避難場所一覧

指定避難所

指定避難所は指定一般避難所と指定福祉避難所に区分されます。

番号	名称	区分	住所
1	高鍋町中央公民館 ※2	一般	上江8113
2	東児湯消防組合	一般	上江4526
3	高鍋町防災センター（役場北側駐車場内）	一般	上江8437
4	めいりんの湯	一般	上江6900
5	高鍋西小学校（体育館）	一般	上江1951
6	高鍋西中学校（体育館）※1	一般	持田1524-1
7	高鍋町スポーツセンター ※2	一般	上江7790
8	高鍋町体育館 ※2	一般	上江8339
9	農業大学校（体育館）	一般	持田5733
10	高鍋農業高等学校（体育館）	一般	上江1339-2
11	南薩食品	一般	持田1991
12	ホテル四季亭	一般	北高鍋5224
13	高鍋信用金庫	一般	高鍋町673
14	はぐくみこども村（福祉避難所）	福祉	上江7785
15	社会福祉法人 晴陽会 うからの里（福祉避難所）	福祉	上江7778

※1 洪水時は、高鍋西中学校（体育館）を除く　※2 ペットの同行避難が可能な施設

VACAN Maps

指定避難所の開設状況や混雑状況を確認できます。

https://vacan.com/area/takanabe-town-evacuation/evacuation-center/12

※QRコードは表紙に掲載しています。

避難所生活の心得

避難所でのマナーとルール

避難所の生活では、ほかの人の居住スペースに立ち入ったり、のぞいたり、大声を上げたり、決められた場所以外で喫煙するのはマナー違反です。
ルールを守り、避難者もできる範囲で役割分担をして助け合いながら生活しましょう。

避難所到着後の例

1 連絡先などの申告

避難所に到着したら、住所・氏名・連絡先を申告し、できるだけ隣近所の人や地域ごとにまとまって過ごすようにします。帰宅困難者はその旨を申告します。

2 役割分担

お互いに協力し合って避難所を運営しなければならないことも多くあります。受付や炊き出しなど、割り当てられた係の仕事はしっかり行いましょう。

3 体調管理・衛生管理

急激な環境変化で体調を崩さないように心がけましょう。トイレの清掃やゴミ捨て当番などを決めて衛生管理をしましょう。

避難所生活における配慮

要配慮者への配慮

誰もが安心して避難生活が送れるよう、多様な人に配慮したスペース作りに心がけましょう。

- 乳幼児スペース
- 福祉スペース
- 多目的スペース
- 情報コーナー　など

女性への配慮

女性の視点を活かした避難所運営を行いましょう。

- 女性専用スペースの確保（着替え・授乳・洗濯場所など）
- 女性担当者による物資の配布
- 犯罪や暴力の防止 など

ペットの管理

避難所ごとにペットの受入れ方や条件が異なります。
ペットを連れて避難する場合は、避難所のルールに従って、飼い主が責任を持ちましょう。

災害に備えて

普段から心掛けることが大切です。災害に備えて、家族防災会議をしましょう。

話し合いたい項目 チェック!

- □ハザードマップを使って、自宅付近の災害危険区域を確認
- □災害が起こった時の身の守り方
- □家族間の連絡方法と、最終的に出会う場所
- □災害別の避難行動
  避難場所とそこへ行く経路。
- □家族一人ひとりの役割分担
  家族の安否確認、非常持出品・備蓄品の準備・点検、避難経路の確保、隣近所への連絡など。

日頃から心掛ける項目 チェック!

- □家の中、家の周りの安全対策
  家具が倒れないよう固定具を準備しましょう。家の周りに吹き飛ばされそうなものはないか、雨戸などは傷んでいないか確認しましょう。
- □天気予報や気象状況に気をつける
  梅雨時期、台風時期など、災害が起こりやすい時期は、テレビ・ラジオ・新聞などの情報に注意しましょう。
- □非常持出品・備蓄品を準備しておく
  下に示している非常持出品・備蓄品リストを参考に、準備しておきましょう。

※人の助けがなければ避難することのできない方がいる家庭は、その避難方法も話し合いましょう。

非常時持ち出し品

■ 避難するときの持ち物を準備しておきましょう。

□懐中電灯　□携帯ラジオ、予備乾電池　□飲料水　□非常食　□タオル
□現金、印鑑、預金通帳　□くすり、救急セット　□衣類、下着類　□ローソク、マッチ、ライター　□身分証明書、保険証コピー

必要に応じて準備しましょう。

- □ちり紙、マスク、カイロ
- □使い捨て食器、ラップ類
- □せっけん
- □粉ミルク、哺乳瓶、紙おむつ
- □ドライシャンプー
- □看護用品
- □ヘルメット
- □軍手
- □靴、メガネ
- □ロープ
- □家族の写真
- □ホイッスル

※靴やスリッパ等を、枕元に準備しておくと、避難の際に安全です。

最低でも3日分、できれば1週間分を目安に備蓄を行いましょう

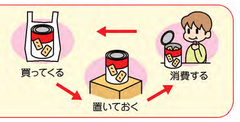
非常に広い地域に甚大な被害が及ぶ大災害の場合、食料などの支援物資がすぐに届かないおそれがあります。そのため、ご家庭で非常食などを備えておく事も大切です。
特に洪水浸水想定区域の外の地域にお住まいの方は、被災後もご自宅で避難生活を送られる可能性が高いため、できれば、1週間分の備蓄を行いましょう。

家族構成に合わせた準備

非常持出品・備蓄品は、アレルギー対応の非常食やペットフードなど、家族構成に合わせて必要なものを考えてみましょう。

ローリングストック法

非常持出品・備蓄品として保存する非常食を、定期的に消費し、その分を改めて補充することで、「食べながら備蓄する」という方法です。



避難時の心得

■正確な情報を入手!

テレビ・ラジオ・インターネットなどで最新の気象情報や防災情報、避難情報を入手しましょう。

■自分の住所、氏名、連絡先などを記載した防災メモを持とう!

事前にメモを用意し、身につけて避難しましょう。

■外出中の家族には連絡メモを残そう!

外出中の家族に「どこどこへ避難する」といったような連絡メモを残しておくと良いでしょう。

■集団で助け合おう!

単独での行動は避け、できるだけ近所の人たちと集団で避難しましょう。緊急時は、家族、隣近所、地域みんなで助け合いましょう。

■緊急車両の通行を妨げないように

徒歩や車の乗り合わせで避難しましょう。

■避難所では係の人の指示に従いましょう!

避難所に着いたら、住所、氏名を報告し、係の人の指示に従いましょう。

洪水における避難のポイント

長靴は水が入って歩きにくく危険です。運動靴をはき、動きやすい格好で避難しましょう。

足元が見えないことが多いので、よく通っている道でも道路の真ん中を慎重に歩きましょう。

道路冠水時は、側溝、水路、マンホール、坂道、ため池などが危険です。

たれ下がった電線には触らないようにしましょう。

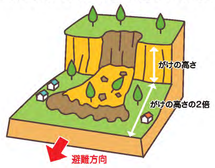
橋を渡らないようにしましょう。

田んぼの見回りは避けましょう。

土砂災害における避難のポイント

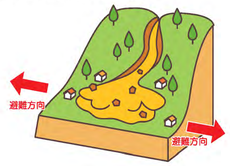
■がけ崩れのおそれがある場合

一般的に、がけ崩れの土砂は、地面が平らなところはがけの高さの2倍の距離までくるといわれています。避難する場合は、がけからできるだけ遠くに逃げてください。



■土石流のおそれがある場合

渓流沿いの低い土地から離れてください。土石流のスピードはとても速いので、土石流を見たら、流れに直角の方向に逃げましょう。



宮崎県
高鍋町

保存版
平成27年2月作成
平成30年3月修正
令和2年7月修正
令和4年12月修正
令和6年12月修正

※洪水注意

洪水・土砂災害ハザードマップ

TAKANABE Town Flood/Sediment Disaster hazard map

このハザードマップは、高鍋町で河川の氾濫や土砂災害が発生した場合に、町民の皆さんが適切な避難行動をとれるよう、危険区域や避難場所など、避難時に役立つ情報をまとめたものです。
このハザードマップを活用して、ご家族や地域の方と話し合っていただき、日頃の備えや災害時の避難行動に役立ててください。

家族などの連絡先

名　前	緊急連絡先（会社・学校）	住　　所	生年月日	血液型

避難場所	離れ離れになったときの家族などの集合場所

高鍋町役場　危機管理課
〒884-8655 宮崎県児湯郡高鍋町大字上江8437番地
電話：0983-26-2022
E-mail：kikikanri@town.takanabe.lg.jp

VACAN Maps　高鍋町ホームページ

洪水

台風や集中豪雨時には、河川の氾濫などにより、大きな被害が発生するおそれがあります。
テレビ・ラジオ・インターネットなどの気象情報に十分注意し、万全の対策をとるようにしましょう。

雨の降り方と強さ

1時間雨量	10～20mm	20～30mm	30～50mm	50～80mm	80mm以上	120mm
予報用語	やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨	記録的短時間大雨情報
人の受けるイメージ	ザーザーと降る	どしゃ降り	バケツをひっくり返したように降る	滝のように降る	息苦しくなるような圧迫感がある	数年に一度程度しか発生しないような短時間の大雨（気象台が発表）

※今いる場所で雨が降っていなくても、周辺や山間部で大雨が降っていたり、雷鳴が聞こえたりした場合は、急な河川の増水や局地的な大雨が降るおそれがあるため、気象情報をよく確認してください。

小丸川の基準水位と指定河川洪水予報

		小丸大橋の基準水位	指定河川洪水予報
▼ 堤防を越える			氾濫発生情報【警戒レベル5相当】
▼ 氾濫危険水位	河川が氾濫する恐れがある水位	5.50m	氾濫危険情報【警戒レベル4相当】
▼ 避難判断水位	避難情報発表の目安となる水位	5.00m	氾濫警戒情報【警戒レベル3相当】
▼ 氾濫注意水位	河川の氾濫の発生を注意する水位	3.50m	氾濫注意情報【警戒レベル2相当】
▼ 水防団待機水位	水防団が待機する目安となる水位	3.00m	

堤防

危機管理型水位計

洪水時のみの水位観測に特化した小型で低コストの水位計で、川の水位が上昇した時に自動的に作動して水位を観測します。（平常時は1日1回のみ）

※河川水位と危機管理型水位計は、右側のQRコードから確認できます。

川の防災情報
川の水位情報

洪水キキクル

大雨による中小河川（水位周知河川及びその他河川）の洪水災害発生の危険度の高まりを5段階に色分けして地図上に示したものです。
危険度の判定には3時間先までの流域雨量指数の予測値を用いており、中小河川の特徴である急激な増水による危険度の高まりを事前に確認することができます。

QRコードからも確認できます

洪水災害の危険度

高	災害切迫【警戒レベル5相当】
	危険【警戒レベル4相当】
	警戒【警戒レベル3相当】
	注意【警戒レベル2相当】
低	今後の情報等に留意

指定河川洪水予報
（指定河川の洪水の危険度分布）（水位リスクライン）
※三角表示：水位・流量等をそれぞれ示す
災害は表示既発・未発

洪水キキクル（洪水警報の危険度分布）

土砂災害

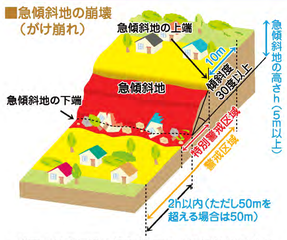
土砂災害は予測が難しく、発生すると一瞬にして多くの人命や財産を奪うとても危険な災害です。
特に雨が1時間に20mm以上、降り始めからの合計雨量が100mm以上になると十分な注意が必要です。

土砂災害防止法について

土砂災害警戒区域（通称:イエローゾーン）
住民等の生命または身体に危害が生じるおそれがある区域

土砂災害特別警戒区域（通称:レッドゾーン）
建築物に損壊が生じ、住民等の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

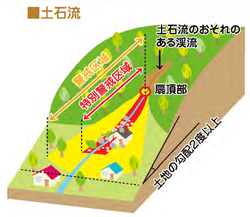
■急傾斜地の崩壊（がけ崩れ）



斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震等でゆるみ、突然崩れ落ちる現象です。

前兆現象
- ■がけに割れ目が見える
- ■がけから水が噴出する
- ■がけから小石がパラパラ落ちてくる

■土石流



山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨等によって、一気に下流へと押し流される現象です。

前兆現象
- ■山鳴りがする
- ■川の流れが濁り、流木が混ざりはじめる
- ■雨が降り続いているのに川の水位が下がる

宮崎県砂防課のホームページで土砂災害警戒区域等マップを公開しています
http://www.sabomap.jp/miyazaki/

土砂災害警戒情報【警戒レベル4相当】

大雨警報（土砂災害）発表後も雨が降り続き、土砂災害発生の危険性が高まったときに、宮崎県と宮崎地方気象台が共同で発表します。警戒対象地域は市町村単位で発表されるので、自主避難の判断に活用できます。
土砂災害警戒情報が発表されたときは、「いつ土砂災害が発生してもおかしくない」という非常に危険な状態です。

土砂キキクル

大雨による土砂災害発生の危険度の高まりを、地図上で1km四方（メッシュ）の領域ごとに5段階に色分けして示した情報です。
避難に係る時間を考慮して、土壌雨量指数等の2時間先までの予測値（10分ごとに更新）を用いており、大雨警報（土砂災害）などが発表されたときに、どこで危険度が高まっているかを把握することができます。

QRコードからも確認できます

土砂災害の危険度

高	災害切迫【警戒レベル5相当】
	危険【警戒レベル4相当】
	警戒【警戒レベル3相当】
	注意【警戒レベル2相当】
低	今後の情報等に留意

警戒レベルと防災気象情報

洪水・土砂災害について、町が出す避難情報と、国や県が出す防災気象情報を5段階に整理しました。

危険な場所から 警戒レベル4で全員避難!!

警戒レベル	発令される状況ととるべき行動	避難情報等（町）	防災気象情報（国・県）
警戒レベル5	□発令される状況：災害発生又は切迫（必ず発令される情報ではない） □居住者がとるべき行動：命の危険　直ちに安全確保!	緊急安全確保	警戒レベル5相当情報 ・大雨特別警報 ・氾濫発生情報 ・キキクル（危険度分布）「災害切迫」（黒）　など
警戒レベル4 危険な場所から全員避難	□発令される状況：災害のおそれ高い □居住者がとるべき行動：危険な場所から全員避難	避難指示	警戒レベル4相当情報 ・土砂災害警戒情報 ・氾濫危険情報 ・キキクル（危険度分布）「危険」（紫）　など
警戒レベル3 高齢者等は避難	□発令される状況：災害のおそれあり □居住者がとるべき行動：危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難	警戒レベル3相当情報 ・洪水警報 ・大雨警報（土砂災害） ・氾濫警戒情報 ・キキクル（危険度分布）「警戒」（赤）　など
警戒レベル2	□発令される状況：気象状況悪化 □居住者がとるべき行動：自らの避難行動を確認		・大雨注意報 ・洪水注意報　など
警戒レベル1	□発令される状況：今後気象状況悪化のおそれ □居住者がとるべき行動：災害への心構えを高める		早期注意情報（警報級の可能性）など

※各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。
警戒レベル3 や 警戒レベル4 の段階で、地域のみなさんで声をかけあって、確実に安全な場所に避難しましょう。

避難行動判定フロー

「自らの命は自らが守る」という意識を持ち、自宅周辺の災害の危険性やとるべき行動を平常時に確認しておきましょう。

□ハザードマップで自宅の位置を確認し、印をつけましょう。

□自宅がある場所に色が塗られていますか?（洪水浸水想定区域、土砂災害警戒区域など）

- いいえ → 色が塗られていなくても、災害の危険性について調査・解析されていない地域の場合もあります。低い土地や川沿い、がけのそばなどにお住いの方は、町からの避難情報や防災気象情報に注意し、必要に応じて避難してください。
- 例外 → 原則として自宅の外に避難してください。

※洪水浸水想定区域内にお住いの方で、次の3つが確認できれば自宅にとどまり安全を確保することも可能です。
①家屋倒壊等氾濫想定区域の外側である。
②浸水深よりも高いところにいる。
③浸水しても水が引くまで我慢できるか、水や食料などの備えが十分にある。

□ご自身または一緒に避難に時間を要する人（高齢者、障がいのある人、乳幼児など）がいますか?

- はい → □安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか?
  - はい → 警戒レベル3が出たら、安全な親戚宅や知人宅に避難しましょう。※日頃から相談しておきましょう。
  - いいえ → 警戒レベル3が出たら、町が開設した避難所に避難しましょう。※町からの情報に注意しましょう。
- いいえ → □安全な場所に住んでいて身を寄せられる親戚や知人はいますか?
  - はい → 警戒レベル4が出たら、安全な親戚宅や知人宅に避難しましょう。※日頃から相談しておきましょう。
  - いいえ → 警戒レベル4が出たら、町が開設した避難所に避難しましょう。※町からの情報に注意しましょう。

防災・気象情報の入手先

インターネット

高鍋町ホームページ	https://www.town.takanabe.lg.jp/
気象庁　気象警報・注意報	https://www.jma.go.jp/bosai/warning/
宮崎河川国道事務所ホームページ	https://www.qsr.mlit.go.jp/miyazaki/
宮崎県の雨量・河川水位観測情報	http://kasen.pref.miyazaki.jp/
宮崎県土砂災害危険度情報	https://dosya.pref.miyazaki.lg.jp/

メール

■高鍋町メール

個人の携帯電話に、防災・気象情報、防犯情報などを配信します。登録は無料です。（通信料は利用者負担です）

スマートフォン用URL：https://plus.sugumail.com/usr/takanabe/home
ガラケー用URL：https://plus.sugumail.com/m/takanabe/home

スマートフォン用QRコード

■緊急速報メール

対象エリア内にいる携帯電話の利用者全員に自動的に情報が配信されます。
緊急速報メール対応機種であれば、登録不要で受信することができます。

防災行政無線電話応答サービス

高鍋町の防災行政無線で放送された内容を、電話で確認できるサービスです。 0983-26-2025

- ○放送終了直後から利用できます。
- ○放送された内容は、24時間経過すると再生できません。
- ○24時間放送がなかった場合、「放送はありません」というメッセージが流れます。
- ○電話通信料は自己負担となります。○音楽放送は聞くことができません。

テレビ・ラジオ

NHK、民放のテレビ・ラジオ各局で、ニュース速報や防災情報を確認できます。
地上デジタル放送対応のテレビでは、リモコンの「dボタン」を押すと天気予報や災害に関する情報を確認できます。