それぞれの備えと地域連携で防災力を高め
自らの命は自分で守りましょう！！

2024年
保存版

軽井沢町
洪水ハザードマップ

想定最大規模降雨（1,000年確率）

このハザードマップは、浸水などの災害が発生するおそれの高い区域を着色した地図です。
長野県が作成公表した「浸水想定区域図」をもとに軽井沢町が作成したもので、想定される最大規模の降雨（年超過確率1/1000：1年間に発生する確率が0.1％の降雨）があった場合に、湯川・濁川・泥川・矢ヶ崎川・精進場川・茂沢川・発地川の氾濫により浸水が予想される区域と深さ、避難場所などの情報を示したものです。
災害の状況によっては、着色されていない区域においても災害が発生する場合や浸水の深さが実際と異なる部分がありますので、早めの避難を心掛けてください。

自主防災組織の必要性

大災害が発生した時、交通網の寸断などにより町や警察、消防などの防災機関ができる行動には限界があります。このため、いざという状況では、自分の身は自分で守る「自助」、地域で協力して助け合う「共助」の取り組みが重要となります。そのような時に頼りになるのが地域ぐるみの協力体制である自主防災組織であり、平常時から地域全体で災害に備える取り組みを行いましょう。

■自主防災組織の役割
- 地域内の安全点検
- 防災用資機材の整備点検
- 防災訓練の実施　など

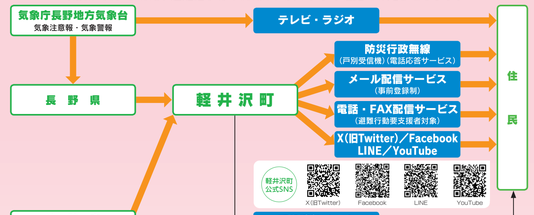
その他のハザードマップ

軽井沢町では、自然災害に対して下記のハザードマップ等を作成、配布、情報公開しています。
- 洪水ハザードマップ
- 土砂災害防災マップ
- 浅間山火山防災マップ

気象情報・避難に関する情報

情報の伝達経路

気象に関する情報や避難指示等の情報は、次のような経路でお知らせします。



町からの情報配信サービス

1 電話応答サービス
防災行政無線からお伝えした過去の放送内容を、電話で確認することができるサービスです。
電話番号　☎0800-800-1325（通話料無料）

2 メール配信サービス
あらかじめ登録していただいた方の携帯電話やパソコンに、町からの情報を電子メールでお知らせするものです。
登録用アドレス　karu.kouhou@mpme.jp

3 電話・FAX配信サービス
事前に登録した方の固定電話又はFAXへ防災行政無線から放送した内容をお知らせするサービスです。（避難行動要支援者が対象）

4 緊急速報メール
生命などに重大な影響が及ぶ事項について、軽井沢エリア内にある携帯電話に強制的に配信するシステムです。（事前登録作業は不要）

気象・河川情報の入手方法について

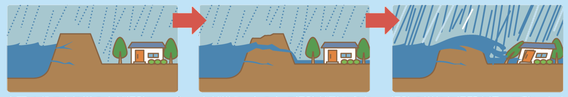
町からの防災行政無線での放送や、メール配信等の情報の他に次のサイトからも情報を入手できます。
※下記の二次元コードよりご確認ください。

キキクル（危険度分布）【気象庁】	Yahoo! 防災速報アプリ	長野地方気象台（あなたの街の防災情報）	停電情報アプリ	川の防災情報【国土交通省】
キキクルでは、危険度を5段階に色分けして表示しており、どの場所で危険度が高まっているのか地図上で確認することができます。安全な方に避難するための情報として、普段から活用してください。	町では、災害時における情報発信の強化を図るため、ヤフー株式会社と「災害に係る情報発信等に関する協定」を令和2年1月15日付けで締結しました。アプリと連携し、自治体緊急情報（気象関係の注意喚起、ライフライン情報、避難情報）が配信されます。ぜひご活用ください。	あなたの街の防災情報では、表示するコンテンツの カスタマイズやお住いの市町村を設定することにより、各個人に必要な防災情報をまとめて確認することができます。	中部電力パワーグリッド株式会社では、登録した地域の停電情報をプッシュ通知でいち早くお知らせし、停電が発生している地域や停電の復旧情報・発生規模の情報などを確認できるアプリを運用しています。ぜひご活用ください。	長野県 河川砂防情報ステーション（長野県）
				ハザードマップポータルサイト【国土交通省】
信州防災アプリ　android　iOS		町公式HP【軽井沢町】 防災・防災・交通情報等の全般的な防災情報を確認することができます。		

洪水について

洪水のメカニズム

洪水は、大雨による河川の増水により、堤防が決壊するか、川の水が堤防を超えるなどして起こります。



大雨などにより川の水が堤防いっぱいまで増えると、土でできた堤防に水の圧力がかかります。

水が増え、水の力に堤防が耐えられなくなると、堤防の一部が崩れ始めます。

堤防の崩れた場所を通って勢いよく水が流れ出し、家におそいかかります。

台風・豪雨時の避難判断フロー

自分に合った避難の確認を！　災害の危険が迫れば迷わず避難！

台風や豪雨時に、あなたがとるべき避難行動を確認してみましょう！

いまできること（台風・豪雨発生）

① ハザードマップで自宅の場所を確認！（役場、軽井沢消防署にて配布）

② 自宅の場所が着色されている
- はい → 災害の危険あり！安全な場所へ避難が必要！
- いいえ → 自宅が　1．周りと比べて低い土地　2．崖のそば等に位置している
  - はい → 災害の危険あり！安全な場所へ避難が必要！
  - いいえ → 自宅にできるだけ留まり、2階などの高く安全な場所で身の安全を確保（垂直避難）

災害の危険あり！安全な場所へ避難が必要！
【避難とは】災難を避け、安全な場所へ移動すること
【安全な場所とは】より危険の低い場所
（ハザード着色区域外や避難場所等）
（外へ出るのが危険な場合は建物の２階など）

③ 避難に時間がかかる方はいるか？（例：高齢の方、体の不自由な方等）
- はい → 警戒レベル3 高齢者等避難：安全な親戚や友人宅へ避難！／指定緊急避難場所に避難を！
- いいえ → 警戒レベル4 避難指示：安全な親戚や友人宅へ避難！／指定緊急避難場所に避難を！

④ 安全な場所に住んでいる親戚や友人宅に身を寄せられそうか
- はい → 警戒レベル4 避難指示：避難する時にはご近所の方にも一声を！
- いいえ → 警戒レベル4 避難指示：安全な親戚や友人宅へ避難！／指定緊急避難場所に避難を！

土砂災害警戒区域・土砂災害特別警戒区域とは

がけ崩れや土石流などが発生した場合に被害を受けるおそれのある区域を長野県が土砂災害（特別）警戒区域と指定しています。軽井沢町は、指定されている箇所が多数あります。指定されている箇所にお住まいの方は、大雨のときに警戒避難が必要となることがありますので、注意してください。

土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

土砂災害のおそれがある区域
土砂災害が発生した場合に、「住民等の生命又は身体に危害が生じるおそれのある区域」で危険の周知、警戒避難体制の整備を目的としています。

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）

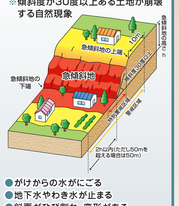
土砂災害警戒区域のうち建築物に損害が生じ住民に著しい危害が生じるおそれがある区域
土砂災害が発生した場合に、「建築物に損害が生じ住民に著しい危害が生じるおそれがある区域」で、特定の開発行為に対する許可制、建築物の構造規制等が行われます。

土砂災害の種類

突発的に発生し、すさまじい破壊力で一瞬にして多くの生命や財産を奪ってしまう土砂災害は、大きく3種類に分けることができます。

急傾斜地の崩壊

※傾斜度が30度以上ある土地が崩壊する自然現象



- がけからの水がにごる
- 地下水やわき水が止まる
- 斜面がひび割れ、変形がある
- 小石が落ちてくる　- がけから音がする
- 異様なにおいがする

土石流

※山腹が崩壊して生じた土石等又は渓流の土石等が水と一体となって流下する自然現象

- 山鳴りがする
- 雨が降り続いているのに、川の水位が下がる
- 川の水がにごったり、流木が混ざったりする

地滑り

※土地の一部が地下水等に起因して滑る自然現象又はこれに伴って移動する自然現象

- 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ふき出す
- 家やとう屋に亀裂が入る
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く

軽井沢町　土砂災害防災マップ

洪水等と同時に発生する可能性が高い土砂災害の危険箇所は、町のホームページに掲載されているので、併せて確認するようにしましょう！

軽井沢町土砂災害防災マップ　検索

わが家の防災メモ

- 避難所・避難場所
- 家族の集合場所・連絡先
- 緊急連絡先

緊急連絡先	電話番号	緊急連絡先	電話番号

災害時の「声の伝言板」
災害用伝言ダイヤル「171」
- 伝言を録音する場合 → 171をダイヤル → 1をダイヤル
- 伝言を再生する場合 → 171をダイヤル → 2をダイヤル

連絡をとりたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル
0267-XX-XXXX
090-XXXX-XXXX
080-XXXX-XXXX
→ 伝言をお話しください／伝言をお聞きください

災害用伝言板「Web171」
https://www.web171.jp/ ヘアクセス → 連絡をとりたい方の電話番号を入力
※伝言の登録・確認ができます

減災グッズを備えよう！ 1年に2回は、チェックしよう！

●非常時に備える3ステップ。 まずは、1次から。ついで、0次・2次も。

0次の備え いつもケータイ！
「非常持出品」として備えるものの中から、携帯ができそうなものは、いつも使うバックや、ポケットに入れ、身につけてみよう！
いつどこで被災するかわからないため安心感を持ち歩こう。

1次の備え 非常持出品
家庭や勤務先……1日の多くを過ごす場所には「非常持出品」を備えよう！とっさの時に、さっと持ち出して逃げられるようバッグに収納を。
- 被災の1日、命が安全なところに逃げる時にこれだけは持っていたい、という最低限の備え。
- 合わせて頭・足元を守って逃げられる備えも。
- どこに置く？ 玄関・寝室……持ち出しやすいところに。車のトランクに予備を置くのも良い。

2次の備え 安心ストック
非常時、ライフラインが途絶え、もしも助けの手が届かなかったとしても、何日間かは自給自足してしのげる物品を備蓄しよう！
- キッチンや、押し入れ、ガレージ、物置などに、ケースにまとめ取り出しやすく、持ち運びしやすく。
- 飲食など消耗品は、少なくとも3日間分以上備えたい。
- ライフラインが止まった家で、生活することになるかもしれないため、安心なセットを考えよう。

☑非常持出品のチェック表　避難が必要になったときにすぐ持ち出せるよう、普段から準備、点検しておきましょう。

非常持出品	リュックサック	非常食	カンパン・缶詰(3日分)	応急品	包帯	応急品	下着・上着・靴下等	その他の生活用品	おむつ
	携帯ラジオ		栄養食品(3日分)		ばんそうこう		ティッシュペーパー		缶切り、栓抜き
	懐中電灯		離乳食		目薬		軍手、タオル		プラスチックの紙の皿
	現金		粉ミルク		鎮静剤、解熱剤		雨具		コップ、わりばし
	乾電池		ドライフーズ(3日分)		傷薬、胃腸薬		ビニール袋		ヘルメット・帽子
	免許証		飲料水		消毒薬		ウエットティッシュ		
	マイナンバーカード		レトルト食品		常備薬		生理用品		
	預貯金通帳、印かん						ライター		

※冬期は防寒服の準備

軽井沢町　総務課 防災係　TEL 0267-45-1880

令和6年3月 発行

避難情報（警戒レベル）について

軽井沢町では、災害が発生するおそれがある時、または発生した時に、避難に関する情報を発令します。

■警戒レベル4 避難指示までに必ず避難しましょう
気象庁などから出る河川水位や雨の情報を参考に自主的に早めの避難をしましょう

避難情報等（警戒レベル）

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

河川水位や雨の情報（警戒レベル相当情報）

警戒レベル相当	防災気象情報（警戒レベル相当情報）浸水の情報（河川）	防災気象情報（警戒レベル相当情報）土砂災害の情報（雨）
5相当	氾濫発生情報	大雨特別警報（土砂災害）
4相当	氾濫危険情報	土砂災害警戒情報
3相当	氾濫警戒情報 洪水警報	大雨警報
2相当	氾濫注意情報	——
1相当	——	——

河川や雨の情報（警戒レベル相当情報）のほか、地域の土地利用や災害実績なども踏まえ総合的に避難情報等（警戒レベル）の発令判断をすることから、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。

避難するタイミング
- **●明るいうちに　●暴風になる前に**
- **●異常を発見したら**（がけ崩れの兆候、河川付近では水位の上昇など）

適切な避難行動をとりましょう

洪水や土砂災害などで自宅が危険なときは、避難所に避難するという行為はとても重要ですが、実際に災害が直近に迫っていて、時間的な猶予がない場合などには、避難行動をとることが、逆に危険を招くこともあります。状況に応じて行動しましょう。
避難所へ行くことだけが避難ではありません。
「避難」とは「難」を「避」けること。

立ち退き避難（水平避難）	屋内安全確保（垂直避難）
避難所等などに避難すること	自宅や近隣の丈夫な建物の２階などに避難すること

一人ひとりが自らの判断で避難行動をとることが原則です。災害から命を守るためには、自分の地域や身の回りの危険な場所を事前に確認して、いざという時にどのような避難行動をとればよいか日頃から考えておきましょう。

マイ・タイムラインを作成しましょう！

マイ・タイムラインは住民一人ひとりのタイムラインであり、台風の接近や大雨によって河川の水位が上昇するときや土砂災害のおそれがあるときなどに自分自身がとるべき行動を整理して、いざという時に備えるものです。ハザードマップを活用して災害のリスクを学び、家族や地域であらかじめ「マイ・タイムライン」を作っておきましょう。

1 マイ・タイムラインの検討方法

STEP 1 住んでいる地域の災害リスクを知る
自分の住んでいる地域には、土砂災害や洪水等の危険があるか、調べてみましょう。

調べてみよう！
土砂災害の危険：　あり　・　なし
洪水の危険：　あり　・　なし
その他の災害：（　　）

STEP 2 避難所・経路を調べる
避難所や避難経路を確認しましょう。また、避難所までどのような手段で避難するのか、考えてみましょう。

調べてみよう！
避難所：
移動手段：
移動時間：

STEP 3 避難情報等の内容を調べて、どんな行動をとるかを知る
気象注意報・警報、避難情報等の意味やとるべき行動等について、確認しましょう。

調べてみよう！
避難開始のタイミング：
＿＿＿＿が発令されたとき

STEP 4 災害発生前後の情報収集方法を調べる
雨の状況、河川の状況、町からの避難情報等の取得方法を確認しましょう。

調べてみよう！
情報の入手方法：

1 わが家の「マイ・タイムライン」（台風の場合）

Check!
- 必要に応じてマイ・タイムラインを見直しましょう。
- 自分のマイ・タイムラインと近所の人や知り合いのマイ・タイムラインを見比べてみましょう。

時間	状況・避難情報	私たちの行動（書き出してみよう！）
3日前	大雨発生の可能性 早期注意情報（警報級の可能性）	（記載例）○テレビやインターネットで天気予報・台風情報をチェック ○家族の今後の予定や居場所を確認 ○非常用持出品を確認 ○家の周りに風で飛ばされるようなものがないか確認
2日前	重大災害の兆候 注意報	（記載例）○長野県河川砂防情報ステーションで雨量や河川の水位を確認 ○避難場所や交通手段を再確認 ○携帯電話の充電を確認
1日前	重大災害のおそれ 高齢者等避難	（記載例）○離れている家族や知人に避難することを連絡 ○避難場所へ避難開始 ○携帯電話で最新の避難所の状況や雨量を確認
	重大災害発生確率大 避難指示	（記載例）○避難完了 ○テレビやラジオ、携帯電話で最新の状況を確認
災害発生	災害発生 緊急安全確保	（記載例）○避難ができていないときは、命を守るために最善の行動をとる

災害時の心がけ

避難時の心得

特に洪水時に避難する際は、河川の管理道路の利用は避けましょう。
水があふれたりする場合があり大変危険です。

- ラジオ・テレビで最新の気象情報に注意しましょう。
- 避難の時は、役場・消防署・警察署などの指示に従い早めの避難をしましょう。
- 避難する前に電気・ガスなどの火元を消し、必要なものをまとめておきましょう。
- 車での避難は緊急車両の妨げとなりますので、控えましょう。徒歩での避難を行いましょう。
- 浸水箇所は溝や水路に気付きにくいため、十分注意して避難しましょう。
- 役場、消防からの避難の呼びかけに注意しましょう。
- 万が一避難が遅れ、危険が迫った場合は近くの丈夫な建物の2階以上に逃げましょう。
- マップで最寄りの避難所の位置を前もって確認しておきましょう。
- 洪水時のはだし、長靴は禁物です。動きやすい運動靴で避難しましょう。

要配慮者への協力を

体の不自由な方やお年寄りの方は避難することが困難であったり、遅れたりすることがあるため、地域の皆さんで協力して助け合いましょう。

目の不自由な方には
- 「お手伝いしましょうか」などと大きな声でゆっくり話しましょう。
- 杖を持っていない側に歩わり、ひじのあたりを軽く持ち、半歩前をゆっくりと歩きましょう。

一人暮らしのお年寄りの方には
- 特に一人暮らしのお年寄りの方には普段から気を配りましょう。

耳が不自由な方には
- 話すときは近くまで寄って相手にまっすぐ顔をむけて口を大きくはっきりと動かしましょう。
- 紙に書いたり、身振りなどで情報をわかりやすく伝えましょう。

体の不自由な方には寝たきりの方には
- 複数の人で協力しましょう。
- 緊急の際は、ヒモなどでおぶって避難しましょう。
- 車いすの場合は必ず3人以上で協力し、上がるときは前向き、下がるときは後ろ向きで避難しましょう。