

# 灾害危险地图

災害ハザードマップ

Ueda-shi Saigai hazado mappu

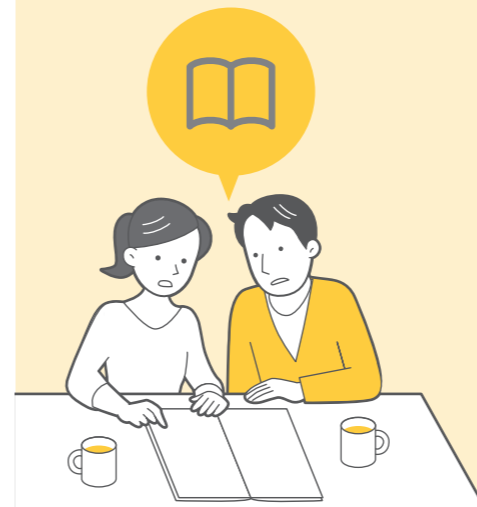


洪水 and 泥沙灾害 洪水・土砂災害

上田市 上田市

## 目录

目次



### 与上田市有关的地震

上田市に影響を及ぼす地震

2

### 可能发生的地震的强度

予想される地震の強さ

3

### 准备应对地震

地震への備え

4

### 准备应对洪水和泥沙灾害

洪水・土砂災害への備え

5

### 洪水和泥沙灾害地图 区图

洪水・土砂災害マップ 区割り図

6

### 凡例

凡例

7

### 洪水和泥沙灾害地图

洪水・土砂災害マップ

8~37



### 建筑物受损地图 区图

建物被害マップ 区割り図

38

### 凡例

凡例

39

### 建筑物受损地图

建物被害マップ

40~57

### 警戒等级和要采取的措施

警戒レベルと取るべき行動

58

### 如何以及从哪里获得信息

情報の入手方法・入手先

59

### 在灾难发生时安全确认

災害時の安否確認

59

### 紧急携带物品 / 储备品

非常持出品・備蓄品

60,61

### 我的时间行动计划

マイ・タイムライン

62,63

发生洪水或泥沙灾害（风灾与水灾）时我的时间行动计划

洪水・土砂災害（風水害）発生時のタイムライン

地震的我的时间行动计划

地震発生時のタイムライン

### 避难场所一览

避難場所一覧

64,65



# 与上田市有关的地震

上田市に影響を及ぼす地震

❗ 長野県存在许多活动断层, 包括糸鱼川-静岡构造断层带。

長野県には、糸魚川-静岡構造線断層帯をはじめ多くの活断層がある

❗ 如果整个糸鱼川-静岡构造断层带发生摇晃, 假设最大震度为7。

糸魚川-静岡構造線断層帯の全体が揺れた場合、最大震度7が想定されている

要点

## 震度与预想的现象

震度と予想される現象



- 几乎所有未固定的家具发生移动或倾倒, 也有些发生散落。  
・固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたり、飛ぶこともある
- 与发生震度超过6级相比, 抗震能力低的建筑甚至更容易倾斜或倒塌。  
・耐震性が低い建物は、傾くものや倒れるものが6強よりさらに多くなる
- 几乎所有未固定的家具发生移动, 多数倾倒。  
・固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる
- 抗震能力低的建筑更容易倾斜或倒塌。  
・耐震性が低い建物は、傾くものや倒れるものが多くなる
- 大多数不固定的家具都会移动, 有些会倒下。  
・固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある
- 在抗震能力低的建筑中, 屋顶的瓦片会脱落, 建筑物会倾斜或倒塌。  
・耐震性が低い建物は、瓦の落下や建物が傾いたり倒れるものもある
- 地震的摇晃会导致更多的板块和书架上的书籍掉落。  
・棚にある食器類や書棚の本で、落ちるものが多くなる
- 没有安全保障的家具可能会倒下。  
・固定していない家具が倒れることがある
- 悬挂的电灯会剧烈摆动。  
・電灯などのつり下げ物は激しく揺れる
- 架子上的盘子和书柜里的书可能会掉出来。  
・棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある
- 不固定的家具可能会移动。  
・固定していない家具が移動することがある

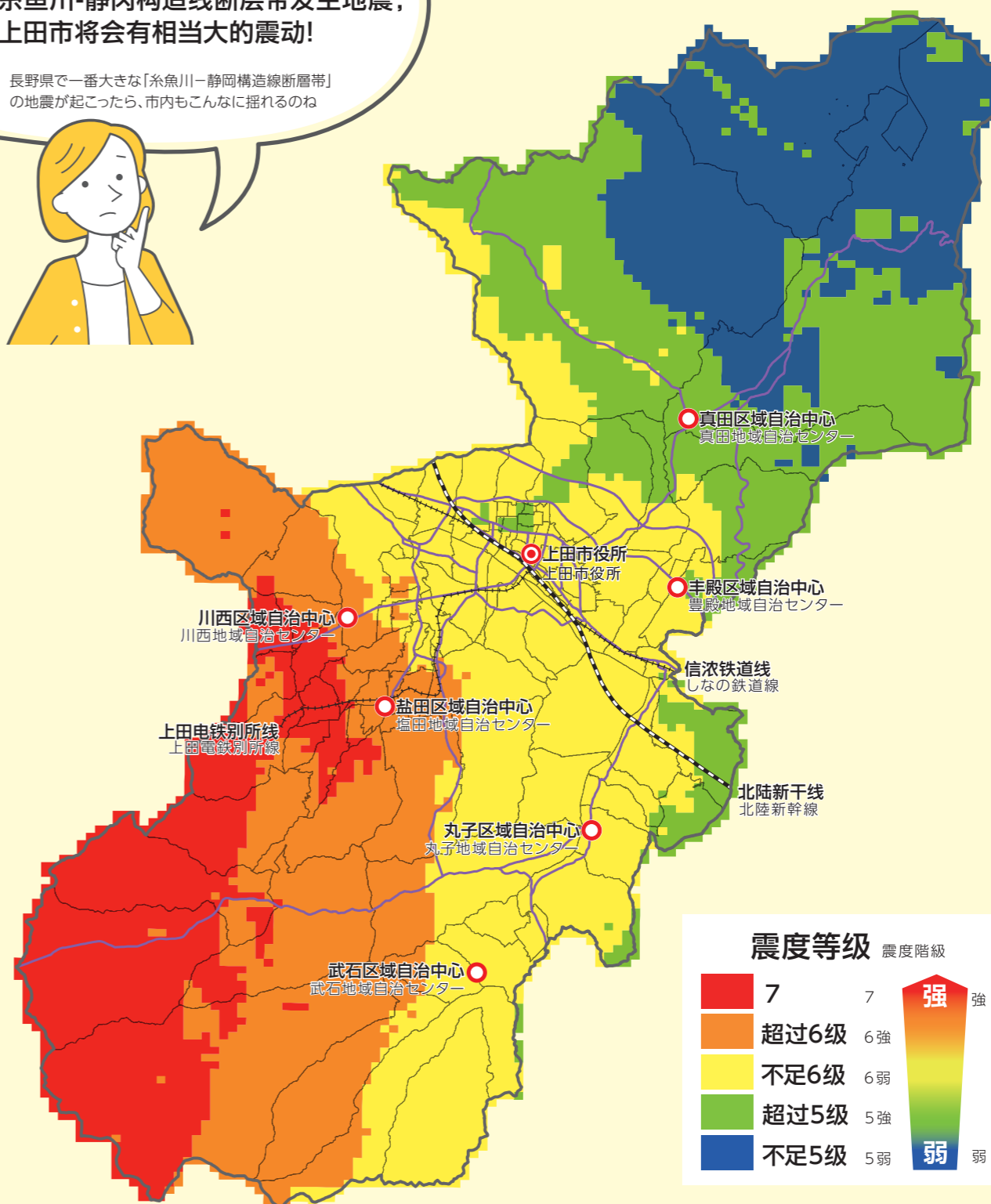


## 可能发生的地震的强度

予想される地震のつよさ

如果在長野县最大的糸鱼川-静岡构造线断层带发生地震, 上田市将会有相当大的震动!

長野県で一番大きな「糸魚川-静岡構造線断層帯」の地震が起こったら、市内もこんなに揺れるのね



最大震度预测图 最大震度予測図

根据長野县地震灾害假定损害调查, 以250米网格为单位, 对上田市预计最大地震烈度的"糸鱼川-静岡构造线断层带(整体)"进行彩色编码并显示。

長野県地震被害想定調査から、上田市に最も大きな震度が予測される「糸魚川-静岡構造線断層帯(全体)」の地震が発生した場合の予測震度を250mメッシュ単位で地図上に色分け表示したものです。

# 地震防备

地震への備え

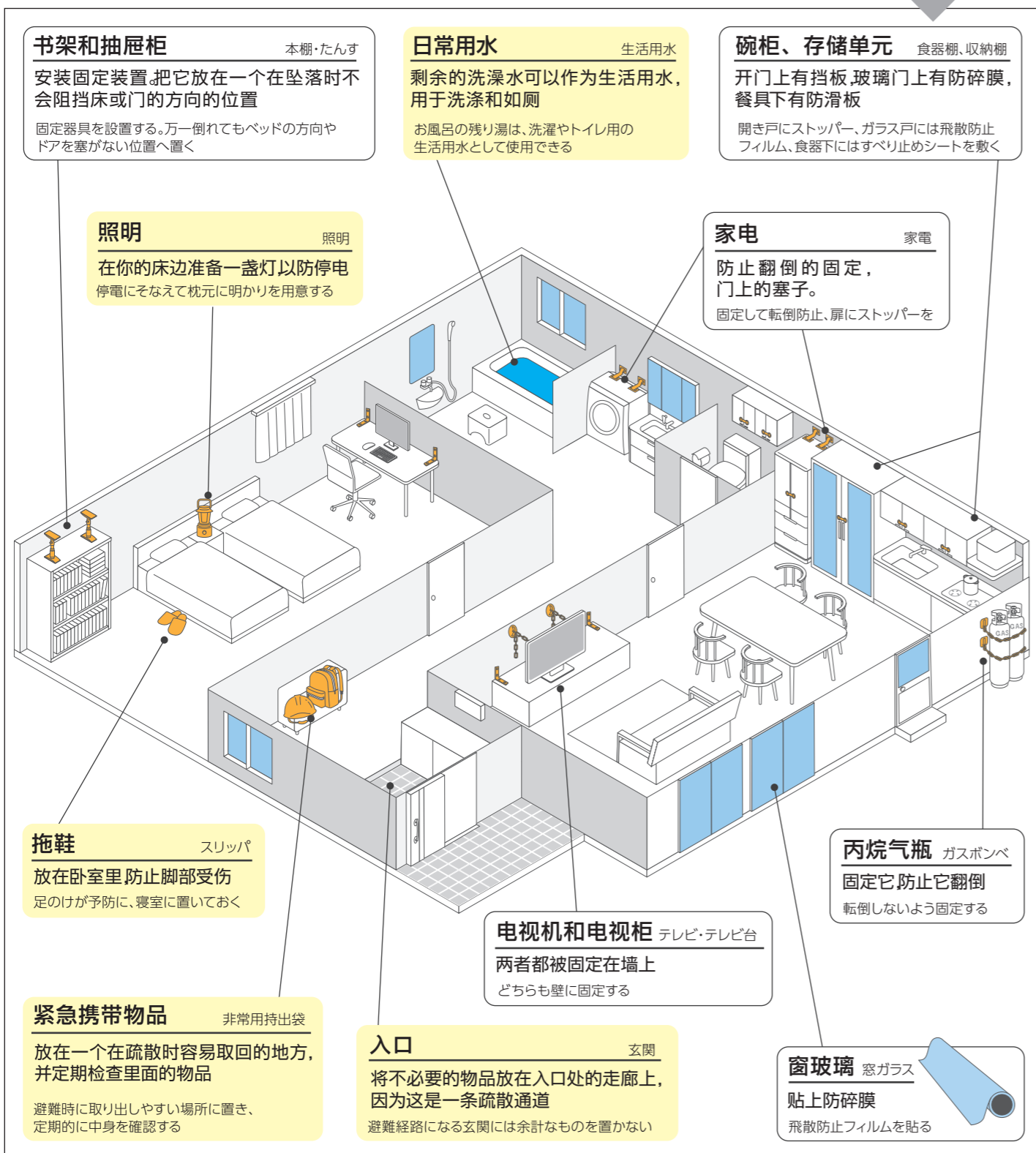
**家具和电器在地震中特别危险，应该牢牢地固定住。**

特に家具や電化製品は地震に弱いので、しっかりと固定する必要があります。

**确保你的房屋安全，并做好准备工作，减少损失。**

家の中を安全な状態にして、被害が少なくなるように備える。

什么需要工作  
作業を行うもの  
日常要注意的事项  
日ごろ心がけること



# 准备应对洪水和泥沙灾害

洪水・土砂災害に備えて

**在洪水和泥沙灾害发生之前，还有时间，所以要根据自己的判断，采取相应的行动。**

洪水・土砂災害が発生するまでには時間があるので、自分で判断して行動する

**在长时间的雨天或地震后要特别小心，因为泥沙灾害的风险增加。**

長雨が続きたり、地震の後などには土砂災害の危険が高まるので特に注意する

您可以通过提前采取预防措施来减少损失。

事前の対策で被害を軽減することができます

## 定期检查避难路线

日頃からの避難経路の確認

检查通往避难场所的路线，并检查其是否有危险区域。

避難場所へのルートを確認し、危険な場所がないかをチェックする。



## 雨水槽和排水沟的维护

雨水ますや側溝の手入れ

为确保排水顺畅，要经常定期清除杂物和树叶。

スムーズに排水されるよう、普段からこまめにゴミや落ち葉を取りのぞきましょう。



## 准确的信息收集和自愿避难

正確な情報収集と自主避難

注意最新的天气、灾害和避难信息。要注意周围的环境，如果感觉到任何危险，要主动避难。

最新の気象情報・災害情報・避難情報に注意しましょう。周りの状況に注意し、危険を感じたら自主的に避難しましょう。



## 准备好沙袋和水袋

土のう・水のうの用意

沙袋可以阻止洪水带来的一些损害。用双层塑料袋制成的简单水袋也很有效。

土のうで浸水の被害をある程度食い止めることができます。ビニール袋を二重にした簡易水袋も効果的です。

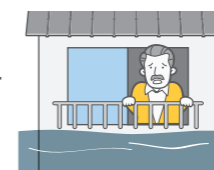


## 如果你错过了逃生的机会...

もしも逃げ遅れたら

在家里的二楼或更高的地方躲避，或在悬崖另一边的房间里，或在附近坚固的高大建筑物里。

自宅の2階以上もしくは、崖の反対側の部屋や近隣の頑丈で高い建物に避難しましょう。



## 注意地下通道

アンダーパスに注意

低于周围的地面，使得它们更容易被雨水集中和淹没。

周辺の地面よりも低いので、雨水が集中しやすく冠水するおそれがあります。

第 8-37 页上的洪水和泥沙灾害地图用 ⚠️ 标记。P8~37の「洪水・土砂災害マップ」には ⚠️ で表示しています



## 检查一下。

確認しよう

### 1 确认自己家的位置。

家の場所を確認しよう

- 用○标出你所居住的住宅
- 住宅周围被水淹的程度如何
- 是否有泥沙灾害或房屋倒塌的风险?
- あなたの住んでいる家に○印をつけよう
- 家のまわりは浸水しますか?
- 土砂災害や家屋倒壊の危険はありますか?

### 2 检查避难场所和路线。

避難場所と避難経路を確認しよう

- 在避难路线上画一条红线到避难场所。
- 用○标出你所避难场所
- 避難場所までの避難経路に赤線を引こう
- 避難場所に印をつけよう

### 3 让我们实际走一走，看一看。

歩いて確認しよう

- 让我们实际走到避难场所，检查危险点和避难所需时间
- 想象一下发生灾难的情景，做好安全避难的准备。
- 実際に避難場所まで歩き、危険箇所や避難にかかる時間等を確認しよう
- 災害時をイメージしながら安全に避難ができるように準備をしよう。

### 4 分享给大家

皆で共有しよう

- 与家人一起商议，将地图保管在容易找到的地方。
- 家族で話し合い、マップはわかりやすいところに保管しましょう。



# 警戒等级和要采取的措施

警戒レベルと取るべき行動

**!** 如果你感到不安全或不放心，即使没有发布避难信息，也要疏散到安全的地方。

避難情報が出されていなくても、危険や不安を感じたら安全な場所に避難する

**!** 如果转移到避难场所是不安全的，请疏散到附近的安全地点或在室内。

避難場所への移動が危険なときは、家の近くや家の中のより安全な場所へ避難する



警戒等级 警戒レベル	情况 状況	实行措施 取るべき行動	避难信息，等等 避難情報等
---------------	----------	----------------	------------------

灾害风险  
災害発生危険度  
高  
低

5	 已出现灾情 灾情即将到来 災害の発生または切迫	<h2>威胁生命， 紧急安全保护!</h2> 命の危険 ただちに安全確保!	<h2>紧急安全措施</h2> [kinkyu anzenkakuho] きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保
到达警戒等级4时请务必避难 レベル4までに かならず避難!!			
4	 灾情风险高 災害のおそれ高い	<h2>所有人 撤离危险场所</h2> 危険な場所から全員避難	<h2>避难指示</h2> [hinan shiji] ひなんしじ 避難指示
3	 灾情的风险 災害のおそれあり	<h2>老年人等 撤离危险场所</h2> ※危険な場所から高齢者等避難 ※老年人、残疾人、婴儿和他们的父母，等等。 ※高齢者や障がいのある人、乳幼児とその保護者など	<h2>老年人等进行避难</h2> [koreisha to hinan] こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難
2	 天气恶化 気象状況悪化	<h2>做好避难准备， 用灾害地图等确认避难行动</h2> 避難に備え、ハザードマップなどで避難行動を確認	<h2>大雨注意报 洪水注意报</h2> おおあめちゅういほう 大雨注意報 こうずいちゅういほう 洪水注意報
1	 天气恶化的风险 今後気象状況悪化のおそれ	<h2>加强防灾准备，例如通过 检查最新的天气信息</h2> 最新の気象情報に注意するなど災害への心構えを高める	<h2>预警信息</h2> そうきちゅういじょうほう 早期注意情報

各种类型的信息不一定按照1至5级预警等级别的顺序发布。情况可能会迅速变化。  
それぞれの情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとはかぎりません。状況が急に変わることもあります。

# 如何以及从哪里获得信息

情報の入手方法・入手先

**!** 在灾害发生时，通过多种途径获得正确的信息是非常重要的。

災害時には複数の手段で、正しい情報を入手することが大切

**!** 在做出避难决定时，要积极获取信息，“及早避难”，“冷静行动”。

避難判断をする場合は、積極的に情報を入手し、「早めの避難」「落ち着いた行動」を

 **上田市电子邮件分发服务(多语言)** 上田市メール配信サービス(多言語)

该市自动翻译和发送九种语言的电子邮件（英语、中文、韩语、葡萄牙语、印度尼西亚语、西班牙语、他加禄语、法语和越南语）。

市では、9言語(英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、インドネシア語、スペイン語、タガログ語、フランス語、ベトナム語)に自動翻訳されたメールを配信しています。



 **网站** WEBサイト

**上田市 防灾门户网站**  
上田市 防災ポータルサイト

该系统提供各种灾害信息、灾害地图、交通管制信息等，该系统有12种语言版本。



災害時の各種情報やハザードマップ、通行規制情報などが確認できます。12言語に対応しています。

**气象厅 "Kikikuru"**  
気象庁 キキクル

可以在地图上实时查看灾害发生风险的彩色编码的“危险程度分布”。



地図上で災害発生の危険度を色分けした「危険度分布」をリアルタイムで確認できます。

浸水害  
浸水害



泥沙灾害  
土砂災害

# 在灾难发生时安全确认

災害時の安否確認

**!** 在发生重大灾难时，移动电话和固定电话的通话很难接通。

大規模災害時には携帯電話や固定電話からの電話がつながりにくくなる

**!** 确定并分享在发生灾难时“与谁联系”和“有哪些通信方法”。

災害時に「誰に連絡をするか」「どのような連絡方法があるか」を確認・共有する

 **灾害留言板 "Web 171"** 災害用伝言板「web171」

这是一个“字符”的留言板，使用互联网确认灾区人民的安全。

インターネットを利用して安否確認を行う「文字の伝言板」です。

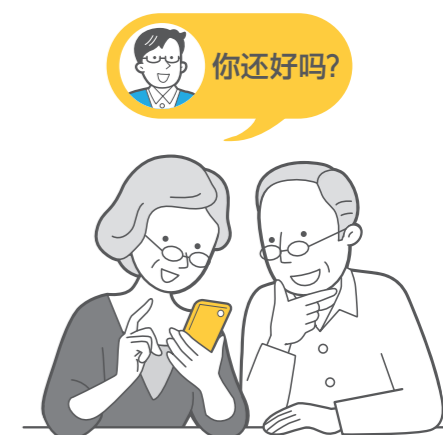
<https://www.web171.jp>



 **各种社交网站、电子邮件** 各種SNS、メール

即使电话线繁忙，如果有数据传输，你仍然可以保持联系。事先与家人和朋友决定你将使用哪种通信手段。

電話回線がごみ合っている場合でも、データ通信が可能な状態であれば連絡を取り合うことができます。家族や親しい人とはあらかじめ、使用する連絡手段を決めておきましょう。



# 紧急携带物品 / 储备品

非常持出品、備蓄品

**！ 准备一个应紧急携带物品，在发生紧急情况时可以立即取用。**

非常用持出品は非常時にすぐ取り出せるように用意しておく

**！ 使用 "转动式储藏法" 来储存紧急食品 and 商品。**

「ローリングストック」を活用し、非常時の食料・日用品を備蓄する



## 紧急携带物品

非常持出品

• 疏散时应携带的最低限度的必需品。至少需要三天的时间。

避難時に持っていく最低限の必需品。最低3日分は必要です。

• 为了能立即避难，请先将要携带的物品放入双肩包里。

すぐに逃げる事ができるように、持ちものはリュックサックに入れておきましょう。

紧急口粮 (三餐不需要烹饪)  
非常食 (調理不要のもの3食)

充电器 / 手机电池  
充電器、モバイルバッテリー

饮用水  
飲料水

手电 / 头灯  
懐中電灯・ヘッドライト

头盔 / 防灾头巾  
ヘルメット・防災ずきん

便携收音机  
携帯ラジオ

工作手套 / 皮手套  
軍手・皮手袋

备用电池  
予備の電池

口哨  
ホイッスル

纸巾  
ティッシュ

拖鞋 / 室内鞋  
スリッパ・上履き

便携式厕所  
携帯トイレ

毛巾  
タオル

急救箱 (膏药、绷带、常规药品等)  
救急セット (絆創膏、包帯、常備薬など)

防寒服 / 外衣 / 内衣  
防寒着、上着、下着

护照、在留卡、个人编号卡  
パスポート・在留カード・マイナンバーカード

塑料袋  
ポリ袋

贵重品 (存折、印章、现金 [包括硬币] 等)  
貴重品 (通帳、印鑑、現金 [小銭含む] など)

**附加项目 这将是有益的,如果有**  
あとと便利

想象一下你的疏散情况, 并添加物品!  
避難生活を想像してアイテムを追加してみましょう

• 胶布带  
・ガムテープ

• 便携式暖身器  
使い捨てカイロ

• 用于口腔护理的湿纸巾  
口腔ケア用ウエットシート

• 永久记号笔  
・油性マジック

• 便携式坐垫  
クッションマット

• 擦拭身体的湿纸巾  
体拭き用ウエットシート

• 绳索  
・ロープ

• 野餐布  
レジャーシート

• 耳塞, 眼罩  
耳栓、アイマスク

• 要为每种情况做好准备

それぞれの状況に応じて準備をしましょう。



**视力不佳的人**

目が悪い場合



眼镜  
予備の眼鏡

隐形眼镜  
使い捨てコンタクトレンズ



**女人**

女性の場合

生理用品 (卫生巾)  
生理用品

卸妆纸  
メイク落としシート

安全用品  
防犯用品

护肤品  
スキンケア用品



**婴儿**

乳幼児がいる場合

婴儿配方奶和液态奶  
ミルク (粉・液体)

婴儿奶瓶  
ほ乳瓶

婴儿食品、零食  
離乳食、おやつ

婴儿纸尿裤  
紙おむつ

婴儿湿巾  
おしりふき

母子健康手册  
母子手帳

指甲钳  
つめ切り

孩子的重要物品 (玩偶等)  
子どもの大切なもの (ぬいぐるみなど)



**老年人、  
残疾人 and  
慢性病患者**

高齢者、障がいや  
持病がある人の場合

易于食用的应急食品  
食べやすい非常食

成人纸尿裤  
大人用紙おむつ

假牙  
入れ歯

老花眼镜  
老眼鏡

助听器  
補聴器

拐杖  
杖

正在服用的药  
常備薬

残疾证  
障害者手帳

帮助标记 / 帮助卡  
ヘルプマーク・ヘルプカード



## 储备品

災害用備蓄品

• 储备一个星期的家庭疏散用品。

在宅避難のために備えておきたいもの、最低でも1週間分は必要です。

食品 (袋装加工食品、冻干食品)  
食料 (レトルト食品、フリーズドライ食品など)

冷藏箱  
クーラーボックス

饮水 (每人每天 3 升)  
飲料水 (1人1日3リットル)

简易马桶  
非常用トイレ

一次性餐具 (如一次性筷子、纸盘、纸杯)  
使い捨ての食器類 (割りばし、紙皿、紙コップなど)

厕纸  
トイレトイレットペーパー

燃气炉、燃气瓶  
カセットコンロ、ガスボンベ

新闻纸  
新聞紙

食品保鲜膜、铝箔  
食品用ラップ・アルミホイル

LED 灯笼  
LEDランタン

供水塑料桶 / 供水袋  
給水用ポリタンク・給水袋

备用电池  
予備の電池

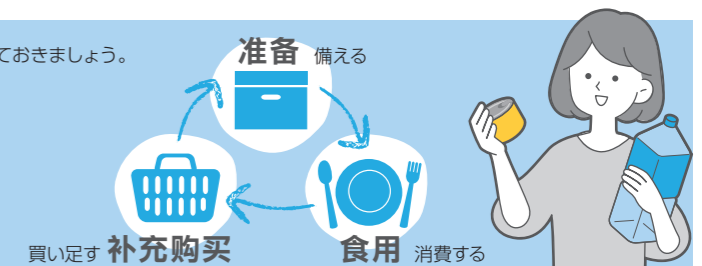


平时就要准备食物和饮料 普段から 食べ物や 飲み物を 準備 しておきましょう。

**“转动式储藏法”** ローリングストック

购买能长期保存的食物等, 在全部吃完之前再买新的。

長い間 保存することができる 食べ物 などを買ひ、  
全部を 食べてしまう 前に 新しいものを 買ひましょう。



# 我的时间行动计划 マイタイムライン

## 发生洪水或泥沙灾害(风灾与水灾)时我的时间行动计划 洪水・土砂災害(風水害)発生時のタイムライン

<b>您的行动</b> <small>あなたの行動</small> 必须采取的行动 <small>必ず取るべき行動</small> 具体的行动 <small>具体的な行動内容</small> 让我们来试试吧! <small>作ってみよう!</small> <b>我的时间行动计划</b> <small>マイ・タイムライン</small> 填写你自己的疏散行为。 <small>自分の避難行動を記入してみましよう</small>	<b>警戒等级 / 状态</b> <small>警戒レベル / 状況</small> <b>警戒等级 1</b> 天气恶化的风险 <small>今後気象状況悪化のおそれ</small>	<b>警戒等级 2</b> 天气恶化 <small>気象状況悪化</small> <b>大雨注意, 洪水注意报</b> <b>泛滥注意信息</b> <small>大雨・洪水注意報、氾濫注意情報</small>	<b>警戒等级 3</b> 灾情的风险 <small>災害のおそれあり</small> <b>老年人等进行避难</b> <small>大雨警報, 洪水警報, 泛滥警戒信息</small> <small>高齢者等避難、大雨警報・洪水警報、氾濫警戒情報</small>	<b>警戒等级 4</b> 央情风险高 <small>災害のおそれ高い</small> <b>避难指示</b> <small>泥沙灾害警戒信息, 泛滥危险信息</small> <small>避難指示 土砂災害警戒情報、氾濫危険情報</small>	<b>警戒等级 5</b> 已出现灾情 <b>灾情即将到来</b> <small>災害発生または切迫</small> <b>紧急安全措施</b> <small>大雨特別警報, 泛滥发生信息</small> <small>緊急安全確保 大雨特別警報、氾濫発生情報</small>	
	<b>气象信息 / 避难信息</b> <small>気象情報 / 避難情報</small> <b>预警信息</b> <small>早期注意情報</small>	<b>提高对灾害的意识</b> <small>災害への心構えを高める</small> 	<b>确认自主避难方式</b> <small>自らの避難行動を確認</small> 	<b>老年人等撤离危险场所</b> <small>危険な場所から高齢者等は避難</small> 	<b>所有人撤离危险场所</b> <small>危険な場所から全員避難</small> 	<b>有生命危险! 请立即转移到安全场所</b> <small>命の危険 ただちに安全確保!</small> 
	<b>必须采取的行动</b> <small>必ず取るべき行動</small>	<input type="checkbox"/> 收集信息 <small>情報を収集する</small>	<input type="checkbox"/> 确认避难场所和路线 <small>避難先・経路の確認</small> <input type="checkbox"/> 准备一个应紧急时携带物品 <small>非常持出袋を用意</small>	<input type="checkbox"/> 如果你感觉到危险, 无论你是否是老人等, 都要主动撤离。 <small>危険を感じたら、高齢者などに関係なく、自主的に避難する。</small>	<input type="checkbox"/> 搬到一个安全的避难所 <small>安全な避難先へ移動</small>	<input type="checkbox"/> 如果没有疏散, 请转移到安全的地方或至少转移到建筑物的二楼。 <small>避難できていない場合は、安全を確保できる場所や、建物の2階以上へ移動</small>
	<b>在风和雨变得更强之前的时期</b> <small>風雨が強くなる前の時期</small> 例如: 检查天气信息, 检查危险地图, 检查你孩子学校的反应, 给移动电话充电 <small>例) 気象情報の収集、マップを確認、子供の通う小学校の対応を確認、携帯電話の充電</small>	<b>避难行动开始的时期</b> <small>避難行動を開始する時期</small> 例如: 将车辆移到较高的地方, 换上舒适的衣服以便撤离, 与祖母一起疏散到 <small>例) 車を高台に移動、避難しやすい服に着替える、祖母を連れて</small>		<b>确保人身安全的时期</b> <small>身の安全を確保する時期</small> 例如: 疏散到远离河流的楼上房间。 <small>例) 2階の川から離れた部屋へ避難</small>		

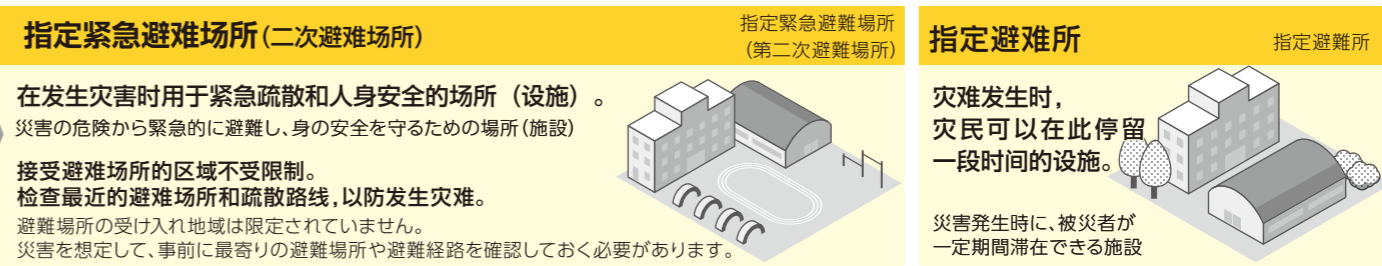
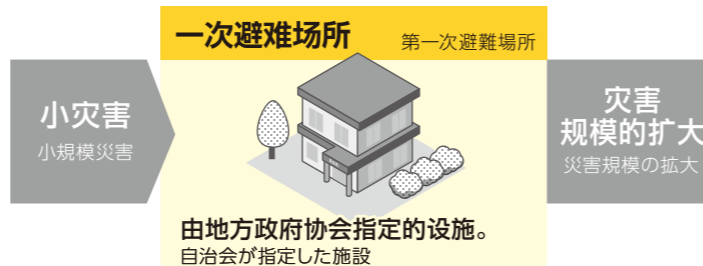
## 地震的我的时间行动计划 地震発生時のタイムライン

<b>紧急地震警报</b> <small>緊急地震速報!</small>	<b>如果你感到有大的震荡</b> <small>大きな揺れを感じたら</small> <b>不要惊慌, 确保自己的安全</b> <small>あわてずに身の安全を確保する</small>	<b>当地震摇晃停止时</b> <small>揺れがおさまったら</small> <b>保持冷静, 检查你的周围环境</b> <small>落ち着いて身の回りを確認する</small>	<b>一旦你检查了你周围的安全情况</b> <small>身の回りの安全を確認できたなら</small> <b>慎重行事, 防止次生灾害。</b> <small>二次災害に注意して行動する</small>
在预计有4级或更高强度地震的地区将发布公告。 <small>震度4以上の揺れが予想された地域に発表します</small> 电视 <small>テレビ</small> 无线电 <small>ラジオ</small> 手机 <small>携帯電話</small> 等 <b>如果你感觉到震颤, 请先保护好自己!</b> <small>揺れを感じたらまず安全確保</small> 如果离震中较近, 紧急地震警报可能无法及时发布。 <small>震源が近いと緊急地震速報が間に合わないことがあります</small>	 <b>保护好头部, 躲到结实的桌子下等安全的地方进行避难。</b> <small>頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する</small>  <b>不要慌忙跑到户外。</b> <small>あわてて外へ飛び出さない</small>  <b>在拥挤的地方, 不要冲向出口。</b> <small>人ごみの中では、出口に殺到しない</small>  <b>请当心围墙倒塌。</b> <small>ブロック塀の倒壊に注意</small>  <b>不要突然减速。</b> <b>为了减少事故的风险, 避免突然刹车或转弯。打开你的危险信号灯, 轻轻地减速。</b> <small>あわててスピードを落とさない 事故のリスクを減らすために、急ブレーキや急ハンドルは避ける ハザードランプを点灯し、ゆっくりと車を停める</small>	 <b>打开房门确保逃生路线。</b> <small>扉を開けて避難路を確保する</small>  <b>穿拖鞋或鞋子</b> <small>スリッパまたは靴を履く</small>  <b>检查火源</b> <small>火の元を確認する</small>  <b>如果发生火灾, 要冷静地将其扑灭。</b> <small>出火した場合は落ち着いて消火する</small>  <b>检查电视、广播和网络的正确信息。</b> <small>テレビ、ラジオ、WEBなどで正しい情報を確認する</small>  <b>检查家庭情况</b> <small>家族の状況を確認する</small>	 <b>确认邻居们的安全</b> <small>近所の人たちの安否を確認する</small>  <b>在救援和消防方面进行合作</b> <small>救助・消火に協力する</small>  <b>如果疏散, 请到坚固的建筑物中去</b> <small>避難は頑丈な建物へ</small>

# 避难场所一覧

避難場所一覧

- …可用 使用可能
- ×…不可用 使用不可
- △…有条件地可用 条件付使用可能
- ※该名単是英文的。 ※リストは英語表記です



Area 所在地域	Name 名称	Page 掲載頁	Disaster type 災害種別					Designated emergency evacuation site & Designated evacuation shelter 指定避難所を兼ねる施設
			Floods & Sediment Disaster 洪水・土砂	Building Damage 建物被害	Sediment Disaster 土砂災害	Floods 洪水	Earthquake 地震	
Ueda Area 上田地域	1 Faculty of Textile Science & Technology, Shinshu University 信州大学繊維学部	21, 22	48, 57	○	○	○	○	
	2 Ueda - Higashi High School 上田東高等学校	21, 22	48, 57	○	○	○	○	
	3 Higashi Elementary School 東小学校	21, 22	48, 57	○	△	○	○	
	4 Daini Junior High School 第二中学校	21	48, 56	○	△	○	○	
	5 Performing Arts and Cultural Center (Santomyuze) 交流文化芸術センター(サントミュージゼ)	21	48, 56	○	×	○	○	
	6 Chuo Kominkan 中央公民館	21, 22	48, 57	○	△	○	○	
	7 Seimei Elementary School 清明小学校	21	48, 56	○	△	○	○	
	8 Kita Elementary School 北小学校	21	48, 57	○	△	○	○	
	9 Daisan Junior High School 第三中学校	21	48, 57	△	○	○	○	
	10 Nishi Elementary School 西小学校	21	48, 56	○	△	○	○	
	11 Seibu Kominkan 西部公民館	21	48, 56	○	×	○	○	
	12 Ueda Castle Ruin Park Gymnasium (including Ueda Castle Ruin Park) 上田城跡公園体育館(上田城跡公園含む)	21	48, 56	○	×	△	○	
	13 Shiroshita Elementary School 城下小学校	21	48, 56	○	×	○	○	
	14 Daiyon Junior High School 第四中学校	20	47, 48, 56	○	×	○	○	
	15 Ueda Chikuma High School 上田千曲高等学校	20	47, 56	○	×	○	○	
	16 Minami Elementary School 南小学校	20	47, 56	○	×	○	○	
	17 Shiojiri Elementary School 塩尻小学校	20	47, 56	○	×	○	○	
	18 Shiojiri District Kominkan 塩尻地区公民館	20	47, 56	○	×	○	○	
	19 Ueda - Nishi High School 上田西高等学校	20	47, 56	○	×	○	○	
	20 Kawabe Elementary School 川辺小学校	20	47, 56	○	○	○	○	
	21 Ueda Sozokan (including Nagaike Park) 上田創造館(長池公園含む)	20	47, 56	△	○	○	○	
	22 Kawabe/Izumida District Disaster Prevention Center 川辺・泉田地区防災センター	20	47	○	○	○	○	
	23 Ueda Kosenjou Park Multipurpose Ground 上田古戦場公園多目的グラウンド	20	47, 56	○	×	○	-	
	24 TOTOKU Co., Ltd. Hall 東京特殊電線(株)トウトク会館	28	48	○	△	×	○	
	25 Kangawa District Kominkan・Kangawa Nursery School 神川地区公民館・神川保育園	21, 22, 28	48, 57	○	△	○	○	
	26 Kangawa Elementary School 神川小学校	21, 22, 28	48, 57	○	×	○	○	
	27 Daiichi Junior High School 第一中学校	21, 22	48, 57	○	○	○	○	
	28 Kokubunji Historical Park 国分寺史跡公園	21, 22	48, 57	○	×	○	-	
	29 Kamishina Elementary School 神科小学校	22	48, 57	○	○	○	○	
	30 Daigo Junior High School 第五中学校	22	48, 57	○	○	○	○	
	31 Uenogaoka Kominkan 上野が丘公民館	22	48, 57	○	○	○	○	
	32 Someyadai Multipurpose Ground 染屋台多目的グラウンド	21, 22	48, 57	○	○	○	-	
	33 Ueda Someyaoka High School 上田染谷丘高等学校	21, 22	48, 57	○	○	○	○	
	34 Hoden Elementary School 豊殿小学校	23	49	○	○	○	○	
	35 Agricultural Environment Improvement center 農村環境改善センター	22	48	○	△	○	○	
	36 Shioda Structure Improvement Center 塩田構造改善センター	27	52	○	×	○	○	
	37 Higashi - Shioda Elementary School 東塩田小学校	27	52	○	△	○	○	

Area 所在地域	Name 名称	Page 掲載頁	Disaster type 災害種別					Designated emergency evacuation site & Designated evacuation shelter 指定避難所を兼ねる施設
			Floods & Sediment Disaster 洪水・土砂	Building Damage 建物被害	Sediment Disaster 土砂災害	Floods 洪水	Earthquake 地震	
Ueda Area 上田地域	38 Higashi - Shioda Nursery School 東塩田保育園	27	47, 52	○	×	○	○	
	39 Naka - Shioda Elementary School 中塩田小学校	26	47	○	△	○	○	
	40 Shioda Junior High School 塩田中学校	26	47	○	△	○	○	
	41 Nagano University 長野大学	27	47	△	○	○	○	
	42 Ueda Women's Junior College 上田女子短期大学	27	47	○	○	○	○	
	43 Shioda No Sato Koryukan (Tokko Hall) 塩田の里交流館(とっこ館)	26	51	○	○	○	○	
	44 Shioda - Nishi Elementary School 塩田西小学校	26	51	○	△	○	○	
	45 Aizenkaku (Aisome No Yu) 相梁閣(あいそめの湯)	24	51	△	×	○	○	
	46 Urasato Elementary School 浦里小学校	19, 24	46	○	×	○	○	
	47 Kawanishi Elementary School 川西小学校	19	47	○	○	○	○	
	48 Dairoku Junior High School 第六中学校	19, 20	47	○	○	○	○	
Maruko Area 丸子地域	49 Kawanishi Kominkan 川西公民館	19	47	○	○	○	○	
	50 Muroga Key Village Center・Muroga Health Improvement Center 室賀基幹集落センター・室賀健康増進センター	18	46	×	○	△	○	
	51 Shimomuroga Community Center 下室賀コミュニティセンター	19	46	△	○	○	○	
	52 Nishiuchi Elementary School 西内小学校	31	51	△	△	○	○	
	53 Kakeyu Onsen Relationship Center 鹿教湯温泉交流センター	31	50	×	○	○	○	
	54 formerly Higashiuchi Nursery School's Neighborhood (including Higashiuchi Ground) 旧東内保育園一帯(東内グラウンド含む)	33	52	○	○	△	-	
	55 Maruko Junior High School 丸子中学校	25	53	○	×	○	○	
	56 Maruko - Chuo Elementary School 丸子中央小学校	25	53	△	○	○	○	
	57 Maruko Shugakukan High School 丸子修学館高等学校	25, 28	53	×	○	○	○	
	58 Maruko Bell Park 丸子ベルパーク	28	53	○	×	○	-	
	59 Maruko Generalization Ground 丸子総合グラウンド	25	53	○	×	○	-	
Sanada Area 真田地域	60 Maruko - Kita Junior High School 丸子北中学校	28	53	○	△	○	○	
	61 Maruko - Kita Elementary School (including Maruko Hokubu Ground) 丸子北小学校(丸子北部グラウンド含む)	28	53	○	×	○	○	
	62 Nagase Citizen Center 長瀬市民センター	28	53	○	×	○	○	
	63 Shinshu Kokusai Ongakumura Hall (including Shinshu Kokusai Ongakumura Park) 信州国際音楽村(信州国際音楽村公園含む)	28	48	○	○	○	○	
	64 Shiogawa Elementary School 塩川小学校	29	49, 53	○	○	○	○	
	65 Sugadaira Kogen Arena 菅平高原アリーナ	8	40	○	○	○	○	
	66 Sanada Junior High School 真田中学校	15, 16	43, 44	○	×	○	○	
Takeshi Area 武石地域	67 Sanada - Chuo Kominkan・Sanada Gymnasium 真田中央公民館・真田体育館	16	44	○	△	△	○	
	68 Osa Elementary School 長小学校	17	44	×	○	○	○	
	69 Sanada Athletic Park Ground 真田運動公園グラウンド	16	44	○	×	○	-	
	70 Soehi Elementary School 傍陽小学校	15, 16	43	△	○	○	○	
	71 Motohara Elementary School 本原小学校	16	44, 49	○	○	○	○	
72 Takeshi Elementary School 武石小学校	33, 37	55	○	○	○	○		
73 Tsujihara Training Center 築地原トレーニングセンター	36	54	○	○	○	○		
74 Takeshi Generalization Ground 武石総合グラウンド	37	55	○	×	○	-		