

我が家の防災メモ 避難場所や緊急連絡先を調べてメモしておきましょう

避難場所	
避難所	
緊急連絡先	

お名前	電話番号	生年月日	血液型	学校・勤務先/電話番号	持病・常備薬など

📞 困った時の対応・連絡先

北山崎・南山崎・佐礼谷・中山・由並・翠 小学校区の緊急連絡先

施設名	所在地	電話番号
伊予市役所 (代表)	伊予市米湊 820 番地	089-982-1111
中山地域事務所	伊予市中山町出淵 2 番耕地 138 番地 1	089-967-1111
双海地域事務所	伊予市双海町上灘甲 5821 番地 6	089-986-1111
中山出張所	伊予市中山町中山丑 508	089-967-1171
双海出張所	伊予市双海町上灘甲 5818-1	089-986-0074
中村駐在所	伊予市中村甲 6 番地 1	089-983-1091
大平駐在所	伊予市大平甲 1062 番地 3	089-983-3478
中山駐在所	伊予市中山町中山丑 510 番地 2	089-967-1100
双海駐在所	伊予市双海町上灘甲 5718 番地 1	089-986-0311

電気のトラブルは 📞 四国電力送配電株式会社 伊予事業所 愛媛県伊予市米湊 824-1 089-941-6142 0120-410-521



ため池ハザードマップ

IYO CITY RESERVOIR HAZARD MAP

北山崎・南山崎・
佐礼谷・中山・由並・
翠 小学校区



ため池 に関する情報を掲載しています

ため池ハザードマップについて

ため池ハザードマップは、満水のため池が決壊し、水が流出した場合に限定し、どの範囲まで影響が及ぶかを想定したものです。異常気象による周辺地域の河川や水路の氾濫等は考慮していないため、実際の浸水区域は、ため池の貯水量、ため池の被害の程度、周辺の土地の利用状況の変化、河川や水路の氾濫の状況により異なる可能性があります。

ため池決壊の起こり方とその被害

1 大地震や大雨による増水などで堤防に亀裂や漏水が発生する。

亀裂
漏水

2 破損した堤防が、貯水に耐え切れず「決壊」する。

もし、ため池が決壊したら…

- ・大量の水や土砂が濁流となって、瞬時に押し寄せます。
- ・建物や車は押し流されます。
- ・道路や住宅地、田畑は土砂に埋まります。

● 氾濫シミュレーションの条件

洪水吐まで溜まっていた貯留水の全てが流出する状況を想定しています。
 ※洪水吐とは、大雨時に貯留水が堤体を乗り越えないように、堤体の一部を切り下げて流下させる施設です。
 ※異常気象による周辺地域の河川や水路の氾濫などは考慮していないため、実際には違う流れになる場合があります。

● ため池決壊のパターン

単独決壊：1つのため池が単独で決壊。
 連鎖決壊：上流のため池が決壊して流出した水が、下流側のため池に流入し、連鎖的に決壊。
 同時決壊：ため池が決壊した場合に被害を受ける範囲がほぼ同じである、複数のため池が同時に決壊。

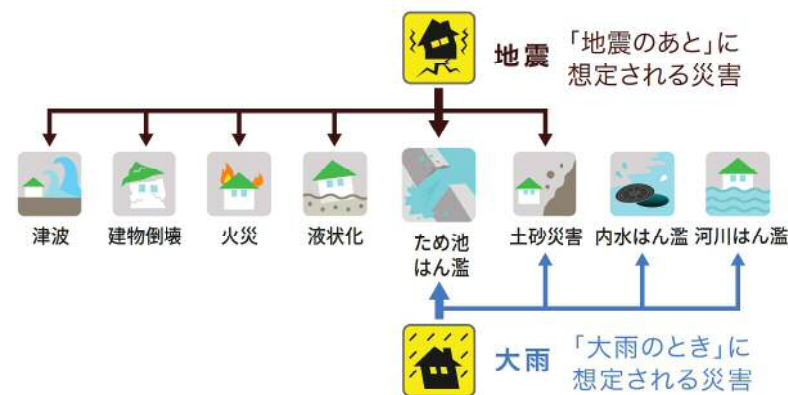
ため池決壊の原因（地震と大雨）

地震 伊予市では、南海トラフ巨大地震が発生した場合に、最大で震度7※の揺れが予測されています。また、地震列島である日本では、どこにおいても直下型地震が発生する可能性があります。
 ※ 地震津波被害想定第1次（愛媛県平成25年3月公表）

大雨 近年、短時間に激しく降る大雨（ゲリラ豪雨）が日本各地で増加しています。台風や梅雨時期に雨が降り続けると、ため池の水位が上昇し、ため池決壊のおそれがあります。

ため池決壊と同時に発生するおそれがある災害

ため池が決壊するおそれがある状況では、周辺で様々な災害が発生していることが考えられます。ため池決壊と同時に注意が必要です。



ハザードマップの使い方

防災対策の第一歩は自分たちの地域でどのような災害が想定されているか知ることから始まります。このハザードマップを活用して地域や家族で「避難方法」や「危険な場所」などについて話し合い、予測の困難な災害に備えましょう。

1. どこが危険な場所か知る

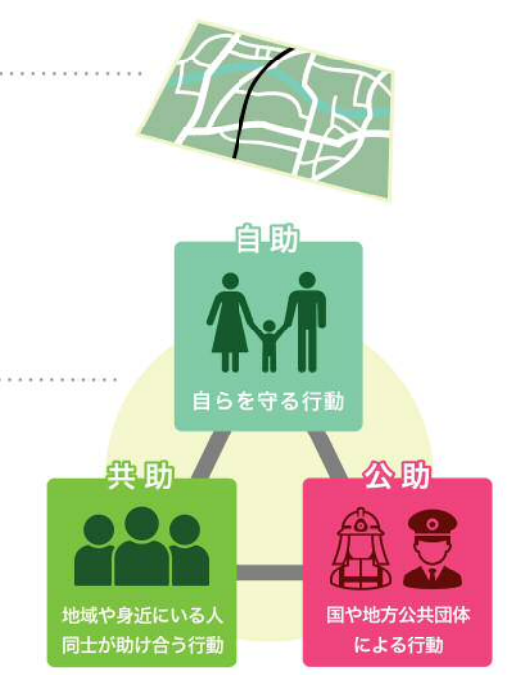
- ・自宅や職場の周辺は、どのくらいの浸水深が想定されていますか。
- ・土砂災害や洪水のおそれがありますか。

2. いつ避難するか知る

- ・大規模な地震が発生したときには、すみやかに避難しましょう。
- ・土砂災害や洪水時には、警戒レベルに応じて避難しましょう。
- ・災害時における防災情報は、さまざまな形で伝達されます。

3. どこに避難するか確認する

- ・ため池決壊による浸水の深さによって、避難行動は異なります。建物の1階以上が浸水する場合(浸水深50cm以上)は、被害が発生する前に、浸水しない安全な場所(避難所、高台の道路、空地など)に避難しましょう。ただし、自宅の周辺が既に浸水していたり、夜間で視界が悪く、屋外に出るとさらに危険な場合には、2階以上や近くの丈夫な建物などに緊急避難してください。



ハザードマップを活用するためには

実際に避難場所まで歩いてみる

避難場所に行く途中に、水路や急なガケなどの危険な箇所がないか確認しましょう。自宅から避難場所までの所要時間も計っておきましょう。

地域の防災訓練に参加する

大規模な災害が発生したときには、交通の遮断などで孤立することも考えられます。日頃から自主防災組織や地域の活動に参加し、災害に強いまちづくりに取り組みましょう。

ほかのハザードマップも確認する

「伊予市総合防災マップ」「伊予市河川防災マップ」「伊予市高潮防災マップ」も確認しましょう。

万が一の、ため池決壊に備え、避難経路や避難所、連絡方法を家族などで話し合う防災会議が自助に繋がります。

洪水
土砂災害
ハザードマップ
役立つ情報

洪水
土砂災害
ハザードマップ
役立つ情報

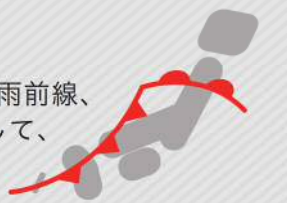
洪水について

洪水の大元は？

前線の停滞や台風の襲来によって数時間にわたり大量の雨が降る集中豪雨、一時的に激しい雨が降るゲリラ豪雨に注意が必要です。

1 前線の停滞

日本付近では、6月頃に梅雨前線、9月頃に秋雨前線が停滞して、雨が降り続きます。



2 台風の接近

台風は暴風と大雨に注意が必要です。台風の規模によっては、広範囲にわたって甚大な被害をもたらします。



3 ゲリラ豪雨

大気の状態が不安定な時、積乱雲が発達し、場合によっては線状降水帯が発生することにより局地的に強い雨が降ります。

ゲリラ豪雨の前兆

- 真っ黒い雲が近づいてくる。
- 雷の音が聞こえてくる。
- 急に冷たい風が吹いてくる。



洪水が起こる原因は？

1 堤防の決壊で起こる「外水氾濫」

河川の流れを抑制している堤防が増水により越水・浸透・洗掘・亀裂等により決壊し、市街地に水が流れ込むことをいいます。



2 排水機能が追いつかず起こる「内水氾濫」

集中的な豪雨等により側溝や用水路などの排水機能が雨水に耐え切れず浸水することをいいます。



大雨時の災害リスクを知る

大雨時に想定される流域での災害リスクを知っておくことは重要です。また、水位情報により河川の状態を知ることができます。



土砂災害について

伊予市では風水害や地震による土砂災害のおそれがあります。近年の土砂災害の状況を踏まえ、国では平成26年11月に「土砂災害防止法」を改正し、国民の生命および身体を守るため、土砂災害のおそれのある区域を明らかにした上で、警戒避難体制の整備などの対策を推進しています。

近年の気象状況を踏まえ、土砂災害についての理解を深め、発生に備えてスムーズな避難を行うことが防災・減災につながります。



山間部

山崩れに注意が必要です。山崩れは、集中豪雨だけでなく地震によっても発生します。



急傾斜地

がけ崩れに注意が必要です。がけ崩れは、豪雨や地震によって突然発生します。



下流部

山間部の集中豪雨に注意が必要です。豪雨によって山崩れが起きると、土石流の危険があります。

日本に土砂災害が多いのは？

日本列島の地形や地質・気象などの自然条件に大きな原因があります。

- 地形や地質：山地が多く平地が少ない・もろい地質・急流な川
- 気象などの自然条件：大雨/台風・集中豪雨・大雪・地震・火山の噴火など

主な前兆現象 | 土砂災害が起こる多くの場合、事前に危険と思われる変化が見られます。よく注意してください。

川がにごった

川がにごり、木の枝などが混ざりはじめた



水位が下がった

雨が降り続けているのに川の水位が下がった



亀裂が走った

山の木が傾いたり、斜面に亀裂が走った



石が落ちてきた

山の斜面から石が転がり落ちてきた



湧き水が止まった

今まで枯れたことのない湧き水が止まった



湧き水が増えた

湧き水の量が急に増えた



井戸水がにごった

普段澄んでいる沢や井戸の水がにごってきた



地鳴りがする

地鳴りの音が聞こえてきた



3つの土砂災害

発生のおそれや土砂の働き方から、大きく「がけ崩れ」「土石流」「地すべり」があります。

1. がけ崩れ (急斜面地の崩壊)

傾斜した土地が崩壊する自然現象。突然崩れ落ちるため、ひとたび人家を襲うと逃げ遅れる人も多く、死者の割合も高くなっています。



2. 土石流

山肌が崩落して生じる土石などが、渓流の土石などが一体となって流下する自然現象。その流れの速さは、時速20km～40kmで、一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。



3. 地すべり

地面は何層もの地層が積み重なってできていますが、大雨が降り続けると地下に水がしみこみ、水を通しにくい粘土層の上に地下水がたまり、この地下水の力に持ち上げられて、粘土層を境に上の地面がゆっくりとすべり落ちます。



ハザードマップを確認しよう！

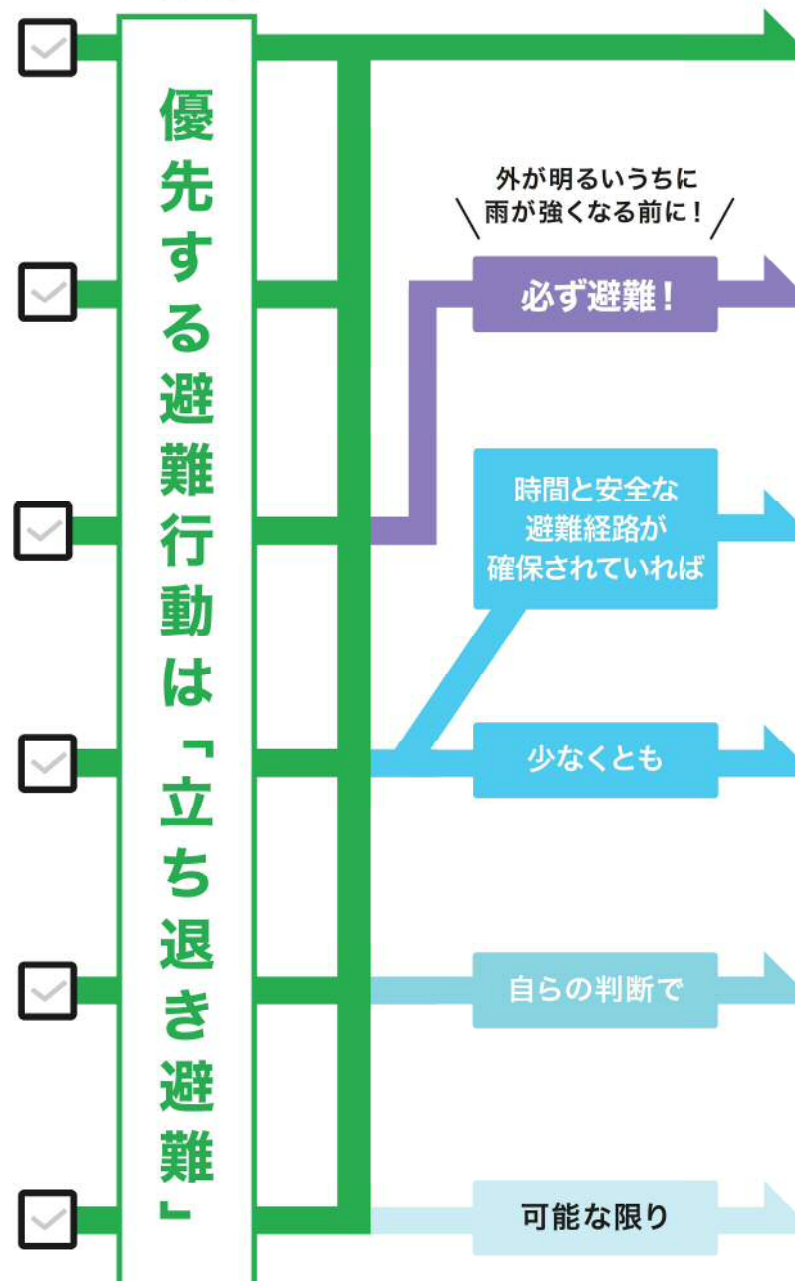
自分の住む地域の被害想定を知る

ハザードマップでは、地震や大雨により土砂災害や洪水が起きたときに想定される被害を確認することができます。自分や大切な人たちが普段いる場所の被害想定を確認し、状況に応じた避難をしましょう。



当てはまる にチェック

優先する避難行動は「立ち退き避難」



正しい避難行動を確認しよう！

「いつ」「どこに」「どうやって」避難する？

土砂災害警戒区域や浸水の深さに応じてどのような避難行動をとるか、事前に決めておくことが大切です。「いつ」「どこに」「どうやって」避難するのか、家族で話し合っておきましょう。立ち退き避難が望ましいが、切迫した場合など状況を踏まえて自らの判断で屋内安全確保による「命を守る行動」をしてください。

浸水しない安全な場所へ 指定緊急避難場所、指定避難所、高台の道路や空き地など

- 浸水が発生する前に安全な場所へ避難する
- 立ち退き避難



- ・被害のおそれのない親戚や知人の家に避難することも有効です。
- ・隣近所で声を掛け合って避難しましょう。

2階以上・危険のない高い建物へ

- 自宅や近くの丈夫な建物の2階以上にとどまる
- 垂直避難・屋内安全確保
その時点で居る建物内において、より安全な部屋等への移動



- ・懐中電灯、ラジオ、貴重品、水や食べ物などを2階に持って上がりましょう。
- ・土砂災害の危険もある場合は、斜面からなるべく離れた、2階以上の部屋に避難しましょう。

土砂災害や洪水時には、警戒レベルに応じて避難しよう！

警戒レベル	1 今後、気象悪化の恐れ	2 気象状況の悪化	3 警戒	4 危険	警戒レベル 4 までに必ず避難！	5 災害切迫
とるべき行動	災害への心構えを高める	自らの避難行動を確認	危険な場所から高齢者等は避難	危険な場所から全員避難		命の危険、直ちに安全確保！
行動を促す情報	早期注意情報	大雨・洪水注意報など	高齢者等避難	避難指示		緊急安全確保

ハザードマップ 指定緊急避難場所・指定避難所一覧

指定緊急避難場所・指定避難所 ～事前に避難先を決めておこう！～

指定緊急避難場所



指定緊急避難場所とは、命を守ることを最優先に、災害の危険から逃れることを目的とした場所、施設です。

指定避難所



指定避難所とは、自宅が被災して帰宅できない場合に、一定期間、避難生活を送ることを目的とした公共施設などです。

避難が必要になったときには、まず身近な「指定緊急避難場所」へ、その後は「指定避難所」へと状況に応じて速やかに行動できるように心掛けましょう！

北山崎・南山崎・佐礼谷・中山・由並・翠 小学校区 避難場所・避難所一覧

施設・場所名	指定緊急避難場所							指定避難所	所在地
	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	大規模な火事	内水氾濫		
佐礼谷小学校									愛媛県伊予市中山町佐礼谷甲 827-2
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
佐礼谷生活改善センター	○	○	○	-	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町佐礼谷甲 1122 番地 1
翠小学校									愛媛県伊予市双海町上灘甲 452-1
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
永木グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	愛媛県伊予市中山町中山午 987
永木構造改善センター	○	○	○	-	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町中山末 16 番地 1
永木体育館	○	-	○	-	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町中山午 987
中山コミュニティセンター	○	-	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町中山丑 314 番地 1
中山小学校									愛媛県伊予市中山町出淵 2-143
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
特別教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
中山中学校									愛媛県伊予市中山町出淵 2-165
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
長沢体育館	○	○	○	-	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町佐礼谷甲 125
野中グラウンド	○	○	○	○	○	○	○	-	愛媛県伊予市中山町出淵 3-26
野中構造改善センター	○	○	○	-	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町出淵3番耕地19番地3
野中体育館	○	○	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市中山町出淵 3-26
大平地区公民館	○	-	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市大平甲 1057-3
唐川コミュニティセンターグラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	愛媛県伊予市下唐川甲 335-1
唐川ふれあい館	○	-	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市下唐川甲 335-1
南山崎小学校									愛媛県伊予市大平甲 942
管理教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
緑風館	○	-	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市大平甲 1087

福祉避難所・広域福祉避難所

福祉避難所



既存の建物を活用し、一般の避難所では生活に支障をきたす要配慮者に対するケアが行われ、何らかの特別な配慮がされた避難所のことをいいます。

広域福祉避難所

市町村の枠を超えた広域の要配慮者が利用する福祉避難所のことをいいます。

● 福祉避難所・広域福祉避難所は、被災状況や受け入れ態勢などを確認した後、必要に応じて開設される二次的な避難所であり、原則、ご自宅等から直接福祉避難所に避難することはできません。

● 利用対象者 ● 食事、排泄、移動等の日常生活全般に介助が必要な在宅の方。

北山崎・南山崎・佐礼谷・中山・由並・翠 小学校区 避難場所・避難所一覧

施設・場所名	指定緊急避難場所							指定避難所	所在地
	洪水	土砂災害	高潮	地震	津波	大規模な火事	内水氾濫		
愛媛県農林水産研究所水産研究センター栽培資源研究所	○	○	-	○	-	-	○	○	愛媛県伊予市森甲 121-3
伊予市総合保健福祉センター	○	○	-	○	-	-	○	○	愛媛県伊予市尾崎 3-1
2階以上	○	○	○	○	○	-	○	○	
伊予市民球場	○	○	-	○	-	○	○	-	愛媛県伊予市森甲 91-1
伊予市民体育館	○	○	-	○	-	-	○	○	愛媛県伊予市森甲 91-1
2階以上	○	○	○	○	○	-	○	○	
中村地区公民館	○	○	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市中村 6
扶桑会館	○	○	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市森 852-2
北山崎小学校									愛媛県伊予市中村 41
管理教室棟	○	○	○	○	○	-	○	○	
教室棟	○	○	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	○	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
ふたみ潮風ふれあい公園潮風みどりの広場	○	○	○	○	○	○	○	-	愛媛県伊予市双海町高岸甲 923
ふたみ農林漁業者トレーニングセンター	○	○	○	○	○	-	○	○	愛媛県伊予市双海町上灘甲 5516
双海中学校									愛媛県伊予市双海町上灘甲 5286-1
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
特別教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
武道場	○	-	○	○	○	-	○	○	
技術室	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	
由並小学校									愛媛県伊予市双海町高岸甲 867
教室棟	○	-	○	○	○	-	○	○	
体育館	○	-	○	○	○	-	○	○	
グラウンド	○	-	○	○	○	○	○	-	

北山崎・南山崎・佐礼谷・中山・由並・翠 小学校区 福祉避難所・広域福祉避難所一覧

施設・場所名	所在地
双海夕なぎ荘	愛媛県伊予市双海町上灘甲 5269-1
なかやま幸梅園	愛媛県伊予市中山町中山寅 381
森の園	愛媛県伊予市森甲 440-1

役立つ情報

避難所での過ごし方・ルール

貴重品は常に携帯しましょう

過去の災害では、避難所での盗難が発生しています。貴重品は必ず持ち歩きましょう。



プライバシーを守りましょう

他人の荷物などを勝手に触ったり、のぞいたりしないようにしましょう。



暑さ / 寒さ対策をしましょう

停電などで空調が使用できない場合に備えて、うちわや扇子、薄い毛布(ブランケット)などを用意しておきましょう。



協力して避難所運営を行いましょう

- 避難所マニュアルに従った秩序ある避難所運営を行う。
- 住民どうしの役割分担、要配慮者への支援をする。
- 助け合いの心を持ち、協力し合う。



避難所内での感染症拡大を防ぐために...

- 三密防止対策が必要です。
- 人数制限の可能性があります。

必ずマスクを着用しましょう

避難所内での感染症拡大を防ぐために、必ずマスクを着用しましょう。体調がすぐれない方は受付時に係員へ申し出てください。



ソーシャルディスタンスを保ちましょう

避難所では、密を避け、他の人との間隔をあけるように心掛けましょう。



こまめに消毒をしましょう

ほとんどの場所が、たくさんの人の手が触れる共有スペースです。自分の生活スペースに戻る前に必ず消毒をしましょう。



避難所でのルールを守り、秩序を保って過ごしましょう! (下の図はイメージです。)



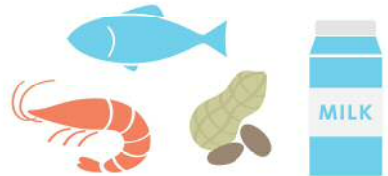
避難所ルール厳守

共同生活の場です。騒いだり、自分勝手な行動はやめ、ルールを守りましょう。



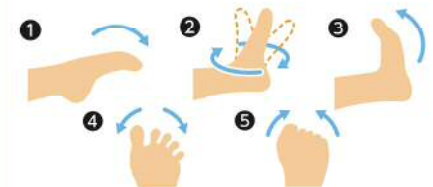
食物アレルギーに注意!

配給食料の中にはアレルギー対応していないものもあります。食品表示をよく確認するとともに、不安な時は避難所係員に聞いてください。



適度な運動を!

長時間同じ姿勢でいると、エコノミー症候群になる場合があります。定期的に立ち上がったたり、ストレッチをするなど、適度な運動を心掛けましょう。



要配慮者への協力

高齢者・乳幼児・傷病者・外国人の方には

高齢者や乳幼児は、手をつなぐ、背負うなどによりしっかりと援護します。傷病者には複数人で対応しましょう。急を要するときはひも等を使って背負うなどして、周囲の方が協力して援護しましょう。外国人の方で言葉が通じない場合には、声をかけて身振り手振りを交えて誘導しましょう。



からだの不自由な人には

それぞれの人に適した誘導方法を確認しましょう。車椅子の場合は、必ず複数人で協力し、スロープを上がる時は前向きに、下がる時は後ろ向きにして、恐怖感を与えないように配慮しましょう。



目の不自由な人には

「お手伝いしましょうか」などと、まず声をかけましょう。話すときは、はっきりゆっくり、大きな声で。誘導するときは、杖を持っていないほうのひじのあたりを軽く触れるか、腕をかけて、半歩前くらいをゆっくり歩きましょう。

視覚障がい者の安全やバリアフリーを考慮した建物・設備・機器に表示する世界共通のマークです。視覚障がい者の利用への配慮について、ご理解、ご協力をお願いします。



耳の不自由な人には

話すときは、近くまで寄って相手にまっすぐ顔を向け、口を大きくはっきり動かしましょう。口頭でわからないようであれば、紙とペンで筆談しましょう。紙やペンがなければ、相手の手のひらに字を書いて筆談しましょう。

このマークの呼び方は「耳マーク」。聴覚に障がいがある方は、見た目では不自由があることが分かりづらいため、このマークを見かけたら十分配慮しましょう。



女性への配慮

女性が避難所であるべくストレスなく過ごせるように、就寝場所や専用スペース等を巡回警備するなど、安全・安心への配慮が重要です。(女性用品の配布方法にも配慮が必要です)

男女共同参画の視点からの防災・復興の取組指針
https://www.gender.go.jp/policy/saigai/shishin/shishin_12.html

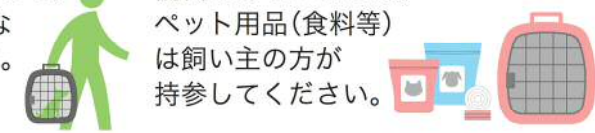
ペットも同行避難

ペットと一緒に避難

伊予市が指定する避難所では、ペットを連れて避難できますが、基本的に屋外での飼養となります。アレルギーなどがある避難者の方もいますので、周囲の方への十分な配慮をお願いします。

ペット用避難用具

衛生管理上、ペットは屋外となります。そのため、ケージは必ず持参していただくとともに、日頃からケージに慣れさせておいてください。市ではペット用品の備蓄はしていません。ペット用品(食料等)は飼い主の方が持参してください。



役立つ情報 非常持出品、備蓄品

自宅が被災したときは、安全な場所に避難し避難生活を送ることになります。
非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように日頃から備えておきましょう。

枕元に置いておきたいもの

- 運動靴(底が厚いもの)
- 懐中電灯・ヘッドライト
- 携帯電話・スマートフォン
- 非常持出袋(リュックサックなど)
- 防寒着
- タオル・毛布
- 笛やブザー

感染症対策として備えておきたいもの (自宅を離れる場合)

- マスク
- アルコール消毒液
- 除菌シート
- 体温計
- 使い捨てビニール手袋
- スリッパ

あると便利なもの

- 防災ずきん・ヘルメット
- 防寒具・雨具
- めがね・コンタクトレンズ
- 使い捨てカイロ
- 工具
- 簡易食器(割り箸・紙皿)
- 料理用ラップ
- マッチ・ライター
- 携帯トイレ
- 生理用品
- 折りたたみ椅子
- 家族の写真
- 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- 広域避難地図

非常持出袋に入れておくもの

- 貴重品：財布・現金、通帳、身分証明書、生命保険の契約番号印鑑、健康保険証(コピーでも可)など
- 常備薬・救急セット(ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など)
- ビニール袋・ゴミ袋
- マスク
- 軍手
- ティッシュ・ウェットティッシュ
- 携帯ラジオ
- 電池・充電器類
- 筆記具(油性ペン)
- 着替え(下着・靴下)
- 飲料水
- 食料品(カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど)

食料・飲料などの備蓄(最低3日間、推奨1週間)

- 電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から「3日間分」の飲料水や保存のきく食料などを備蓄しておきましょう。
- 食料(3日以上分の食料) 缶詰、レトルト食品、栄養補助食品、お菓子、調味料、スープなど
- 飲料水3日分(1人1日3リットルが目安)
- トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロ、缶切り、ラップなど

※ 大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。
※ 飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。
日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておくなどの備えをしておきましょう。

被災時に備える「ローリングストック法」

防災のために特別なものを用意するのではなく、普段からちょっと多めに食材やレトルト食品を買い置きし、食べた分を買い足し、備蓄していく「ローリングストック法」により、賞味期限が短いレトルト食品等も非常食として活用できます。

ローリングストック法で覚えておきたい3つのポイント

- 1 ストックするのは「食べなれた食品」
- 2 備蓄した食品は普段から食べる
- 3 食べた分は早めに補充する



災害情報の伝達方法と入手先

災害に関する情報は、次のような手段で入手することができます。
あらかじめ登録やアクセスの確認を行っておき、いざという時にスムーズに情報を入手できるようにしておきましょう。

緊急速報メール 事前登録不要

緊急地震速報や津波警報をエリア内の対応端末(スマートフォン・携帯電話)に一斉送信するサービスです。

愛媛県防災メール 事前登録必要

地震・津波情報、気象注意報、土砂災害警戒情報や避難情報や避難所開設などの防災情報を配信するサービスです。
(詳しくは愛媛県 HP を参照してください。)

愛媛県河川・砂防情報システム

雨量・河川水位情報、土砂災害警戒情報などを観測後直ちに提供するものです。

テレビ・ラジオ

伊予市が発表する災害対策本部の設置や避難所の設置、避難勧告や避難指示などの情報は、Lアラート(災害情報共有システム)を通じてテレビやラジオで放送されるようになっています。災害の心配があるときは、テレビやラジオをつけておきましょう。

- 1 チャンネルを **テレビ愛媛(8チャンネル)** に合わせる。
- 2 リモコンの **dボタン** を押す。
- 3 メニューから「**市町の広報**」を押す。
- 4 「**伊予市**」を押す。
- 5 見たい項目のタイトルを押す。

伊予市役所危機管理課 Twitter

伊予市役所危機管理課から防災・安全に関する情報などを配信します。



愛媛県防災 SNS

愛媛県防災危機管理課から愛媛県の災害情報、防災啓発情報などを配信します。



えひめ河川(かわ)メール 事前登録必要

事前に登録設定した地域の河川水位、降雨量が基準値を超過した場合やダムの放流情報などを携帯電話、パソコンにメール配信するサービスです。
(詳しくは愛媛県 HP を参照してください。)



防災行政無線放送

災害時に屋外スピーカーや戸別受信機から防災・災害情報などを放送します。放送が聞こえにくい場合、再度聞きたい場合は電話で確認できます。

電話応答サービス (089)946-7977 (要・通話料)

四国電力送配電 LINE

登録エリアの停電情報を LINE でお知らせします。



いよし安全・安心メール

伊予市では、伊予警察署からのお知らせ、気象情報・注意報、地震情報、津波警報・注意報、土砂災害警戒情報、天気予報を配信しています。(一部の情報を選択して受信することも可能です)



- 1 iyo@cousmail-entry.cous.jp へ空メールを送信。QRコードからメールアドレスを取得することもできます。

- 2 返信メールが来たら、そこに記載されているURLにアクセス。
- 3 「利用規約」を確認し、確認ボタンを押します。
- 4 地域や必要な配信情報を選択し、確認登録を行ってください。
- 5 「登録完了」の画面が表示されます。

詳しくは伊予市ホームページ「いよし安全・安心メールについて」をご覧ください。※通信費(パケット料金)は、登録者のご負担となります。

NTT災害用伝言ダイヤル171

大災害に際し、被災地との通話が困難になった場合、災害用伝言ダイヤルが提供されています。

171 をダイヤルした後
ガイダンスに従ってください。