

# 我が家の防災メモ 上本郷版

保存用

## 1 上本郷で想定される自然災害

### ①地震 2 ページ参照

発生確率が高く、揺れが大きい「糸魚川・静岡構造線断層帯地震」で、上本郷での想定は**震度6強 建物全壊率10%～20%以上**  
 ※平成23年の東日本大震災で上田は震度4

### ②洪水 4 ページ参照

- ・ 1日降水量約170mmの雨(百年に1回)で、**産川周辺で浸水**  
 ※令和元年10月の台風19号で上田市の1日降水量は143mm
- ・ 1日降水量約700mm(千年に1回)で、**上本郷のほとんどが浸水**
- ・ 次のため池が地震や大雨で堤体が決壊した場合、**上本郷の各地で浸水**  
 甲田池 上窪池 沢山池 中野前池 荒池 手洗池

### ③土砂災害

土砂災害警戒区域(土石流・地すべり・急傾斜)は**上本郷では指定なし**

## 2 災害に備える

### ①非常持出品・備蓄品 5 ページ参照

### ②情報を得る方法(パソコン、スマホ、携帯電話)

- ・ 上田市防災気象情報 <http://city-ueda.jyouho.net/>
- ・ 上田市メール配信サービス 6 ページ参照
- ・ スマホアプリ 「Yahoo!天気・災害アプリ」 「はれラジアプリ」等

## 3 災害が起こったときの避難場所

### ①避難情報区分(避難勧告等) 6 ページ参照

### ②避難場所

#### (指定緊急避難場所・指定避難所)

- ・ 河川氾濫の恐れによる**避難勧告・避難指示**が出た場合
  - ・ **震度5弱以上**の地震が発生した場合
- } **塩田中学校**  
(市が開設)

#### (第一次避難場所) 上記以外の災害時の一時的集合・避難

- ・ 河川氾濫の恐れによる**避難準備情報**が出た場合
  - ・ 上記以外で市からの要請・自治会の判断で避難の場合
- } (原則として)  
**上本郷公民館**  
(自治会が開設)

# 地震を知る

Knowledge of Earthquakes

## 上田市に影響を及ぼす地震

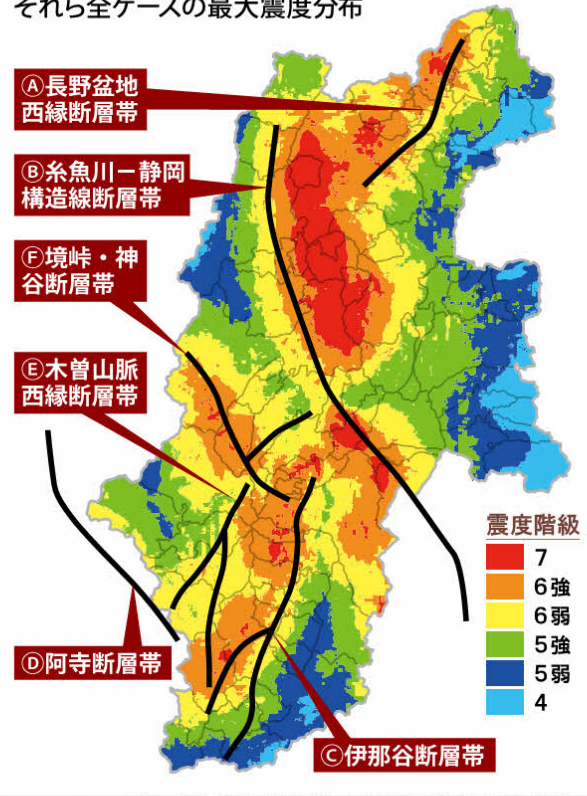
### ■長野県内で予想される大規模地震

平成7年の兵庫県南部地震（阪神・淡路大震災）以降、平成16年の新潟県中越地震、平成19年の新潟県中越沖地震など、全国で大規模な地震が発生しています。さらに、平成23年3月の東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）は、これまでの想定を超えるほど甚大な被害を広い範囲にもたらしました。

長野県内には、地震の危険度が高いとされる「糸魚川－静岡構造線断層帯」をはじめ多くの活断層があり、その対策が急務となっています。こうしたことから、長野県ではこのような大規模地震の発生に備えるため、従来の地震被害想定の見直しを行い、平成27年3月に第3次地震被害想定調査結果を公表しました。

この調査では、県内に大きな被害をもたらすものとして、糸魚川－静岡構造線断層帯を含む8つの活断層型地震と東海地震、南海トラフ巨大地震を想定しています。これらの地震のうち、上田市に最も大きな影響を及ぼす地震は、糸魚川－静岡構造線断層帯の全体が揺れた場合の地震で、最大震度7が想定されています。

長野県で甚大な被害が想定される活断層の位置とそれら全ケースの最大震度分布



第3次長野県地震被害想定調査（長野県）より

### 上田市の地震別最大震度と発生確率の長期評価

種類	地震名	地震の規模(M)	上田市の最大震度	長期評価による発生確率※	
				30年以内	予想規模(M)
内陸型地震 (活断層型)	①長野盆地西縁断層帯	7.8	5強	ほぼ0%	7.4~7.8程度
	②糸魚川－静岡構造線断層帯(全体)	8.5	7	14%~30%	7.6程度
	③糸魚川－静岡構造線断層帯(北側)	8.0	6強		
	④糸魚川－静岡構造線断層帯(南側)	7.9	5弱		
	⑤伊那谷断層帯(主部)	8.0	5弱	ほぼ0%	8.0程度
	⑥阿寺断層帯(主部南部)	7.8	4	ほぼ0%	7.8程度
	⑦木曾山脈西縁断層帯(主部北部)	7.5	4	ほぼ0%	7.5程度
海溝型	⑧境峠・神谷断層帯(主部)	7.6	5弱	0.02%~13%	7.6程度
	想定東海地震	8.0	5弱	—	—
	南海トラフ巨大地震(陸側)	9.0	5強	70~80%程度 (10年以内30%)	M8~9クラス

※長期評価による発生確率：「活断層及び海溝型地震の長期評価（算定基準日：平成31年1月1日／地震調査研究推進本部）」による糸魚川－静岡構造線断層帯の発生確率は、複数の区間で評価されている中で、最も発生確率の高い区間（中北部区間）のものです。

一方、国でも主要な活断層帯について、地震の発生間隔などの長期評価・予測を行っています。平成31年2月に公表された「活断層及び海溝型地震の長期評価（地震調査研究推進本部）」において、「糸魚川－静岡構造線断層帯」は、M（マグニチュード）7.6程度の地震が発生する確率が、30年以内14~30%、50年以内20~50%、100年以内40~70%になっています。また、平成30年6月に公表された「全国地震動予測地図2018年版（地震調査研究推進本部）」では、上田市が今後30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率は、6~26%程度になっています。

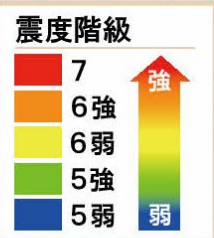
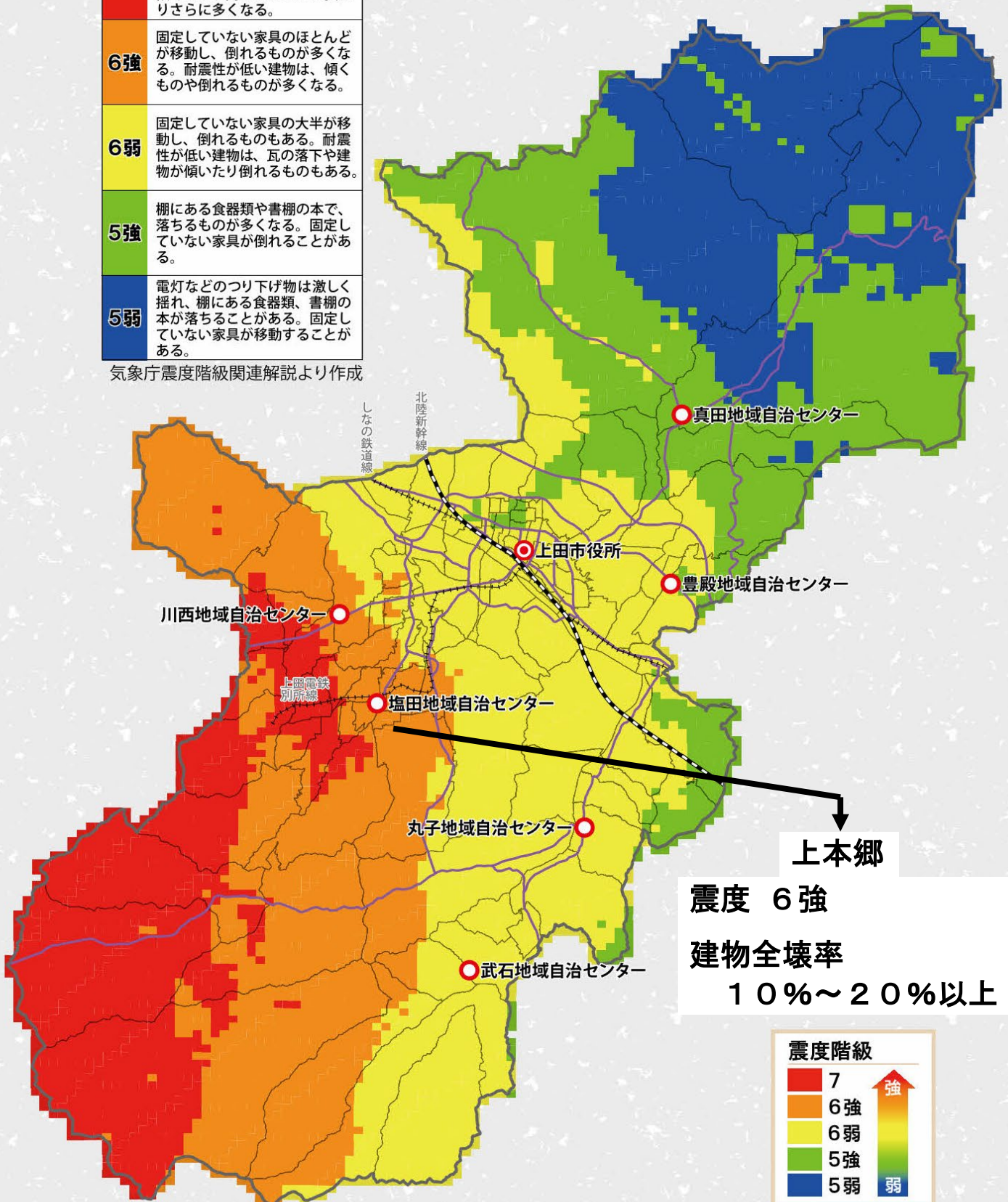
# 最大震度予測図

この最大震度予測図は長野県地震被害想定調査から、上田市に最も大きな震度が予測される糸魚川ー静岡構造線断層帯（全体）の地震が発生した場合の予測震度を250mメッシュ単位で地図上に色分け表示したものです。

## 震度と予想される現象

7	固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたり、飛ぶこともある。耐震性が低い建物は、傾くものや倒れるものが6強よりさらに多くなる。
6強	固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。耐震性が低い建物は、傾くものや倒れるものが多くなる。
6弱	固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。耐震性が低い建物は、瓦の落下や建物が傾いたり倒れるものもある。
5強	棚にある食器類や書棚の本で、落ちるものが多くなる。固定していない家具が倒れることがある。
5弱	電灯などのつり下げ物は激しく揺れ、棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。固定していない家具が移動することがある。

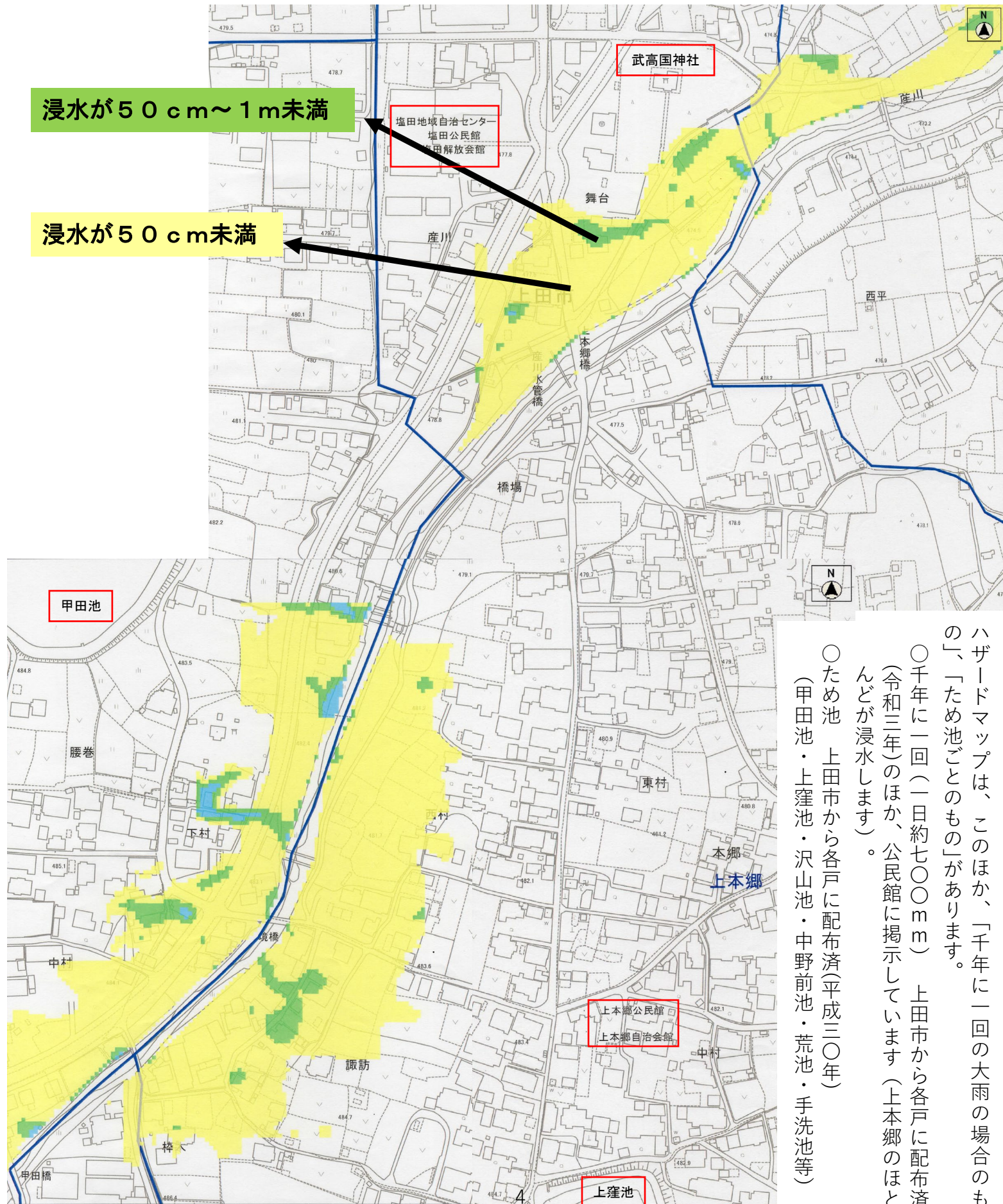
気象庁震度階級関連解説より作成



# 洪水ハザードマップ（上本郷）

下の洪水ハザードマップは、概ね百年に1回程度降ることが想定される大雨で川が氾濫した場合に想定される浸水の深さを示したものです。

※百年に1回程度 -- 産川が属する浦野川水系では1日170mm程度の雨量



ハザードマップは、このほか、「千年に一回の大雨の場合のもの」、「ため池ごとのもの」があります。

○千年に一回（一日約七〇〇mm） 上田市から各戸に配布済（令和三年）のほか、公民館に掲示しています（上本郷のほとんどが浸水します）。

○ため池 上田市から各戸に配布済（平成三〇年）  
（甲田池・上窪池・沢山池・中野前池・荒池・手洗池等）

## 災害に備えての非常持出品・備蓄品 (上田市「防災の知識」から)

### ■非常持出品

避難時に持ち出すもので、最低限必要なもの(各人の状況に応じてご準備ください)。

飲料水・非常食	<input type="checkbox"/> ナイフ・缶切り	<input type="checkbox"/> 筆記用具	医療品
<input type="checkbox"/> 飲料水(1人1リットル程)	<input type="checkbox"/> 時計	<input type="checkbox"/> 生理用品	<input type="checkbox"/> 持病薬
<input type="checkbox"/> 非常食(調理不要のもの3食)	<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> 体温計
防災用品	<input type="checkbox"/> レジャーシート	<input type="checkbox"/> 毛布	<input type="checkbox"/> 解熱剤・かぜ薬・胃腸薬
<input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器	日用品	<input type="checkbox"/> 寝袋	<input type="checkbox"/> ばんそうこう・包帯・傷薬
<input type="checkbox"/> 携帯電話用モバイルバッテリー	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> レインコート	<input type="checkbox"/> おくすり手帳
<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 石鹸	<input type="checkbox"/> 毛抜き・綿棒・爪切り	乳児用品
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> ティッシュ	<input type="checkbox"/> 布ガムテープ	<input type="checkbox"/> 粉ミルク・離乳食
<input type="checkbox"/> 予備の電池	<input type="checkbox"/> ビニール袋	貴重品	<input type="checkbox"/> 哺乳瓶・携帯やかん・燃料
<input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん	<input type="checkbox"/> 安全ピン	<input type="checkbox"/> 現金(紙幣・硬貨)	<input type="checkbox"/> 紙おむつ・おしりふき
<input type="checkbox"/> マッチ・ライター・ローソク	<input type="checkbox"/> 歯ブラシなど洗顔用具	<input type="checkbox"/> 印鑑	<input type="checkbox"/> おんぶひも
<input type="checkbox"/> 軍手・手袋	<input type="checkbox"/> 上着・防寒着	<input type="checkbox"/> 預金通帳	<input type="checkbox"/> 防寒用品
<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> 下着	<input type="checkbox"/> 身分証コピー	<input type="checkbox"/> 母子手帳

### ■災害用備蓄品

救援物資が届くまで自給自足するためのもの。水や食料は最低3日分、できれば7日分を備蓄しましょう。

<input type="checkbox"/> 水(1人1日3リットル)	<input type="checkbox"/> 懐中電灯
<input type="checkbox"/> 食料(缶詰、レトルト食品、カップ麺など)	<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ
<input type="checkbox"/> カセットコンロ・ガスボンベ	<input type="checkbox"/> 予備の電池
<input type="checkbox"/> ポリ袋・食品用ラップ	<input type="checkbox"/> 給水袋
<input type="checkbox"/> 簡易トイレ・トイレトペーパー	<input type="checkbox"/> 給水用ポリタンク






#### まとめておきたい大切なもの

紙製の証書や証明書、印鑑などはファスナー付きビニールケースに入れておくと、防水にもなります。万一のために家族の写真を持ち歩くのもよいでしょう。

## ■上田市からの避難情報

市から情報が出る前でも、不安を感じたり、身近に危険が迫っている場合には、避難情報を待たずに避難を開始してください。また、避難場所への移動が、かえって命に危険を及ぼしかねないと自ら判断する場合には、近隣もしくは屋内のより安全な場所へ避難してください。

※2021年（令和3年）5月からの避難情報

警戒レベル	市からの避難情報	住民がとるべき行動
<b>5</b>  災害発生 又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ <b>緊急安全確保</b> ※1	<b>命の危険あり</b> <b>直ちに安全を確保</b>
～～～<警戒レベル4までに必ず避難！>～～～		
<b>4</b>  災害の おそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2	<b>全員避難</b>
<b>3</b>  災害の おそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b> ※3	<b>高齢者等は避難</b>
<b>2</b>  気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 （気象庁）	<b>自らの避難行動を確認</b>
<b>1</b>  今後気象状況悪化のおそれ	早期注意情報 （気象庁）	<b>災害への心構えを高める</b>

※1 市が災害の状況を確実に把握できていない等の理由で、レベル5は必ず発令されるものではない。

※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。

※3 レベル3は、高齢者以外の人、必要に応じ避難準備を始めたり、自主的に避難するタイミング。

## ■上田市のメール配信サービス(防災・火災情報等)

○いろいろな情報を市がメールでスマホ、携帯電話等に配信してくれます

○配信情報 緊急速報(避難勧告等の避難情報など)

防災(気象警報、河川洪水情報等) 火災 農産物等被害注意報  
 通行規制 生活安全(犯罪、事故等) イベント 子育て 商工業  
 市の行政情報ピックアップ

※緊急速報以外は配信を選択できます

○配信には市への登録が必要です

①空メールを送信

[mail.ueda-city@raiden.ktaiwork.jp](mailto:mail.ueda-city@raiden.ktaiwork.jp)へ空メール送信

右の二次元コードを読み取れる場合は利用してください



登録用二次元コード

②返信メールが届いたら、メール本文にあるアドレス(URL)にアクセス

③希望する配信情報を選択 → 登録ボタンを押して登録完了