

令和7年度「防災の集い」の日程と内容について

水木学区コミュニティ推進会
自主防災部

1. 日 時 令和7年10月5日（日）

午前の部 10時～11時頃

午後の部 13時～14時頃

2. 場 所 水木交流センター 大会議室、会議室4・5号室

3. 日 程

(1) 挨拶 対馬会長

(2) 水木学区の防災の取り組みについて 内山副会長

(3) 「防災講話」 講師：日立市役所防災対策課

- ・日立市総合防災情報システムの紹介
- ・ハザードマップの見方、活用方法
- ・避難の考え方について（マイタイムラインほか）

＊）当講話は、日立市の「市政出前講座」をお願いして実施します。

講話後に皆さまの質問をお受けいたしますが、市政への要望や苦情・陳情をお引き受けする場ではございませんので、あらかじめご承知をお願いします。

(4) マイタイムライン実習 綾 自主防災部副部長

(5) 水木学区の自主防災組織について 大木副会長

(6) 防災用品等の展示品見学（会議室4・5号）

- ① ダンボールベット ② パーティション ③ ポータブル電源
- ④ 簡易トイレ ⑤ 防災避難リュック ⑥ 防災グッズ品多数

(7) 防災ビデオ視聴（二階ロビー）

概要：東日本大震災に関する映像（15分映像を繰り返します）

(8) 「防災の集い」アンケートの記入・提出（会議室4・5号）

皆さまのご意見を今後の防災活動の参考にしますので、提出をよろしく願いいたします。

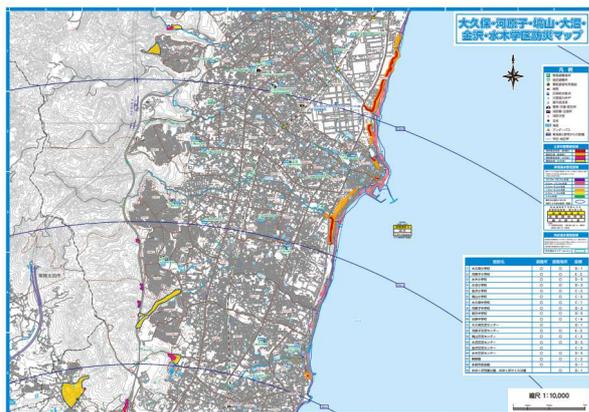
本日はご参加いただきありがとうございました。

以 上

『地区別防災マップ』を活用した防災対策の確認について

日立市では、洪水・内水・土砂災害・津波の災害リスク（ハザードエリア）が一目で分かる、市内を8つの地区に分類した『地区別防災マップ』を、令和5年3月20日号の市報と同時に配布しました。表面には各種ハザードエリアが記された地図、裏面には防災に関する情報が記載されています。

マップを見て、お住い地域の危険個所を確認するとともに、ご家族で防災について話し合ってみましょう！



水木学区コミュニティ推進会では、「自分の命は自分で守る」という意識を持ち、「自助」に取り組むために、災害時に命を守る一人ひとりの防災対策を下記のように実施します。皆さまのご参加をよろしくお願いいたします。

●【防災の集い】10月5日(日)

【対象】水木学区の全住民

- *) 日立市ハザードマップを確認いただき、自宅がハザード内にある方はぜひご参加ください。日立市ハザードマップは市のHPまたはQRコードからご確認ください。

【会場】水木交流センター

【時間】10:00～11:00 水木南支部・水木北支部・西1支部・西2支部
13:00～14:00 東大沼支部・森山支部・新森山支部

【内容】防災情報などに関する説明、ビデオ視聴、防災用品の展示、マイタイムライン作成、など

- *) 混雑回避のため、支部ごとに時間分けしていますが、ご都合のつかない場合は他の時間帯でも出席していただけます。自治会・町内会に加入されていない方はどの時間帯でも参加いただけます。



●【自宅内訓練】10月19日(日)8:05～ 防災無線で開始連絡

- ① 在宅避難時のご自身・家族の安全確保(マイタイムラインに沿って)
 - ② 飲食品などの備蓄品の確認
 - ③ 自宅内危険個所の確認
 - ④ QRコードから実施報告(アンケート)に入力
- *) ①から④は各ご家庭で実施してください。詳細は次月号の水木学区広報誌でお知らせいたします。



10月19日(日)の「自宅内訓練」の手順について

9月20日号広報紙でお知らせした「自宅内訓練」の実施手順について連絡します。
当日は8:05に防災無線で「自宅内訓練」開始の内容を通知します。
放送後、下記手順に沿って自宅内の防災対策状況の確認をお願いします。
下記の1～4の確認が済みましたら、スマホで実施報告を行い、訓練は終了となります。

1. ハザードマップでご自宅の災害リスクを確認

日立市のWEB版ハザードマップにてご自宅の災害リスクをご確認をお願いします。
WEB版ハザードマップのURLとQRコードは次の通りです。

<https://www.city.hitachi.lg.jp/area/hazardmap/index.html>



なお、ご自宅内で家具の転倒等の危険がないかご確認をお願いします。
家具の転倒防止の対策例については右図をご参照ください。

2. 家族間の安否確認方法を確認（マイタイムライン確認）

災害発生時に家族が離れた場所にいることを想定し、互いの安否を確認する手段を確認しておくことも大切です。

災害時には電話等の通常の連絡手段が使えない可能性があります。このため、事前に複数の連絡手段を決めておく必要があります。例えば、「災害用伝言ダイヤル（171）」、「災害用伝言板（web171）」またはLINE等のSNSなどが利用できます。

3. 避難時持ち出し品を確認

避難時には非常持ち出し品を詰めた非常持出袋（リュックなど）を準備してください。
持ち出し品の一般的な例を右の「非常持ち出し品チェックリスト例」に示します。
避難時に家族が必要なものを考えて用意しておくことが重要です。

4. 備蓄品を確認

大災害時には、ご自宅に直接的な被害がなくても、断水、停電及び物資不足が生じることが考えられます。このため、自宅内避難の場合でも水、食料、照明や電源等の確保が必要です。少なくとも3日間、できれば1週間、自宅で家族が生活するのに必要なものを備蓄するようにしてください。右の「備蓄品例（我が家のローリングストック）」参照。

5. QRコードから確認結果を報告

以上の確認が済みましたら、確認結果を右のQRコードから報告(アンケート)をお願いします。

抽選で20世帯に景品(QUOカード500円分)を進呈しますので、希望の方は住所・氏名も入力をお願いします。当選者は水木学区のホームページのお知らせ欄に町名、イニシャルを発表し景品を発送します。



実施報告(アンケート)

● 問合せ：自主防災部 堀江 道雄 52-3225(交流センター)

マイタイムライン【共通版】

氏名：

住所：

ハザードマップで
確認した我が家の
災害リスク！

災害の
危険なし

内水浸水の
危険あり

河川氾濫による
浸水危険あり

土砂災害の
危険あり

津波浸水の
危険あり

風水害時

避難先（避難所、親戚宅、友人宅）

避難先までの移動手段

移動時間

1.
2.
3.

1.
2.
3.

1. 分
2. 分
3. 分

地震時

注意
すべきこと

気象・避難情報
の発令

逃げ遅れないためにやるべきこと

台風が接近
大雨のおそれ

天気予報や台
風進路予測な
ど気象庁が発
表する情報、
河川の水位
に注意！！

【警戒レベル1】

[浸水害・土砂災害]
気象：早期注意情報

◆テレビやラジオで気象情報（台風情報）を確認する
◆避難先、移動手段、移動時間を再確認する

◆避難するときに持っていくものを確認する

飲料水 食料品 着替え タオル 携帯ラジオ
 懐中電灯 電池 携帯充電器 マスク
 ウェットティッシュ 現金 通帳 保険証
 常備薬 お薬手帳 その他()

◆避難しやすい服装に着替える

※河川や水田、崖に近づくのはやめましょう

【警戒レベル2】

[浸水害]
気象：大雨・洪水注意報
河川：氾濫注意水位到達
氾濫注意情報
[土砂災害]
気象：大雨注意報

【警戒レベル3】
高齢者等避難が
発令

[浸水害]
気象：大雨・洪水警報
河川：避難判断水位到達
氾濫警戒情報
[土砂災害]
気象：大雨警報（土砂災害）

◆我が家が避難するタイミングは警戒レベル3
◆高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める

・どこに避難するか、家族や親戚に伝える。
・（連絡する家族や親戚の電話番号）
(:)
(:)

高齢者等 避難完了のタイミング

市町村が
発令する
避難情報
に注意！！

気象庁や都道
府県が発表
する情報や、
河川の水位
に注意！！

【警戒レベル4】
避難指示が発令

[浸水害]
気象：記録的短時間大雨情報
河川：氾濫危険水位到達
氾濫危険情報
[土砂災害]
気象：土砂災害警戒情報
記録的短時間大雨情報

◆危険な場所から全員避難する

・近所の人に声をかけて一緒に避難する。
・（声をかける相手：)
・（声をかける相手：)

警戒レベル4までに「全員」が避難完了！

全員が避難完了のタイミング

記入例 QR コード



【警戒レベル5】

[浸水害]
気象：大雨特別警報
河川：氾濫発生！
氾濫発生情報
[土砂災害]
気象：大雨特別警報（土砂災害）

警戒レベル5になってからでは
『逃げ遅れ』になるリスク大！

【使い方】

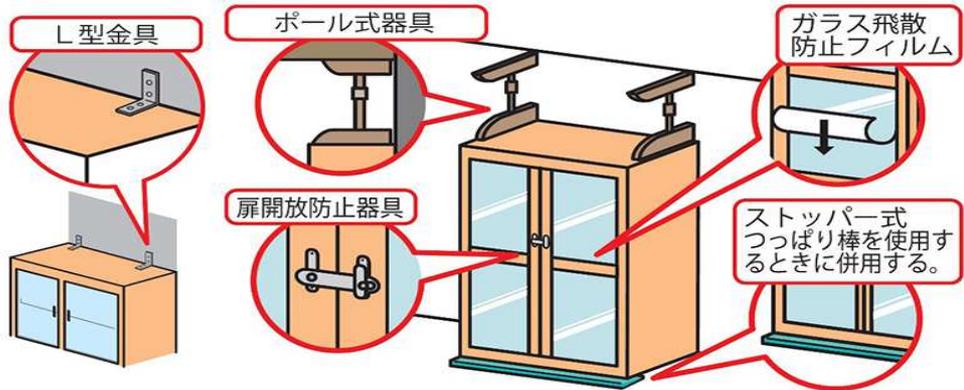
- ・家の中の目立つ場所に貼っておき、災害時に内容を確認しながら避難を行いましょう。
- ・内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家のタイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行いましょう。

災害への備え

事前の備えをすることで、災害から確実に自身の身を守り減災できます。
防災訓練を通して災害への備えを確認しましょう！

地震への備え

何の予兆もなく突然に発生し、私たちの日常を奪うこともあります。事前の備えで被害を最小限に抑えましょう!!



転倒防止の対策例

非常持出

避難する際に緊急的に持ち出す水や食料、生活用品などをあらかじめ詰めた非常持出袋の用意も重要ですよ!!



非常持出品チェックリスト例

- | 【飲料・食料】 | 【生活用品】 | 【感染症対策】 |
|--|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> 非常食(缶詰, アルファ米, レトルト食品など) | <input type="checkbox"/> うちわ, 冷却シート(熱中症対策) | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| 【貴重品】 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール |
| <input type="checkbox"/> 免許証、通帳などのコピー | <input type="checkbox"/> 上履き(スリッパ) | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> お薬手帳 | <input type="checkbox"/> エア枕 | 【その他】 |
| <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> 軍手 | (必要なものを記入しておきましょう) |
| 【衛生用品】 | <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 救急用品(絆創膏, 包帯, 三角巾, ガーゼなど) | <input type="checkbox"/> プラスチックフォーク | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 | <input type="checkbox"/> ヘルメット, 防災ずきん | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 歯ブラシ, 歯磨き粉 | <input type="checkbox"/> 紙皿・コップ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 下着・雨具 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> ラップ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ(防寒対策) | |
| | <input type="checkbox"/> 筆記用具 | |

自宅備蓄品

自宅の備蓄は最低3日分を、可能であれば1週間分。水は1人1日3リットルを用意しましょう!!



備蓄品例 (我が家のローリングストック)

(例) (大人2名+子供2名:3日分)

- | | |
|--------------|--|
| 水 | 1ℓペットボトル 36本
(12本入り3箱) |
| 主食 | 無洗米 1kg・パックご飯(4個)
カップめん種類(4個)・パスタ 600g
そば等の乾麺 600g |
| 主菜 | レトルトカレー等(4食)・缶詰(4個)
パスタソース(4食)・レトルト惣菜(4食) |
| 副菜・汁物 | 即席みそ汁・スープ(20食)
海苔・かつお節・乾燥わかめ等
パウチ野菜・日持ちする野菜(玉ねぎ他) |
| その他 | シリアル(200g)・常温保存牛乳(4個)
ロングライフパン(4個)
冷凍食品(4個) |

必要な
生活用品

- ①単3、4アルカリ電池各 20本
- ②カセットコンロ+ボンベ 6本
- ③ウェットタオルパック(20枚)
- ④使い捨てカイロ(2~4枚/人)

水木学区防災の集いアンケート

質問ごとに該当する選択肢をお選びいただくか、ご意見をご記入ください。

《基本情報》

1. 居住地域 1

- 水木町 森山町 東大沼町
大沼町 みかの原町

2. 居住地 2

- 1丁目 2丁目 3丁目
4丁目 5丁目

3. 性別

- 男性 女性
答えたくない

4. 年代

- 10代 20代 30代 40代
50代 60代 70代 80代

5. 世帯人数

- 1人 2人 3人
4人 5人以上

《防災情報と対策状況》

6. ハザードマップ確認による災害リスク

- 危険なし
内水氾濫
河川氾濫による浸水リスク
土砂災害
津波浸水

7. 今までに災害によって被害を受けたり、身に危険を感じたことがありますか？

- 地震
津波
台風(暴風雨)
河川の氾濫
土砂崩れ・崖崩れ
その他
被害や危険を感じた事はない

8. 家族や身近な人と、災害発生時の安否確認方法について話し合い、取り決めていますか？

- はい
いいえ→質問 10 へ

9. どのような方法ですか？

- 117 災害用伝言ダイヤルで無事を知らせる
近くの親戚や知人を中継役と決め、そこに連絡する
離れて暮らす親や子供の安否確認のため、隣近所や町内会等の連絡先を把握している
保育園、幼稚園、小学校等に通う子供の引き取りに関する取り決めを確認している
その他 記入： _____

10. 在宅避難が必要な事態に備えてどのような対策をとっていますか？

- 定期的(防災訓練時などを利用)に備蓄品の確認を行っている
食品・飲料品についてはローリングストックに心掛け実践している
特に何もしていない
その他 記入： _____

11. 自宅以外の場所に避難が必要な事態に備えてどのような対策をとっていますか？

- 避難場所の位置を確認している
実際に避難場所まで行き、避難経路も把握している
特になにもしていない
その他 記入： _____

12. 東日本大震災のような大地震に備えてどのような対策をとっていますか？

- 家具や冷蔵庫などを固定し、転倒を防止している
食器棚や本棚は揺れによって中のものが飛び出さないように工夫している
万一倒れてきても安全なように、家具などの向きを変えている
ガラス類にフィルムを貼ったりしている
貴重品など非常持出品を準備している
防災訓練に積極的に参加している
特に何もしていない

≪防災訓練と地域活動≫

13. 今まで水木学区コミュニティ推進会主催の自主防災訓練に参加したり見学したことがありますか？

- 参加したことがある→質問 15 へ
- 参加したことはないが、見学したことはある→質問 15 へ
- 知っていたが、参加したり見学したことはない
- 行われていることを知らなかった

14. 自主防災訓練に参加したり見学しない理由をお聞かせください

- 内容が形式的であったり、イベント化していたから
- 具体的な日時・場所・申し込み方法がわからなかったから
- 会場に行くのが大変だったから
- 関心・興味がなかったから
- 時間的に拘束されると思ったから
- 忙しいなど時間的余裕がなかったから
- 特に理由はない

15. 自主防災訓練や研修会を通してどのような内容を学びたいですか？

- 初期消火や応急救護などの体験型訓練や研修
- 自宅の耐震診断や耐震補強について
- 被災地経験に基づいた日常のお役立ち情報について
- 最新の防災用品や非常持ち出し品について
- その他 記入： _____

16. 防災に関して「自助(自分の身は自分で守ること)」、「共助(地域や身近にいる人同士が助け合うこと)」、「公助(国や地方自治体が行う救助・援助・支援)」という言葉ご存じですか？

- 聞いたことがあり、言葉の意味も理解している
- 聞いたことはあるが、言葉の意味は分からない
- 聞いたことがない

17. 災害発生時にとるべき対応として、あなたのお気持ちにもっとも近いものを1つお答えください

- 公助に重点を置いた対応をすべきである
- 共助に重点を置いた対応をすべきである
- 自助に重点を置いた対応をすべきである
- 公助、共助、自助のバランスが取れた対応をすべきである
- わからない

18. 地域で大規模な災害が発生し、住民同士の助け合いが必要になった場合、あなたは何ができると思いますか？

- 救助活動
- 消火活動
- 安否確認作業
- 負傷者のケア
- 身体の不自由な方や高齢者のケア
- 食料・物資の提供
- 井戸水の提供
- 自宅スペースの提供
- 何もできないと思う
- その他 記入： _____

19. 災害時に地域の活動において役割を果たすと考えられる組織は何だと思いますか？

- 町内会や自治会など
- 学校のPTA組織など
- ボランティア組織など
- 企業などの自主組織
- わからない
- その他 記入： _____

20. 今後、防災に関して「自助」「共助」が促進されるために、国や自治体に期待することはありますか？率直なご意見を記入ください。

記入：