

# 松本市ハザードマップ(防災マップ)

松本市広報 R6-1  
令和6年4月版

ハザードマップを  
確認しよう!

もしもの災害に備え、このハザードマップを活用し、自宅周辺の危険な場所や避難する場所、避難ルート、避難時の心得、災害への備えなど日ごろからご家族や地域の皆さんで話し合い、確認してください。

市は、計画規模の洪水を前提とした避難体制を基本としますが、降雨の状況により、想定最大規模の洪水に対する避難体制に移行する場合がありますので、ハザードマップ上に記載している情報などに十分留意してください。

《問い合わせ》 松本市 危機管理部 消防防災課 〒390-8620 長野県松本市丸の内3番7号 電話:0263-33-1191(直通)・0263-34-3000(代表) FAX:0263-33-1011

## 松本市ハザードマップ(防災マップ)の活用

- Step. 1** マップで自分の家の位置を確認しましょう
- Step. 2** 万が一に備え、避難先を確認しましょう
- Step. 3** 避難ルートを考えてみましょう
- Step. 4** 安全・確実に避難する方法を理解しておきましょう
- Step. 5** 情報を収集しましょう

## 警戒レベルによる避難行動

警戒レベル	皆さんがとるべき行動	避難情報等	気象庁が発表
<b>5</b>	災害発生又は切迫 <b>命の危険、直ちに安全確保</b>	<b>緊急安全確保</b> 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令 《市が発令》	氾濫発生情報 大雨特別警報 等
<b>4</b>	災害のおそれ高い <b>危険な場所から全員避難</b>	<b>避難指示</b> 地域の状況に応じて緊急的に発令 《市が発令》	氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 等
<b>3</b>	災害のおそれあり <b>危険な場所から高齢者等は避難</b>	<b>高齢者等避難</b> 《市が発令》	氾濫警戒情報 洪水警報 大雨警報 等
<b>2</b>	自らの避難行動を確認する	<b>洪水注意報 大雨注意報等</b> 《気象庁が発表》	洪水注意報 大雨注意報 早期注意情報 等
<b>1</b>	災害への心構えを高める	<b>早期注意情報</b> 《気象庁が発表》	

【注意】各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとはかぎりません。状況が急変することもあります。

## 風水害時の注意事項

大雨時の避難は以下の点にも注意しましょう

- ゴム長靴は歩きにくい。はきなれた底の固い靴がよい。
- 水中のマンホールや溝に注意!
- 家族はロープでつながって避難する。(または手をつなぐ)
- 逃げ遅れたときは、**堅牢な高い建物に避難!**

## ハザードマップを参考に洪水時の行動を考えましょう

ハザードマップ上で自宅付近の状況を確認し、いざというときの行動を考えてみましょう。ただし、  
 ●浸水想定区域や土砂災害警戒区域は、一つの想定のもとに作成された計算上のシナリオです。  
 ●自然災害は、想定したとおりに起こるとは限りません。  
 ●気象情報、避難情報、周辺の状況などに注意を払って、家族や隣近所で連携しながら臨機応変の行動が必要です。緊急時の行動は、雨や風の状況、時間帯、河川の水位の状況などによっても違ってきます。いろいろな想定を考えながら、家族や地域で話し合うなどして、緊急時の対応力を高めましょう。

## 情報の集め方・非常時連絡先

災害時には、正確な情報を素早く集めることが命を守るために重要となります。テレビやラジオのほか、インターネットなどを活用して、情報の収集に努めましょう。また、日ごろから、どこにどのような情報があるか確認しておきましょう。

### 松本安心ネット(メール配信サービス)

市では、登録した人の携帯電話やパソコン等に、気象情報、火災情報、避難情報、避難所開設、市からのお知らせ等を電子メールで配信しています。

事前登録が必要です!



### 防災行政無線・テレホンサービス

屋外スピーカー等を通じて、緊急・災害情報などを市民の皆さんにお伝えします。【放送を聞き逃したり、よく聞こえなかったら】テレホンサービスで内容を確認できます。※過去48時間以内の放送に限ります。

0120-07-8686 通話料無料

0263-36-8686 通話料がかかります

### 災害電話サービス

携帯電話やスマートフォンをお持ちでない方のご自宅の固定電話またはファックスに「避難・避難所に関する情報」「国民保護情報」をお知らせします。

お問い合わせ  
危機管理部 消防防災課  
電話 33-1191  
FAX 33-1011

テレビ  
データ放送  
ラジオ

## 洪水に対する行動 いざというときの行動の目安

浸水想定深さ	行動の目安	
	避難の必要性	備考
10.0m～20.0m未満	避難の必要性	自宅にとどまることは危険! 避難が遅れた場合などは、近くの高層建物に待避することが望ましい。
5.0m～10.0m未満	早めの避難が必要。	
3.0m～5.0m未満	避難しなければならぬ場合がある。	避難が遅れた場合などは、近くの3階以上の建物に待避した方がよい場合もある。
0.5m～3.0m未満		避難が遅れた場合などは、自宅や隣近所の2階以上の建物に待避することが望ましい。
0.5m未満	避難しなければならぬ場合が少ない。	自宅にとどまった方が安全である可能性が高い。しかし、万が一のための備えは必要。
想定なし		

## 土砂災害に対する行動 いざというときの行動の目安

区分	行動の目安	
	避難の必要性	備考
土砂災害警戒区域(イエローゾーン)	避難しなければならぬ場合がある。	避難のタイミングが遅れた場合などは、自宅や隣近所の2階以上の建物に待避した方がよい場合がある。その場合、山側の部屋を避け、窓から離れた場所に居ることが大切(一般的な建築物が破壊される可能性は少ない)。
土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)	早めの避難が必要。	自宅にとどまることは危険! 避難所へ避難するか、近くの安全な建物へ退避しましょう。

## 分散避難

市の避難所(指定緊急避難場所・指定避難所)の混乱回避等のため、安全な親戚や知人宅、宿泊施設(ホテル・旅館)など、市の避難所以外への分散避難のほか、自宅の安全が確保できると判断した場合には屋内安全確保を行うなど、**分散避難についても検討**しておきましょう。



避難所一覧

## Step. 4

### 情報配信サービス

市ではSNS上でも災害情報や避難所開設等を配信しています。

- 松本市(公式) エックス(旧ツイッター)
- 松本市(公式) フェイスブック
- 松本市(公式) ライン



### インターネット

長野県の災害情報



松本市の防災関連情報

- 気象情報・河川カメラ
- 水位情報・ライフライン他



### 非常時連絡先

火事救急 119

事件事故 110

伝言の登録方法(災害用伝言ダイヤル「171」/web「171」)

電話 171にダイヤル → 「1」をダイヤル → (市外局番)+電話番号 → 伝言を録音  
 Web web171.jpにアクセス → 電話番号を入力 → 登録ボタン → 名前/安否/伝言を登録

伝言の確認方法(災害用伝言ダイヤル「171」/web「171」)

電話 171にダイヤル → 「2」をダイヤル → (市外局番)+電話番号 → 伝言を再生  
 Web web171.jpにアクセス → 電話番号を入力 → 確認ボタン → 名前/安否/伝言を確認



# 医療救護所

大規模な災害（震度6弱以上の地震等）が発生した場合、医療救護所を開設します。  
具合が悪くなった方は最寄りの医療救護所へ向かってください。



## 災害ごみ

災害により発生したごみは通常のごみとは出し方が異なります。

発災後に案内がある仮置場に搬出しましょう。



## 要配慮者利用施設

松本市地域防災計画に定める浸水想定区域及び土砂災害警戒区域内に所在する要配慮者利用施設の所有者・管理者の皆さまは、避難確保計画の作成及び訓練の実施をお願いします。



# 想定降雨量

想定降雨量（計画規模・想定最大規模）

河川名	計画規模 (雨量) 100年	想定最大規模 (雨量) 1000年
梓川	186mm (2日間)	396mm (2日間)
奈良井川	235mm (2日間)	707mm (2日間)
会田川・保福寺川	270mm (24時間)	753mm (24時間)
水上沢川	130mm (24時間)	753mm (24時間)
大門沢川・西大門沢川・湯川・和泉川・牛伏川・塩沢川・唐沢川	90mm (24時間)	813mm (24時間)
小曾部川	164mm (24時間)	813mm (24時間)
奈川	239mm (24時間)	739mm (24時間)
本沢川	-	813mm (24時間)
三間沢川	162mm (24時間)	813mm (24時間)
鎖川	164mm (24時間)	725mm (24時間)

【参考】これまでの松本市の降水量

	1時間 降水量	24時間 降水量
1位	59.0mm 昭和56年7月18日	172.0mm 平成18年7月18日
2位	55.2mm 昭和22年8月28日	168.0mm 令和3年8月14日
3位	51.5mm 平成28年8月4日 昭和22年8月27日	158.5mm 昭和58年9月28日

【注意点】

100年に1度程度起こる大雨（計画規模）については、従来のハザードマップと同じ確率ですが、河川改修や浸水想定計算精度の向上により、見直しされています。

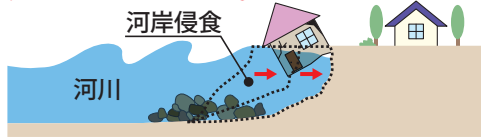


# 家屋倒壊等氾濫想定区域

家屋の倒壊や流失をもたらすような氾濫の発生が想定される範囲を示しています。これらの区域では、**確実な早めの「立退き避難」**をしてください。

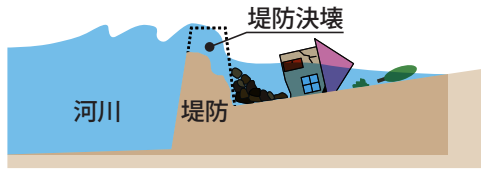
## 河岸侵食

洪水時の河岸侵食により、家屋が流失・倒壊するおそれがある範囲



## 氾濫流

洪水氾濫流により、木造家屋が流失・倒壊するおそれがある範囲

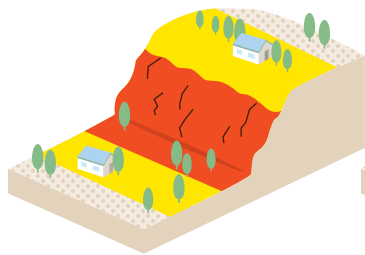


# 土砂災害の種類・土砂災害警戒区域

土砂災害防止法に基づき、長野県が「土砂災害が発生したときに住民などの生命または身体に危害が生じるおそれのある地域」を指定したものです。

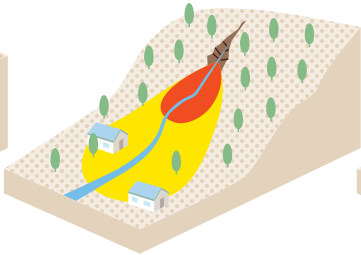
## がけ崩れ（急傾斜地の崩壊）

急な斜面が大雨や地震などにより、突然崩れ落ちる現象です。



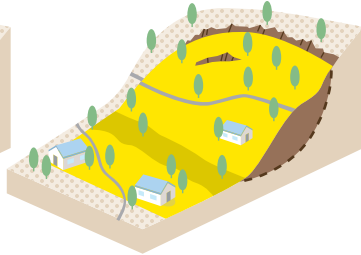
## 土石流

谷や山の地面の土や石が、水とともに一気に流される現象です。



## 地すべり

ゆるやかな斜面が広い範囲にわたりすべり落ちる現象です。



## 土砂災害警戒区域

土砂災害のおそれがある区域（イエローゾーン）

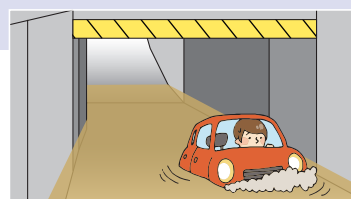
## 土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域のうち、建築物に損壊が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれがある区域（レッドゾーン）



# アンダーパス

周辺の地面より低いいため、集中豪雨時に冠水する可能性がある箇所です。**冠水時には利用しないでください。**もしもの時に備え、迂回路を確認しておきましょう。



# 地下街（地階）

地下に水が流入すると避難が困難となり、非常に危険です。大雨の際には利用しないでください。

- 地上からの情報が入りにくく、状況判断が遅れやすくなります。
- 浸水により停電すると、室内の様子がわかりづらくなります。



# 備蓄品・非常持出品（能登半島地震を教訓に）

災害が発生した場合、電気・ガス・水道・通信等がストップしたり、トイレが使えなくなったりすることが考えられます。令和6年1月1日発災の**令和6年能登半島地震**では、道路の寸断により長期間物資が届かないケースもありました。

自力でも生活できるよう、**普段から備蓄品・非常持出品の準備**に努めてください。

## 備蓄品（家庭に備えておくもの）

備蓄品は、災害発生からの数日間を支えるものです。できれば**各家庭の状況に合わせ「1週間分以上」のものを準備**しておきましょう。

備蓄食料	日用品	歯ブラシ(コップ)	新聞紙
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> ブルーシート	<input type="checkbox"/> 救急セット	<input type="checkbox"/> 衣料品
<input type="checkbox"/> アルファ米	<input type="checkbox"/> カセットコンロ・ボンベ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯	<input type="checkbox"/> 上着・防寒着
<input type="checkbox"/> 缶詰	<input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル	<input type="checkbox"/> トイレトペーパー	<input type="checkbox"/> 下着・靴下
<input type="checkbox"/> レトルト食品	<input type="checkbox"/> 食器(使い捨て)	<input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 寝袋・保温シート
<input type="checkbox"/> インスタント食品	<input type="checkbox"/> タオル・毛布	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> その他
<input type="checkbox"/> あめ等の甘い物	<input type="checkbox"/> 石鹸・消毒液	<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> 個人の事情で必要なもの

## 非常持出品（避難の際に持ち出すもの）

非常持出品は、非常時すぐに取り出せる場所に置きましょう。重すぎると避難の妨げになるので、**最低限のものを両手の空くリュックサックにコンパクトに収納**しましょう。

備蓄食料	日用品	モバイルバッテリー	手袋	包帯
<input type="checkbox"/> 飲料水	<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/> 医療品	<input type="checkbox"/> 貴重品	
<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> ビニール袋	<input type="checkbox"/> 服用している薬・常備薬	<input type="checkbox"/> 運転免許証(コピー可)	
<input type="checkbox"/> 携帯ラジオ	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> おくすり手帳(コピー可)	<input type="checkbox"/> 健康保険証(コピー可)	
<input type="checkbox"/> 懐中電灯(ヘッドライト)	<input type="checkbox"/> ウエットタオル	<input type="checkbox"/> マスク	<input type="checkbox"/> その他	
<input type="checkbox"/> 予備の電池	<input type="checkbox"/> 携帯カイロ	<input type="checkbox"/> 消毒液	<input type="checkbox"/> 個人の事情で必要なもの	
<input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	<input type="checkbox"/> 体温計		
	<input type="checkbox"/> ティッシュペーパー	<input type="checkbox"/> 絆創膏		

## 食料品の備蓄には「ローリングストック」もおすすめです！

日ごろから使っている食料品・生活必需品（例：食料品・乾電池・常備薬）を少し多めに購入しておくことで、災害時の備えになります。古いものから使っていき、使った分だけ買い足す「ローリングストック」を心がけましょう。

# 地震への備え

## 地震の発生確率

※「糸魚川-静岡構造線断層帯の長期評価(第二版)」及び「境峠・神谷断層帯の評価(一部改訂)」(地震調査研究推進本部)をもとに作成

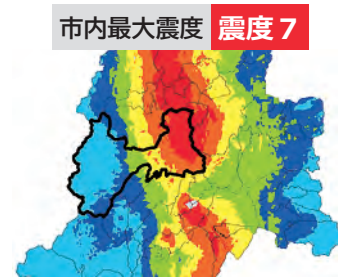
大陸プレートの境界に位置する松本市には「糸魚川-静岡構造線断層帯」と「境峠・神谷断層帯」が通っており、次のように地震発生確率が評価されています。

断層帯名	地震規模	発生確率		
		30年以内	50年以内	100年以内
糸魚川-静岡構造線断層帯(中北部)	M7.6程度	14~30%	20~50%	40~70%
境峠・神谷断層帯(主部)	M7.6程度	0.02~13%	0.04~20%	0.09~40%

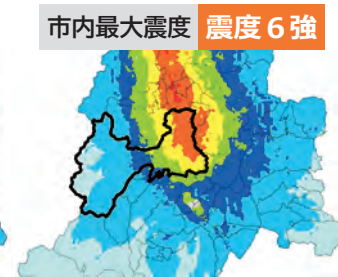
## 震度予測

※第3次長野県地震被害想定調査(平成27年3月)をもとに作成

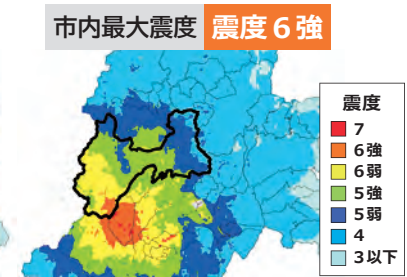
■糸魚川-静岡構造線断層帯(全体)のケース  
市内最大震度 **震度7**



■糸魚川-静岡構造線断層帯(北側)のケース  
市内最大震度 **震度6強**



■境峠・神谷断層帯(主部)のケース  
市内最大震度 **震度6強**



## 家の中の安全チェック

家の中の安全チェックをし、地震に備えた対策を行いましょう。

ガラスには飛散防止フィルムを貼りましょう。

吊型電灯はソケット部分をテープで巻いて、固定しましょう。

家具はその場所にあった固定器具を使って、正しく固定しましょう。

防災カーテンにしましょう。

冷蔵庫は倒れないように、金具などを使って固定しましょう。

二段重ね式の家具はつなぎ目を金具でしっかり連結しておきましょう。

この他にも・・・  
●寝る場所に倒れる、落下する物は置かない  
●出入口や通路に荷物を置かない

家の周りも・・・  
●アンテナや瓦の補強  
●ガスボンベ等を鎖で固定  
●ブロック塀や門柱の補強  
●ひび割れや鉄筋のサビの補修

ストーブは自動消火機能付を。周囲に燃えやすいものを置かないようにしましょう。

テレビが倒れないように器具で固定しましょう。

家具と壁や柱の間にすきまができないように、板などを家具の下に差し込んで寄りかかるように固定しましょう。