

# 地震が発生したら

## ◎身の安全を守る

丈夫な机やテーブルの下などにしっかり身を伏せましょう



## ◎出口を確保する

窓や玄関のドアを開け、避難できるようにしましょう



## ◎火の始末

揺れがおさまったら使っている火を消しましょう



## ◎声をかけあう

大声で隣近所に声をかけ、お年寄り等への配慮も忘れずに助け合いましょう



# 北仙台地域防災マップ

## 災害時給水施設



情報『仙台防災ナビ』より

2021年度 防災マップ作成委員会 編集発行  
水の森市民センター 主催事業  
共催：北仙台地区防災協議会



- 指定避難所
- 広域避難所
- 補助避難所
- 福祉避難所
- 災害時給水施設
- 公衆電話
- AED設置場所
- 防災施設
- 自宅 (印をつけてください)
- 一時避難場所 (印をつけてください)
- (X/E)

最新の情報は『せんだいくらしのマップ』をご覧ください  
<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal>



本地図は『せんだいくらしのマップ』を元に作成しました。

警戒  
レベル

# 気象情報・避難情報

1

## 早期注意情報

2

## 大雨注意報、洪水注意報等

### 情報収集(気象・災害)

- ・テレビ、ラジオ
- ・インターネット
- ・広報車
- ・市ホームページ

## 洪水・土砂災害発生のおそれ

3

## 「高齢者等避難」発令

高齢者など避難に時間を要する方、  
早期の立退き避難が必要な  
区域にいる方

高齢者など避難に時間を要する方、  
早期の立退き避難が必要な  
区域にいる方以外



### 避難準備

### 災害発生のおそれの高まり

### 「避難指示」発令

4

## 避難開始

自宅等周辺の災害リスクや、自身・家族の状況に応じて適切な避難行動を選択

自宅等にとどまり  
安全確保

安全な場所の  
親戚・知人宅に避難

指定避難所等に避難

[緊急措置] 屋外に出ることによって危険な場合は、  
自宅の2階や近隣の頑丈な高い建物等で安全確保

建物内での安全確保の目安

浸水 ⇒ 建物の2階以上へ  
土砂災害 ⇒ がけなどの反対側、2階以上へ

## 避難完了

5

市内で災害発生  
または切迫

## 「緊急安全確保」発令

# 避難の準備・確認

## ●ハザードマップ 警戒レベル1で確認

自宅周辺の災害リスクを確認

浸水深

土砂災害

ため池

自宅が「早期の立ち退き避難が必要な区域」のエリア内にある

はい  いいえ

## ●避難する場所 警戒レベル2で確認

事前に避難場所や避難方法を確認

避難場所①

避難場所②

避難方法

避難に要する時間

## ●避難開始のタイミング 警戒レベル2で確認

自宅が「早期の立ち退き避難が必要な区域」のエリア内にある場合

妊娠中の方や小さなお子様連れの方など、避難に時間を要する場合

警戒レベル3  
高齢者等避難

上記以外で、自宅が洪水浸水想定区域、又は土砂災害警戒区域等のエリア内にある場合

警戒レベル4  
避難指示

## ●避難情報の収集手段 警戒レベル2で確認

仙台市避難情報ウェブサイト

杜の都防災メール・Web

仙台市HP  
わが家の避難計画



せんだいTube



数十年に一度の大雨災害がおこりやすくなっています。

●自宅周辺や、避難所までの避難経路の災害リスクを、普段から確認しておきましょう！

●ハザードマップで分かること 想定される浸水深、土砂災害の危険度、避難施設など

●ハザードマップの入手方法

スマートフォン・パソコンなどからは、せんだいくらしのマップや宮城県の公式ページで調べることができます。

数量に限りがありますが冊子「仙台防災ハザードマップ」を市役所や区役所、市民センターで入手できます。

●マイ・タイムラインの作り方をYouTubeで解説しています。

仙台市防災・減災アドバイザーが仙台市公式動画チャンネル「せんだいTube」でマイ・タイムラインの作り方を分かりやすく解説しています。このほかにもさまざまな災害への備えを防災まさをね君と一緒に学びましょう！

## テレビ

スマートフォンなどがなくても情報入手できます



①テレビの電源を入れてリモコンのdボタン（データ放送）を押します。

②リモコンの矢印や色ボタンで必要な情報を選択します。

※メーカーによってリモコンのボタン位置や操作方法は違います。また、テレビ局によって情報表示内容は違います。日頃から操作に慣れておきましょう。



スマートフォン・パソコン など

## 災害発生をすみやかに知る

### 緊急速報メール【登録不要】

対象地域内で携帯電話・スマートフォン（対応機種）をお持ちの方に、緊急を要する情報などを一斉にお知らせします。

### 杜の都防災メール【登録が必要】

災害に関する情報を予め登録した方にメールでお知らせします。

[http://sendacity.bosai.info/sendacity/bosaimail/](http://sendaicity.bosai.info/sendacity/bosaimail/)

### 危機管理局Twitter【フォロー必要】

市内の災害状況、避難情報など防災関連の情報をお知らせします。  
@sendai\_kiki

### 固定電話のみの場合は

仙台市では携帯電話やスマートフォン、インターネット環境を持たない世帯へ、大雨、土砂災害、津波などの避難情報を自動音声で配信しています。ご希望の方は区役所窓口にある申込用紙に必要事項を書いて危機対策課に申し込んでください。

問い合わせ先：仙台市危機管理局危機対策課  
☎ 022-214-3049

## 災害や地域の状況をくわしく知る

### 仙台市避難情報ウェブサイト

簡単な操作で避難情報や最寄り避難所を確認できます。

<https://hinan.city.sendai.jp>

### せんだいくらしのマップ

身近な場所の土砂災害、内水氾濫などの危険度を知ることができます。

<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal>

## 非常持出品リスト

- 飲料水
- 携帯ラジオ
- 懐中電灯・予備電池
- 現金(小銭)
- 洗面用具
- 多目的ナイフ
- 筆記用具・メモ帳・笛
- 保険証
- 応急医療品
- 携行食(お菓子・バランス栄養食品など)
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- ビニール袋・ポリ袋
- 携帯電話・充電器・バッテリー
- 防寒具・雨具・携帯カイロ
- タオル・下着・靴下
- 常備薬・お薬手帳
- 入れ歯・コンタクトレンズ・眼鏡
- 衛生用品(マスク・体温計・手洗い用せっけん・消毒液など)

## 家族構成によって必要になるもの

- おむつ・おしりふき
- 乳児用ミルク・ほ乳瓶・離乳食
- 生理用品
- 母子健康手帳
- 障害者手帳・介護用品

感染予防のために、  
衛生用品も準備しよう