



保存版

津波ハザードマップ Tsunami hazard map

平成23年3月11日に東日本の沖合を震源とする東北地方太平洋沖地震による津波が発生し、東日本の太平洋沿岸を中心に甚大な被害をもたらしました。三沢市においては、2名の尊い命が失われました。また、全壊17棟を含む75棟の住宅が破壊されるとともに、漁業・農業関連を中心に大きな影響を受け、全被害額は約78億円に上りました。

三沢市では、令和3年5月に青森県が新たな津波浸水想定を公表したことに伴い「三沢市津波ハザードマップ」を改定しました。このマップは、皆さんに津波災害の危険性を知って、日頃から防災について考えていただくために作成しています。津波による浸水区域や避難所、津波に対する注意点などについて日頃から確認し、津波が発生したときにとるべき行動を普段からご家族や地域で話し合っておきましょう。

三沢市防災管理課
電話：0176-53-5111（代表）

令和4年3月作成

津波ハザードマップの使い方

step 1 まず、自宅の位置を確認しましょう。

自宅の位置と標高や海拔を確認し、津波が発生したときに、どのような行動をとるべきか普段から考えておきましょう。

step 2 次に、自宅や職場付近の避難場所を確認しましょう。

指定避難所及び指定緊急避難場所の位置を確認し、自宅からの距離や標高・海拔を確かめましょう。津波からの避難は、「早く、高く」が基本です。

step 3 低地や危険箇所を避けて、避難経路を設定しましょう。

危険な箇所は、避けましょう。

川を渡っての避難や土砂災害の危険箇所がある場所を避けて、避難経路を設定しましょう。

step 4 実際に避難経路を歩いてみて、危険な場所がないか確認しましょう。

家庭や地域で話し合いながら、実際に歩いてみましょう。避難経路に危険な箇所がある場合には、避難経路を見直しましょう。

裏面の地図には、津波が発生した場合の浸水の範囲とその水位が示してあります。あわせて、指定避難所（）と指定緊急避難場所（）を示していますので、自宅に近い避難先を確認しておきましょう。

避難先のマーク

指定避難所	指定緊急避難場所
避難者が災害の危険性がなくなるまで必要な期間滞在できる施設です。	津波が発生したときに、緊急的に避難できる場所です。

基準水位値と建物等の関係

- 鉄筋コンクリートビルの全壊が多くなります。
- 石造建築物の全壊が多くなります。
- 木造住宅の全壊が多くなります。
- 水流が強く歩行が不可能となります。

情報を集めましょう

緊急地震速報

緊急地震速報は、地震が発生してから、その揺れを検知し、解析して発表する情報です。一般に、緊急地震速報を発表してから強い揺れが到達するまでの時間は、数秒から長くても数十秒程度と極めて短く、場合によっては緊急地震速報が強い揺れの到達に間に合わないことがあります。

大津波警報・津波警報・津波注意報

気象庁は、地震が発生したときには地震規模や位置をすぐに推定し、これらをもとに沿岸で予想される津波の高さを求め、地震が発生してから約3分を目標に、大津波警報、津波警報または津波注意報を、津波予報区単位で発表します。

※大津波警報・津波警報・津波注意報により、避難の対象となる地域が異なります。

種類	発表される津波の高さ		取るべき行動	避難対象地域
	数値での発表(発表基準)	巨大地震の場合の発表		
大津波警報	10m超(10m<予想高さ)	巨大	直ちに浸水区域の外側まで避難してください。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。	太平洋沿岸の集落部 砂森、塩釜、織笠、新森、六川目、細谷、淋代、五川目、四川目、鹿中、三川目
津波警報	5m(5m<予想高さ≤10m)	高い	3m(3m<予想高さ≤5m)	
津波注意報	1m(0.2m≤予想高さ≤1m)	表記しない	海の中にいる人は直ちに海から上がり、海岸から離れてください。	三沢漁港及び防風林より海側

避難指示

津波が発生した場合、危険な地域から一刻も早い避難が必要のため、市では避難指示を発令します。避難指示が発令されたら、速やかに最寄りの避難場所、高台などに避難してください。

情報の伝達経路

津波、避難に関する情報は、下図のような経路で伝達されます。

避難しましょう

津波対策10か条

- 家族会議を開こう
避難する場所を事前に家族で話し合っておきましょう。
- 小さな揺れでも油断禁物！
小さな揺れでも津波の危険性があります。
- 引き潮がなくても注意！
津波の前に引き潮が必ずあるとは限りません。
- 満潮のときは要注意
水位が高くなっているため、被害が大きくなります。
- 津波のスピードは速い！
「注意報」や「警報」が出る前に来る津波もあります。直ちに避難しましょう。
- 高い所へ避難する
海岸から「より速く」ではなく、「より高い」場所へ避難しましょう。
- 注意報、警報が出たら家族や近所からせ、避難指示に従い、急いで指定緊急避難場所や指定避難所に避難しましょう。
- 正しい情報を聞く
ラジオ・防災行政無線などで、正しい情報を聞きましょう。
- 津波はくり返し来る！
津波はくり返し襲ってきます。津波警報・注意報が解除されるまでは避難しましょう。
- 津波はくり返し来る！
津波はくり返し襲ってきます。津波警報・注意報が解除されるまでは避難しましょう。

津波から身を守る最大のポイントは、早く逃げることです。地震発生後、津波による災害の発生が予想されたら、直ちに避難しましょう。

お年寄りなどの避難への協力

高齢者や病気の方には、背負ったり、ひじや肩につかまったりして誘導しましょう。

目の不自由な方には、誘導するときは、声をかけながら杖を持っていない腕のひじのあたりに軽く触れるか、腕を貫してゆっくり歩きましょう。

耳の不自由な方には、手話、筆談、身振りなどで現在の状況を知らせましょう。

体の不自由な方には、それぞれの人に適した誘導方法を確認しましょう。車椅子の場合、階段では必ず3人で協力し、上るときは前向きに、下るときは後ろ向きにしましょう。

どこに避難する？

津波のときあなたがとるべき行動は？

経験したことのない巨大な揺れ！あなたが住んでいるところは、津波浸水区域内ですか？

- はい → だちに指定緊急避難場所へ避難します。
- いいえ → 余震に備え、安全な場所で待機してください。

津波警報は、継続されていますか？

- はい → 自宅に津波の被害はありますか？
- 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？

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 → 親戚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 → 市が指定している指定避難所に避難しましょう。

家族防災会議を行い、みんなの行動について確認しておきましょう。また、親戚や知人と連絡を取り合っておきましょう。※体温計、マスクを避難時の持ち物に追加しましょう。

ペットの同行避難について

避難所にはたくさんの人が集まります。動物が好きで、嫌いな人、動物アレルギーを持つ人、動物に不用意に手を出しかねない幼い子供など、多様な人々が一緒に暮らす場所ですから、動物の飼い主は普段よりも周りに配慮することが求められます。避難所では、動物の世話やフードの確保、飼養場所の管理は飼い主の責任の下に行うことになります。衛生的な飼養管理を行うことはもちろん、周りの人に配慮したルール作り、飼い主同士が協力して助け合ひましょう。

同行避難は、犬・猫・小鳥などの小動物が対象です。

避難所での共同生活のために、普段から以下のことを心がけましょう

- 日ごろからしつけをしておきましょう。
- ケージやキャリーに慣らしておきましょう。
- 普段使用しているトイレをもっていないと、決められた場所でトイレができるようにしましょう。

海拔表示板と津波の高さ

海拔表示板について

この海拔表示板は、津波避難対策の一つとして、沿岸地域の海拔を知ることを目的に設置しました。また、地域の海拔を住民の方が把握できるよう、町内会自らが調査設置をしました。国道338号沿線と北部浜街道沿線の電柱を中心に、274カ所設置しています。

ここでは、看板に表示されている内容について説明しています。

電柱の根元の海拔(海水面から測った陸地の高さ、標高)を示しています。

看板管理番号です。

青森県東日本大震災復興基金事業 青森県に寄せられた東日本大震災の寄付金で実施された事業であることを示しています。

基準水位と遡上高(そじょうこう)

このハザードマップには、「基準水位」を示しています。基準水位は、津波が建物等に衝突した際のせり上りを考慮した地面からの高さの予測値ですが、場所によっては、予測値よりも高い津波が押し寄せることがあります。

また、海岸から内陸へ津波がかけ上がる高さを「遡上高」、建物に残る浸水痕跡を「痕跡高」と呼んでいます。遡上高は、痕跡高と同程度から高い場合には4倍程度まで異なることが知られています。

浸水深、基準水位、痕跡高、遡上高の関係

- 津波の高さ：検潮所における平常潮位からの高さ
- 浸水深：地面からの高さ
- 基準水位：津波が建物等に衝突した際のせり上りを考慮した地面からの高さ
- 痕跡高：陸上の建物に残る浸水痕跡の東京湾平均海面からの高さ
- 遡上高：陸上の斜面や崖などに残る浸水痕跡の東京湾平均海面からの高さ
- 代表地点の津波水位：各市町村の代表地区の海岸線から100m～500m程度沖合に設定した地点の津波水位。※海岸地形の影響を大きく受ける前の、また、引き波も含めた潮位の変動を確認するため、水深がある地点に設定したものの

情報メール in 三沢 ～住民が安心して暮らせる街づくりのために～

地震・津波・火災・気象・防犯情報など緊急情報がいち早く配信されます。

配信内容

- 緊急情報（災害時の避難指示や避難所開設情報、大規模な事件・事故の情報）
- 気象情報（気象特別警報・警報・注意報、地震、津波情報等）
- 火災情報（火災発生情報）
- 防犯情報（子どもの安全情報、犯罪防止に関する情報）
- 交通安全情報（交通障害、交通事故発生状況等の情報）
- 消費生活情報（悪質商法や詐欺等の情報）
- メールマガジン（安全・安心に関するイベント情報等）

check
携帯電話・スマートフォンでの登録は、三沢市内の各携帯電話販売店でも可能です。

登録方法

登録無料！登録をお願いします。

携帯電話、スマートフォンの場合

手順①
右のQRコードを読み取って、そのまま空メールを送信するか、anzenjoho@bousai-misawa.jp に、空メールを送信します。

手順②
登録用ホームページURLが書かれたメールが届くので、URLにアクセスして登録手続きを行います。

注意事項
・携帯電話で迷惑メール防止設定をしているときは、設定を解除するか、「bousai-misawa.jp」からのメール受信ができるように設定してください。
・登録は無料ですが通信料は、使用される方の負担となります。

パソコンの場合

以下のホームページにアクセスし、トップページの〔新規登録〕から登録します。

情報メールin三沢 <https://www.bousai-misawa.jp/misawaPub/>

お問い合わせ 三沢市 防災管理課 電話：0176-53-5111（内線252）

非常用機材備蓄品

非常時に必要な機材について備蓄し、あらかじめ準備をしておきましょう。また、定期的に機材備蓄品をチェックし、いざというときに使用できるようにしておきましょう。

チェック年月日	非常用機材備蓄品
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	
年月日	



緊急連絡先

名称	電話番号	名称	電話番号
三沢市役所	0176-53-5111	市立三沢病院	0176-53-2161
三沢消防署	0176-54-4111	●火事・救急	局番なし 119
中央分署	0176-53-3513	●警察	局番なし 110
北分署	0176-59-2202	●海上保安庁	局番なし 118
古岡出張所	0176-52-6388	●災害用伝言サービス	局番なし 171
三沢警察署	0176-53-3145		

防災情報の入手先

三沢市のホームページ

あおりり防災ポータル(青森県)

防災情報提供センター(国土交通省)

三沢市の防災情報(気象庁)