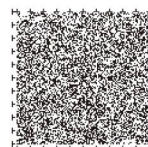




第 1 章

災害発生!



大きく揺れたら、命を守る行動を!

大地震発生!!

揺れている間は自分の身を守る行動を。
自分が助かれば、家族や大切な人を助けに
向かうことができます!

身を守る

屋内にいたら…

- ものが落ちてこない、倒れてこない場所に移動し、頭を守りましょう。



屋外にいたら…

- 落下物から頭を守りましょう。
- 建物や立て看板、ブロック塀などから離れましょう。



車を運転していたら…

- 交差点を避け道路左側に停車し、エンジン进行を切りましょう。



屋内外関係なく、崖・傾斜部の近くにいたら…

- 土砂崩れのおそれがあるため、速やかに離れましょう。



安全を確保する

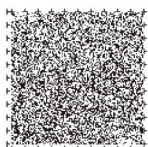
揺れが収まったら…

- 火の元を確認し、ガスの元栓を閉めましょう。
- 火災が起きている場合は落ちついて消火しましょう。

14ページ



- 車から離れるときは警察が動かせるように、キーを付けてドアをロックせず離れます（キーレスなら外から見える場所にキーを置くなど）。その際に連絡先のメモを残し、車検証などを持って離れましょう。



津波のおそれがある
(海の近く・津波災害警戒区域内にいる)
場合は

すぐに避難!!

13ページ

状況を
確認し、
一時避難

自分の状況を確認し、
安全が確保できたら、
一時避難場所へ避難を。

- 状況に応じて情報の
収集をしましょう。

25ページ



無事を知らせるようにタオル等目
印を玄関先に掲げるルールを定め
ているところもあります。自治会
や町内会、自主防災組織に確認
しましょう。

隣近所と
助け合う

一時避難ののち、隣近所の
安否確認をしましょう。

- 声を掛けて手
助けが必要か
確認しましょう。
- 手助けが必要
な人がいる場
合は、近隣の方や自主防災組
織のメンバーに声をかけ、協力
して手助けをしましょう。
- 地域で火災が発生している場合
は、力を合わせて初期消火を行
いましょう。消火できない規模
の場合は、指定緊急避難場所(大
規模火災)^{*}へ避難しましょう。



※火災が広範囲に延焼した際の
緊急避難場所

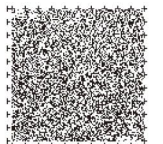
自宅で生活・
指定避難所

自宅の被災状況を確認し、自宅
に留まることができない場合は
指定避難所へ向かいましょう。

- 避難判断は 15~16ページ
- 自宅に留まる場合は
27ページ
- 避難場所等の一覧は
45~48ページ
- 避難所での生活は 35ページ

生活再建
にむけて

- 家の被災状況を確認しましょう。
- 罹災証明書^{りさい}が必要なときは
41ページ



津波が来る!

地震発生!!



身を守る

避難する

揺れが強い場合は、まず地震から身を守ります。

海や川などの近くにいた場合は、できるだけ早く海や川から離れてください。

津波災害警戒区域内にいる場合は、速やかに区域外へ避難しましょう。区域外への避難が困難な場合は、津波避難ビルなどの高い場所に避難しましょう。避難は徒歩が原則です。また、津波は繰り返し何度もやってきます。避難後も警戒し、波が引いたからといってすぐその場を離れないようにしましょう。



津波避難ビルって何?

津波災害警戒区域外への避難が困難な場合に、一時的または緊急に避難するために、ビル所有者等と市が協定を締結している建物です。

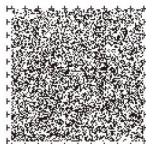
※原則、津波避難ビルにはペットは入れません。



津波災害警戒区域からの避難、または津波避難ビルなどへの避難が完了し、身の安全が確保できたら、携帯端末やラジオ等で状況を把握しましょう。



津波フラッグは海水浴場等で『大津波警報』『津波警報・注意報』が発表された際に視覚的に伝達するための手段だよ! もし津波フラッグを見かけたら、速やかに避難しよう!



火災発生!

地震発生!!

火災発生!!

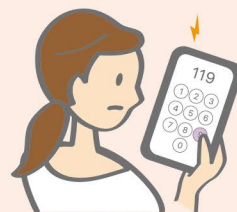
身を守る

避難する

揺れが収まったら、周囲を確認します。

火災が発生していないか確認し、消火可能なら落ち着いて消火をしましょう。

大きな火災が発生している場合、速やかに周りに知らせることが大切です。119番に通報をして、出火場所、現在の様子、自分の名前を伝えましょう。



街頭消火器等、身近にある消火器やバケツリレー等で早めに消火します。近隣の方と協力して初期消火活動を行いましょう。



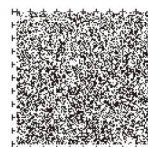
炎が小さくても危険を感じるようなら、速やかにその場を離れましょう。炎が大きく、さらに火災の延焼が起こった場合は、大規模火災となる可能性があります。命を優先して速やかに安全な場所や指定緊急避難場所（大規模火災）へ避難してください。



大きな地震による電気火災を防ぐためには「感震ブレーカー」の設置が有効だよ!



音声ガイド



大地震での避難判断

避難判断フローチャート

大地震の発生直後はどこに避難すべきか、また、状況が収まったあとは在宅避難者として自宅に留まるか、指定避難所へ向かうべきかを判断しなければなりません。あらかじめ自分の住む地域の状況を把握することが大切です。

大きな地震が発生!!

まずは自分の身を守りましょう。
揺れが収まったら…

今いる場所が海の近く

津波災害警戒区域内

今いる場所が崖の近く

土砂災害（特別）警戒区域内や老朽化している建物や塀の近く等

すぐに避難!!

- 津波災害警戒区域外へ避難。それが困難な場合は津波避難ビルや指定緊急避難場所（津波）などの高い場所に避難しましょう！津波が収まるまで、その場を動かないようにしましょう。
- 崖の近くでは、屋内でも土砂が流れ込む可能性があります。
- 老朽化している建物や塀も崩れる可能性があります。できるだけ離れましょう！

今いる場所が上記以外の場所

- ◆ まずは周囲の状況を確認
- ◆ 足元に注意
- ◆ 火が出ていたら落ち着いて消火

一時避難場所へ集合!

- 自主防災組織などが指定した場所へ避難しましょう。
※直接、指定避難所へ向かうよう定めている自治会もあります。
- 持ち出せる場合は非常用持出袋を忘れずに。

地域で火災は発生していますか？

はい

いいえ

一時避難場所とは：

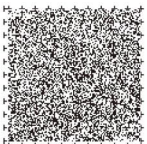
自主防災組織などが指定した場所だよ。避難の流れは、住んでる地域や自治会によって異なる場合があるんだ。避難の流れを把握するためにも、各地区や自治会の防災訓練・避難訓練に参加しておこう。



必要に応じて、テレビやラジオ・携帯端末等で情報を収集しましょう。

※避難の流れはお住いの地域や自治会、自主防災組織によって異なる場合があります。

音声ガイドンス



災害の種類によって避難する場所はそれぞれ違う! **43ページ**からのハザードマップを参照し、巻末のサバイバルカードへ避難場所を記入しておこう。



自宅での生活 (在宅避難)

自宅で生活する場合は、指定避難所で在宅避難者の登録をしましょう。登録することで、避難所で物資や情報を受け取ることができます。また、**25ページ**等を参考に防災行政無線やラジオ等で情報収集しましょう。さらに、事前の備えも重要です。「第2章後悔しないためにも備えよう」**27ページ**以降をチェックしましょう。



自宅で生活ができる状態ですか?

はい

いいえ

状況が収まったら自宅の状態を確認します。自宅の損壊状況によって、自宅に留まって生活するか、指定避難所へ向かうか判断しましょう。

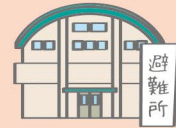
初期消火!

力を合わせて初期消火をしましょう。火災が延焼拡大した場合は、速やかに指定緊急避難場所(大規模火災)へ避難しましょう。

近くにいる人や、隣近所を確認し、助けが必要な人がいる場合は力を合わせて助け合いましょう。

指定避難所へ

自宅が損壊して自宅で生活ができなくなった場合に指定避難所に向かう場合は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。



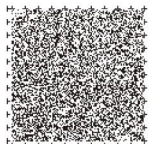
● 指定避難所

被災し、自宅での生活ができなくなった場合に身を寄せ、生活する場所です。「第3章もしもが起こったそのときに」**35ページ**以降を参照し、みんなで協力し合って避難生活を乗り切りましょう。

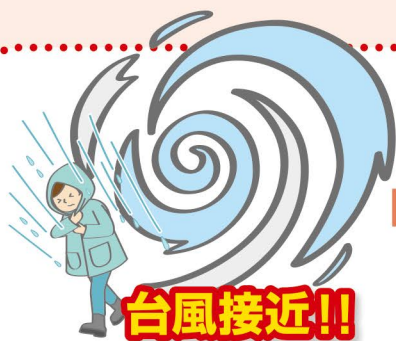
特に支援を必要とする方

● 福祉避難所(一次)

指定避難所での生活が困難な要配慮者(高齢者や障がい者等)が高齢者・障がい者施設(福祉避難所(二次))へ移るまでの一時的な避難生活の場です。各市民センターに開設されます。



風水害が発生しそう!



備える

避難する

風水害は、事前に備えることができる災害です。

台風や突然の豪雨等が発生した場合、進路予測や被害予想のより正確な情報をテレビ・ラジオ・インターネット等で収集しましょう。また、いつ起こっても対応できるように事前に準備をしておきましょう。

台風が来る前に備えよう!

テレビアンテナ等
錆びたりゆるんだりして
いないか。

窓
雨戸を閉める。無い場合は
板やテープでふさぐ。
カーテンを閉じてガラスの
飛散を防ぐ。

雨どい
枯葉やゴミが詰まって
いないか。

家具
浸水の恐れがある
場合は高い所へ。

自転車や
バイク
屋内または
安全な場所へ。

プロパンガス
ボンベを固定しているか。

側溝
土砂やゴミが詰まって
いないか。できるだけ水は
けを良くする。

ベランダ、庭
飛ばされやすいもの(鉢植
えや物干しざお)を室内に
取り込むか固定する。

玄関口
浸水のおそれがある場
合、板や土のうを使っ
て水の流入を防ぐ。

※土のうは市民センターで配布
しています。回収はしていません。

トイレや排水溝が逆流しないように、水のうを使って塞ごう。
水のうはゴミ袋を2~3枚重ねて作るのがポイント!



台風が接近することになったら、まず確認

洪水・内水氾濫、土砂災害ハザードマップで自宅や会社等、自分の居場所の危険度をあらかじめ把握しておきましょう。また、天気予報等で台風の進路、規模などを確認し、食料等の備蓄を確認しましょう。



避難情報が出る前に

自宅や安全な建物で待機が原則ですが、避難が困難な方、災害に特に不安を感じる方は、避難情報が出る前に、安全な地域の親戚の家、ホテルや旅館等への自主避難を検討してください。特に避難に時間がかかる方には、家族や親族から連絡を取り、危険な旨を伝え、早めの避難行動を促しましょう。

もしも屋外にいたら、危険な場所には近づかない

海、川、急傾斜地、アンダーパス(地下道)、側溝など、危険を感じる場所には近づかないようにしましょう。特に堤防や田んぼの様子を見に行くことは絶対にやめてください。

台風接近とともに強風や竜巻の危険も高まります。障害物が飛んでくることや、街路樹や電柱が倒れてくる可能性を考えながら、できるだけ頑丈な建物の窓のない部屋等、安全な場所へ移動してください。

竜巻による災害

気象情報や空の様子にも注意しましょう。プレハブなどの仮設建築物や樹木の倒壊のおそれもあります。

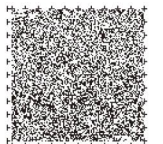


こんな雲が見えたらすぐに避難！

崖や傾斜地が近い場合は…

急傾斜地で以下のような崖崩れの前兆現象が見られた場合は、避難情報を待たずに、できるだけ早く避難しましょう。

- 斜面の途中から水が噴き出す
- 小石がパラパラと落ちる
- 樹木が倒れたり、揺れたりする
- 地鳴りや山鳴りがする



風水害での避難判断

気象庁が出す「防災気象情報」や、県や市が出す「避難情報」に注意して、常に最新の情報を入手・確認し、行動しましょう。

※市では、市内の状況を見極めて避難情報を発令するため、気象庁の防災気象情報と必ずしも一致しません。

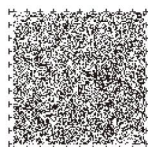
	とるべき行動	気象情報・市からの避難情報
警戒レベル①	災害への心構えを高める 最新の防災気象情報に留意し、災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報の発表
警戒レベル②	自らの避難行動を確認 ハザードマップ等により、災害が想定されている区域や避難先、避難経路を確認しましょう。	○レベル2 氾濫注意報 ○レベル2 大雨注意報 ○レベル2 土砂災害注意報 ○レベル2 高潮注意報
警戒レベル③	危険な場所から高齢者等は避難 避難準備が整い次第、避難に時間を要する高齢者等は速やかに避難開始しましょう。また高齢者等以外の方も、必要に応じて避難準備をしましょう。早めの避難が望ましい場所に居住している方は避難を開始しましょう。 ※各自治体が「高齢者等避難」を発令する目安	○レベル3 氾濫警報 ○レベル3 大雨警報 ○レベル3 土砂災害警報 ○レベル3 高潮警報
警戒レベル④	危険な場所から全員避難 準備ができ次第、全員避難を開始しましょう。道路の冠水や土砂崩れなどにより、すでに避難が困難となっているおそれがあります。この状況になる前に避難を完了しましょう。また冠水した状態では無理して避難せず、2階以上の高い場所へ移動しましょう。 ※各自治体が「避難指示」を発令する目安	○レベル4 氾濫危険警報 ○レベル4 大雨危険警報 ○レベル4 土砂災害危険警報 ○レベル4 高潮危険警報
警戒レベル⑤	命の危険 直ちに安全確保！ 命の危険があることから、直ちに身の安全を確保しましょう。 ※各自治体が「緊急安全確保」を発令する目安	○レベル5 氾濫特別警報 ○レベル5 大雨特別警報 ○レベル5 土砂災害特別警報 ○レベル5 高潮特別警報

※2026年5月下旬(予定)から気象の警報などが大きく変わります、上記の情報は変更後のものです。



詳しい情報やこれまでの防災気象情報はこちらで確認できます

<https://www.city.fujisawa.kanagawa.jp/bousai/bosai/bosai/saigai/oshirase/ituhinann.html>

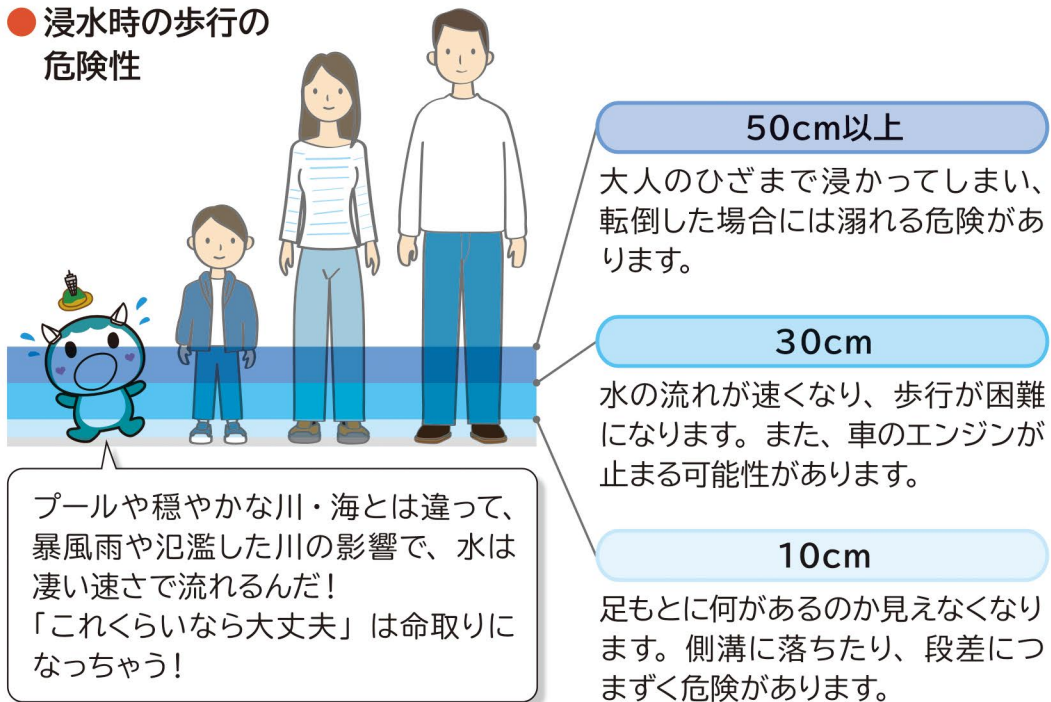




こんなときは 外に出ると危険です！

少しでも浸水しているときは要注意。河川の氾濫による浸水では、警戒レベルに関係なく、勢いよく水かさが増えるので大変危険です。浸水した場所は水の深さに関係なく川のような速さで流れ、転倒したり、溺れたりする危険も高まります。避難場所への移動に危険を感じたら、無理をせず、安全が確保できる少しでも高い場所、2階や3階（垂直方向）へ避難しましょう。

● 浸水時の歩行の危険性

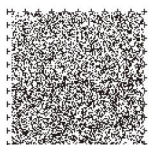


風水害で避難する場所は「指定緊急避難場所（洪水・崖崩れ）」！

洪水等の水害から逃れることができる高さのある避難場所だよ。[43ページ](#)からのハザードマップを参照して、巻末付録のマイ・タイムライン&サバイバルカードへ避難場所を記入しておこう。



警戒レベルは1から順に上がるわけではなく、突然、1から4になるなど状況が一気に変わることがあるよ！十分に注意しよう！



ペット同行避難

災害時にペットを守ることができるのは飼い主だけです。避難が必要か判断することはもちろん、ともに安全に避難し、周りの人へ迷惑をかけず、安心して過ごすためには、日頃からの心構えと備えが必要です。




所有者明示

ペットが迷子になった場合や犬の登録確認に必要です。

- 犬は鑑札と注射済票を装着する（犬の登録は法律で義務づけられています）
- 首輪や迷子札に連絡先などを明記しておく
- マイクロチップ（はずれる心配のない身元証明）を装着する


しつけ

他者への配慮やペットのストレス軽減につながります。

- キャリーバッグやケージに入ることに慣らしておく 
- 人や動物を怖がったり、攻撃的になったりしないよう慣れさせておく
- 吠えたり、鳴いたりしたときの対処法を身につけておく 
- 決められた場所で排泄できるようにしつける 

健康管理

ペットの健康管理は、社会との共存のためにも必要です。

- 各種予防注射を受ける（犬の狂犬病予防注射は年1回の接種が法律で義務づけられています） 
- ノミ、ダニの予防を行い、体を清潔に保つ
- 不妊、去勢手術を受ける


避難用品

災害時のペットの備えは、基本的に飼い主の責任で用意します。

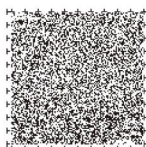
- 療法食、薬、5日分以上のフードと水、食器
- 予備の首輪、リード（伸びないもの）
- ペットシーツ、ビニール袋、洗濯ネット（猫の逃げ出し防止）、タオル等
- 飼い主の連絡先やペットの情報を記録したもの

コミュニケーション

家族と話し合いを持ち、ご近所とも連携しましょう。

- 様々な場面を想定して、家族やご近所、飼い主仲間と防災について話し合っておく
- 親戚や友人知人宅を避難先にできるか、お互いに協力できるか話し合っておく
- 台風等事前に準備できる災害では、避難場所等への避難が困難なペットは、避難先（ペットホテルや車両避難場所）を検討しておく 

同行避難の可能な避難場所等をチェックしておこう。
詳細は藤沢市ウェブサイト「ペットの防災について」をチェック！
https://www.city.fujisawa.kanagawa.jp/seiei/pet_bousai.html



車両による移動・避難

地震が起こった際は車で避難すると、避難場所やその周辺が車で混雑したり、救護活動もできなくなってしまうため、車での避難は止めましょう。

なお、風水害においても車両避難が可能な指定緊急避難場所（洪水・崖崩れ）以外は、原則車両避難ができません。要配慮者の方等に向け、一部車両避難が可能な場所もありますが、台数も限られていますので、事前にご確認ください。

車両避難をする場合に気をつけるべき事項

● 正確な情報収集と早めの避難

テレビ、ラジオ、インターネット等での最新の気象情報、災害情報、避難情報に注意しましょう。



● 危険な場所を通らない

台風や大雨の際は、急な道路の冠水や川の増水が起こりやすくなっています。避難時には、川沿いや海岸沿いのほか、高架下や立体交差のアンダーパスなど周囲より低い場所には絶対に進入せず、迂回しましょう。

安全なルートを通って移動できるよう、危険な場所をあらかじめ確認しておこう。



● 水位が上がったときの車両避難はしない

水位が上がってからは、車での避難は大変危険なため、やめてください。

車両避難を行った後に気をつけるべき事項

● こまめな換気を

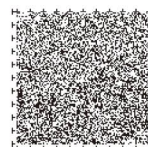
一酸化炭素中毒を避けるために、こまめな換気をすることや、温度対策として服装での体温調節ができるようにしましょう。

● 基本的なマナーを守る

騒音を出したり、ゴミをその場に捨てて帰るなどをしないようにしましょう。

● エコノミークラス症候群の予防

車内で同じ姿勢でいることを避け、適度に運動をしましょう。



色々な災害を知ろう!

雷による災害

落雷は一瞬で大きな被害をもたらす危険性があります。開けた場所や山頂、高い所などでは人に落雷しやすくなるため、注意が必要です。

- 傘はささずに屋根のある建物へ避難
- 木や電柱の近くから離れる
- 鉄筋コンクリートの建物の中、自動車やバス、列車の中など比較的安全な空間へ

子どもたちに教えておきたいこと

学校のグラウンドで雷が鳴り始めたら、姿勢を低くして全力で校内へ逃げよう。



大雪・凍結による災害

積雪は主に日本海側や東北・北海道で見られますが、太平洋側の平野部でも積雪することがあります。また、路面凍結が起こるなど、降った後にも様々な災害を引き起こします。

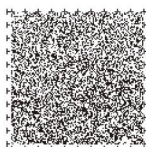
- 不要不急の外出は避ける
- 雪道を想定した装備を行う
- 滑りにくい靴を用意する



火山による災害

火山が噴火すると、降灰などが発生します。藤沢市では、富士山が噴火した場合、10cm程度の降灰のおそれがあります。また、箱根山が噴火した際も、降灰のおそれがあります。噴火した場合には降灰対策を行いましょう。

- 灰を吸い込まないよう、マスクを着用する
- 灰による炎症を防ぐため、灰が皮膚に触れないように長袖長ズボンを着用する
- コンタクトレンズに灰が付着すると、レンズを外す際に角膜を傷つけてしまうおそれがあるため、コンタクトレンズは外し眼鏡を着用する



テロ・武力攻撃による災害

自然災害以外にも、弾道ミサイルや航空攻撃による災害が起こる可能性もあります。J-ALERT（全国瞬時警報システム）などにより情報が伝達されたら、速やかに行動しましょう。

屋内にいる場合

- ドアや窓を全部閉め、ガス、水道、換気扇を止める（粉塵・生物兵器の危険防止）
- 急いでドアや窓から離れ、姿勢を低くする（爆風によるガラス割れの危険防止）

屋外にいる場合

- 近くの頑丈な建物や地下街などの屋内に避難する（ドアや窓からは離れる）
- 近くに建物が無い場合は物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る
- 車を運転していた場合は、できる限り道路外へ駐車し、やむを得ず道路に置いて避難する場合は左端に駐車し、キーを付けたまま離れる



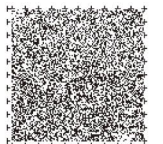
情報収集を行う

- 落ち着いて警報を聞く、またテレビやラジオ・携帯端末等を利用して正確な情報を収集する



災害に対する国の仕組み 『J-ALERT（全国瞬時警報システム）』

弾道ミサイルや航空攻撃による武力攻撃・テロによる災害など、様々な有事の際に住民が適切な避難を速やかに行うため、情報を迅速に伝達するシステムをJ-ALERT（全国瞬時警報システム）と言います。弾道ミサイルが日本の領土や領海を通過または落下する可能性がある場合や緊急地震速報、津波警報、気象警報などの緊急情報を、人手を介さず瞬時に住民等に伝達します。



情報入手先一覧



ふじさわ防災ナビ~防災インフォメーション

藤沢市内の災害発生情報をチェックできます。
<https://bosaiinfo.city.fujisawa.kanagawa.jp/>



ふじさわ防災ナビ~X (旧ツイッター)

藤沢市に関する気象情報等を配信します。
 アカウント ID : Bousai_Fujisawa



防災行政無線

屋外にいる方等を対象に災害発生時の情報伝達等必要な広報を行っています。
 ふじさわテレフォンガイダンスサービス(放送内容の電話案内)
 050-5536-7060 ※通話料は利用者負担となります。



神奈川県雨量水位情報

神奈川県内各地の雨量・水位観測情報及び河川監視カメラ画像をチェックできます。
https://www.pref.kanagawa.jp/sys/suibou/web_general/suibou_joho/



防災ラジオ有償頒布

通常のラジオとして使えるほか、緊急性の高い情報について、防災行政無線と連動してレディオ湘南から発信される緊急割込放送を自動受信することができる防災ラジオを有償で頒布しています。



ふじさわメールマガジン配信サービス

市政に関する様々な情報が配信。どの情報を受け取るか、選択が可能です。事前登録が必要です。
 空メールから登録
info.fujisawa-city@raidan2.ktaiwork.jp



藤沢市LINE公式アカウント

防災や感染症等の情報をお届けしています。
 LINEID : @fujisawacity



気象庁 あなたの街の防災情報

発令されている注意警戒情報をチェックできます。
<https://www.jma.go.jp/bosai/#pattern=default>



神奈川県土砂災害警戒情報システム

土砂災害のおそれのある区域の検索や、土砂災害警戒情報の発表状況、雨量の状況などを確認することができます。
<https://dosyasaigai.pref.kanagawa.jp/php/map.php>



防災情報アプリ「ハザードン」

藤沢市の防災情報がプッシュ通知で、文字と音声により受け取ることができます。



安否確認&自分の安否情報を登録



災害用伝言ダイヤル(171)

声で伝言を残したり、聞いて確認することができます。
<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voicel71/>



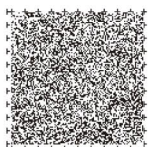
災害用伝言板(WEB171)

文字による伝言を残したり、伝言の確認ができます。
<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/>



Net(ネット)119緊急通報システム

聴覚または音声・言語に障がいのある方を対象としたシステム。インターネットにより素早く通報し、消防車や救急車を呼ぶことができます。(事前登録必須)
<https://www.city.fujisawa.kanagawa.jp/keibou/net119.html>



音声ガイダンス