、地基流失、支川崩落泛滥。各中小川水位迅速上升。受灾情况为：长野县内死亡37人，全毁房屋3户、半毁房屋13户、地基以下浸水房屋2022户。地基以下浸水房屋3214户。(出处：www.sabo-nagano.jp)

■1983年(昭和58年)9月洪水
大型、强烈的第10号台风于27日接近九州，滞留在本州南岸的秋雨前线受到来自台风的暖湿气流，开始变得活跃。台风于28日在长野市附近登陆后，变成温带低气压，因喷射气流的影响，以超过时速100km的迅速速度东进。

千曲川、犀川流域从27日早晨起持续降雨，28日下午开始降雨，千曲川流域和犀川川流域在2天内降雨量为200mm以上。28日的降雨量在长野市达到112mm，各地都达到创纪录的降雨量。29日，低气压继续向东向上海、县外的天气恢复清爽，但是河川的洪水仍在持续。因为这次洪水，千曲川本流决堤了。受灾情况为千曲川流域全毁房屋53栋、半毁房屋92户、地基以上浸水房屋3906户、地基以下浸水房屋6975户。(出处：www.sabo-nagano.jp)

避难信息的种类

种类	各位市民应采取的行动
避难指令(紧急)	还没有避难的人，请火速前往避难场所避难。如果外出反而可能危及生命的话，请前往附近的安全场所避难，或者在自家内更安全的地点避难。
避难公告	请迅速开始前往避难场所避难。如外出反而可能危及生命的话，请前往附近的安全场所避难，或者在自家内更安全的地点避难。
准备避难、高龄者等开始避难	避难花费较长时间的人(高龄者、残疾人、婴幼儿)及他们的援助者请开始避难。其他人请开始做避难准备，比如和家人取得联系、确认紧急携带品等。

避难时

抵达避难所的过程中，请避开许多危险。避难时，首先请获得正确的信息，注意周边的情况。然后，请尽可能避开危险的区域，和附近的邻居相互合作，尽早实施避难。

2人以上结伴避难
用长棍作为手杖使用
穿习惯的运动鞋
※不要穿长靴

请注意尽早避难
发生浸水后再外出是很危险的。根据雨量和河川水位等情况，感到有危险时，无需等待避难公告，请主动开始避难。

和附近的邻居打招呼后避难
请避免独自避难，做到和邻居打招呼后再避难。特别是老人、小孩和病人等需要尽早避难的人，请协助他们进行避难。

尽可能步行避难
汽车浸水的话，可能无法启动，或者车门无法打开，是非常危险的。另外，还可能妨碍救援车辆的行驶。

不靠近河川和水渠
因为水位可能急剧变化，所以请避开河川和水渠等，尽可能选择不浸水的地点。

“避难时，请注意的事项”

地下通道
地下通道是指道路或铁路等立体交叉时，位于下方的通道。掌握地下通道的位置，以防万一，请预先了解绕行道路。

下水道和沟渠等
发洪水时，水会变得浑浊导致看不清脚下。下水道及沟渠的盖子被掀开时，有跌伤、坠落等危险性。避难时，请使用长杆子，注意脚下的障碍物。

Yahoo!防灾速报

长野市发布的信息将通过应用软件 and 邮件发送。可以在注册的地点(可注册日本国内最多3个地点)和现在所在地接收通知。

应用软件的下载、邮件版的注册方式请在下方确认。
※需要注册长野市的地点。

关于Yahoo!防灾速报 <https://emg.yahoo.co.jp/> 应用软件版