

# 地震災害

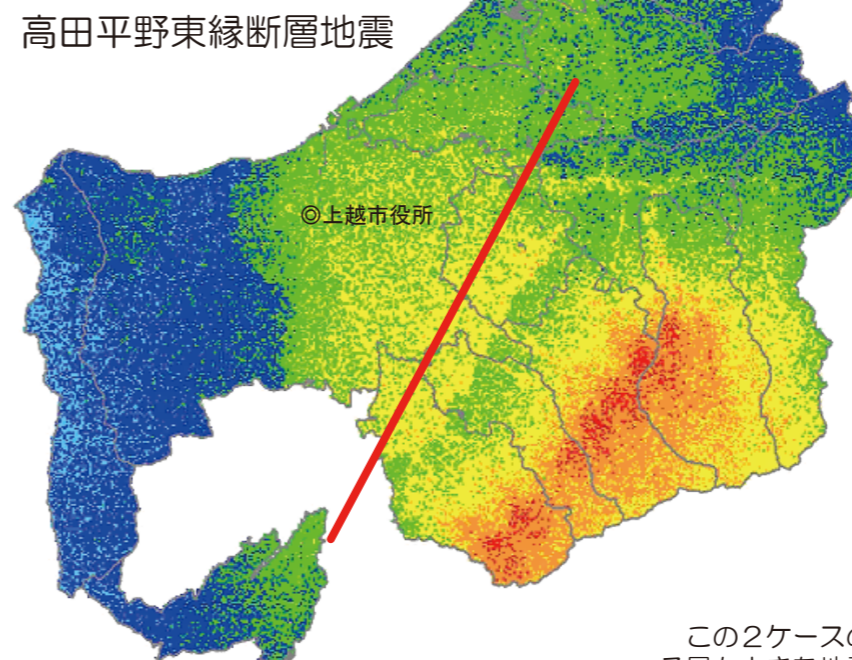
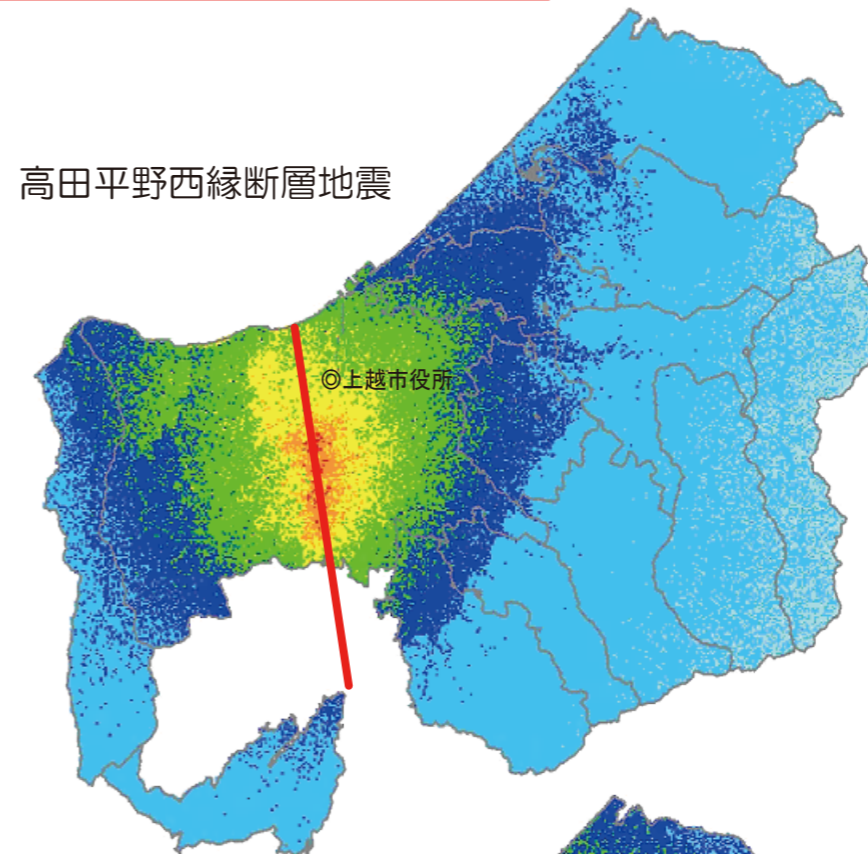
上越市内でも震度7のおそれがあります。

もしも上越市直下で地震が起きたら・・・震度は？

## 震度の想定

### 震度分布

- 震度3
- 震度4
- 震度5弱
- 震度5強
- 震度6弱
- 震度6強
- 震度7



### 高田平野西縁断層地震

想定規模：マグニチュード6.8  
 断層の長さ：18km  
 震源の深さ：20km  
 走向：北から反時計回りに6°  
 傾斜角：90°  
 断層型：逆断層（西側隆起）

### 高田平野東縁断層地震

想定規模：マグニチュード7.5  
 断層の長さ：26km  
 震源の深さ：17km  
 走向：北から時計回りに40°  
 傾斜角：南東傾斜30°  
 断層型：逆断層（南東側隆起）

この2ケースの震度分布は、それぞれの断層を震源とする最も大きな地震を想定したものです。これ以外の震源や想定規模を超える地震が発生した場合には、この震度分布で示された値よりも大きな揺れとなる場合もあります。

「平成18年度上越市地域防災計画策定業務報告書」から抜粋

## はじめに

このガイドブックは、皆さんが住んでいる地域にはどのような危険があるのか、また、日頃の防災対策や災害が発生した場合における市民の皆さんの役割などをまとめたものであり、地震や津波、風水害などの災害から皆さんの生命、財産を守るための情報が盛り込まれています。災害が起きてから慌てるのではなく、日頃からこのガイドブックを活用し、ご家庭やご近所あるいは地域など身近な所からの防災対策にお役立てください。

## もくじ

### 地震災害

- 震度の想定・・・3
- 地震時の行動・・・4
- わが家の耐震診断・・・5
- とっさの状況判断・・・6
- わが家の安全チェック・・・7

### 津波災害

- 上越市の津波浸水・・・8
- 津波断層モデル・・・8
- 津波からの避難「逃げる」が一番！・・・9
- 津波警報などについて・・・9

### 風水害

- 台風・・・10
- 集中豪雨・・・11
- 線状降水帯・・・11
- 河川水位と避難情報について・・・11
- 避難に関する情報の発令基準・・・11
- 避難するときの注意点・・・11

### 土砂災害

- 土砂災害の種類と特徴・・・12
- 逃げ方のポイント・・・13
- 土砂災害警戒情報について・・・13
- 避難に関する情報の発令基準・・・13

### 雪害

- 上越市と雪害・・・14
- なだれに注意・・・14
- 除雪作業の注意点・・・14
- 道路除雪について・・・14
- 助成・補助事業・・・14

### 火山災害

- 上越市で予想される事象・・・15
- 噴火警報・予報について・・・15

### 火災

- 火災発生時の対処法・・・16
- 住宅用火災警報器について・・・16
- 火災予防について・・・17
- 火災からの避難（6つのポイント）・・・17
- 火元別の初期消火方法・・・17

### 原子力災害

- 原子力災害とは・・・18
- 原子力発電所からの距離で対応が異なります・・・18
- 原子力災害から身を守るために覚えておきたい行動のポイント・・・19

### 災害への備え

- ①地域防災
  - 自主防災組織の役割・・・20
  - 平常時の活動・・・20
  - 災害時の活動・・・21
- ②情報収集・伝達
  - 避難情報の発令・・・22
  - 情報の伝わり方・受け取り方（情報収集の方法）・・・23
  - 災害用伝言ダイヤル「171」・災害用伝言板「web171」
- ③避難行動
  - 災害時の避難は冷静に・・・24
  - 避難行動の原則・・・24
  - 自主避難について・・・24
  - 避難行動要支援者を安全に避難誘導するポイント・・・25
  - ペットの災害対策・・・25

### 上越市地域防災計画について

- 上越市地域防災計画の構成・・・26

### 避難所マップ

- もくじ・凡例・・・28
- 直江津区・有田区・八千浦区・保倉区・北諏訪区・・・30
- 谷浜・桑取区・・・32
- 高田区・新道区・金谷区・春日区・・・34
- 諏訪区・和田区・津有区・三郷区・高土区・・・36
- 安塚区・・・38
- 浦川原区・・・40
- 大島区・・・42
- 牧区・・・44
- 柿崎区・・・46
- 大潟区・・・48
- 頸城区・・・50
- 吉川区・・・52
- 中郷区・・・54
- 板倉区・・・56
- 清里区・・・58
- 三和区・・・60
- 名立区・・・62

### 備えよう

- 非常持出品・備蓄品リスト・・・64
- 上越市安全メール・・・64

### ワンポイント 停電に関するお問い合わせ先

東北電力ネットワーク コールセンター  
 0120-175-366 受付時間：平日・休日を問わず、24時間受付しています。

・「停電情報」は東北電力ネットワークのホームページでも見る事ができます。  
 ・切れたり、垂れ下がった電線には絶対さわらないでください。見つけた場合は、ネットワークコールセンターまでご連絡をお願いします。  
 ・停電以外にも、カラスの営巣情報、電線近くでの作業などについては、ネットワークコールセンターまでお知らせください。



地震時の行動

突然襲ってくる地震。屋間に自宅にいるときだけでなく、真夜中であつたり、勤務先・学校・買い物先など、家族と一緒にいないときでも、襲ってくるのが考えられます。地震が発生した時の行動は、日頃から「その時こうする」ということを、家族の間で話しておき、自分の行動をイメージすることが大切です。いざという時パニックにならないように、3日間ぐらいの標準的な行動パターンを想定しておきましょう。



大地震発生時の行動パターン例

地震発生!

**まず自分の身を守る**

- 机の下などにもぐって、まず自分の身を守る。
- 寝ている場合は、ふとんを被って落下物から身を守る。
- コンロの火は無理に消さない（揺れは長くて1分程度）。

---

2分  
〜  
5分

**家族や財産を守る。ただし決して無理はしない。**

- 揺れがおさまったら、すぐに火を消す、または初期消火を行う。
- 家族の安全を確認する。
- 室内でもスリッパや靴をはく（ガラスや落下物から足を守る）。

---

5分  
〜  
30分

**避難準備をする。余震には注意して!**

- 非常用持ち出し袋の用意をする。
- 余震による建物倒壊や火災に注意。
- ラジオなどから災害情報を入手する。
- 電気のブレーカーを切って、ガスの元栓を閉める。

---

30分  
〜  
3時間

**近所との協力。両隣の確認を!**

- 隣近所に声を掛け合って一緒に避難する。
- 地域の避難行動要支援者の安否を確認する。
- 協力して、消火・救助活動を行う。
- 倒壊しそうな危険な建物には近づかない。

---

1日  
〜  
3日

**避難生活は助け合いの心で**

- 自宅が壊れていたら、決して入らない。
- 大きな余震の可能性もあるので、引き続き注意する。
- 生活必需品は備蓄でまかなう。
- 避難場所では集団生活のルールを守り、要支援者にも配慮する。

地震の揺れと想定される被害

|      |  |  |      |  |  |
|------|--|--|------|--|--|
| 震度4  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●眠っている人のほとんどが目覚ます。</li> <li>●部屋の不安定な置物が倒れる。</li> <li>●歩行中の人にも揺れを感じる。</li> <li>●つり下げ物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。</li> </ul>                  |  | 震度6弱 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることが難しい。</li> <li>●家具の多くが移動したり、倒れる。</li> <li>●開かなくなるドアが多い。</li> <li>●壁のタイルや窓ガラスが落ちたりする。</li> <li>●一部の地域で電気、水道、ガスが止まる。</li> </ul> |  |
| 震度5弱 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●家具の移動や、食器や本が落ちたり、窓ガラスが割れることもある。</li> <li>●つり下げ物は激しく揺れる。</li> <li>●安全装置が作動し、ガスが遮断される家庭がある。</li> </ul>                                 |  | 震度6強 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることができず、はわないと動くことができない。</li> <li>●家具のほとんどが倒れる。</li> <li>●未補強のブロック塀のほとんどが崩れる。</li> <li>●広い地域で電気、ガス、水道が止まる。</li> </ul>             |  |
| 震度5強 | <ul style="list-style-type: none"> <li>●タンスなどの家具や、外では自動販売機が倒れることがある。</li> <li>●テレビが台から落ちることがある。</li> <li>●自動車の運転は困難。</li> <li>●未補強のブロック塀の多くが崩れる。水道管に被害が発生することがある。</li> </ul> |  | 震度7  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●揺れにほんろうされ、自分の意志で行動できない。</li> <li>●ほとんどの家具が大きく移動し、飛びものもある。</li> <li>●大きな地割れや地すべり、山崩れが発生する。</li> <li>●広い地域で電気、ガス、水道が止まる。</li> </ul>    |  |

※気象庁震度階級関連解説より作成

わが家の耐震診断

地震から、自分と家族の身を守るためには、自宅が地震に強いことが重要です。まずはわが家の「簡易耐震診断」を行ってみましょう。以下の項目をチェックして、必要に応じて建築士などの専門家による耐震診断を受けてみましょう。



簡易耐震診断チェック項目

| チェック項目        | 選択肢 |                                  |
|---------------|-----|----------------------------------|
| 1. 建てたのはいつ?   | A   | 1981年（昭和56年）6月以降                 |
|               | B   | 1981年（昭和56年）5月以前、またはよく分からない      |
| 2. 建物の傷み具合は?  | A   | 傷んだところは特にない                      |
|               | B   | ふすまがきちんと閉まらない、シロアリの被害がある、よく分からない |
| 3. 建物の基礎の形は?  | A   | 鉄筋コンクリートの布基礎、ベタ基礎、杭基礎            |
|               | B   | その他の基礎、よく分からない                   |
| 4. 部屋の壁の多さは?  | A   | 壁は多い、4面すべてに壁がある                  |
|               | B   | 壁が少ない、建物1階が駐車場である、よく分からない        |
| 5. 建物の平面図の形は? | A   | 長方形、それに近い形                       |
|               | B   | T字、L字など複雑な形、よく分からない              |

チェックをして、一つでもBがある、または他に不明・不安な点がある場合は、上越市建築住宅課にご相談ください。

耐震相談窓口

上越市都市整備部建築住宅課指導係  
Tel: 025-520-5783  
Fax: 025-526-6112  
Mail: kenjuu@city.joetsu.lg.jp



とっさの状況判断

■自宅にいるとき

■料理中

- 大きな揺れのときは身を守ることを優先しましょう。
- なるべく台所から離れましょう。
- 揺れがおさまってから落ち着いて火を消しましょう。



■寝ているとき

- ふとんや枕で頭を守り、家具が倒れてこない所で身を伏せましょう。
- 普段から、懐中電灯やスリッパをおいて地震後にけがをしないようにしましょう。



■風呂場・トイレ

- あわてて飛び出さず、ドアをあけて逃げ道を確認しましょう。
- タイルなどの落下物には注意しましょう。
- ボイラーを使用していたら、落ち着いて火を消しましょう。



■集合住宅

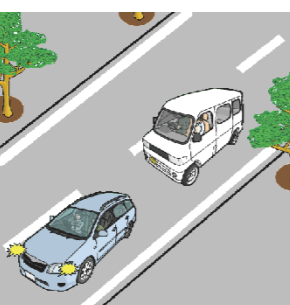
- 家具などで出口がふさがれないように注意し、ドアを開けて逃げ道を確認しましょう。
- 玄関から避難できない場合には、避難はしごやロープを利用して、ベランダから脱出しましょう。
- エレベーターの使用は厳禁です。乗っていたら、すべての階のボタンを押し、止まった階で降りましょう。



■外出しているとき

■運転中

- 揺れを感じたら、ハザードランプを点灯させ、落ち着いて道路の左に寄せ、ラジオで情報を得ましょう。
- 避難する場合は、窓を閉め、ロックをかけず、キーを差したままにしましょう。



■スーパーなどの店舗にいるとき

- 商品棚の下敷きにならないよう、棚から離れて、揺れがおさまるのを待ちましょう。かごをかぶることも有効です。
- あわてずに店員の指示に従い落ち着いて避難しましょう。



■住宅街にいるとき

- ブロック塀や石壁、門柱からはすぐに離れましょう。
- 切れた電線には決して触らないようにしましょう。
- 屋根瓦などの落下物に注意しましょう。



■がけや海岸付近にいるとき

- がけ地や傾斜地では崩れる危険性があるので、安全な場所に避難しましょう。
- 海岸で地震を感じたら、直ちに高台や近隣の高い建物や、指定の避難場所へ避難しましょう。



わが家の安全チェック

■家の中の安全対策

■ガラス窓

飛散防止フィルムをはりましょう。食器棚にも有効です。

■部屋の扉（出入口）

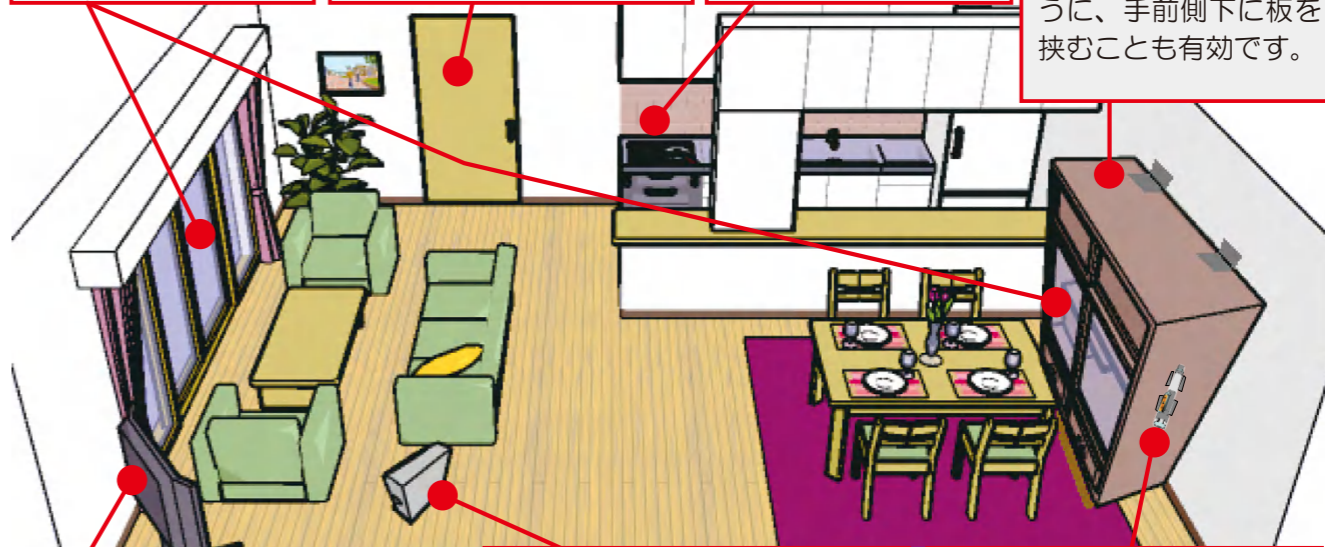
近く安全に避難できるような出口や通路には荷物を置かないようにしましょう。

■コンロ

倒れやすいものや燃えやすいものを置かないようにしましょう。

■戸棚

L字金型などを利用して壁に固定させておきましょう。倒れないように、手前側下に板を挟むことも有効です。



■テレビ等の転倒・落下防止

高い場所にはおかないようにし、しっかりと固定するか、免震シートを張りましょう。

■ストーブ

地震自動消火装置付きのもの。周囲には燃えやすいものを置かないようにしましょう。

■要所には懐中電灯を

暗闇では安全な行動は取れません。所定の位置に懐中電灯を設置しておきましょう。

■家の外の安全対策

■塀

ぐらつきやひび割れがあったり、鉄筋が入っていない場合は補強しておきましょう。

■テレビアンテナ

不安定な場合は補強しておきましょう

■屋根

瓦などは落下防止対策を行いましょう。

■ガラス窓

飛散防止フィルムなどを張りましょう。網入りガラスなら安心です。

■プロパンガス

ボンベは壁などにしっかりと固定しておきましょう。

■ベランダ

鉢植えなどはおかないこと。エアコン室外機などは落下防止対策をしましょう。

