三宅村

防災のしおり

2000年噴火の様子

平成12年6月に始まった三宅島の火山活動は、同年8月の最大規模の噴火に続いて火砕流が発生したことから、全島民は島外への避難を余儀なくされ、その後、避難生活は平成17年2月まで約4年半もの長きにわたりました。

三宅村では防災しまづくりを通して、『火山と共生する島』を基本的な考え方としており、住民の皆様もさまざまな災害に対応出来るよう、平常時からの災害に対する心構えを持つことが必要です。

この防災のしおりは、村民の皆さんが三宅島の火山活動、台風などの気象災害に対する知識を深め、リスクに対する適切な判断と、個々の確実な安全確保活動のために必要な情報を提供することを目的として作成しました。

令和6年

我が家の防災メモ

■　平常時に記入可能な部分を記入し、コピーもしくはこのページを非常持ち出し袋等に入れ、もしもの時に備えましょう。

（ふりがな） 名　　前	生 年 月 日	血液型	職場名・学校名 （住　　所）	電　　話 （携帯電話）	メールアドレス （携 帯・ＰＣ）	介護 支援	病　歴・ 服用薬名	医療機関名 （科・医者名）	家 族 の 集合場所	安否 確認
						要				認
						無				不
						要				認
						無				不
						要				認
						無				不
						要				認
						無				不
						要				認
						無				不
						要				認
						無				不

緊　急　時　連　絡　先 氏　　名（親族・友人等関係も記入）	電　話　番　号 （ 携 帯 電 話 ）	住　　所 （非常時に避難滞在可能なところ）

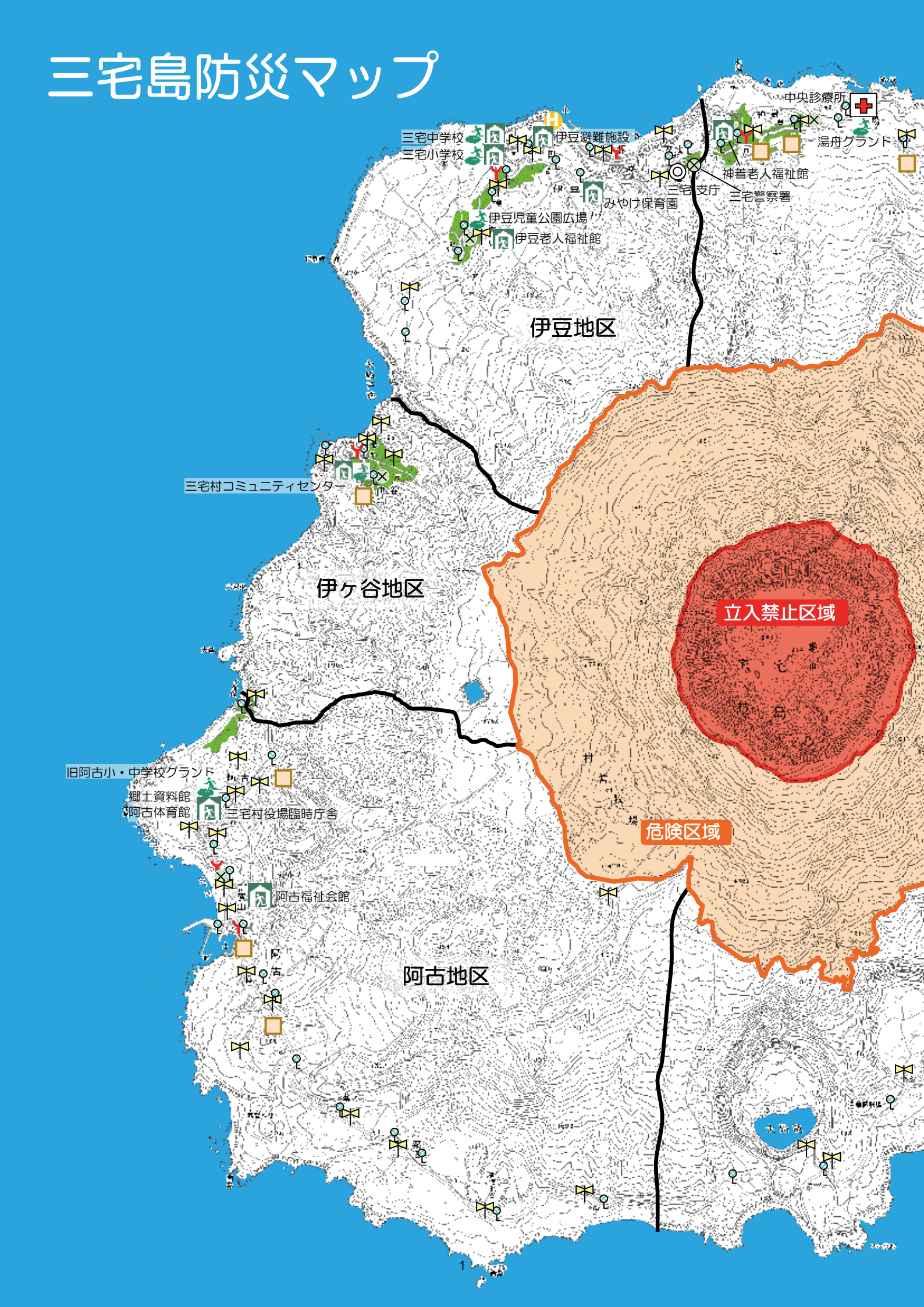
※　避難所担当職員に提出し、家族の安否情報等現状を知らせてください。

我が家の防災メモを記入しましょう（コピーでも可能）

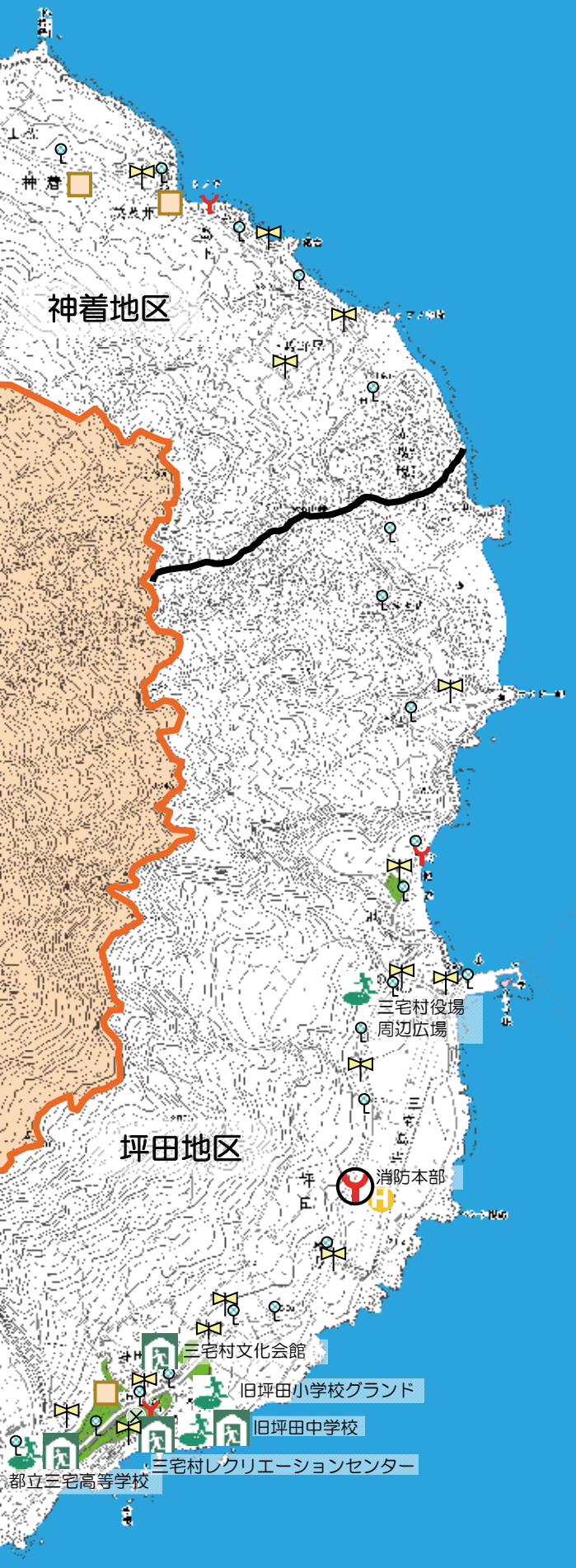
目　次

三宅島防災マップ・・・1
三宅島防災マップ（解説）・・・3
三宅島の防災体制・・・5
噴火に対する心構え・・・7
三宅島の火山ガス・・・9
火山活動の現状・・・10
三宅島の噴火警戒レベル・・・11
噴火警戒レベルと避難対応の目安・・・13
噴火警戒レベル５（山腹噴火）の避難対応・・・15
地震に対する心構え・・・21
地震時の火災に対する心構え・・・22
津波に対する心構え・・・23
三宅島津波浸水ハザードマップ基本図・・・25
台風、風水害に対する心構え・・・29
土砂災害について・・・32
三宅島土砂災害ハザードマップ・・・33
知っておこう応急手当・・・51
災害に備え準備しておきましょう！・・・53
我が家の防災チェックシート・・・54
行政相談窓口・緊急連絡先一覧・・・55
避難所・一時集合場所一覧・・・56
避難先連絡掲示板

三宅島防災マップ


中央診療所
湯舟グランド
三宅中学校
三宅小学校
伊豆避難施設
神着老人福祉館
三宅支庁
三宅警察署
みやけ保育園
伊豆児童公園広場
伊豆老人福祉館
伊豆地区
三宅村コミュニティセンター
伊ヶ谷地区
立入禁止区域
旧阿古小・中学校グランド
郷土資料館
阿古体育館
三宅村役場臨時庁舎
危険区域
阿古福祉会館
阿古地区

背景地図出典：国土地理院発行の２万５千分の１地形図「三宅島」（平成 14 年 12 月）
承認番号　平 23 情複、 第 803 号



～凡例～

＜立ち入り規制区域＞

- 立入禁止区域
- 危険区域
- 地区境界

＜施設＞

- 避難所
- 避難時の一時集合場所
- 噴石シェルター
- 中央診療所
- ヘリポート
- 屋外拡声子局位置
- バス停
- 三宅村消防本部
- 消防団詰所
- 東京都三宅支庁
- 三宅島警察署
- 交番

三宅島防災マップ（解説）

立ち入り規制区域の種別と内容

三宅島では「三宅村火山ガスに対する安全確保に関する条例」に基づいて、火山ガスの危険性に応じた２種類の規制区域が設定されています。どの規制区域も基本的には立ち入ることができません。

規制区域への立ち入りには、定められた届出等が必要です。届出方法等については、村役場へお問い合わせください。

＜立ち入り規制区域の種別と内容＞

名称	地域設定	規制内容
立入禁止区域	火口及び火口縁から、海側方向に100mの範囲。	立入禁止。ただし、火山学者および研究者等立入可能。
危険区域	立入禁止区域の外側から、環状林道（通称：鉢巻道路）までの範囲。	立入禁止。ただし、復旧作業等や火山防災の学習等の目的では立入可能。

＜規制区域への立ち入り許可等＞

立入禁止区域

登録・許可が必要

- 火山活動の監視、観測、学術研究等

危険区域

許可が必要

- 災害復旧等に従事する者、火山防災等の学習

屋外拡声子局

屋外での注意報・警報の放送は、屋外拡声子局で聞くことになります。島内一円に設置されていますので、近くの屋外拡声子局設置場所を確認し、注意報・警報を聞きもらさないようにしましょう。また、注意報・警報が聞こえにくいところには、なるべく近づかないようにしましょう。

伊豆避難施設

伊豆避難施設（正式名称：三宅村活動火山対策避難施設）は、突発的な火山ガスの放出に対して、島民の皆さんの安全を確保するためのクリーンハウス（脱硫装置を備えた施設）です。合計 302 名を収容することができます。滞在型一時帰島時の宿泊施設としても利用されてきました。

高いレベルの警報が発令された場合、必要に応じて伊豆避難施設に避難するようにしてください。

中央診療所

正式名称は、三宅村国民健康保険直営中央診療所で、島内唯一の診療施設となっています。体調に変化が生じた際には、速やかに診療をうけるようにしましょう。

避難時の一時集合場所

避難警報発令時には、避難用バスが運行します。避難用バスは、基本的にバス停および避難時の一時集合場所が乗車場所になりますので、外出時は、最寄の避難時の一時集合場所を確認するようにしてください（避難所のリストはP．56）。

噴石シェルター

突発的な噴火災害時に噴石から身を守るための緊急的な避難場所として、噴石シェルターを村営バス停留所近辺 10 箇所に整備しています（整備場所はP．１～2）。

三宅島の防災体制

気象庁から発表されるさまざまな防災情報は、消防庁の全国瞬時警報システム（J-ALERT）などにより、島内の防災関係機関に即時的に送られます。三宅村では、受信した津波警報や噴火警報などの防災情報を、防災行政無線を通じて島民の皆さんにお知らせするほか、必要な場合には避難を呼びかけます。

防災行政無線の放送

防災行政無線は、島内に電波の不感地域が発生せず、全島民に防災行政無線の放送がいきわたるように、新島および御蔵島に中継局を設置しています。防災行政無線の受信には、以下の２種類の受信機器を用います。

１．戸別受信機

戸別受信機は、各家庭に１台ずつ配布

２．屋外拡声子局

屋外拡声子局は、都道 212 号線（外周都道）の周辺を中心に島内一円に設置

避難誘導体制

例えば、避難指示発令時には、村職員は、伊豆避難施設等の避難所を開設し、消防団、警察署は、当該発令エリアの地域巡回等を行います。地域巡回においては必要な援助・声かけを行い、災害弱者に対する適切な安全確保対策活動の実施につとめます。

さらに、避難警報発令時は、自家用車等での避難が困難な島民に対して、村営バスを避難用臨時バスとして出動させます。**避難用バスは、避難時の一時集合場所とバス停が乗車場所**となりますので、最寄りの乗車場所を確認しておきましょう。

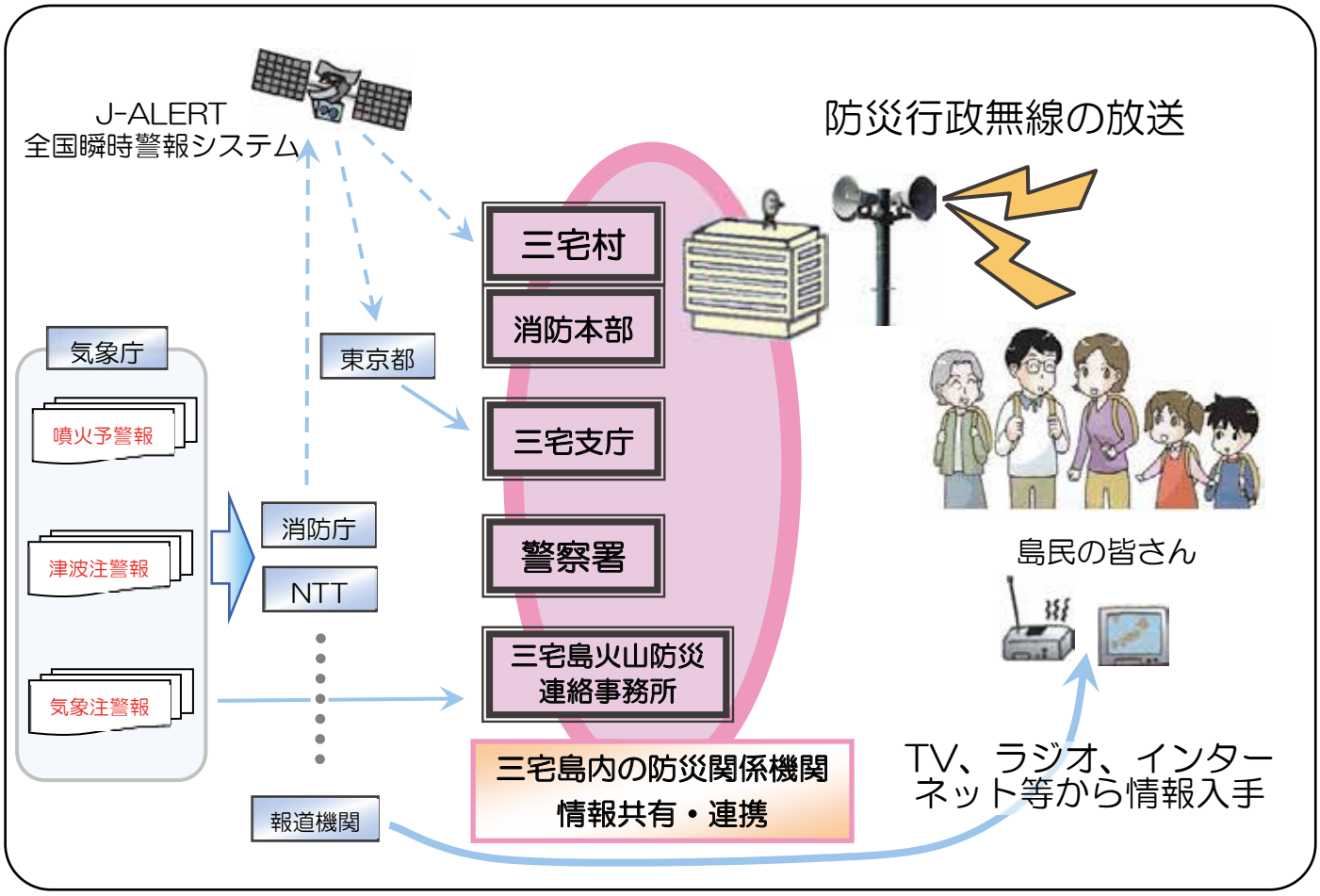
火山ガス観測体制

三宅村では、島民の皆さんが暮らす都道 212 号線周辺の３箇所に火山ガス（二酸化硫黄）の固定観測点を設置し、常時火山ガス濃度を観測・監視しています。固定観測点で得られた火山ガス濃度のデータは、毎分三宅村役場臨時庁舎に送信されるとともに、データが蓄積されます。防災に関わる職員は、火山ガス濃度の監視、警報発令・解除等を行い、監視体制が途絶することが無いように活動しています。

火山ガス情報の提供

三宅村役場では、下記の URL（インターネットのアドレス）において、火山ガスに関する情報を提供しており、２４時間いつでも、火山ガスの注意報・警報が発令されているかを確認することができます。

- インターネット
  http://www.miyake-so2.jp/index.php
- 携帯電話
  http://www.miyake-so2.jp/keitai



災害に備えて避難行動要支援者名簿に登録しましょう

現在、三宅村では、災害時に避難を安全且つ確実に実施できるように自治会の協力のもと、「避難行動要支援者名簿」と「住民助け合いマップ」を自治会ごとに作成しています。これは、お年寄りや体が不自由な方等の災害弱者に対してお互いが助け合うことで、災害時に避難を確実にするためのものです。

お住まいの地域の自治会にぜひ加入しましょう。

災害時の避難先や避難の方法を確認しておきましょう

災害が起きた時は、地域が一丸となって、ご近所の避難行動要支援者や移動手段がない方に声をかけて、自家用車に乗り合わせて一緒に避難をしましょう。

※災害によっては伊豆避難施設が使用できない場合があります。

災害の発生場所に応じて避難場所をお知らせします。防災マップ（P．1～2）で島内の避難所を確認しておきましょう。

三宅村活動火山対策避難施設
（伊豆避難施設）

噴火に対する心構え

三宅島で繰り返し発生する噴火は、山頂や山腹、海岸付近などさまざまな場所で発生し、それに伴う多様な現象により災害が発生します。火山のことをよく知って、火山災害から身を守りましょう。

日ごろからの心がけ

（1）防災のしおりをみて、噴火の影響や土砂災害のおきやすい場所など、あらかじめ危険な場所を知っておきましょう。
（2）非常用持ち出し品を用意しておきましょう。
（3）気象庁から発表される「噴火警報」や「噴火予報」に注意しましょう。噴火が発生するおそれが高まったときや、噴火が発生したときには、気象庁から「噴火警報」や「噴火予報」が発表されます。テレビやラジオの放送、防災行政無線に注意しましょう。
（4）「避難指示」が出された場合には、すみやかに避難しましょう。防災行政無線の聞こえにくい場所に出かけるときは家族に行き先を告げておきましょう。

噴火にともなう多様な現象を知る

溶岩流（ようがんりゅう）

地下から噴出したマグマが地表を流れ下る現象です。非常に高温で、建物、道路、農耕地、森林、集落を燃やし、埋没させます。昭和 58 年の噴火では、阿古地区の大半が溶岩流に埋まりました。このときは避難が迅速に行われたため、人的被害はありませんでした。溶岩流の速度はそれほど速くなく、人が走って逃げられる程度です。ただし、流れ方によっては逃げ場を失うことがありますので、気象庁の発表する噴火警報に注意するとともに、防災行政無線の呼びかけに従って避難しましょう。

昭和 58 年　溶岩流に飲み込まれた阿古水道施設

火砕流（かさいりゅう）

高温の火山灰、岩石、気体が一体となって、急速に山体を流れ下る現象です。温度は数百度に達し、時速 100km を超えることもあります。雲仙普賢岳では一度に 43 人がなくなりました。三宅島でも平成 12 年 8 月 29 日に低温の火砕流が発生しましたが、幸いにもふもとで 30 度程度と温度が低く人的被害はありませんでした。火砕流発生後に逃げきることは困難です。気象庁の発表する噴火警報に注意するとともに、防災行政無線の呼びかけに従って避難しましょう。

平成 12 年 8 月 29 日　低温火砕流
（三池港から撮影）

噴石（ふんせき）

噴火時に、火口から吹き飛ばされる岩石で、時には、火口から数 km 程度まで飛散することがあります。大きな噴石は家の屋根を破ることもあり、大変危険です。小さなものでもあたりどころが悪ければ、人命にかかわることもあります。

平成 12 年には８月 18 日の最大規模の山頂噴火により、島内全域に大量の噴石が降りました。数 cm の噴石が山麓の集落に降下して窓ガラスを割りました。昭和 58 年には、新澪池付近と新鼻海岸付近でおこったマグマ水蒸気噴火によって、爆風とともに大きな噴石が周辺に落下しました。このときは避難が迅速に行われたため、人的被害はありませんでした。大きな噴石は、山頂での規模の大きな噴火や海岸付近で発生するマグマ水蒸気噴火によって、居住地域まで飛散するおそれがあります。気象庁の発表する噴火警報に注意するとともに、防災行政無線の呼びかけに従って避難しましょう。小さな噴石は風に乗って遠くまで運ばれることがあります。やむをえず外出する場合には、ヘルメットを着用するなど頭部を守り十分注意して行動する必要があります。

昭和 58 年 新澪池のマグマ水蒸気爆発で飛散した噴石

平成 12 年　噴石で割れた自動車の窓ガラス
（三宅島空港）

火山灰（かざんばい）

火山灰は火口から吹き上げられる粒の小さな噴出物です。風に乗って遠くまで運ばれます。火山灰が直接の原因となって人が死ぬようなことはありませんが、呼吸器系の障害を引きおこすほか、大量に降り積もると家屋を押しつぶすことがあります。また、農作物の被害や、空や陸の交通にも影響をおよぼします。外出する場合は、車の運転に注意するとともに、マスクをして灰を吸い込まないようにしましょう。小さな噴石が混じることもありますので、頭部に注意する必要があります。

平成 12 年 降り積もった火山灰の上を走行する自動車
（三七山付近）

三宅島の火山ガス

火山ガスには、その大部分を占める水蒸気の他に、主に以下に示すような人体に有毒な物質が含まれています。

- 二酸化硫黄(SO_2)
- 硫化水素(H_2S)
- 塩化水素(HCl)
- 二酸化炭素(CO_2)
- 硫酸ミスト
- 浮遊粒子状物質(SPM)

この中で、三宅島の火山ガスに多く含まれ、健康に対する影響の最も大きい成分は二酸化硫黄です。三宅島で生活するためには、二酸化硫黄の特徴と危険性を十分に理解して、適切な安全確保対策を行う必要があります。

ここでは、二酸化硫黄の特徴と、濃度と健康に与える影響の関係を解説します。

二酸化硫黄（にさんかいおう）：SO_2の特徴と身体に与える影響

○二酸化硫黄は、無色で刺激臭のある気体です。

＜長期的な影響＞

○体内には蓄積されませんが、**持続性のせき・たん等の症状が出るリスク**が増加します。（年平均値が0.04ppmの場合、「せき・たん」の有症率は通常より2%程度上昇します。）

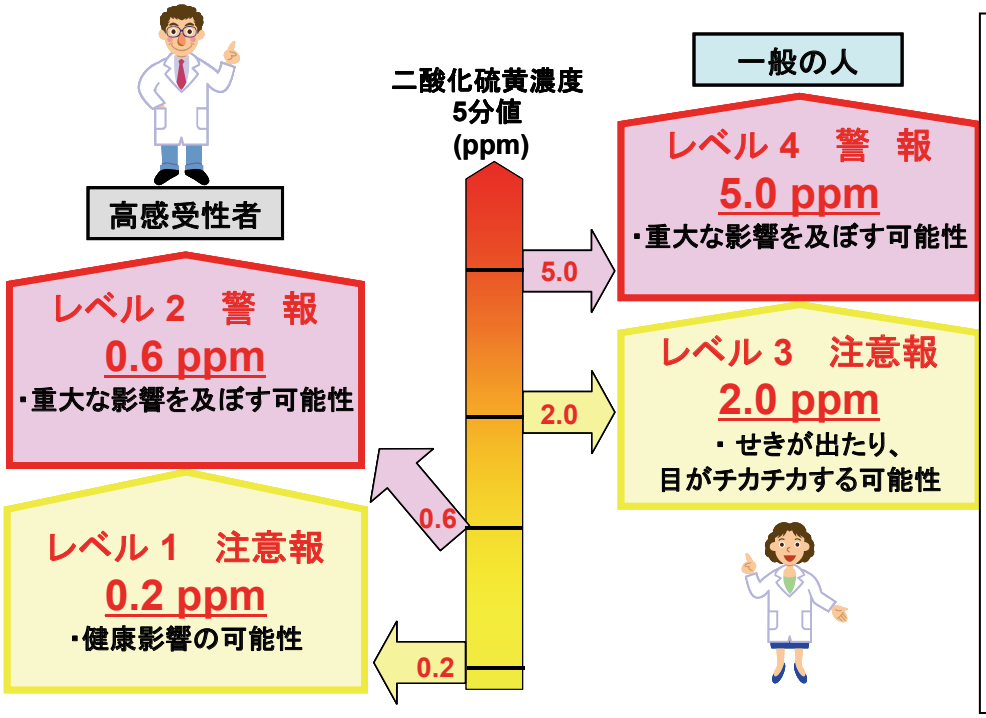
＜短期的な影響＞

○呼吸器や目、のどなど粘膜を刺激し、**高濃度になると呼吸が苦しくなる**ことがあります。

○健康な人が感じない低い濃度でも、**高感受性者では喘息の発作を誘発したり症状を増悪させることがある**ため、注意が必要です。

○警報レベルより高い濃度では、**生命に関わる重篤な健康影響のリスクがあります。**

二酸化硫黄濃度と短期的な健康リスク



用語の解説

・５分値

一分ごとに計測される二酸化硫黄濃度の直近五分間での平均値のことで、注意報・警報の発令基準となります。

・PPM

ＰＰＭとは微量の物質の含有量を表す単位で parts per million の頭文字をとった「100 万分の１」のことです。

・高感受性者

条例で以下のように定義しています。「ぜん息等呼吸器疾患又は循環器疾患を有する者、新生児、乳児、妊婦等。」

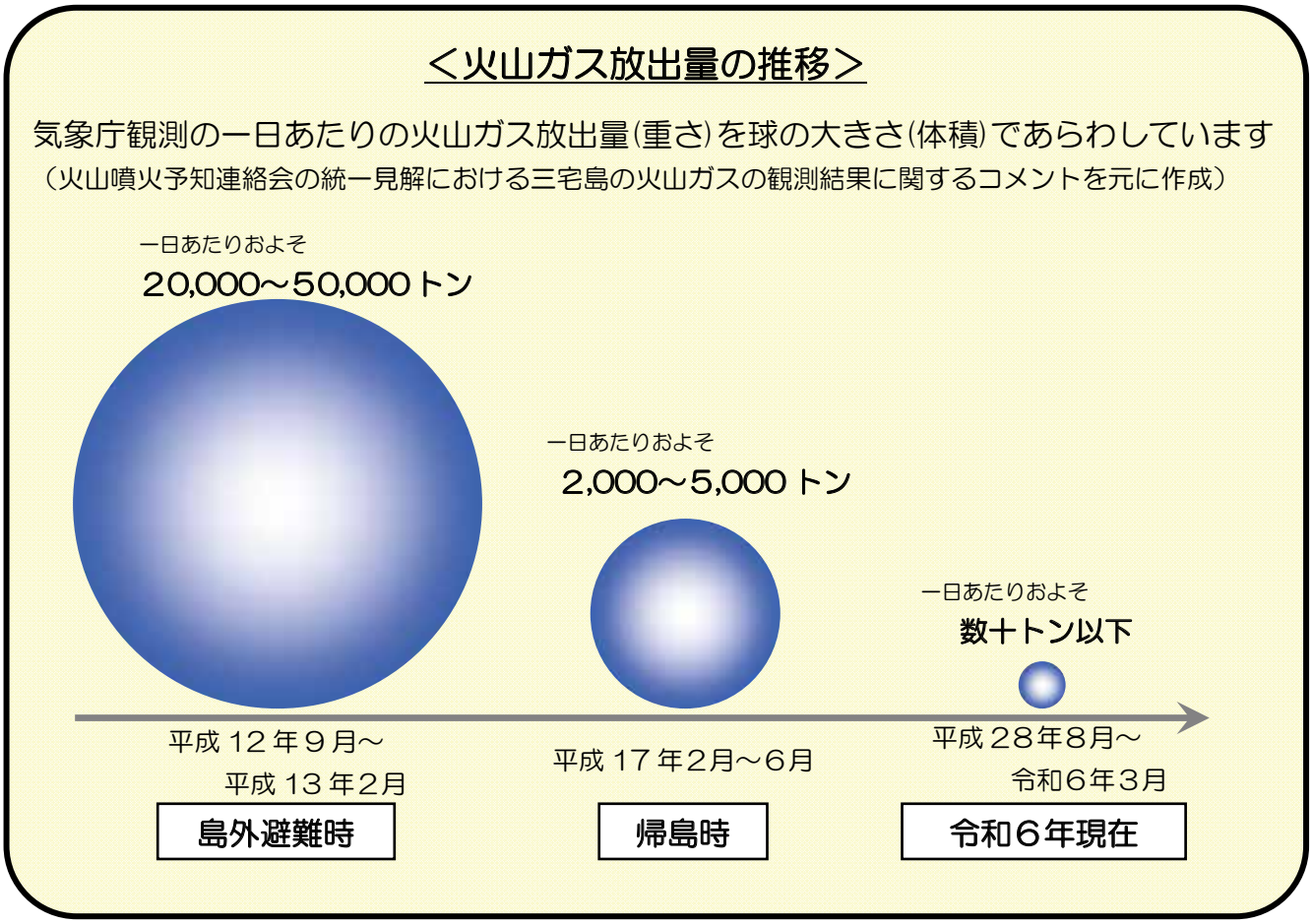
火山活動の現状

平成 12 年に始まった火山活動は、噴火による多量の降灰や泥流の発生、多量の火山ガス放出などにより、島民生活や島の自然に大きな被害をもたらしました。噴火の規模や頻度は低下しており、火山ガスの放出量も大幅に減少し、平成 28 年を最後に、居住地では検知できない数値に低下していますが、完全な終息には至っていません。

火山活動に関するお問い合わせはこちらまで
三宅島火山防災連絡事務所　５－０９８０

火山ガスの現状

平成12年の噴火では、雄山山頂部が大きく陥没するとともに、山頂火口から有害な二酸化硫黄を含む火山ガスが世界に類をみないほど多量に放出されるようになりました。同年９月ごろに最大となり、一日あたり数万トンの火山ガスが放出しました。その後は緩やかに減少し、帰島がはじまった平成17年には、一日あたり2,000～5,000トンとピーク時のおよそ十分の一程度になりました。令和６年３月現在はさらに減少し、一日あたり数十トン以下となっていますが、突発的な大量放出の可能性もありますので注意が必要です。



三宅島の噴火警戒レベル

噴火警報・噴火予報が発表される際には、噴火等による危険な範囲やとるべき防災行動をふまえて５段階に区分した「噴火警戒レベル」があわせて発表されます。村ではレベルに応じた立入規制や避難行動の呼びかけを行ないます。

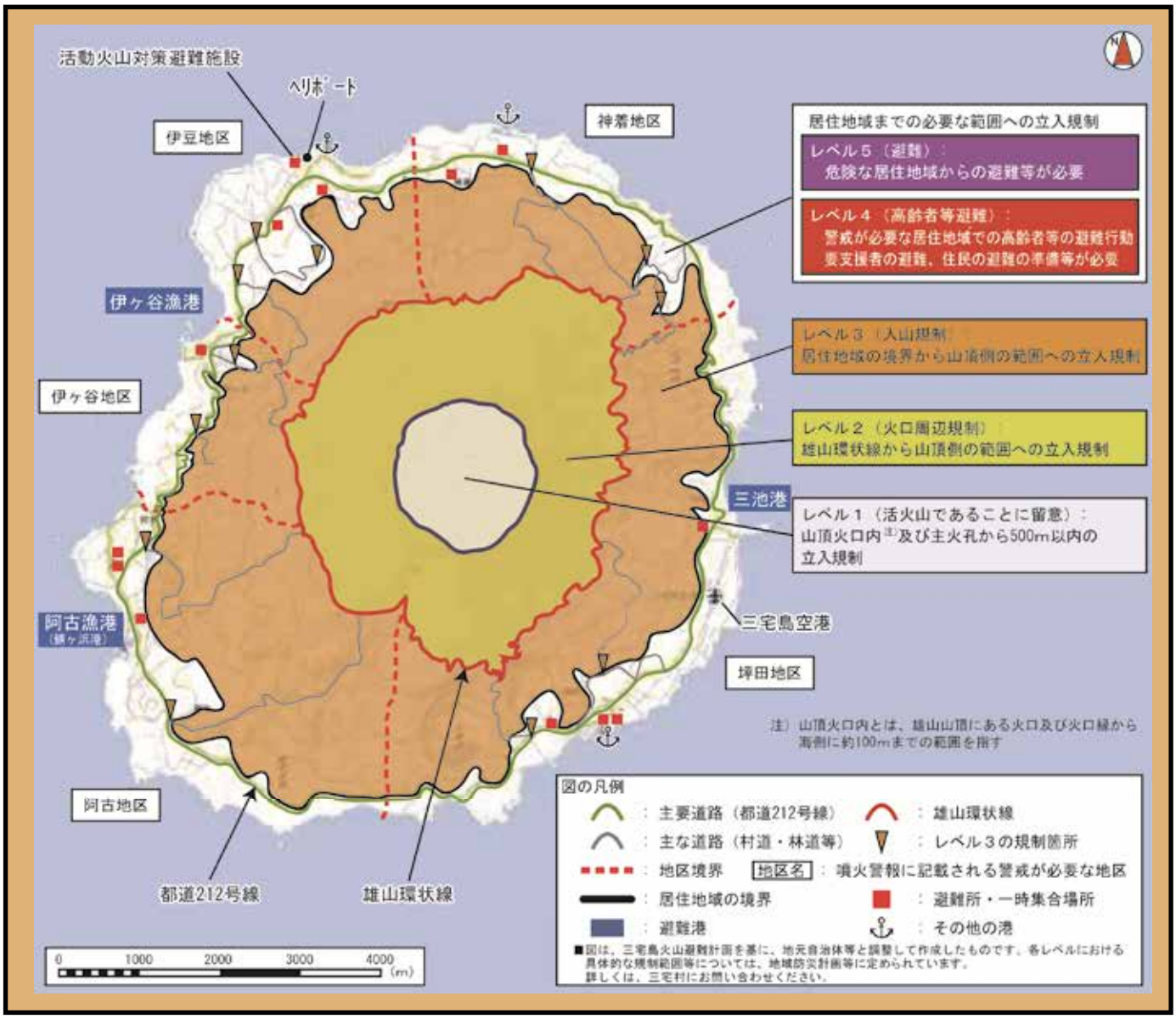
種別	名称	対象範囲	噴火警戒レベル（キーワード）	火山活動の状況	住民等の行動及び登山者・入山者等への対応	想定される現象等
特別警報	噴火警報（居住地域）または噴火警報	居住地域及びそれより火口側	5（避難）	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生、あるいは切迫している状態にある。	危険な居住地域からの避難等が必要。	●地震多発等により、居住地域に重大な被害を及ぼすおそれのある噴火が切迫。 過去事例 2000年６月26日19時30分頃～：島内で浅い地震が多発、傾斜変動 1983年10月３日13時58分頃～：島内で浅い地震が多発 1962年８月24日噴火の2時間前～：火山性微動発生、次第に振幅増大 1940年７月：12日の噴火の数日前から地震発生 ●噴火が発生し、大きな噴石や火砕流、溶岩流が居住地域に到達、あるいはそのような噴火が切迫、または多量の火山ガス放出により、居住地域に重大な影響を与える状況が継続。 過去事例 2000年９月中旬～2005年１月：多量の火山ガス放出継続 2000年８月29日：低温火砕流が島北部の居住地域に到達 2000年８月18日：山頂噴火により、居住地域まで大きな噴石飛散の可能性（その後の調査でレベル４に下げる） 1983年10月３日：15時23分頃、南西斜面で噴火。16時30分頃、新澤池、新鼻付近で噴火。17時15分頃、溶岩流が居住地域（阿古の都道）に到達 1962年８月24日：北東山腹で噴火、溶岩流が沿岸に到達 1940年７月12日：北東山腹で噴火、溶岩流が居住地域に到達
			4（高齢者等避難）	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生すると予想される（可能性が高まっている）。	警戒が必要な居住地域での高齢者等の避難行動要支援者の避難、住民の避難の準備等が必要。	●山頂火口の噴火活動の高まりなどにより、居住地域に重大な被害を及ぼす噴火に発展する可能性。 2000年噴火の事例 ８月10日：噴火
警報	噴火警報（火口周辺）または火口周辺警報	火口から居住地域近くまで	3（入山規制）	居住地域の近くまで重大な影響を及ぼす（この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ）噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	居住地域の境界から山頂側への立入規制等。 状況に応じて高齢者等の避難行動要支援者の避難の準備等が必要。 住民は通常の生活。	●山頂火口の噴火の拡大等により、居住地域近くまで大きな噴石を飛散させるような噴火に発展する可能性。 2000年噴火の事例 ７月14日～15日：噴火 ●山頂火口で、居住地域近くまで大きな噴石が飛散する噴火が発生。 過去事例 明確な記録なし
		火口周辺	2（火口周辺規制）	火口周辺に影響を及ぼす（この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ）噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	火口周辺への立入規制等。 住民は通常の生活。	●山頂火口で小噴火が発生する可能性。 過去事例 2006年８月23日：ごく小規模噴火、降下火砕物あり ●山頂火口で、雄山環状線内側に大きな噴石が飛散する小噴火が発生。 過去事例 1940年７月14日朝～：噴火
予報	噴火予報	火口内等	1（活火山であることに留意）	火山活動は静穏。 火山活動の状態によって、火口内で火山灰の噴出等が見られる（この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ）。	状況に応じて山頂火口内及び近傍への立入規制等。	●火山活動は静穏、状況により山頂火口内に影響する程度の噴火の可能性。

注）ここでいう「大きな噴石」とは、主として風の影響を受けずに弾道を描いて飛散する大きさのものとする。

※各レベルにおける具体的な規制範囲等については、地域防災計画等で定められています。
詳しくは、三宅村にお問い合わせください。

（気象庁リーフレットより）

噴火による警戒が必要な範囲



（気象庁リーフレットより）

上図は、各レベルにおける噴火による警戒が必要な範囲を示しています。

令和６年３月現在の噴火警戒レベルは「１」で、山頂火口周辺（雄山環状線の内側）では火山ガスに対する警戒が必要なため、村では立入規制の措置をとっています。

※平成 27 年６月５日に噴火警戒レベルを「２」から「１」（活火山であることに留意）に引き下げました。

噴火警戒レベルと避難対応の目安

噴火警戒レベル	レベル１	レベル２		レベル３
	活火山であることに留意	①雄山環状線内側に影響を及ぼす山頂噴火の可能性	②雄山環状線内側に影響を及ぼす山頂噴火が発生	①居住地域近くまで重大な影響を及ぼす山頂噴火の可能性
想定される噴火ケースと火山現象	≪山頂噴火【災害要因：噴石、火山灰、溶岩流、火砕流、火砕サージ、火山ガス、降灰後土石流】≫			
	・火山活動は静穏、状況により山頂火口内に影響する程度の噴火の可能性	・定常的に発生している山頂カルデラ直下の地震活動の高まり ・山頂カルデラ直下の定常的な地震活動とは異なる場所で火山性地震が数日以上継続 ・火山性微動の多発あるいは連続微動が数日以上継続 ・カルデラ底や側壁の熱異常域の拡大や噴気活動の増大	・山頂カルデラ縁近傍～雄山環状線内側まで大きな噴石が飛散	・山頂カルデラ付近の定常的な地震活動とは異なる場所で地震活動の増大 ・山頂カルデラ付近を震源とする火山性連続微動の振幅の増大 ・山頂カルデラ付近の浅部の山体膨張を示す明瞭かつ急激な地殻変動が発生 ・雄山環状線付近まで頻繁に大きな噴石が飛散
避難対応	≪山頂噴火≫			
	火口内および近傍立入規制	立入規制（雄山環状線から山頂側の範囲）		立入規制（居住地域の
				避難行動要支援者の避難準備

※必ずしも噴火警戒レベルが段階を追って引き上げられるとは限らないことに注意が必要である。
※火山活動の状況や避難行動への影響などにより、避難対応はこの限りではない。

レベル３	レベル４	レベル５
②居住地域近くまで重大な影響を及ぼす山頂噴火が発生	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火の可能性	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生あるいは切迫
・雄山環状線付近～山頂カルデラ縁から概ね２km以内まで大きな噴石が飛散	・噴煙柱が4,000m以上に達するような大規模なマグマ水蒸気噴火あるいはマグマ噴火が発生し、居住地域に多量の降灰（小さな噴石を含む。） ・雄山環状線付近～山頂カルデラ縁から概ね２km以内まで頻繁に大きな噴石が飛散 ・山頂カルデラおよびその近傍に影響を及ぼす火砕流が発生 ・噴火活動継続中に、山頂付近の山体膨張を示す明瞭な地殻変動が発生	・山頂カルデラ縁から概ね２kmを超えて大きな噴石が飛散 ・雄山環状線付近に達する火砕流が発生 ・大量の火山ガスが継続的に放出
	≪山腹噴火【災害要因：噴石、火山灰、溶岩流、火砕流、火砕サージ】≫ ・山頂カルデラ外側～海岸付近において、火山性地震あるいは火山性微動がほぼ連続的に発生し始め、加えて地殻変動が観測された場合	・地殻変動を伴う浅部の火山性地震や火山性微動の多発が更に進行し、その発生場所を山腹～居住地域に特定 ・火山性地震の多発とともに、山腹～居住地域に地割れ等の顕著な地殻変動 ・山腹～居住地域でマグマ噴火が発生 ・標高200m以下の陸域や海岸線付近の浅い海域でマグマ水蒸気噴火が発生 ・居住地域に大きな噴石または火砕流、火砕サージが到達

境界から山頂側の範囲）

立入規制（居住地域までの必要な範囲）

一般住民の避難準備

一般住民の島外避難

避難行動要支援者の島内避難

避難行動要支援者の島外避難

来島者の島外避難

≪山腹噴火≫

立入規制（噴火の影響が及ぶ範囲・及ぶおそれのある範囲）

一般住民の避難準備

一般住民の島内避難／島外避難

避難行動要支援者の島内避難／島外避難

来島者の島外避難

※山腹噴火の場合は、ごく短時間で居住地域に影響が及ぶことから避難のためのリードタイムが短いため、迅速な避難が必要です。

噴火警戒レベル５（山腹噴火）の避難対応

１）避難の考え方

基本的には、地域の一時集合場所またはバス停留所まで徒歩で移動し、そこから村営バスに乗って避難先まで移動します。ただし、居住地域の近くで噴火が発生した等で事態が切迫し、避難先を往復する時間的余裕がない場合は隣接地域の避難所へ搬送します。やむを得ない場合は、自家用車の使用も可能です。隣接地域へ移動が出来ず、地区内で孤立した場合は、堅牢な建物に避難して、救助を待ってください。

２）神着・伊豆・伊ヶ谷地区

■避難方法（道路状況別）

＜一時集合場所＞
- 湯舟グラウンド
- 三宅中学校グラウンド
- 三宅村コミュニティセンター
- 三宅小学校グラウンド
- 伊豆老人福祉館
- バス停留所

〔坪田方向が通行不能〕

＜隣接地域の避難所＞
阿古地区
- 郷土資料館
- 阿古体育館
- 阿古福祉会館

〔阿古方向が通行不能〕

＜隣接地域の避難所＞
坪田地区
- 旧坪田中学校
- 三宅村文化会館
- 三宅村レクリエーションセンター
- 都立三宅高等学校

＜避難先＞
阿古・坪田地区

【阿古地区】
- 郷土資料館
- 阿古体育館
- 阿古福祉会館

【坪田地区】
- 旧坪田中学校
- 三宅村文化会館
- 三宅村レクリエーションセンター
- 都立三宅高等学校

〔地区内に孤立〕
○堅牢な建物に避難（地区内待機）
【地区内の堅牢な建物】
- 神着老人福祉館
- 伊豆避難施設
- 三宅小学校
- 三宅中学校
- 伊豆老人福祉館
- みやけ保育園
- 三宅村コミュニティセンター
- 三宅支庁

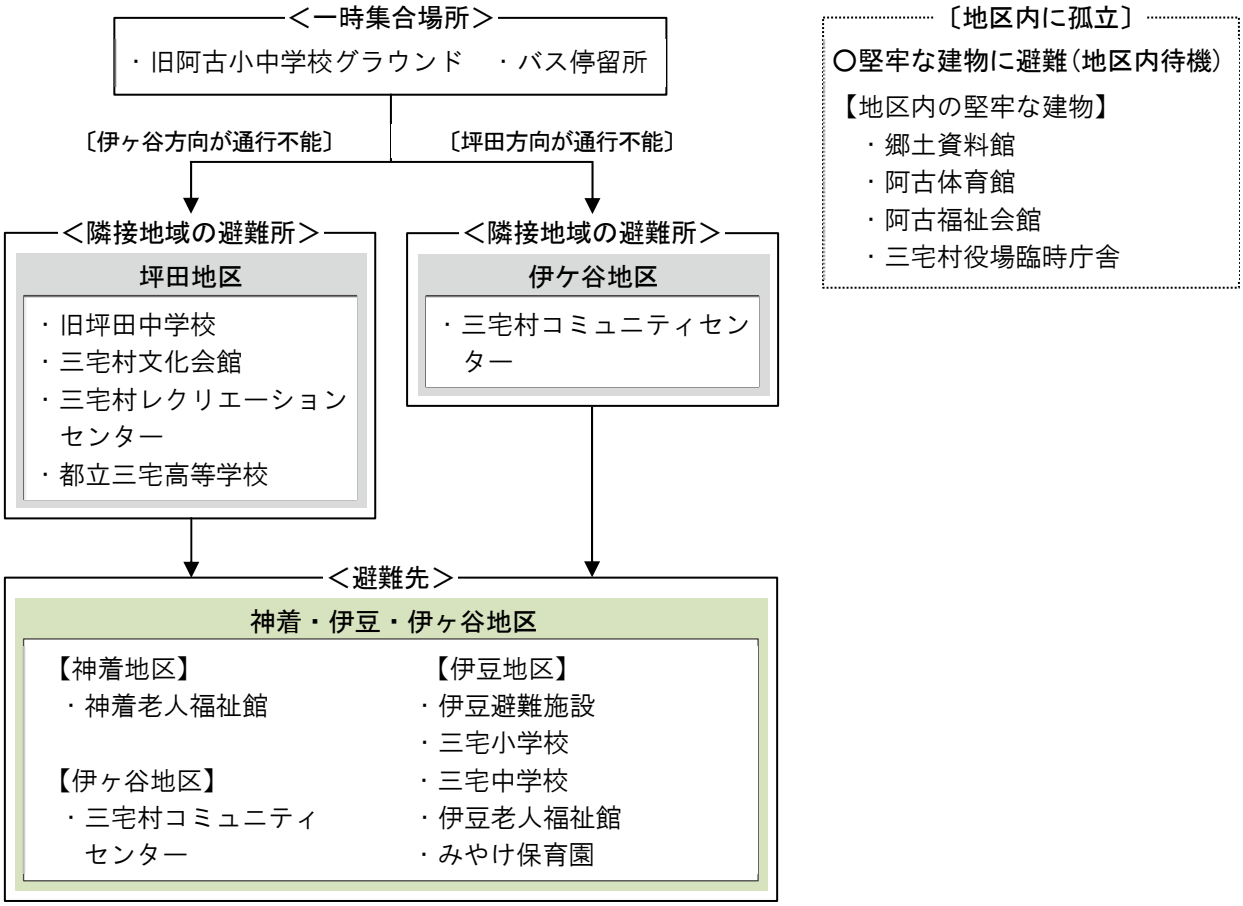
■避難経路図（神着・伊豆・伊ヶ谷地区）

三宅一周道路	一時集合場所	避難所	避難方向※
地区境界	地区内の堅牢な建物	バス車庫	

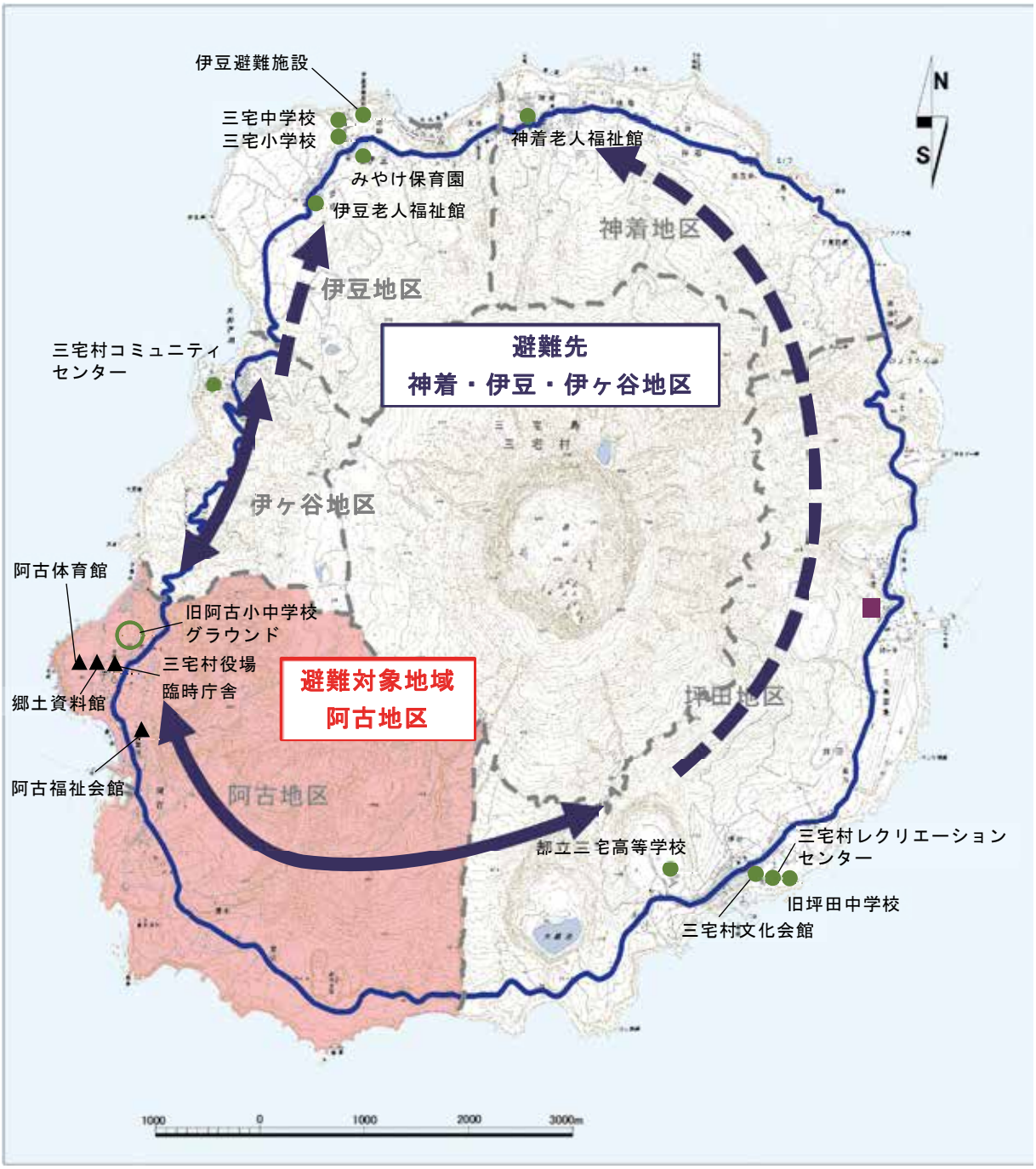
※ 実線：隣接する地区までのピストン輸送の経路
破線：避難施設までの経路

３）阿古地区

■避難方法（道路状況別）



■避難経路図（阿古地区）

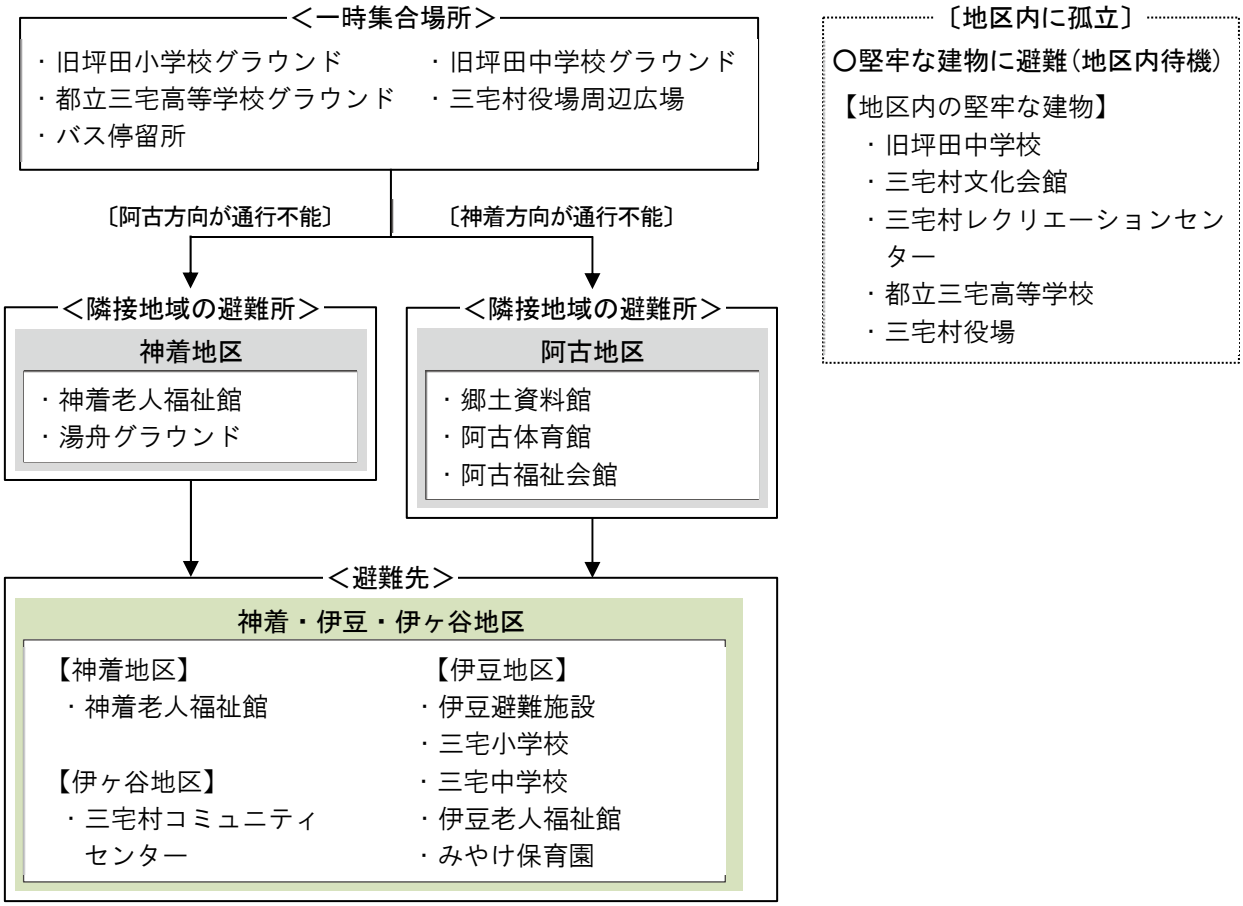


――	三宅一周道路	○	一時集合場所	●	避難所	→	避難方向※
- - -	地区境界	▲	地区内の堅牢な建物	■	バス車庫		

※ 実線：隣接する地区までのピストン輸送の経路
破線：避難施設までの経路

４）坪田地区

■避難方法（道路状況別）



■避難経路図（坪田地区）

三宅一周道路	一時集合場所	避難所	避難方向※
地区境界	地区内の堅牢な建物	バス車庫	

※ 実線：隣接する地区までのピストン輸送の経路
破線：避難施設までの経路

地震に対する心構え

日本は世界でも有数の地震国です。伊豆諸島の近海にも、いつ起きてもおかしくないといわれている地震の震源地が点在しています。また、火山が噴火する前や噴火中に大きな地震が起こることがあります。場所によっては震度５弱以上の強いゆれになることもあります。

同じ自然災害でも、台風などと比べると、地震は予知することが難しく、まさに、いつ起きるか分からない災害です。

地震のような突発的な災害に遭遇した場合に適切な判断、行動をするためには、日ごろから準備、心構えをしておくことが重要です。

平成 12 年 噴火時の地震で発生したがけ崩れ

地震から身を守る 10 か条

①まず我が身の安全を守れ！

地震が起きたら、まず第一に身の安全を確保するため、テーブルなどの下にもぐりましょう。

②すばやく火の始末！
～あわてず、さわがず、冷静に～

「火を消せ！」とみんなで声をかけ合い、調理器具、暖房器具などの火を確実に消しましょう。

③戸を開けて出口の確保！

特に鉄筋コンクリートの建物がゆがむと、ドアが開かなくなることがあるので、出入り口を確保しましょう。

④火が出たらすぐに消火を！

「火事だ！」と大声で叫び、隣近所にも協力を求め初期消火に努めましょう。

⑤外に出る時は、あわてずに！

外出中の家族にメモを残し、お年寄りや子供の手をしっかり握って、落下物に注意しながら落ち着いて行動しましょう。

⑥狭い路地、壁ぎわ、がけや川べりなどに近寄らない！

ブロック塀・自動販売機などは倒れやすいので注意しましょう。がけや川べりも崩れやすいので近づかないようにしましょう。

⑦山崩れ、がけ崩れ、津波に注意！

山間部や海岸部で地震を感じたら、ただちに避難しましょう。

⑧避難は徒歩又は車輌等で、荷物は最小限に！

指定された避難場所に徒歩又は車輌等で避難しましょう。荷物を持ちすぎると避難の支障になります。

⑨みんなで協力して「応急救護」を！

みんなで助け合ってけが人の手当をしましょう。お年寄りや体の不自由な人の手助けをしましょう。

⑩正しい情報を！余震を恐れるな！

うわさやデマに惑わされないようにしましょう。テレビ、ラジオ、村等からの情報に耳を傾けましょう。

地震時の火災に対する心構え

“ま ず は １１９番 通 報”

１．初期消火３原則

（１）早く知らせる

- 大きな声で「火事だ」と周囲に知らせる。声が出なければ、大きな音が出るものを使い、火元をしらせましょう。

（２）早く消す

- 出火から２分～３分間が初期消火のタイミングです。消火器が無ければ、毛布や座布団などを使用し落ち着いて消しましょう。

（３）早く逃げる

- 火災が拡がり、天井などに移ったらすぐにドアを閉めて避難しましょう。

２．火元からの避難

- 避難はお年寄り・子供・病人を優先しましょう。
- 服装や持ち物にこだわらず、できるだけ早く火元から離れましょう。
- いったん避難したら絶対火災現場には戻ってはいけません。
- 逃げ遅れた人がいるときは、到着した消防隊員にすぐ知らせて下さい。

３．煙の危険から身を守る

（１）白い煙のうち脱出を

- 火災で焼死する原因の多くは、火より煙による窒息死と言われています。火災が発生した当初は白く、次第に黄色い煙や黒い煙になってきます。脱出のチャンスはこの白い煙のうちに逃げなければなりません。

（２）階上よりも階下へ逃げる

- 通常、煙は階段などから上へ上へと上っていきます。上昇速度は時速２０ｋｍと言われ、駆け足で逃げても間に合いません。

　煙から逃れるには、階上よりも階下へ、それが無理なら横へにげ、避難口や非常階段から外に逃げましょう。

（３）煙が出たら、床にはらばいになって逃げる

- 出口が近くにない場合は、床に伏せて、はいながら脱出します。床面には新鮮な空気が残っているからです。

（４）ハンカチやタオル、ポリ袋を使う

- 水で濡らしたハンカチやタオルを鼻と口に当てて逃げる方法も有効です。

　ポリ袋を利用するのも有効です。大き目のポリ袋を鼻と口に当て、酸素ボンベ変わりに利用して避難しましょう。

４．衣服に火がついたら

- 逃げる途中衣服に火がついてしまった場合、近くに水があれば水をかけますが、水が近くに見当たらない場合は、床に横になりゆっくりと転がりながら火をたたき消すようにします。火は縦方向に燃え上がる性質があるので、立っていたり、そのまま走ったりすると、より危険な状態になります。

　近くの毛布や厚手の大き目の布類で身をくるむ事により、空気を遮断し、火の勢いを弱めることが出来ます。

５．通電火災に注意を

- 大地震が発生すると、電力線の断絶などが起こり、電気の供給が止まります。

　その後、電気の供給が復旧した際に、火災が発生することがあります。

　この火災を「通電火災」と言います。地震により破損したり倒れた電気器具に通電して火災が発生したり、ガスが漏れているところに通電して発火したり、壊れたコンセントやちぎれた電気配線に通電して火災が発生したり、原因はさまざまです。

　阪神・淡路大震災の時には、通電火災が、発生した火災のうちの６割にも達したとのことです。このような通電火災を防ぐには、避難するときや、電気の復旧前に必ずブレーカーを落とすようにしましょう。

津波に対する心構え

海域で大きな地震が起こると、津波が発生する可能性があります。たとえば、南海トラフ巨大地震や大正関東地震はいつ起きてもおかしくないといわれており、この地震に伴い三宅島には１４分程度で津波が到達すると考えられています。

海岸に近く標高の低い地区の皆さんや、磯釣りや浜遊び、海水浴中などの皆さんは、防災行政無線の放送に十分注意するとともに、強い揺れやゆっくりとした揺れを感じたら、津波警報などの発表を待たずに、直ちに海岸から離れ、高台に避難してください。

海岸付近で強い揺れやゆっくりとした揺れをかんじたら

情報を待たずにすぐ避難

１．津波情報発表時の防災行政無線の放送

村では津波警報などが発表された場合、右記内容を防災行政無線により自動で放送して、島民の皆さんや海岸近くにいる皆さんに注意、あるいは避難を呼びかけます。

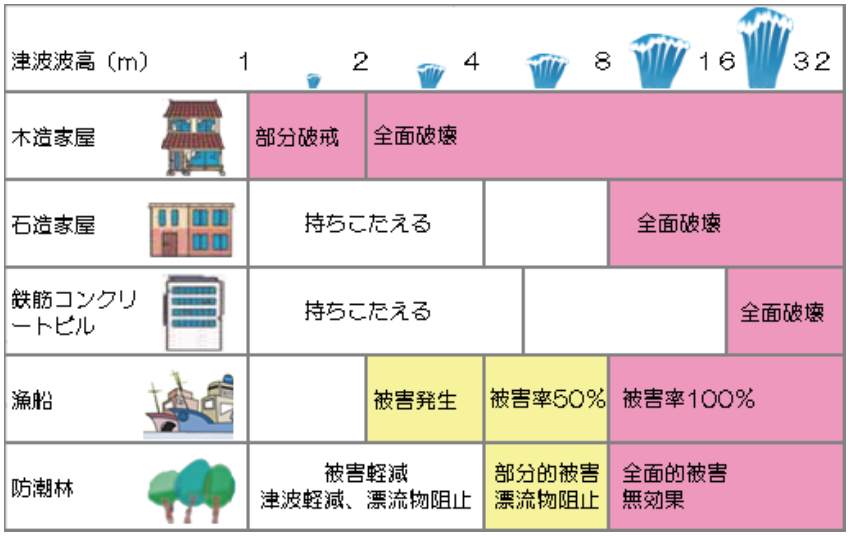
防災行政無線の放送に十分注意してください。

予報区分	放送の内容
大津波警報	＜サイレン＞ 「こちらは防災みやけです。 三宅島沿岸に大津波警報が発表されました。 海岸付近の方は危険ですので、直ちに高台に避難してください。 今後の津波情報に注意してください。」
津波警報	「こちらは防災みやけです。 三宅島沿岸に津波警報が発表されました。 海岸付近の方は高台へ避難をし、今後の津波情報に注意してください。」
津波注意報	「こちらは防災みやけです。 三宅島沿岸に津波注意報が発表されました。 海岸付近の方は十分注意してください。また、海岸には絶対近づかないようにし、今後の津波情報に注意してください。」

２．津波とは…

海域で発生した地震により海底地形が大きく持ち上がったり沈んだりすると、その上にある海水が大きく上下し、この変動が四方八方へひろがっていきます。これが津波です。陸地に近づくと海水全体がせり上がって、「巨大な水のかたまり」となって押し寄せます。気象庁が発表する「予想される津波の高さ」は、海岸付近の海面がどの位高くなるかを言いますが、海岸や湾の地形によって予想された値の数倍に達することがあります。また、津波が陸地をかけのぼる時には、津波の高さの最大約４倍の高さに及ぶことがあります。

津波の高さと被害程度（首藤（1993）を改変）



3．津波の特徴

（1）津波は猛スピードで襲ってきます

津波は海底の深さによってその速さも変わりますが、沖合いではジェット機並みの速さで、陸地に近づいてもオリンピックの短距離選手なみの速さで襲ってきます。海岸で津波が見えてからでは逃げ切れません。

（2）津波は繰り返し襲ってきます

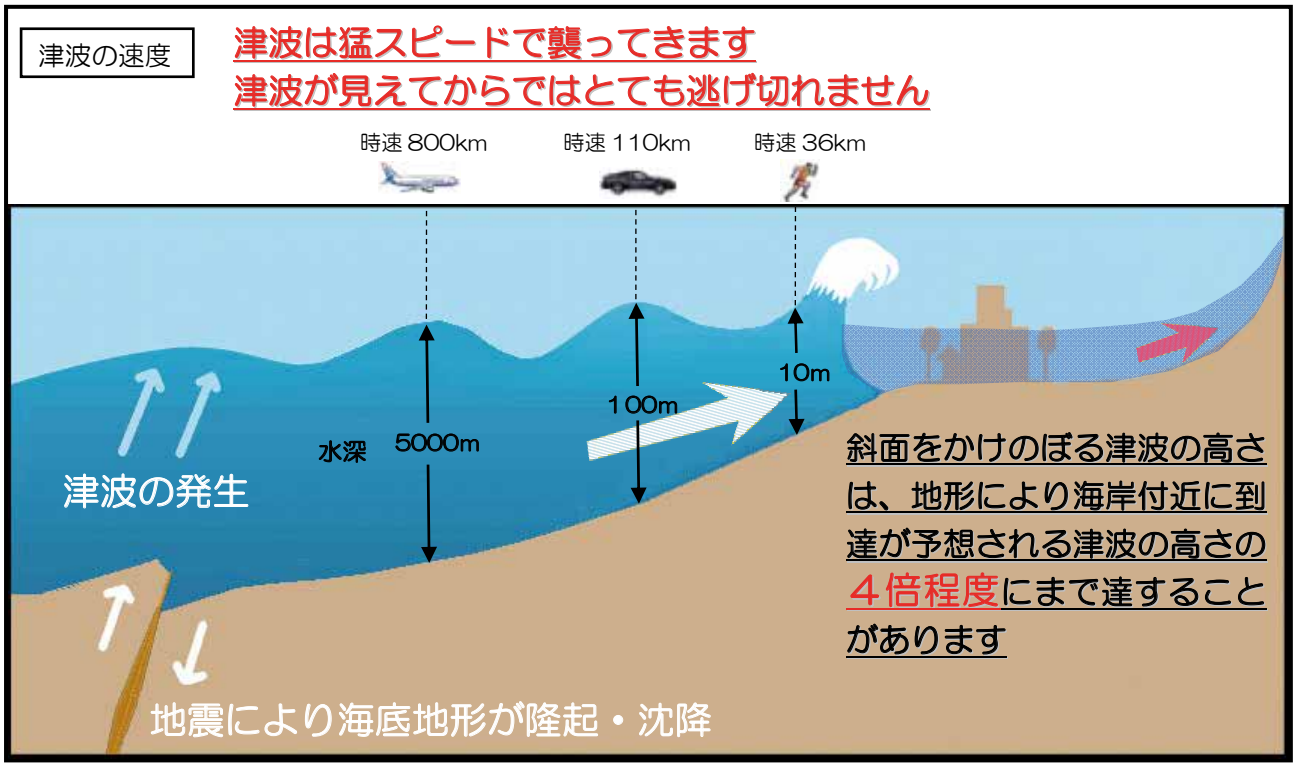
津波は何度も繰り返し襲ってきます。また、第１波よりも、その後繰り返し襲ってくる波の方が高くなることがあります。津波警報や注意報が解除されるまで海岸に近づかないでください。

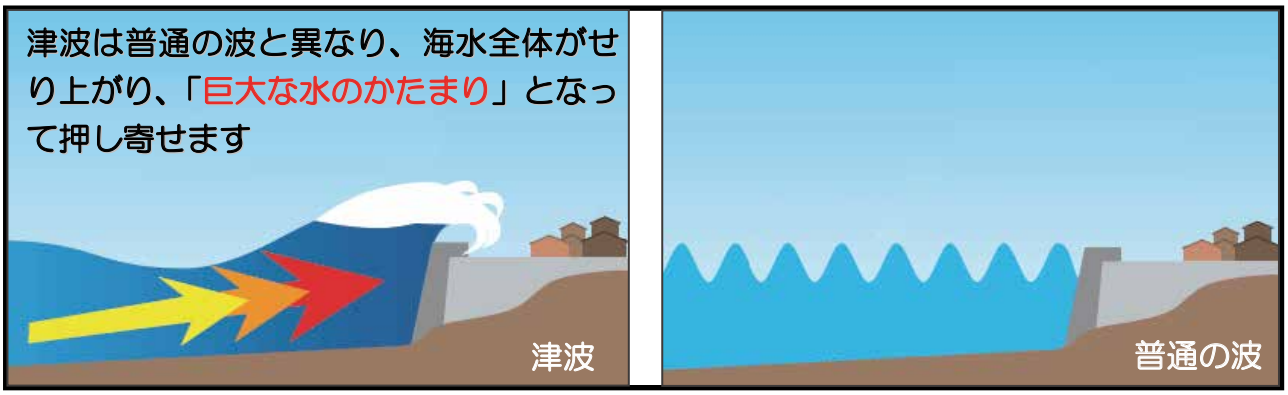
（3）津波はすさまじい破壊力です

普通の波は海の表面近くの海水が動くだけですが、津波の場合は海の表面から何千mの海底までの海水すべてが動いて伝わってきます。陸地に近づくと海水全体がせり上がり、「巨大な水のかたまり」となって押し寄せます。

（4）津波は引き波から始まるとは限りません

「津波がくる前には潮が引くから、潮が引いたら逃げろ」とよく言われますが、これは間違いです。地震の発生の仕方によっては、いきなり大きな波が襲ってくることがあります。防災行政無線により注意や避難の呼びかけがあった場合や、海岸付近で強い揺れやゆっくりした揺れを感じた場合には、海を観察せずに、すぐに避難を始めましょう。





保存版（令和6年3月作成）

三宅島津波浸水ハザードマップ基本図

津波ハザードマップについて

近年、全国において大雨による洪水などの自然災害が多発しています。島しょ地域においては、令和元年9月の台風15号により甚大な被害が発生しました。一方、南海トラフ巨大地震の発生確率は30年以内に70~80%とされ、大きな津波の発生が想定されています。

このような災害から身を守るためには、日ごろからの準備と、災害発生時には危険な場所からの避難が重要になります。

東京都は、令和4年5月25日に「首都直下地震等による東京の被害想定」を公表し、津波の予測を更新しました。

三宅村では、都が公表している津波の浸水域等の資料をもとに、災害の危険、津波警報等の情報や取るべき避難行動、避難場所等を示した津波ハザードマップを更新しました。

このハザードマップを使って、自分の家や学校・職場周辺の浸水リスク（予想範囲や深さ）を把握し、地震や津波の時の避難先や避難経路の確認等を日頃から家族や地域で話し合っておきましょう。また、村が実施する避難訓練に参加し、いざというときに備えましょう。

令和6年3月作成

三宅村総務課
電話:04994-5-0981（代表）

各地での最大津波高と最短到達時間

地名	最大津波高	最短到達時間 30cm津波高	最短到達時間 最大津波高
南海トラフ巨大地震による津波			
三池港	10.3m	6.2分	30.0分
坪田魚港周辺	9.2m	7.9分	22.9分
坪田魚港	9.2m	7.9分	23.0分
阿古魚港	11.3m	5.0分	22.0分
伊ヶ谷魚港	15.9m	13.0分	24.4分
大久保漁港周辺	12.7m	18.5分	25.0分
大久保港・大久保魚港	12.7m	18.5分	25.4分
湯の浜魚港周辺	12.0m	19.7分	26.5分
湯の浜魚港	12.0m	19.7分	26.5分
島全体	15.9m	4.7分	21.3分
大正関東地震による津波			
三池港	2.6m	14.4分	15.1分
坪田魚港周辺	1.9m	9.3分	15.2分
坪田魚港	1.8m	15.4分	15.6分
阿古魚港	2.1m	7.4分	19.7分
伊ヶ谷魚港	2.4m	16.6分	17.2分
大久保魚港周辺	2.4m	15.2分	15.9分
大久保港・大久保魚港	2.5m	15.1分	15.9分
湯の浜魚港周辺	2.6m	13.8分	14.3分
湯の浜魚港	2.6m	14.0分	14.8分
島全体	3.0m	4.3分	14.2分

※各値は「首都直下地震等による東京の被害想定」（令和4年5月公表）における被害想定ケースから以下の考え方で表記しています。
※最大津波高は、津波の高さが最大となるケースの値を、最短到達時間は30cmまたは最大津波高の到達時間が最短となるケースの値を表記しています。

いざというときの避難先（最寄りの避難場所・避難所を書きとめておきましょう）

第1候補：

第2候補：

大津波警報・津波警報・津波注意報の分類と取るべき行動

気象庁は、地震が発生したときには地震の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（特別警報）、津波警報または津波注意報を津波予報区単位（本島は、伊豆諸島予報区に属します）で発表します。

種類	予想される津波の高さ 数値での発表（発表基準）	予想される津波の高さ 巨大地震の場合の表現	想定される被害	取るべき行動
大津波警報（特別警報）	10m超（10m<高さ）	巨大	木造家屋が全壊・流出し、人は津波による流れに巻き込まれます。	沿岸部や川（沢）沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。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。
	10m（5m<高さ≦10m）			
	5m（3m<高さ≦5m）			
津波警報	3m（1m<高さ≦3m）	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。	ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう！
津波注意報	1m（0.2m≦高さ≦1m）	（記しない）	海の中では人は早い流れに巻き込まれます。小型船舶が転覆します。	海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近づいたりしないでください。

※地震発生初期において、地震の規模や震源の位置が把握できない場合には、津波の高さを正確に予測することが困難であるため、津波の高さを定性的表現で発表します。

津波情報

地震（津波）発生

約3分

津波警報・津波注意報（第1報）

想定される津波の高さを「巨大」、「高い」という言葉で発表して非常事態であることを伝えます。

津波情報（警報・注意報に供せて発表）

- 津波到達予想時刻・予想される津波の高さ
- 各地の満潮時刻
- 沿岸で観測した津波の特別や高さ、沖合の観測値から推定される沿岸での津波の到達時刻や高さ

約15分

津波警報・津波注意報（詳細）

想定される津波の高さを、1m、3m、5m、10m、10m超の5段階で発表します。

地震発生後、津波による災害が起こるおそれがない場合には、以下の内容を津波予報で発表します。

- 津波注意報解除後も海面変動が継続
- 海に入っての作業や釣り、海水浴などに際しては十分な留意が必要
- 0.2m未満の海面変動が予想
- 被害の心配は無く、特段の防災対応の必要は無い

※津波が予想されないときは、津波の心配なしの旨を地震情報に含めて発表します。

津波警報等の伝達経路

津波警報等は、下図に示すような経路で伝達されます。

- 気象庁：大津波警報・津波警報・津波注意報・津波情報
- 三宅村役場（災害対策本部）：三宅村防災行政無線／三宅村役場／緊急安全確保
- テレビ・ラジオ／ホームページ／防災行政無線／広報車／消防車
- 島民の皆さん

三宅村の事前避難対象地域の指定状況

事前避難対象地域とは？

地震発生後わずかな時間で浸水被害が生じる地域では、避難するよりも先に道路などが浸水し、避難ができなくなるおそれがあります。そのため、そうした地域では**南海トラフ巨大地震の発生する可能性が高まった時点**で、あらかじめ避難する必要があります。南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が発表された場合には1週間程度、安全な地域へ避難することを呼びかけます。

- 南海トラフでマグニチュード8.0以上の地震が発生（巨大な後発地震発生の可能性が高いと判断）
- ↓
- 「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）」発表（国からの事前避難の指示）
- ↓
- 1週間を基準として事前避難対象地域外へ避難
- 十分な対策の下に屋内安全確保による在宅避難

地域指定の基準

浸水想定区域内にある下記地域

阿古地域
伊ヶ谷地域
伊豆地域（大久保地区）
神着地域（島下地区）
坪田地域（三池港周辺の坪田魚港周辺）

インターネットによる防災情報の入手先

三宅村防災情報
- 村内の防災に関する情報
  - https://www.vill.miyake.tokyo.jp/bousai/bousai/

東京都防災情報
- 都内の避難場所など災害に関する情報
  - https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/

気象庁
- 村内の気象や災害、洪水予報に関する情報
  - PC版・https://www.jma-net.go.jp/tokyo/

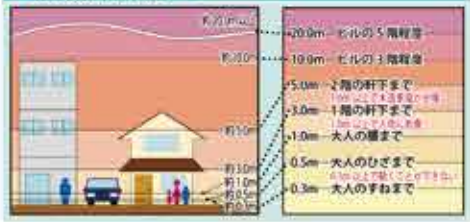
三宅村防災情報 Twitter

●緊急災害時ならびに新規防災情報に関する情報
・https://twitter.com/bousai_miyake

地図の見方

凡例	
	津波避難場所
	津波避難所
	避難対象地域
	避難目標地点
	避難経路
	標高20mの等高線
	都支庁
	村役場
	警察
	消防
	危険物貯蔵所
	要配慮者関連施設
	観光地
	その他の施設等
	主要道路

津波の浸水予測



1:20,000
0 500 1,000 1,500m

津波避難時の心得

① 大津波警報には、特に注意!
津波の高さを「巨大」と予想する大津波警報が発表された場合は、東日本大震災のような巨大な津波が襲うおそれがあります。直ちにできる限りの避難をしましょう。

② 正しい情報を聞く!
テレビ、ラジオなどから正しい情報を入手するように努め、出来るだけ冷静に行動しましょう。うわさや思い込みは、間違った行動を誘発します。

③ 徒歩での避難!
車での避難は、渋滞や事故のおそれがあり、車ごと津波にのみ込まれる危険性があります。
避難は徒歩が基本です。

④ 高い場所へ避難する!
海岸から「より遠く」よりも、「より高い」場所へ避難しましょう。津波避難（場）所など安全な場所に逃げ遅れた場合には、近くにある頑丈で高い建物や高台に避難することを考えましょう。

⑤ お年寄りなどへの避難の協力!
お年寄りや身体に障がいをもたれた方など、手助けが必要な方がいます。ご近所で協力し合って避難しましょう。

⑥ 安全な場所から離れない!
避難した後に自宅に戻ることや家族を探しに行くことなどは危険です。津波警報等が解除されるまでは安全な場所から離れないようにしましょう。

津波災害に備えて

① 家族会議を開こう!
家族を捜しに行って、津波にのみ込まれた事例があります。普段から安全に避難できる場所を家族で話し合っておき、その場所に家族が集まりましょう。

② 地域で話し合おう!
このハザードマップを見て、津波や津波避難について地域で話し合いましょう。普段から、津波の恐ろしさや避難の方法など災害時の行動を話し合っておくことが、いつ襲ってくるかわからない津波に対する有効な備えとなります。

③ 避難訓練に参加しよう!
人間は、過去にやったことがない行動をいざというときに取れないといわれています。避難訓練に参加し、実際に歩いて津波避難（場）所の位置や避難経路などを確認し、いざというときに備えましょう。

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。
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。

津波の特徴

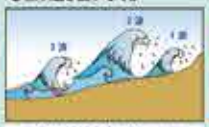
●津波の速さと高さ

津波は、海が深いほど速く伝わります。陸地に近づくにつれて遅くなりますが、波の高さは高くなります。

●津波の高さは地形により変化する

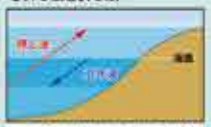
津波は沿岸の地形等の影響により、局所的に予想より高くなる場合があります。ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう。

●繰り返し襲ってくる



津波は2波3波とくり返し襲ってきます。波の高さは第1波よりも第2波の方が高いことがあります。

●押し波と引き波



津波は引き波で始まる場合もあれば、押し波で始まる場合もあります。地震が起きたら、まず避難しましょう。

伊ヶ谷地域
伊ヶ谷漁港
三宅村コミュニティセンター
三宅村伊ヶ谷出張所
伊ヶ谷ふれあい館
后神社
長根八幡神社
伊ヶ谷郵便局
常勝庵
大林寺
伊ヶ谷駐在所
緩教三宅島分院
1:5,000
0 50 250 500m

伊豆地域
大久保漁港
三宅村活動火山
対策避難施設
三宅中学校
三宅小学校
大久保浜海水浴場
東京電力三宅島
内燃力発電所
東京都島しょ保健所
三宅出張所
みやけ保育園
伊豆駐在所
伊豆児童遊園
伊豆老人福祉館
三宅村伊豆出張所
善隣寺
普済院
伊豆郵便局
1:5,000
0 50 250 500m

阿古地域
1:7,500
0 50 100 500 750m
夕景浜
阿古墓地
円徳寺
今崎
阿古体育館
旧阿古旧小中学校グランド
郷土資料館
三宅村役場臨時庁舎
リフレッシュふるさと館
ふるさとの湯
ふるさと味覚館
メガネ岩
錆ヶ浜海水浴場

神着地域
湯の浜漁港
三宅村国民健康保険直営中央診療所
三宅島郵便局
神着駐在所
湯船グラウンド
三宅村商工会
三宅村神着出張所
神着老人福祉館
御笏神社
東京都三宅支庁
三宅島警察署
釜の尻海水浴場
島下（旧都道）
（一時避難場所）
椎取神社
1:7,500
0 50 250 500m

地図の見方

凡例	
	津波避難場所
	津波避難所
	避難対象地域
	浸水深 30cm 到達時間
	避難目標地点
	避難経路
100m	避難経路区間距離（m）
	避難方向
	標高20mの等高線
	都支庁
	村役場
	警察
	消防
	危険物貯蔵所
	要配慮者関連施設
	観光地
	その他の施設等
	主要道路

津波浸水ハザードマップ基本図の想定条件、注意点

- この地図は、最大クラスの津波が発生した場合に想定される浸水の区域と最大浸水深、津波避難所などを示したものです。
- この地図に示す最大浸水深は、令和４年５月に東京都が公表した被害想定結果をもとに掲載しています。最大浸水深は、南海トラフ巨大地震（マグニチュード 9.1）と大正関東地震（マグニチュード 8.2）に伴う津波による浸水深をシミュレーションして、各地点でもっとも深くなる浸水深として設定しています。
- 最大津波高の到達時間は、地震発生後約21分と想定されていますが、津波の影響は、早いところで約5分後に出始めるため、速やかに安全な場所に逃げてください。
- 最大クラスの津波は、現在の科学的知見をもとに、過去に実際に発生した津波や今後発生が想定される津波から設定したものであり、これよりも大きな津波が発生する可能性がないというものではありません。
- 地震の震源が想定より陸地に近かったり、想定を超える津波が来襲するなど、条件が異なる場合には、ここで示した時間よりも早く津波が到達したり、最大浸水深がより深くなる可能性があります。

いざというときの連絡先

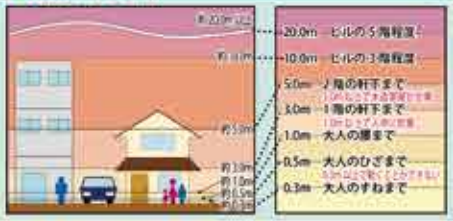
- 火事・救急119
- 警察110
- 海上保安庁118
- 東京都災害ボランティア
- 坪田出張所 04994-6-1234

名称	電話
三宅村役場臨時庁舎	04994-5-0981
三宅村伊豆出張所	04994-2-0014
三宅村神着出張所	04994-2-0009
三宅村坪田出張所	04994-6-1234
三宅村伊ヶ谷出張所	04994-2-0338
東京都三宅支庁	04994-2-1311
三宅島警察署	04994-2-0511
三宅村消防本部	04994-6-0119

避難（場）所一覧表

地区	名称	避難所	避難所	標高
伊豆地区	三宅中学校	○	○	44m
	三宅小学校	○	○	44m
	三宅村活動大会(特別避難場所)	－	○	49m
	伊豆老人福祉館	－	○	61m
	みやけ保育園	－	○	83m
	伊豆児童遊園	○	－	61m
神着地区	神着老人福祉館	－	○	64m
	泉船グラウンド	○	－	51m
	島下（旧郵便）（一時避難場所）	○	－	40m
坪田地区	三宅村役場周辺広場（一時避難場所）	○	－	32m
	都立三宅高等学校	○	○	57m
	三宅村レクリエーションセンター	－	○	34m
	三宅村文化会館	－	○	34m
	坪田福祉会館	○	○	30m
	旧坪田中学校	○	○	30m
阿古地区	阿古体育館	－	○	31m
	郷土資料館	－	○	31m
	伊豆小中学校グランド	○	－	31m
伊ヶ谷地区	三宅村コミュニティセンター	○	○	76m

津波の浸水予測



台風、風水害に対する心構え

台風等による風水害

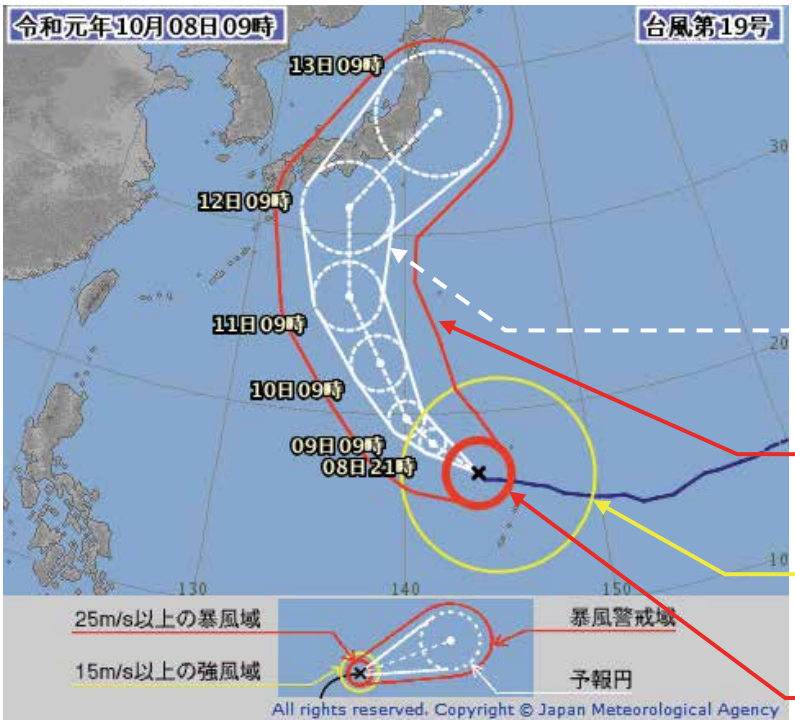
伊豆諸島は台風の通り道と言われるほど、台風による被害が著しい地域です。平成７年９月 16 日の台風は戦後最大級の超大型台風といわれ、三宅島にも甚大な被害をもたらしました。台風の日本への接近や上陸は、７月から 10 月にかけて最も多くなります。

台風災害の特徴は、猛烈な風、豪雨、異常な気圧の下降によってもたらされる風害・水害・高潮害・波浪害・塩害などです。強風による家屋の損壊・倒木、豪雨による土砂崩れ、畑などの塩害などにより私たちの生活を脅かします。しかし、台風等による風水害は、事前の備えをすることや防災気象情報に注意することによって被害を少なくすることができます。

台風に備える防災気象情報

台風が発生すると、現在の台風の中心位置のほか、その後の進路や最大風速などの予報が気象庁から発表されます。ラジオやテレビで伝えられるほか、インターネットから最新の情報を入手することができます。台風に関する情報のほか、大雨や強風などにより災害の発生のおそれのあるときに発表される「気象注意報」や、重大な災害のおそれのあるときに発表される「気象警報」などの防災気象情報にも注意してください。

５日先までの台風の進路予報の例



５日先までの台風の進路、強さを予報します。

予報円（白い破線）
70%の確率で台風の中心が位置すると予想される範囲

暴風警戒域（赤線の囲み）
暴風域に入るおそれのある範囲

強風域（黄色い円）
平均風速が 15m/s 以上の風の範囲

暴風域（赤い円）
平均風速が 25m/s 以上の風の範囲

台風の強さと最大風速

台風の強さ	中心付近の最大風速	風速と被害	
猛烈	54m/s以上	60m/s	鉄塔の曲がるものがでる。
非常に強い	44m/s以上 54m/s未満	50m/s	倒れる木造家屋が多くなる。
強い	33m/s以上 44m/s未満	40m/s	屋根が飛ぶ。 小石が飛ぶ。

（風速は平均風速。被害状況は「新版 気象ハンドブック（朝倉書店）」より）

台風への対応

日ごろからの備え

（１）停電に備えて、懐中電灯、ローソク、トランジスターラジオ等を用意しておきましょう。また、避難時に備えて食料や衣類等の非常持出し品（P．53）を用意しておきましょう。

（２）隣近所の人との連絡方法を決めておきましょう。

（３）いざという時の避難場所（P．56）を確認しておきましょう。

台風等が近づいてきた時の準備

（１）ラジオ、テレビで台風情報や気象警報、注意報などの各種情報や防災上の注意をよく聞き、その内容に応じた対策をたてましょう。台風が近づくと、深夜でも気象情報が放送されるので、台風の位置、進路予想、暴風雨圏等を確かめるようにしましょう。

（２）断水に備えて、飲料水を確保するほか、浴槽に水を張るなどして生活用水を確保しておきましょう。

（３）村から避難指示があったら、いつでも避難できるよう準備しておきましょう。

（４）異常や不安を感じたら、呼びかけがなくても早めに避難をしましょう。

台風が襲ってきた時の対応

（１）外出を控えましょう。やむを得ず外出する場合は、目的、行き先、経路、帰宅予定時間等を家族に知らせておきましょう。

（２）大雨が長く続くと、河川が増水したり、山崩れ・がけ崩れ・土石流・泥流が起こりやすくなります。日ごろは安全と思われている場所でも油断せず、これらの場所にはむやみに近づかないようにしましょう。

（３）堤防や護岸の近くに住んでいる方は、高潮や高波に注意しましょう。

（４）断線したり、垂れ下がっている電線には絶対触らないでください。自宅や工場などが浸水した場合、水にぬれた屋内配線、電気器具等は危険なため検査を受けるまで使用しないでください。

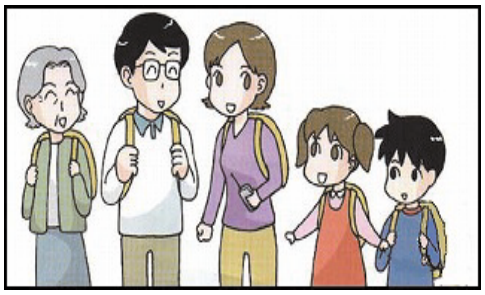
避難する時の注意

（１）避難の指示は防災行政無線のサイレンや放送、広報車などでお知らせしますので、よく注意してください。

（２）避難する前に、必ず火を始末しましょう。また、しっかり戸締りをしましょう。

（３）非常持出し品を入れた袋等は背中に背負って両手は使えるようにしておきましょう。帽子、頭巾、ヘルメット等で頭を守ることも大切です。

（４）高齢者、障害者、乳幼児、妊婦などの要配慮者を早めに避難させましょう。



風に対する補強対策 ※台風接近前に行う

（１）窓や雨戸はしっかりとカギをかけ、必要に応じて補強しましょう。屋根の状況もあらかじめ確認しておきましょう。

（２）風で飛ばされそうな物は飛ばないよう固定したり、家の中へしまいましょう。

泥流

泥流とは大雨の時に泥・火山灰・石と水が混じりあい、時には樹木を巻き込みながら沢や谷底など低いところに沿って流れ下ってくる現象です。

泥流は自動車より速く流れることがあり、家や橋なども押し流されるおそれがあります。

大雨・洪水警報が発表されたとき

大雨・洪水警報（１時間に 60mm以上の降水が予想された時など）が発表された場合には、沢や谷に近づいてはいけません。その周辺や橋の上も危険な場合があります。

防災気象情報の確認の仕方

テレビ・ラジオ以外に、携帯電話・パソコンを使って防災気象情報を確認することができます。以下のページを登録しておくと便利です。

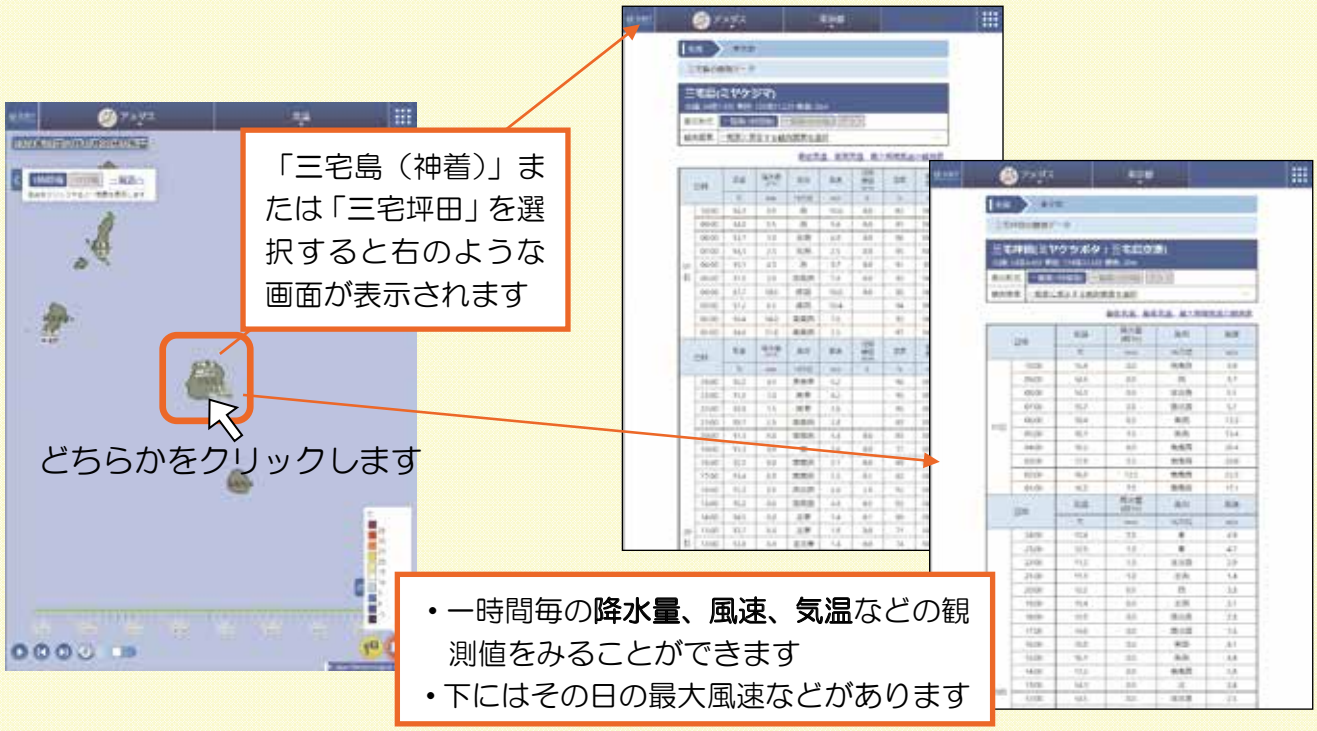
〇携帯電話から確認するには
防災情報提供センター携帯サイト
https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/

QR コード →

〇パソコンから確認するには
気象庁ホームページ
https://www.jma.go.jp/jma/index.html

現在の三宅島の気象状況を確認するには

下記ホームページから三宅島のアメダスを選択して風速などの観測値をみることができます
アドレスを入力↓
https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#10/34.042/139.535/&elem=temp&contents=amedas&interval=60
もしくは
気象庁 HP から⇒防災情報（HP 上方のタブ）⇒アメダス（地上の観測結果）⇒三宅島付近を拡大



土砂災害について

◎土砂災害防止法の概要

「土砂災害防止法」は土砂災害から国民の生命及び身体を保護することを目的とし、土砂災害警戒区域では警戒避難体制の整備を図り、土砂災害特別警戒区域では特定開発行為に対する許可制、居室を有する建築物の構造規制等の施策を講じるものとしている。これらの施策を実施するため、定期的に基礎調査を実施し、土砂災害警戒区域等を指定することとしています。

◇土砂災害警戒区域（通称：イエローゾーン）

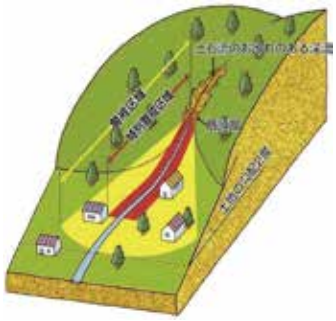
急傾斜地の崩壊等が発生した場合に住民等の生命又は身体に危害が生じるおそれがあると認められる土地の区域で、危険の周知、警戒避難体制の整備を行う必要がある区域です。

◇土砂災害特別警戒区域（通称：レッドーゾーン）

土砂災害警戒区域のうち、急傾斜地の崩壊等が発生した場合に、建築物に損傷が生じ住民等の生命又は身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる区域で、特定の開発行為に対する許可制、建築物の構造規制等が必要な区域です。

◎土砂災害の種類

がけ崩れ



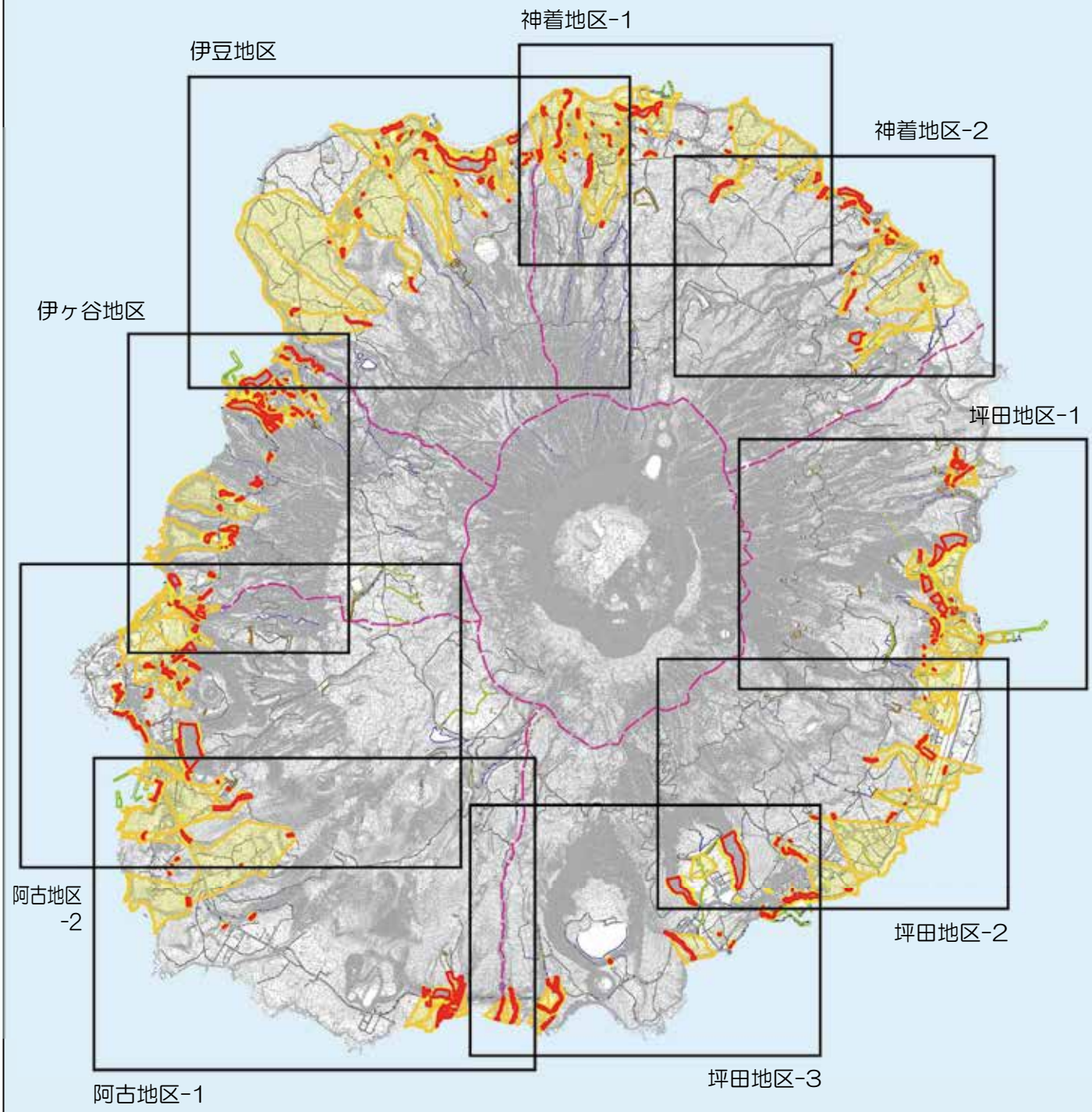
土石流

地すべり

◇土砂災害の前に発生する様々な前兆現象

湧水量増加、小石がバラバラ落下、亀裂の発生　⇒　**がけ崩れ発生**
流水の異常な濁り、山鳴り・地鳴り、水位の急激な低下　⇒　**土石流発生**
湧水量増加、井戸水の濁り、亀裂の発生、山鳴り・地鳴り　⇒　**地すべり発生**

三宅島土砂災害ハザードマップ

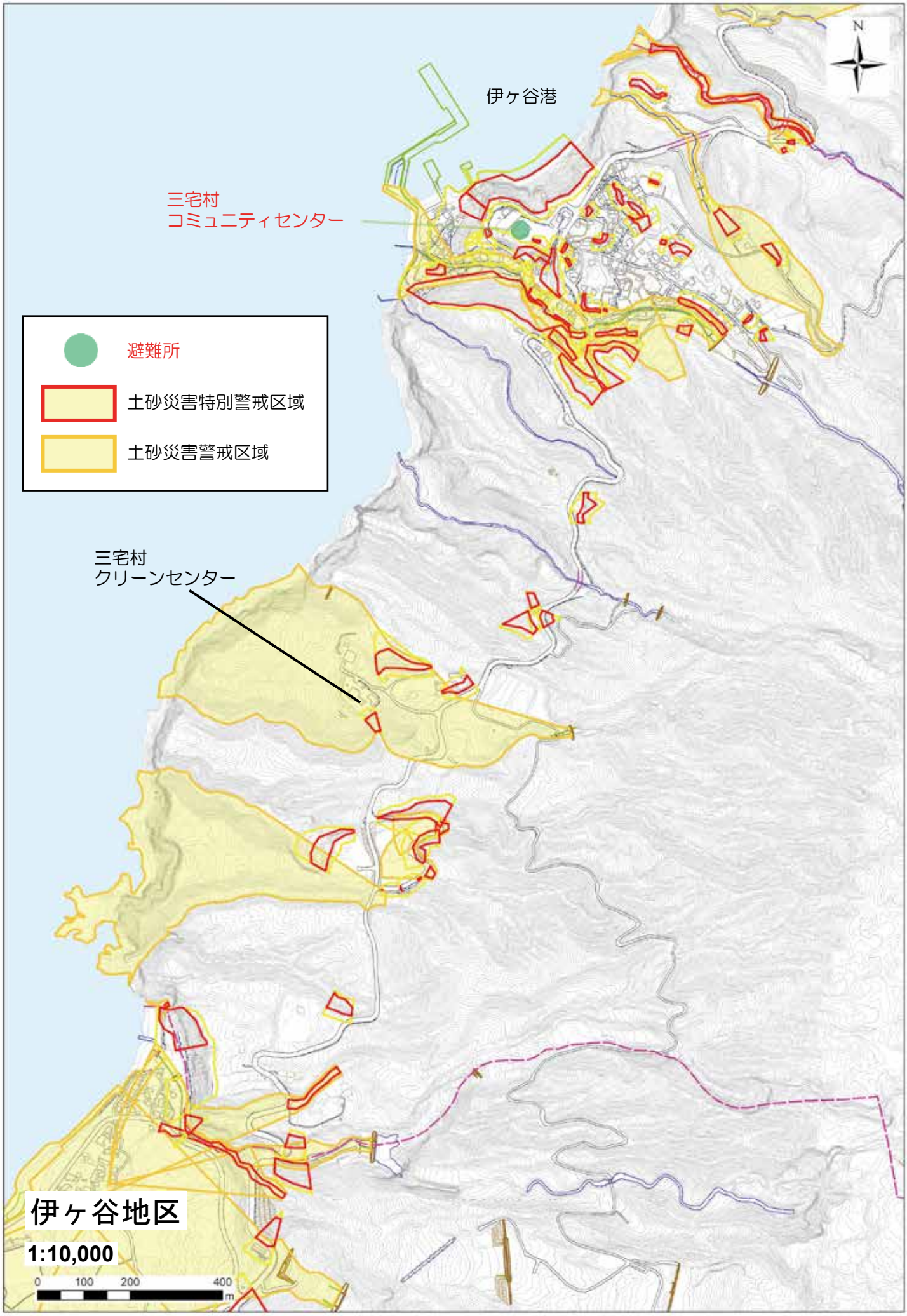


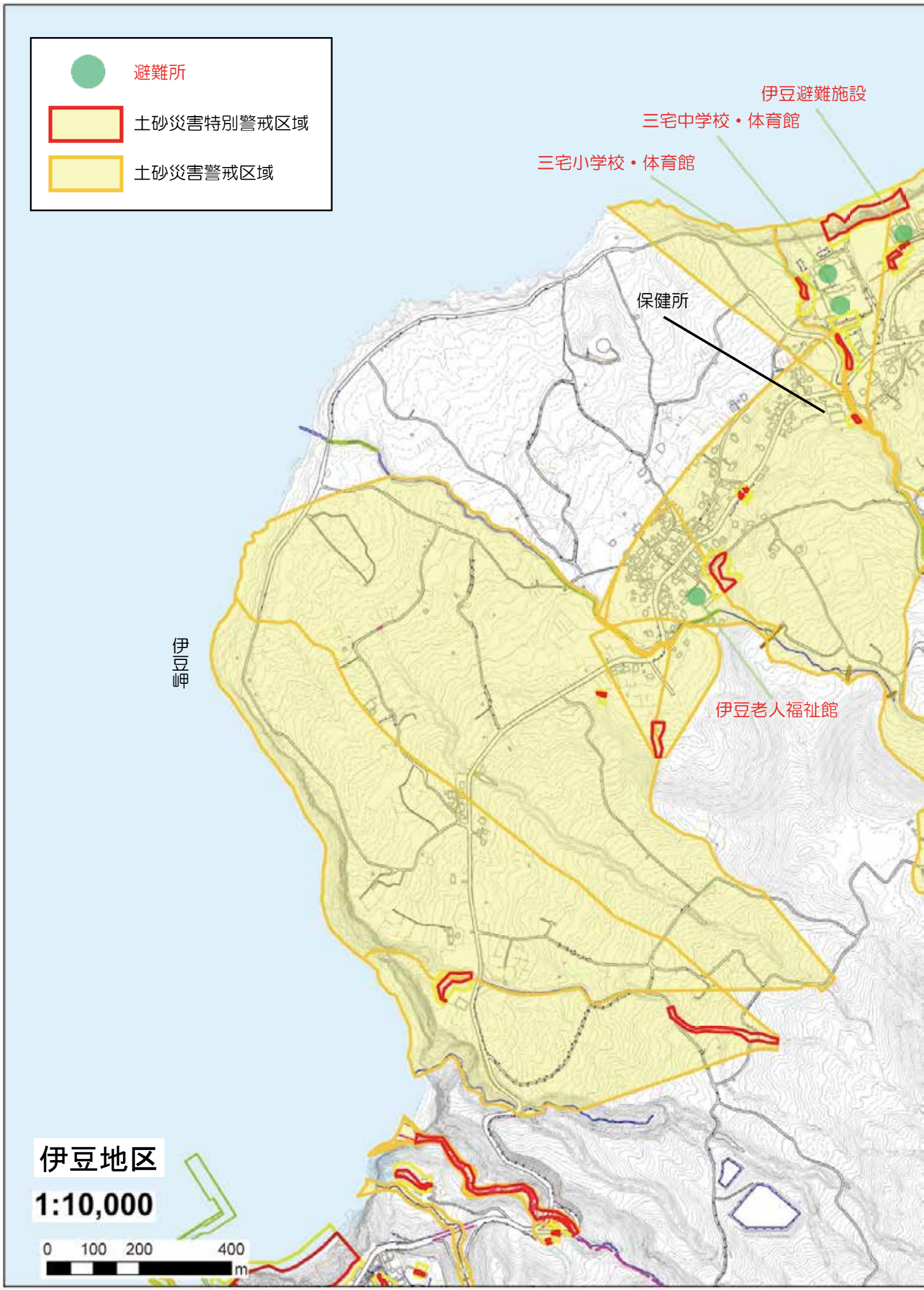
土砂災害特別警戒区域
（土砂により建物が破壊され住民に大きな被害が生じるおそれのある区域）

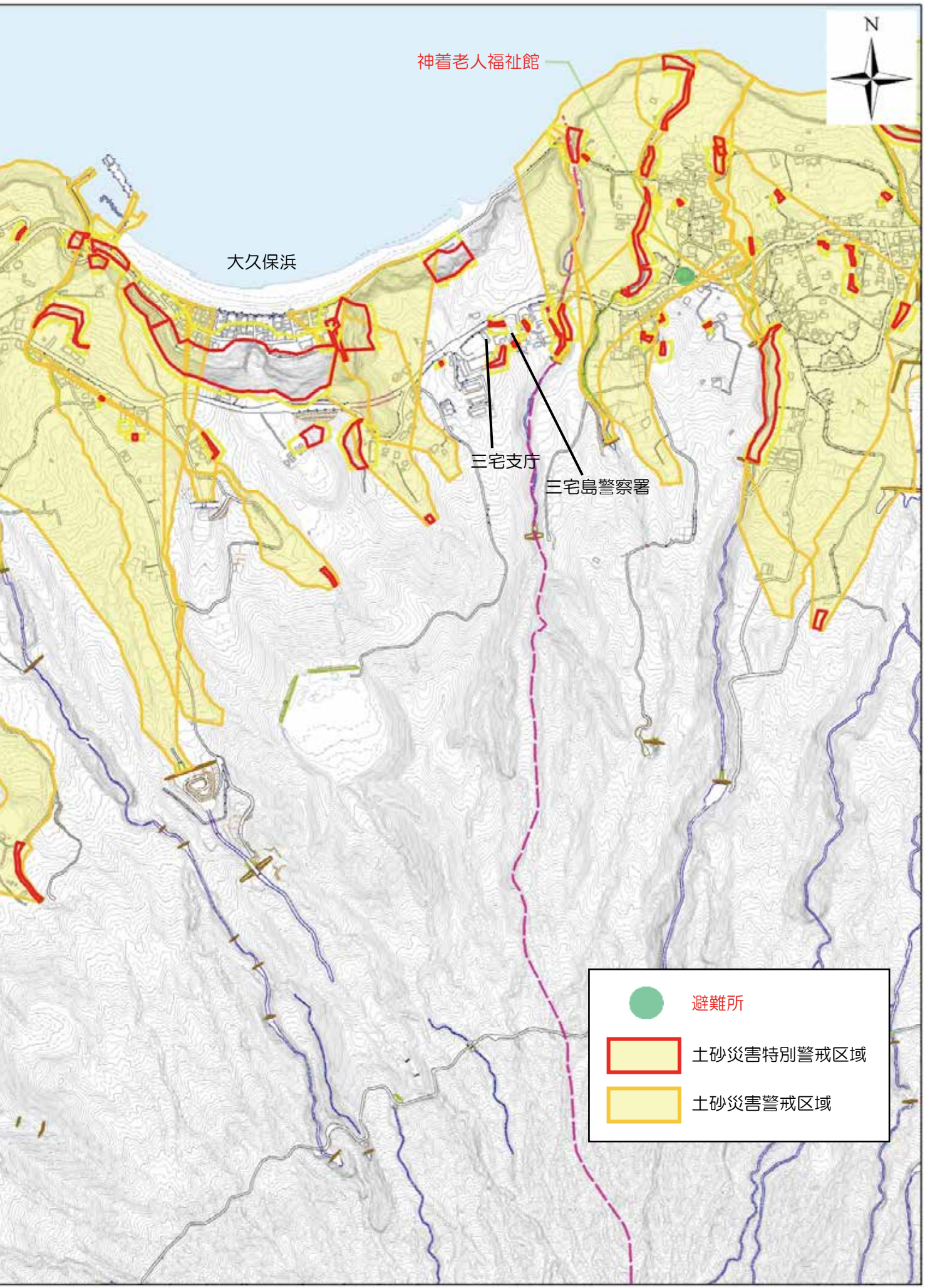
土砂災害警戒区域（土砂災害のおそれのある区域）

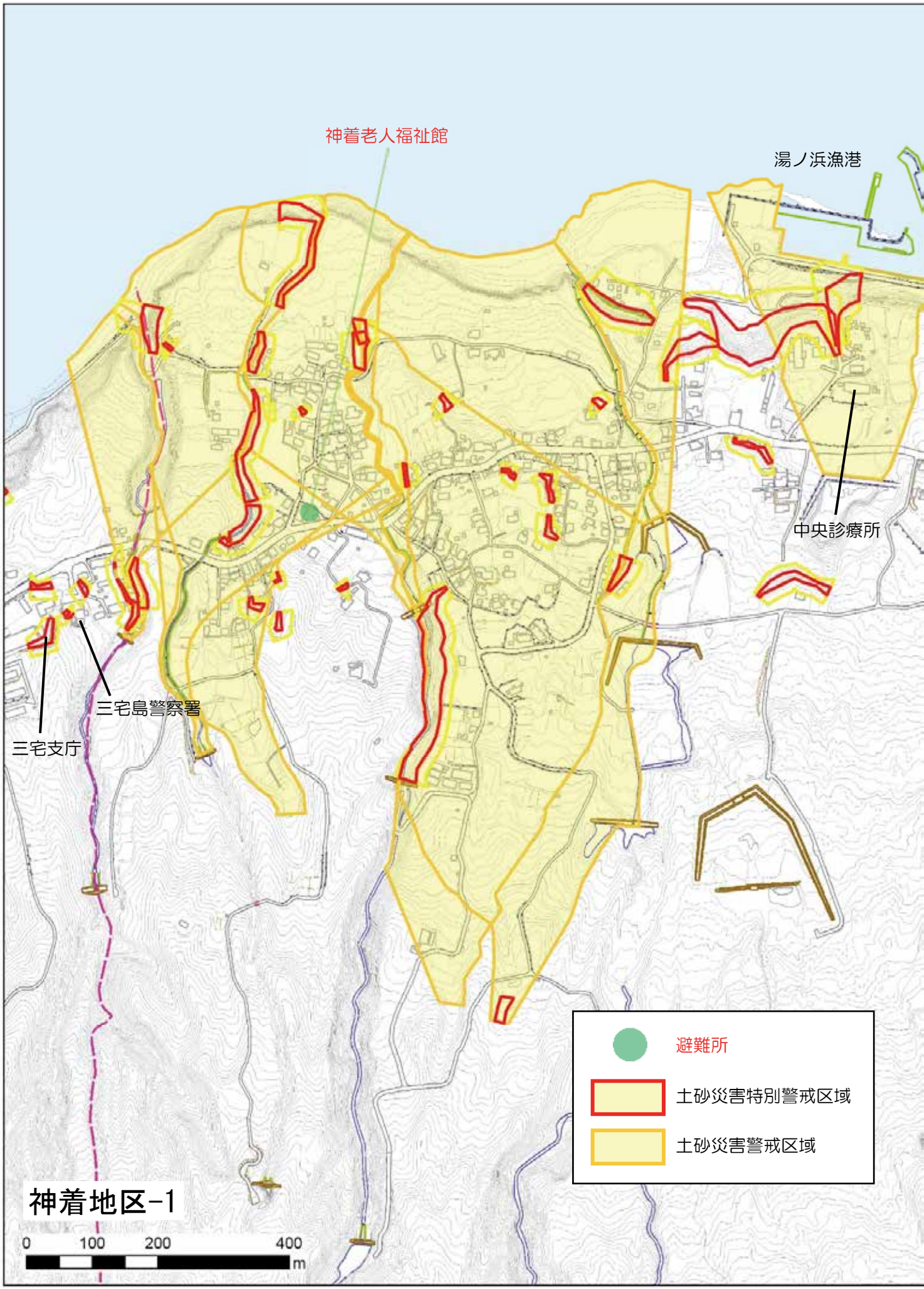
1:50,000

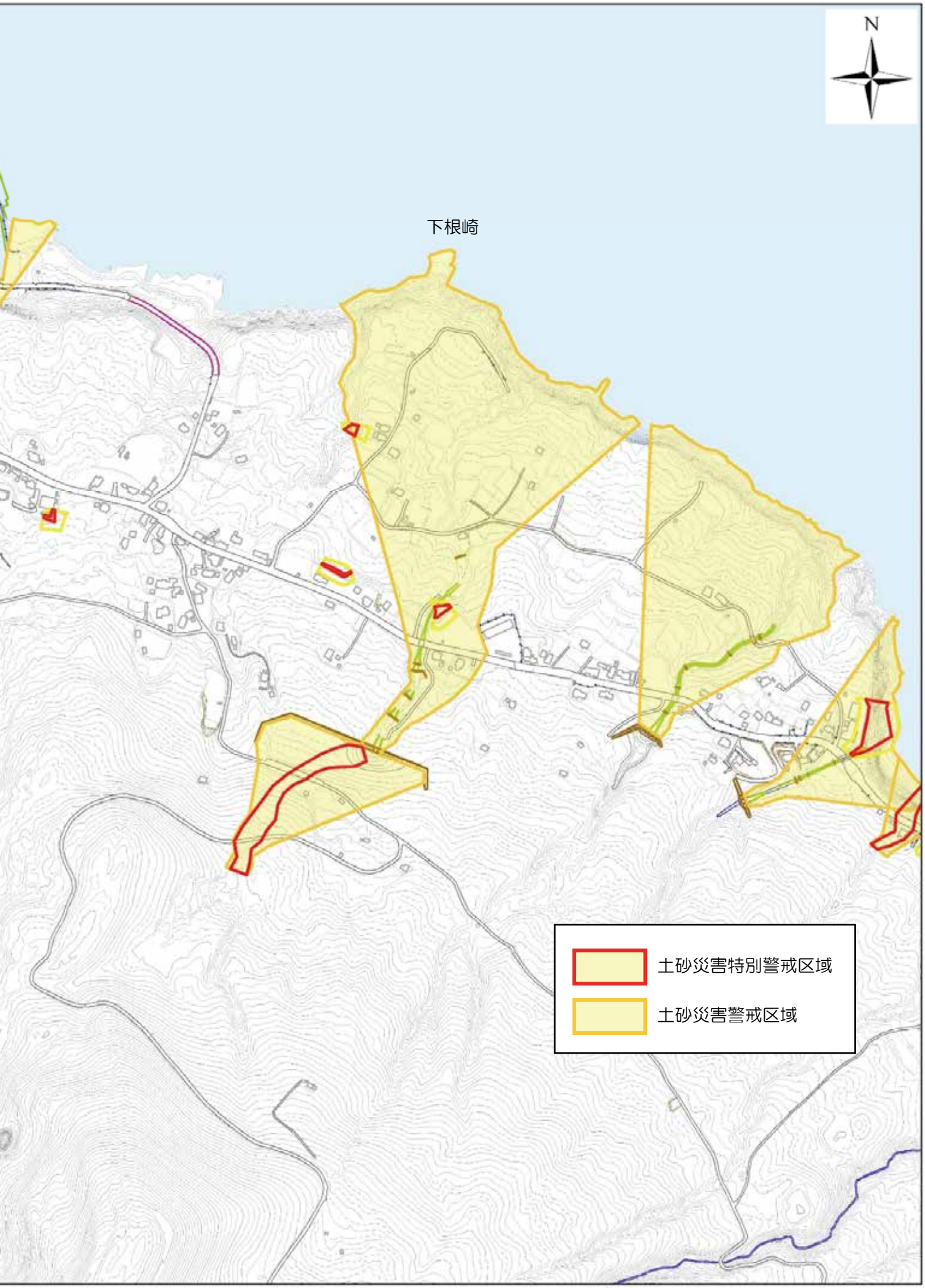
0 0.5 1 2 km

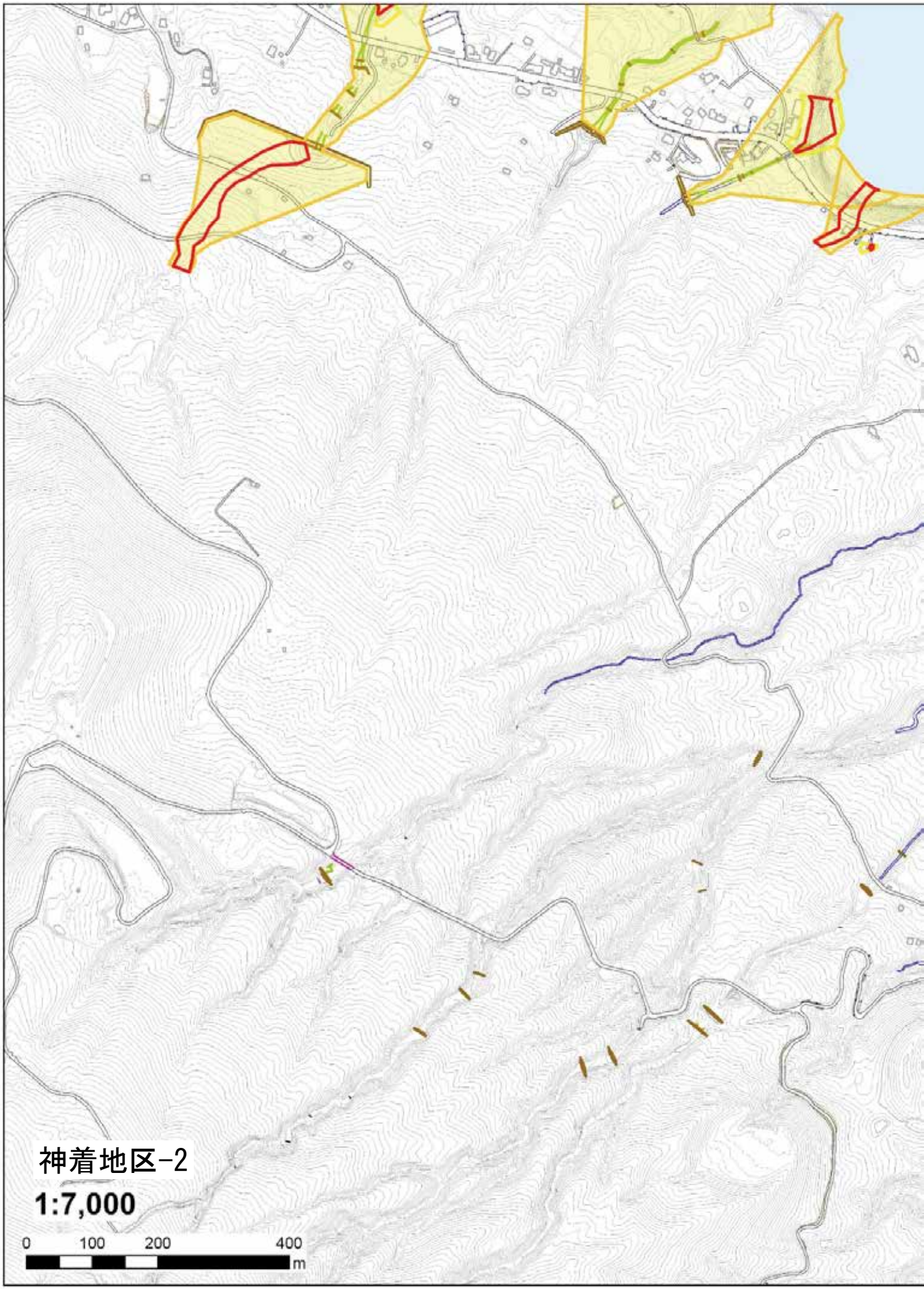

伊ヶ谷港
三宅村
コミュニティセンター
避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
三宅村
クリーンセンター
伊ヶ谷地区
1:10,000
0
100
200
400
m
N


避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
伊豆避難施設
三宅中学校・体育館
三宅小学校・体育館
保健所
伊豆岬
伊豆老人福祉館
伊豆地区
1:10,000
0 100 200 400
m

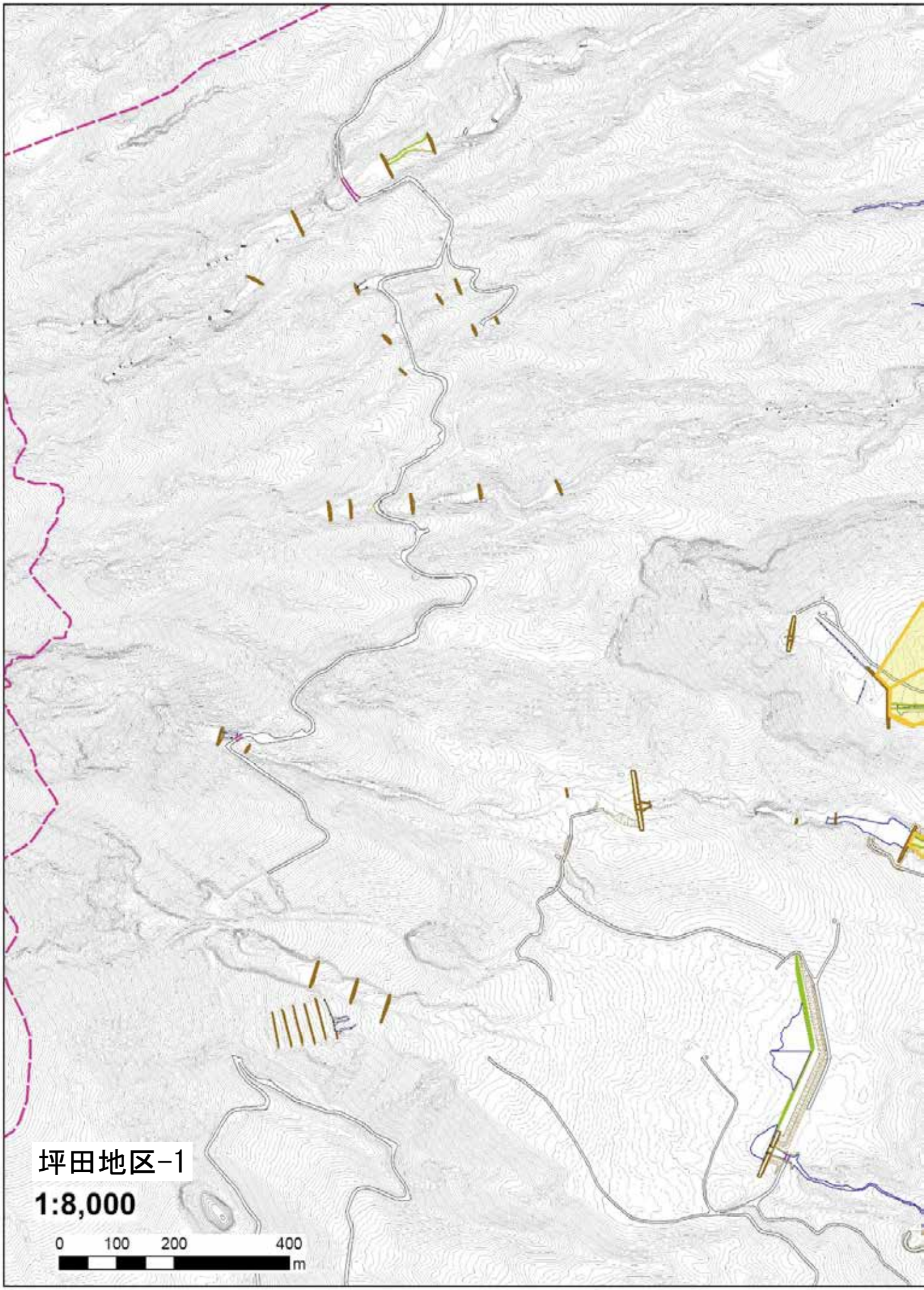

N
神着老人福祉館
大久保浜
三宅支庁
三宅島警察署
避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域


神着老人福祉館
湯ノ浜漁港
中央診療所
三宅島警察署
三宅支庁
避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
神着地区-1
0
100
200
400
m

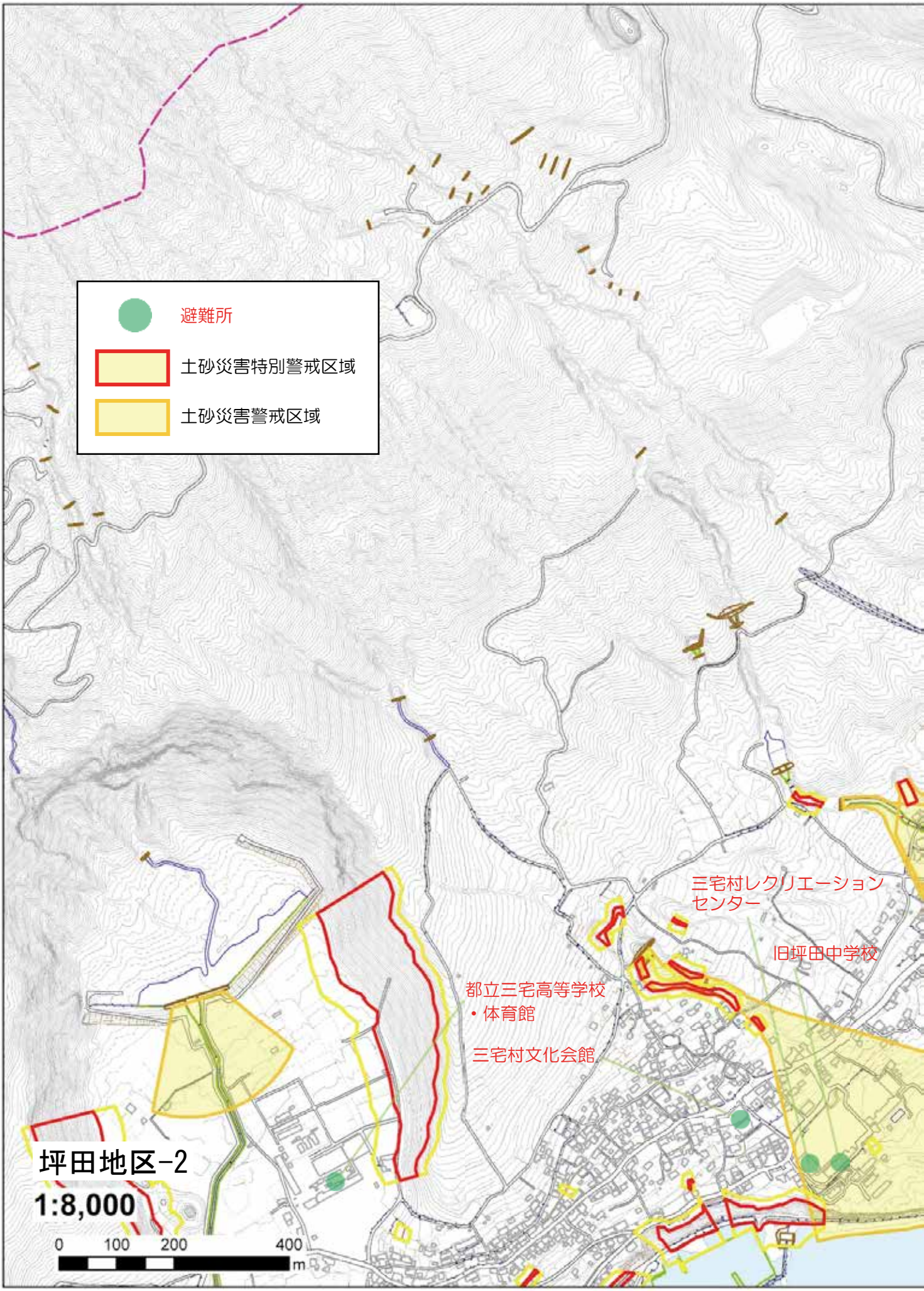

N
下根崎
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域

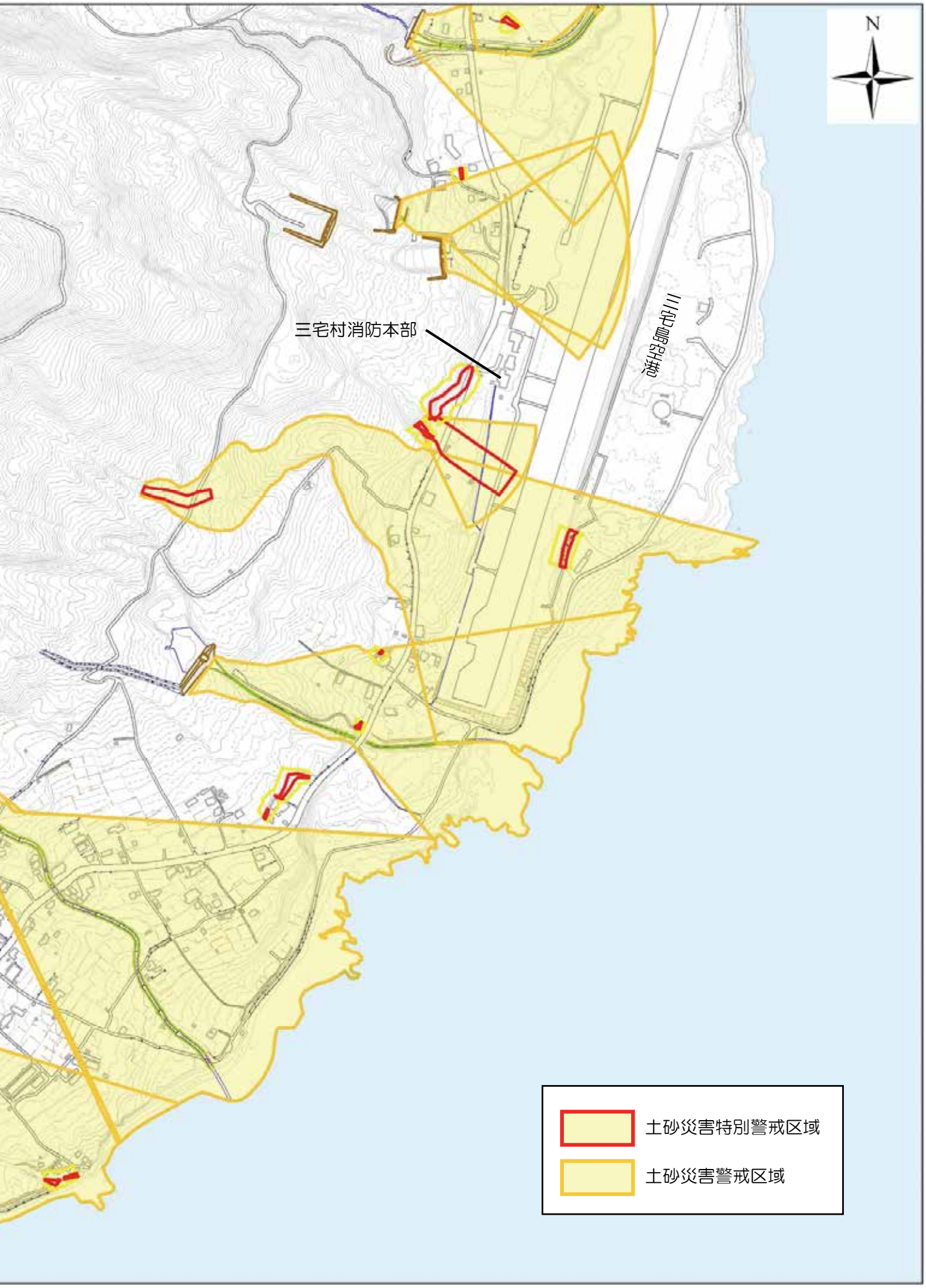

神着地区-2
1:7,000
0
100
200
400
m

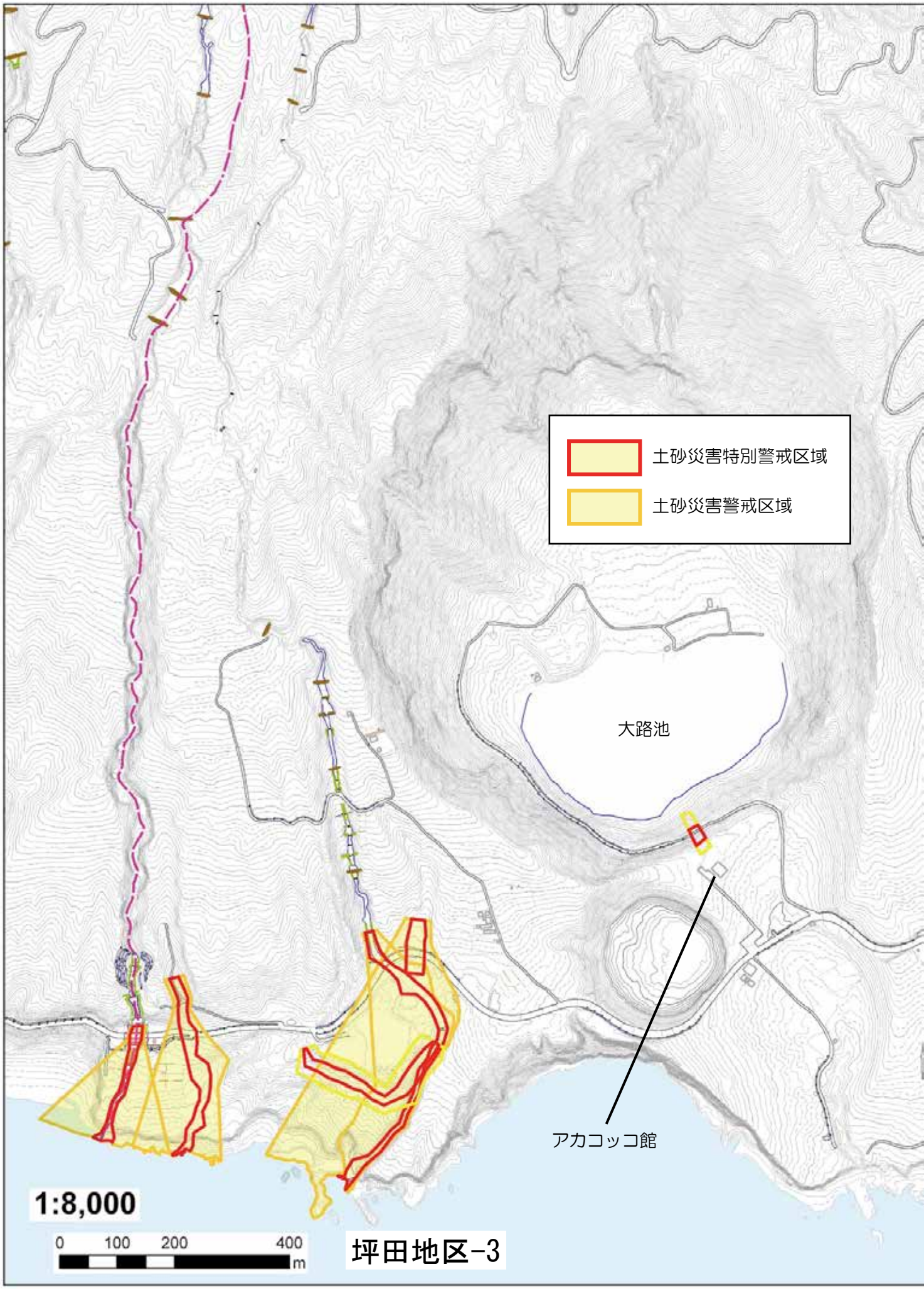
N
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
砲台
釜ノ尻
ひょうたん山


坪田地区-1
1:8,000
0
100
200
400
m

N
サタドー岬
三池浜
三宅村役場
三池港
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域

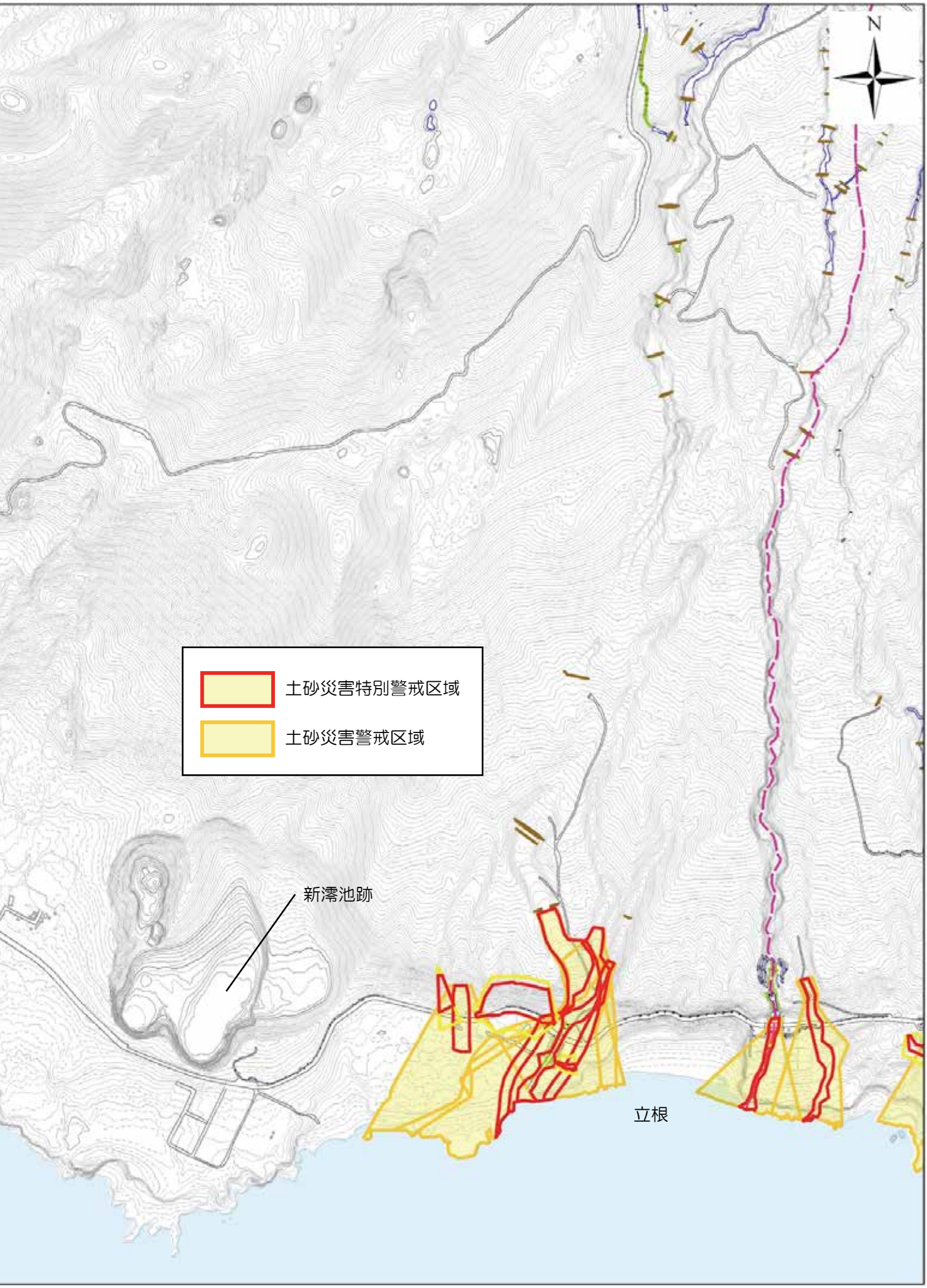

避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
三宅村レクリエーション
センター
旧坪田中学校
都立三宅高等学校
・体育館
三宅村文化会館
坪田地区-2
1:8,000
0
100
200
400
m

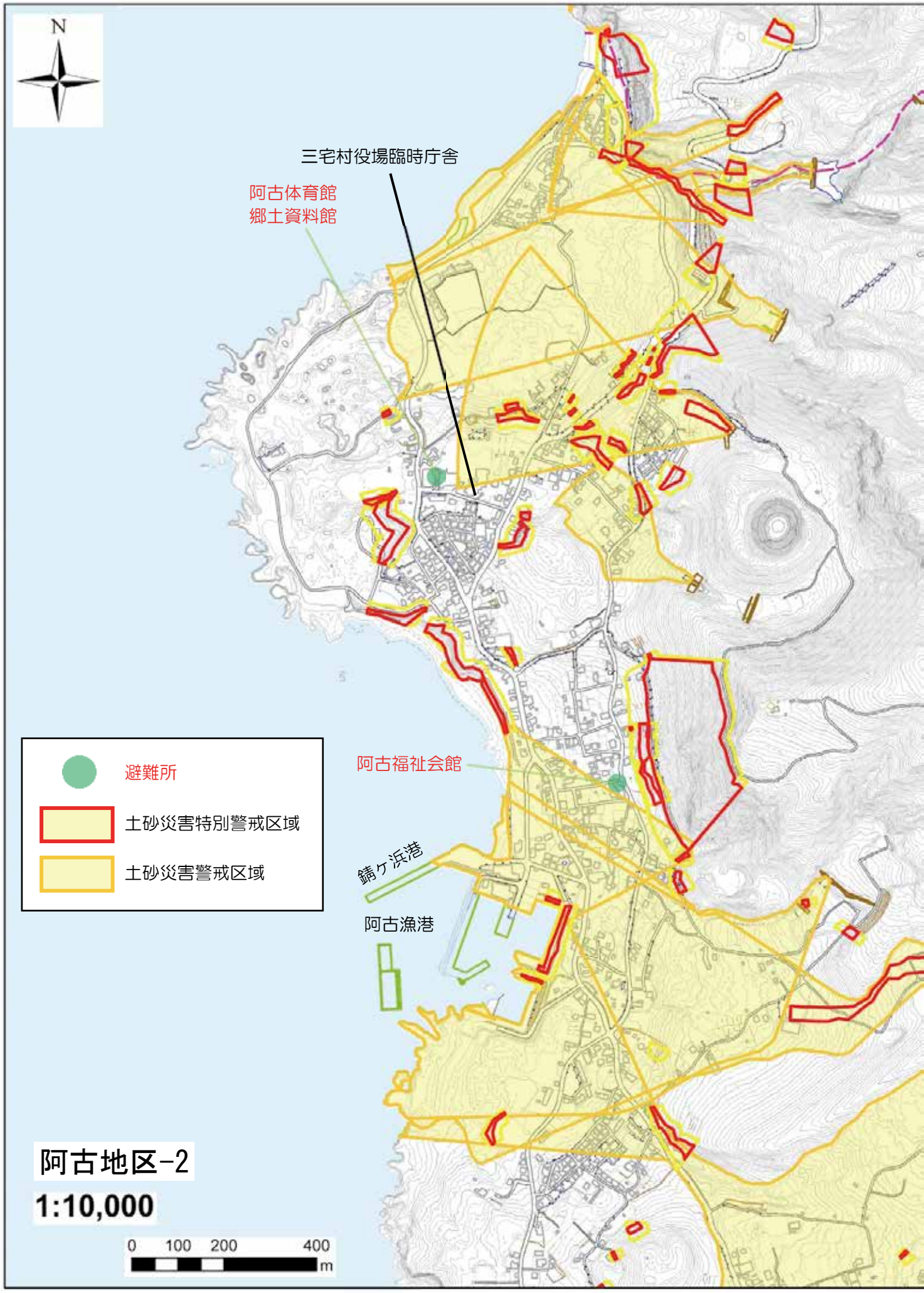

N
三宅村消防本部
三宅島空港
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域

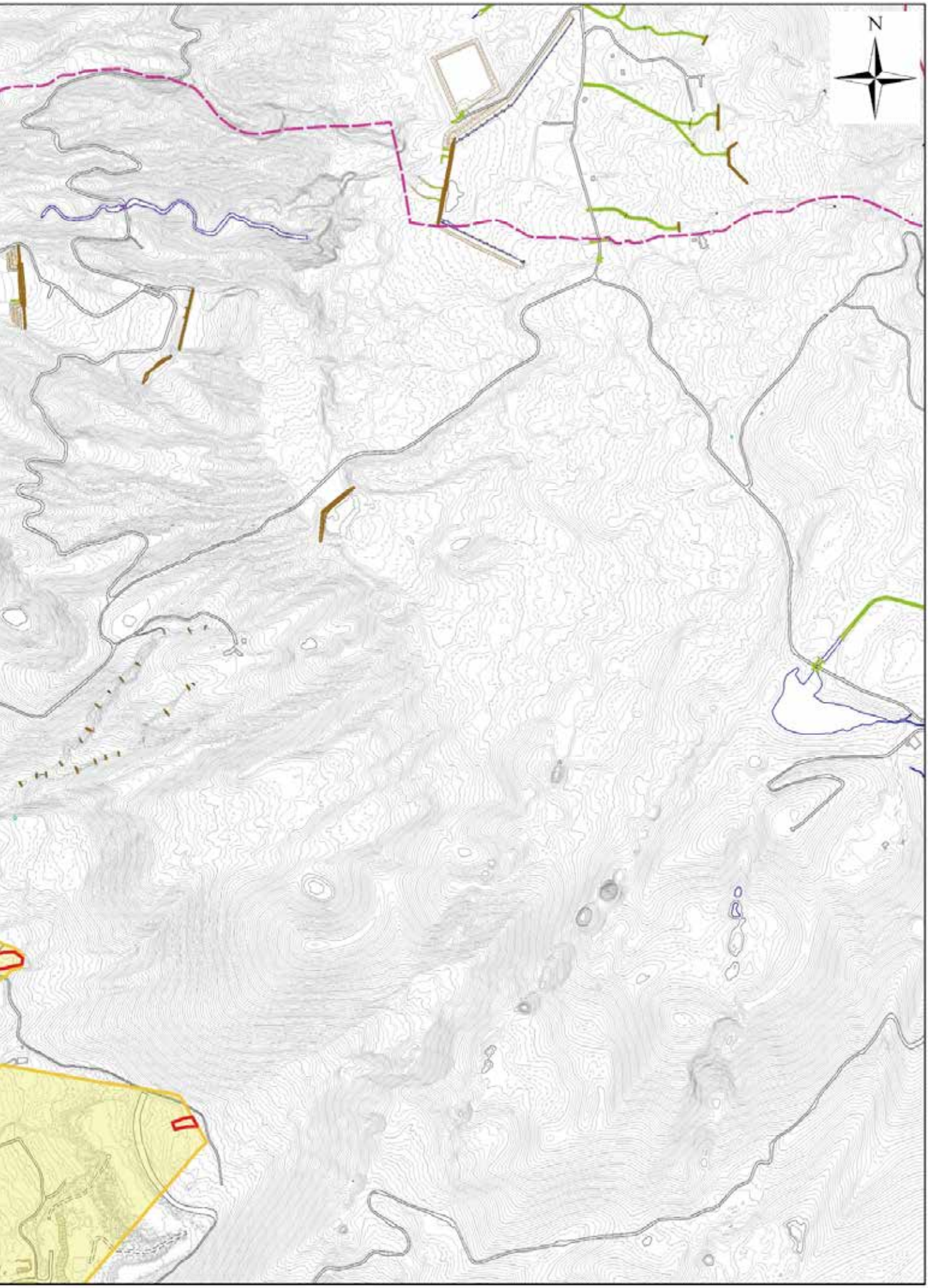

土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
大路池
アカコッコ館
1:8,000
0 100 200 400
m
坪田地区-3

N
都立三宅高等学校
・体育館
旧坪田中学校
坪田漁港
三宅村
レクリエーション
センター
三宅村文化会館
長太郎池
都島しょ農林水産
総合センター三宅事務所
避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域

鋳ケ浜港
阿古漁港
特別養護
老人ホーム
あじさいの里
富賀浜
富賀神社
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
阿古地区-1
1:10,000
0 100 200 400
m


N
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
新澪池跡
立根


N
三宅村役場臨時庁舎
阿古体育館
郷土資料館
阿古福祉会館
錆ケ浜港
阿古漁港
避難所
土砂災害特別警戒区域
土砂災害警戒区域
阿古地区-2
1:10,000
0 100 200 400
m


N

知っておこう応急手当

1．けがをしたら

けがの程度や症状に応じて１１９番通報し、医療機関の診療を受けて下さい。

（1）きり傷擦り傷

- 傷口の汚れや砂を流水で洗い流して、砂等の異物は指でていねいに落とします。異物が残った場合、あざが残ることや、化膿することがあるのできちんと取っておくようにします。洗い終わったら余分な水分をふき取り絆創膏等を貼って手当てして下さい。

※傷が深い、傷口が大きい場合は医療機関の診療を受けて下さい。

（2）出血がひどかったら

- 傷口を圧迫する、傷口にガーゼや清潔なハンカチ、布などを直接当て、その上から手で、あるいは包帯や三角巾などを巻いて血が止まるまで圧迫して止血します（直接圧迫止血）。
- 傷口を心臓より高い位置に上げ、ガラスや金属などの異物はガーゼや器具などで静かに抜き、深く入ってしまったものは無理にとらないようにしましょう。

※感染予防のため、血液には直接触れないこと。できればゴム手袋やビニール手袋を使用して下さい。

2．骨折の応急手当

（1）骨折したらしい

- 疑わしいときは骨折したものとして対処します。添え木になるもの(板・傘・ダンボール等曲がりにくいもの)をあて、骨折部をしっかり固定し、氷を入れた袋(氷のう)などで冷やして（凍傷を防ぐため、布などを巻き直接冷やさない）下さい。

- 出血していたら、まず止血して下さい。
- 骨が皮膚を破って飛び出す状態や骨折部が変形していても無理には直さないで下さい。

3．頭を打ったときの応急手当

（1）意識がはっきりしない場合

- 頭を高くし、寝かせて安静にします。嘔吐した場合には気管に吐いた物が入らないよう横向きにします。

  目に見えるけがや症状が無くても医師の診断を受けて下さい。
- 頭部の傷は比較的出血量が多く出ますが、止血を優先してください。

4．やけどをしたら

（1）軽～中度のやけど

- できるだけ早く、やけどをした部分を水で冷やし（洗面器などを使う）ましょう。
- 水ぶくれはつぶさないで、軟膏や消毒薬など何も塗らず、清潔なガーゼなどを当て、すぐに受診しましょう。

（2）重症の熱傷

- 範囲の広いやけどや、深いやけど、熱い煙を吸い込んだ時は気道熱傷の恐れがあるため、すぐに１１９番通報して下さい。

- 衣服の下をやけどしたときは、無理して脱がさず、そのまま冷やす。服がくっついているときはその部分を残し、はさみで周りの衣服を切り取り受診しましょう。
- 重症のやけどは清潔なタオルやシーツを使用し、水で冷やします（冷やしすぎない）。ただちに受診しましょう。

5．倒れている場合の応急手当

（1）反応を調べる

- 意識のない人に近づき、「大丈夫ですか？」または「もしもし」と声をかけながら肩を軽くたたき、反応を確かめます。

  ※　交通事故等で、頭や首にけががある場合や、その疑いが有るときは、体をゆすったり首を動かさないで下さい。意識があれば傷病者の訴えを聞き、必要な応急手当を行って下さい。

（2）普段どおりの呼吸がなかったら

- まわりに助けを求め、１１９番通報とＡＥＤ(自動体外式除細動器)の手配を依頼しましょう。

- 胸と腹部の動きが無ければ普段どおりの呼吸なしと判断し、胸骨圧迫を３０回行って下さい。

（3）人工呼吸の実施

- 胸骨圧迫が終わったら、気道の確保を行う。意識を失うと、舌根が喉の奥に落ち込んで気道をふさぎ、呼吸ができなくなるため、呼吸をするときの空気の出入りする道を開く

  ※　片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の２本をあごの先に当て、鼻の穴が天井を向くように、頭を後ろに反らせる。（感染症予防のため人工呼吸器具がない場合、ハンカチなどを使用する）気道を確保した状態で大きく口を開けて傷病者の口をおおい（嘔吐物や血液等があった場合は無理して行わない)、２秒ほどかけてゆっくり息を吹き込み、胸が膨らむかを確認し、呼吸の音を聞き、息をしているかどうかを確認して下さい。

- 胸と腹部の動きが無ければ普段どおりの呼吸なしと判断し、胸骨圧迫を開始します。

  ※　乳児・小児では２～３秒に一回のリズムで行い、呼吸の音を確認する。

  ※　嘔吐物や血液等があった場合は感染症を防ぐため胸部圧迫のみを実施します。

（4）ＡＥＤ(自動体外式除細動器)が到着したら

- 電源ボタンを入れます。
- 電極パッドを貼ります。位置についてはマニュアルに沿い皮膚にしっかり貼って（汗などで濡れているときはタオルなどで拭いてください）下さい。
- 小児用パッドを貼る対象はおおむね６歳ぐらいまで(パッドがない場合は大人用を使用)使用できます。
- ＡＥＤは心電図を解析（心電図解析中は患者に触れてはいけません）し、電気ショックを行うかどうかの必要性をＡＥＤが判断します。

- 心肺蘇生と AED の手順は、救急隊に引き継ぐか、何らかの応答や目的のあるしぐさ（嫌がるなどの体動）が出現したり、普段の呼吸が出現するまで続けて下さい。

対応の流れ

①反応無　⇒　② 119 番通報＆AED
　人を呼ぶ　⇒　③ 呼吸の確認　⇒
④胸骨圧迫　⇒　⑤ 気道確保　⇒
⑥人工呼吸

※　日頃から応急手当を学び、身につけておきましょう。

災害に備え準備しておきましょう！

非常用持ち出し品、水・食料等の備蓄

いざという時のため、非常持ち出し品をそろえて、すぐに持ち出せる場所においておくようにしましょう。これ以外にも携帯電話、スマートフォンなども情報収集に有効な道具ですが、避難所の電源は限られているので、手回しやソーラー式の充電器などがあると便利です。

支援物資が届くまで時間がかかることを想定し、３日分以上の水と食料を備えておきましょう。
【３日分の備蓄量の目安】
- 水については、１人当たり１日３リットル、計９リットル
- 米等の主食については、１人当たり１日３食、計９食
- その他の品目については、物資ごとに必要量を算定

災害時の伝言サービス

災害発生時には家族、親戚、知人の安否確認や、各種問合せの通話が殺到し、電話がつながりにくくなります（輻輳（ふくそう）といいます）。

NTT では、災害時に限定した「災害用伝言ダイヤル（１７１）」を提供していますので、不急の安否確認などは、この災害用伝言ダイヤルを利用しましょう。

合言葉は**忘れて１７１（いない）災害用伝言ダイヤル**です。

１７１へダイヤル
（音声ガイダンスに従って、登録・再生ができます。）

▼

伝言する場合は「１」、
再生する場合は「２」をダイヤル

▼

被災地域の方の電話番号をダイヤル
（固定電話は市外局番から入力）

▼

登録または再生開始

利用条件は、災害時にテレビ、ラジオ、インターネットなどを通じてお知らせします。利用できる電話：一般電話（プッシュ回線、ダイヤル回線とも）、公衆電話、携帯電話事業者（NTT ドコモ・KDDI（au）・ソフトバンクモバイル等）では、大規模な災害が発生した場合、「災害用伝言板」の運用を行っています。「災害用伝言ダイヤル（１７１）」・「災害伝言板（web１７１）」及び携帯電話事業者「災害用伝言板」は相互利用が可能です。

それぞれ加入各社のサービスをあらかじめ確認し、相互で利用できるようにしましょう。

我が家の防災チェックシート

	チェック内容	
日ごろの備え	□ 防災のしおりにある津波の影響、土砂災害のおきやすい場所などを知っている。	P25-28、P33-50
	□ 自宅や職場が海抜何メートルにあるかを知っている。	P25-28
	□ 非常用持ち出し品を用意し、持ち出しやすいところに置いている。	P53
	□ 避難場所を確認し、車や徒歩で経路を確かめてある。	P1-2、15-20、P25-28、33-50
	□ 家族が離ればなれになった場合の連絡方法を決めてある。	表紙裏
	□ 隣近所での助け合いについて話し合っている。	P6
	□ パソコンや携帯電話による防災情報や観測資料の確認方法を知っている。	P31
自然災害に対する理解	□ 噴火に対する警戒が必要な範囲など、三宅島の火山活動の現状を知っている。	P10-12
	□ 噴火やそれに伴うさまざまな現象の特徴、危険性について知っている。	P7-9
	□ 火山の異常を知らせる情報や津波に関する情報について知っている。	P11-14、23
	□ 二酸化硫黄が体にあたえる影響とリスクを知っている。	P9
	□ 立ち入り規制区域の種別と内容、場所を確認している。	P3
	□ 地震から身を守る十か条を知っている。	P21
	□ 津波が押し寄せる速さや破壊力について知っている。	P24
	□ 台風災害の特徴について知っている。	P29
地震に対する防災対策	□ テレビ・家具類には、横ずれ・転倒落下防止措置を行う。	
	□ 寝る場所には、できるだけ家具などは置かないようにする。	
	□ 観音開き戸には、中のものが飛び出さないよう留め金をつける。	
	□ 窓ガラスや食器棚等のガラス戸には飛散防止フィルムなどを貼る。	
	□ 高い場所に物を置かない。	
	□ 消火器を準備し、防災訓練に参加して使い方にも慣れておく。	
	□ 避難に備えて、靴や厚手のスリッパを寝室に備えておく。	
	□ 避難路を確保するため出入り口や通路に物を置かない。	
	□ 石油タンクやガスボンベは倒れないように補強し、周囲に物を置かない。	

行政相談窓口・緊急連絡先一覧

行政相談窓口・緊急連絡先

名称	所在	電話番号
三宅村役場（臨時庁舎）	阿古497	5－0981
神着出張所（神着老人福祉館）	神着197	2－0009
伊豆出張所（伊豆老人福祉館）	伊豆1054	2－0014
伊ヶ谷出張所（三宅村ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ）	伊ヶ谷330	2－0338
坪田出張所（三宅村文化会館）	坪田3050－1	6－1234
三宅村消防本部	坪田1378	6－0119
三宅村中央診療所	神着937	2－0016
三宅村教育委員会（臨時庁舎）	阿古497	5－0952
東京都三宅支庁	伊豆642	2－1311
東京都島しょ保健所三宅出張所	伊豆1004	2－0181
東京都教育庁三宅出張所	伊豆642	2－0191
警視庁三宅島警察署	伊豆640	2－0511
気象庁三宅島火山防災連絡事務所	阿古497	5－0980
ＮＴＴ東日本サービスセンタ（三宅島）	伊豆627－2	2－0134
東京電力パワーグリッド㈱三宅島事務所	伊豆991	0120－995－007

親戚・知人等連絡先

名前	住所	電話番号	携帯番号	メールアドレス

メモ

避難所・一時集合場所一覧

地区	名称	一時集合場所	避難所	火山	津波	土砂
神着	神着老人福祉館		○	○	○	○
	湯舟グランド	○（グ）			○	
伊豆	三宅村活動火山対策避難施設（伊豆避難施設）		○	◎	○	○
	三宅小学校	○（グ）	○	○	○	○
	三宅小学校体育館		○	○	○	○
	三宅中学校	○（グ）	○	○	○	○
	三宅中学校体育館		○	○	○	○
	伊豆老人福祉館		○	○	○	○
	みやけ保育園		○	○	○	○
	伊豆児童遊園	○（広）			○	
伊ヶ谷	三宅村コミュニティセンター	○（広）	○	○	○	○
阿古	三宅島郷土資料館		○	○	○	○
	阿古体育館		○	○	○	○
	旧阿古小中学校グランド	○（グ）			○	
	阿古福祉会館		○	○		○
坪田	旧坪田中学校		○	○	○	○
	三宅村レクリエーションセンター		○	○	○	○
	旧坪田小学校グランド	○（グ）			○	
	旧坪田中学校グランド	○（グ）			○	
	三宅村文化会館		○	○	○	○
	都立三宅高等学校	○（グ）	○	○	○	○
	都立三宅高等学校体育館		○	○	○	○
	三宅村役場周辺広場	○（広）			○	

※ （グ）：グランド、（広）：広場、◎噴火及び火山ガス

避難先連絡掲示板

・この裏面はコピーを取っておきましょう。

・避難時には、必要事項を記入のうえ、玄関などわかりやすいところに貼りつけてください。

世帯主名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住所＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿TEL＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

名前	安否(○)	避難先名	連絡先
	無事		
	無事		
	無事		
	無事		
	無事		
	無事		
	無事		
	無事		
メ　モ（緊急連絡者名・緊急連絡先電話・携帯含む）			
名前 電話			

発　　行 ： 三宅村
製作協力 ： 気象庁三宅島火山防災連絡事務所
東京管区気象台
東京都　　東京都三宅支庁

※禁無断転載