指定緊急避難場所（兼指定避難所）

※避難所の開設は、市が安全確認を行ってから開設します。開設した場合には、防災行政無線、ケーブルテレビ、有線放送（情報いずも・ひらたＣＡＴＶ音声告知・大社ご縁ネット）、エフエムいずも、ホームページ、いずも防災メール、広報車等でお知らせします。

立地		番号	避難所開設予定施設名称	所在地	災害適用性の判定					標高(m)
					地震判定	水害判定		土砂災害判定	津波判定	
地域	地区					計画規模	想定最大規模			
平田	平田	80	平田ふれんどりーハウス	西平田町171	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.6
平田	平田	81	平田コミュニティセンター	平田町911	■要安全確認	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.6
平田	平田	82	平田文化館・福祉館	平田町2112-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.7
平田	平田	83	平田中学校(体育館)	平田町2950-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.3
平田	平田	84	平田高等学校(体育館)	平田町1	○	○	○	○	○	30.1
平田	平田	85	ひらた子育て支援センター	平田町2112-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.7
平田	平田	86	平田学習館	平田町2110-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.8
平田	平田	87	平田ショッピングセンターViVA	平田町1708－1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.0
平田	平田	88	平田本陣記念館	平田町515	○	○	○	◆要安全確認	○	21.2
平田	平田	89	平田小学校(体育館)	西平田町1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.2
平田	灘分	90	灘分コミュニティセンター	灘分町1933	■要安全確認	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	1.3
平田	灘分	91	灘分小学校(体育館)	灘分町2091	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	1.0
平田	灘分	92	向陽中学校(体育館)	灘分町1816-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.5
平田	国富	93	国富小学校(体育館)	国富町381	■要安全確認	○	○	○	○	30.0
平田	国富	94	国富コミュニティセンター	国富町867	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.6
平田	国富	95	プラッツ金山館	国富町1311-1	○	○	○	○	○	6.1
平田	西田	96	旧光中学校(体育館)	奥宇賀町854	○	○	○	○	○	7.8
平田	西田	97	西田小学校(体育館)	万田町702-1	■要安全確認	○	○	○	○	11.1
平田	西田	98	西田コミュニティセンター	万田町692	○	○	○	○	○	9.9
平田	鰐淵	99	鰐淵コミュニティセンター	河下町720-1	■要安全確認	○	○	○	○	14.5
平田	鰐淵	100	鰐淵小学校(体育館)	河下町607-1	○	○	○	◆要安全確認	○	13.8
平田	鰐淵	101	お茶の里唐川館	唐川町191	○	○	○	○	○	140.0
平田	鰐淵	102	猪目交流センター	猪目町230-1	○	○	○	◆要安全確認	○	8.2
平田	久多美	103	さくら小学校(体育館)	東福町453	○	○	○	○	○	4.3
平田	久多美	104	久多美コミュニティセンター	東郷町175	○	○	○	◆要安全確認	○	7.0
平田	久多美	105	平田農業就業改善センター	東福町2110	■要安全確認	○	○	○	○	17.3
平田	檜山	106	檜山小学校(体育館)	多久谷町182-1	○	○	○	○	○	7.9
平田	檜山	107	檜山コミュニティセンター	多久町10	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	12.5
平田	東	108	東コミュニティセンター	鹿園寺町49-3	○	○	○	○	○	4.5
平田	東	109	東小学校(体育館)	鹿園寺町1004-6	○	○	○	○	○	43.4
平田	東	110	青少年の家サンレイク	小境町1991-2	○	○	○	◆要安全確認	○	37.7
平田	北浜	111	北浜小学校(体育館：校舎)	十六島町1383-5	○	○	○	◆要安全確認	▲校舎２Ｆ以上	2.9
平田	北浜	112	北浜コミュニティセンター	十六島町1851-1	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	▲要安全確認	2.9
平田	北浜	113	塩津小学校(体育館)	塩津町101-2	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	90.0
平田	佐香	114	佐香コミュニティセンター	坂浦町3601	○	○	○	○	○	167.5
平田	佐香	115	旧佐香小学校(体育館)	坂浦町2472-1	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	167.8
平田	佐香	116	三津町自治会館(水産センター)	三津町146-7	○	○	○	◆要安全確認	○	10.0
平田	伊野	117	伊野小学校(体育館)	野郷町459-2	○	○	○	◆要安全確認	○	33.9
平田	伊野	118	伊野コミュニティセンター	野郷町492-5	■要安全確認	○	○	○	○	33.0
出雲	今市	1	出雲高等学校(第1体育館)	今市町1800	○	○	○	○	○	15.6
出雲	今市	2	出雲高等学校(第2体育館)	今市町1800	○	○	○	○	○	15.4
出雲	今市	3	今市小学校(体育館)	今市町北本町2丁目1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.6
出雲	今市	4	ＪＡしまね　出雲地区本部	今市町106-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.1
出雲	今市	5	サン・アビリティーズいずも	今市町北本町３丁目1-20	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.4
出雲	今市	6	今市コミュニティセンター	今市町本町1578-2	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	9.8
出雲	今市	7	出雲市役所(本庁舎)	今市町70	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.7

災害適用性判定凡例　○…適用性あり　▼…浸水想定区域内施設　◆…土砂災害警戒区域内施設　■…耐震設計基準外　▲…津波浸水想定区域内施設

立地		番号	避難所開設予定施設名称	所在地	災害適用性の判定					標高(m)
					地震判定	水害判定		土砂災害判定	津波判定	
地域	地区					計画規模	想定最大規模			
出雲	今市	8	出雲科学館	今市町1900-2	○	○	○	○	○	13.4
出雲	今市	9	ビッグハート出雲	駅南町1丁目5	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	9.7
出雲	今市	10	パルメイト出雲	今市町2065	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	8.2
出雲	今市	11	出雲医療看護専門学校	今市町1151-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	9.0
出雲	大津	12	第一中学校(武道場、アリーナ)	大津町2214	○	○	○	○	○	12.6
出雲	大津	13	出雲商業高等学校(体育館)	大津町2525	○	○	○	○	○	35.7
出雲	大津	14	大津コミュニティセンター	大津町1727-5	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	10.8
出雲	大津	15	出雲弥生の森博物館	大津町2760	○	○	○	○	○	31.7
出雲	大津	16	大津小学校(体育館)	大津町370-1	■要安全確認	○	▼要安全確認	○	○	9.6
出雲	大津	17	出雲中央図書館	大津町1134	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	8.0
出雲	大津	18	島根県出雲合同庁舎	大津町1139	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.0
出雲	塩冶	19	出雲市民会館	塩冶有原町2丁目15	○	○	▼要安全確認	○	○	7.0
出雲	塩冶	20	出雲工業高等学校(体育館)	上塩冶町420	○	○	○	○	○	17.7
出雲	塩冶	21	第二中学校(武道場、アリーナ)	塩冶町1501	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	7.0
出雲	塩冶	22	塩冶小学校(第1体育館)	塩冶町709	○	○	▼要安全確認	○	○	7.7
出雲	塩冶	23	塩冶小学校(第2体育館)	塩冶町709	○	○	▼要安全確認	○	○	7.6
出雲	塩冶	24	出雲市隣保館	上塩冶町2657-1	○	○	▼要安全確認	○	○	9.0
出雲	塩冶	25	塩冶幼稚園	塩冶町900	○	○	▼要安全確認	○	○	7.5
出雲	塩冶	26	塩冶コミュニティセンター	塩冶町803-2	○	○	▼要安全確認	○	○	7.6
出雲	塩冶	27	島根大学医学部(大学会館)	塩冶町89-1	○	○	▼要安全確認	○	○	9.1
出雲	塩冶	28	ニューウェルシティ出雲	塩冶有原町2-15-1	○	○	▼要安全確認	○	○	7.1
出雲	古志	29	古志幼稚園	古志町1949	○	○	○	○	○	10.0
出雲	古志	30	古志コミュニティセンター	古志町1122-6	○	○	▼要安全確認	○	○	9.6
出雲	古志	31	古志スポーツセンター	古志町1955	○	○	○	○	○	11.2
出雲	高松	32	高松小学校(体育館)	松寄下町724	○	○	▼要安全確認	○	○	4.0
出雲	高松	33	高松コミュニティセンター	松寄下町761-1	○	○	▼要安全確認	○	○	4.8
出雲	高松	34	出雲農林高等学校(体育館)	下横町950	○	○	▼要安全確認	○	○	3.1
出雲	高松	35	浜山中学校(体育館)	松寄下町1674	○	○	▼要安全確認	○	○	3.6
出雲	四絡	36	四絡小学校(体育館)	大塚町821-3	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	5.0
出雲	四絡	37	四絡コミュニティセンター	小山町650-21	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	5.0
出雲	四絡	38	出雲ドーム	矢野町999	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	4.6
出雲	四絡	39	第三中学校(体育館)	大塚町1184	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	5.0
出雲	四絡	40	おおつか保育園	大塚町790-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	5.0
出雲	高浜	41	高浜小学校(体育館)	里方町108	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.8
出雲	高浜	42	高浜コミュニティセンター	平野町1183	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.8
出雲	川跡	43	川跡幼稚園	稲岡町24-1	○	○	▼要安全確認	○	○	5.4
出雲	川跡	44	川跡コミュニティセンター	荻杼町211	■要安全確認	○	▼要安全確認	○	○	6.4
出雲	川跡	45	さんぴーの出雲	中野美保南2丁目15	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	6.1
出雲	川跡	46	北陽小学校(体育館)	稲岡町10	○	○	▼要安全確認	○	○	5.8
出雲	鳶巣	47	出雲北陵高等学校(体育館)	西林木町3	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	5.3
出雲	鳶巣	48	鳶巣コミュニティセンター	東林木町890-4	○	▼要安全確認	▼要安全確認	◆要安全確認	○	5.7
出雲	鳶巣	49	県立大学出雲キャンパス	西林木町151	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	6.4
出雲	上津	50	上津小学校(体育館)	上島町869	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	21.0
出雲	上津	51	上津コミュニティセンター	上島町1031	○	▼要安全確認	▼要安全確認	◆要安全確認	○	21.7
出雲	稗原	52	稗原小学校(体育館)	稗原町2825	○	○	○	◆要安全確認	○	60.0
出雲	稗原	53	稗原コミュニティセンター	稗原町2859	○	○	○	◆要安全確認	○	60.0

※教育施設については、状況に応じて体育館以外の他の施設も使用する。

指定緊急避難場所（兼指定避難所）

※避難所の開設は、市が安全確認を行ってから開設します。
開設した場合には、防災行政無線、ケーブルテレビ、有線放送（情報いずも・ひらたＣＡＴＶ音声告知・大社ご縁ネット）、エフエムいずも、ホームページ、いずも防災メール、広報車等でお知らせします。

立地 地域	立地 地区	番号	避難所開設予定施設名称	所在地	災害適用性の判定 地震判定	水害判定 計画規模	水害判定 想定最大規模	土砂災害判定	津波判定	標高(m)
出雲	稗原	54	稗原交流センター	稗原町2799-1	○	○	○	○	○	57.8
出雲	朝山	55	朝山小学校(体育館)	所原町185	○	○	○	○	○	16.8
出雲	朝山	56	朝山コミュニティセンター	所原町185	○	○	○	○	○	17.0
出雲	朝山	57	南中学校(体育館)	朝山町978	○	○	○	○	○	16.1
出雲	朝山	58	みどりの郷出雲	所原町2715-1	○	○	○	○	○	22.5
出雲	乙立	59	乙立小学校(体育館)	乙立町1028-4	○	○	○	◆要安全確認	○	33.8
出雲	乙立	60	乙立コミュニティセンター	乙立町3163	○	○	○	◆要安全確認	○	35.4
出雲	神門	61	神戸川小学校(体育館)	下古志町808	○	○	▼要安全確認	○	○	7.9
出雲	神門	62	河南中学校(体育館)	神門町1331	○	○	▼要安全確認	○	○	3.1
出雲	神門	63	出雲西高等学校(体育館)	下古志町1163	○	○	○	○	○	8.6
出雲	神門	64	神門幼稚園	知井宮町481-1	○	○	○	○	○	5.9
出雲	神門	65	神門保育園	下古志町475	○	○	▼要安全確認	○	○	8.0
出雲	神門	66	神門コミュニティセンター	知井宮町801-1	○	○	▼要安全確認	○	○	4.8
出雲	神門	67	出雲ゆうプラザ	西新町1-2547-2	○	○	○	○	○	6.0
出雲	神門	68	朱鷺会館	西新町2丁目2456－4	○	○	▼要安全確認	○	○	5.9
出雲	神西	69	神西小学校(体育館)	神西沖町1090	○	○	▼要安全確認	○	○	2.0
出雲	神西	70	神西コミュニティセンター	神西沖町447	○	○	▼要安全確認	○	○	2.0
出雲	神西	71	東神西コミュニティセンター	東神西町939	○	○	▼要安全確認	○	○	3.6
出雲	神西	72	出雲養護学校	神西沖町2485	○	○	○	○	○	7.3
出雲	長浜	73	長浜小学校(体育館)	荒茅町3848	○	○	▼要安全確認	○	○	2.1
出雲	長浜	74	長浜コミュニティセンター	長浜町514-11	○	○	▼要安全確認	○	○	2.4
出雲	長浜	75	西部体育館	長浜町514-11	○	○	▼要安全確認	○	○	2.4
出雲	長浜	76	荒茅保育園	荒茅町1021-6	○	○	▼要安全確認	○	○	3.1
出雲	長浜	77	西園保育園	西園町329	○	○	▼要安全確認	○	○	2.8
出雲	長浜	78	外園保育園	外園町204-1	○	○	○	○	○	23.7
出雲	平成	79	平成スポーツ公園（平成温泉）	平成町2320-13	○	○	○	○	○	60.9
佐田	須佐	119	潮の井荘	佐田町須佐749-5	■要安全確認	○	○	○	○	95.3
佐田	須佐	120	佐田支所（須佐コミュニティセンター）	佐田町反辺1747-6	○	○	○	◆要安全確認	○	73.0
佐田	須佐	121	須佐小学校(体育館)	佐田町須佐1137-1	○	○	○	◆要安全確認	○	77.5
佐田	須佐	122	出雲須佐温泉ゆかり館	佐田町原田737	○	○	○	○	○	100.0
佐田	須佐	123	佐田スポーツセンター	佐田町反辺1948-1	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	63.7
佐田	須佐	124	文化練習館	佐田町反辺1943	○	○	○	◆要安全確認	○	63.7
佐田	須佐	125	スサノオホール	佐田町反辺1747-4	○	○	○	◆要安全確認	○	66.4
佐田	窪田	126	佐田中学校(体育館)	佐田町八幡原200	○	○	○	◆要安全確認	○	78.2
佐田	窪田	127	窪田コミュニティセンター	佐田町八幡原492-6	○	○	○	◆要安全確認	○	89.0
佐田	窪田	128	飯の原農村公園センターハウス	佐田町一窪田657	○	○	○	◆要安全確認	○	135.0
佐田	窪田	129	窪田小学校(体育館)	佐田町一窪田1430-8	○	○	○	◆要安全確認	○	112.1
佐田	窪田	130	窪田保育所	佐田町一窪田1430-1	■要安全確認	○	○	○	○	112.1
多伎	多伎	131	旧田儀小学校(体育館)	多伎町口田儀1221	○	○	○	○	○	14.0
多伎	多伎	132	多伎中学校（体育館）	多伎町多岐785	○	○	○	○	○	26.8
多伎	多伎	133	多伎小学校（体育館）	多伎町多岐900	○	○	○	◆要安全確認	○	26.3
多伎	多伎	134	多伎コミュニティセンター	多伎町小田73	○	○	○	○	○	10.5
多伎	多伎	135	デイサービスセンターたき	多伎町小田50-8	○	○	○	○	○	11.7
多伎	多伎	136	多伎勤労者体育センター	多伎町久村1341-1	○	○	○	◆要安全確認	○	6.8
湖陵	湖陵	137	湖陵コミュニティセンター	湖陵町二部1320	■要安全確認	○	○	○	○	4.8
湖陵	湖陵	138	湖陵幼稚園	湖陵町二部1117	○	○	▼要安全確認	○	○	3.1

災害適用性判定凡例　○…適用性あり　▼…浸水想定区域内施設　◆…土砂災害警戒区域内施設　■…耐震設計基準外　▲…津波浸水想定区域内施設

立地 地域	立地 地区	番号	避難所開設予定施設名称	所在地	災害適用性の判定 地震判定	水害判定 計画規模	水害判定 想定最大規模	土砂災害判定	津波判定	標高(m)
湖陵	湖陵	139	湖陵中学校(体育館)	湖陵町三部1183	○	○	○	○	○	4.3
湖陵	湖陵	140	湖陵小学校(体育館)	湖陵町二部1100	○	○	○	○	○	6.2
湖陵	湖陵	141	湖陵体育センター	湖陵町板津137-1	○	○	○	○	○	34.6
大社	杵築	142	大社小学校(体育館)	大社町杵築南900-1	○	○	○	○	○	8.4
大社	杵築	143	大社中学校(体育館)	大社町杵築南1330	○	○	○	○	○	7.2
大社	杵築	144	大社幼稚園	大社町杵築南1201	○	○	○	○	○	5.1
大社	杵築	145	たいしゃ保育園	大社町杵築南1235	○	○	○	○	○	7.4
大社	杵築	146	大社コミュニティセンター	大社町杵築南1051-1	■要安全確認	○	○	○	○	6.0
大社	杵築	147	大社文化プレイスうらら館	大社町杵築南1338-9	○	○	▼要安全確認	○	○	3.4
大社	杵築	148	県立古代出雲歴史博物館	大社町杵築東99-4	○	○	▼要安全確認	○	○	3.9
大社	荒木	149	大社高等学校(体育館)	大社町北荒木1473	○	○	○	○	○	7.7
大社	荒木	150	浜山公園施設（カミアリーナ）	大社町北荒木1868-10	○	○	○	○	○	14.5
大社	荒木	151	荒木小学校(体育館)	大社町北荒木413	○	○	○	○	○	3.9
大社	荒木	152	荒木幼稚園	大社町北荒木310	○	○	○	○	○	4.1
大社	荒木	153	荒木コミュニティセンター	大社町北荒木389-2	○	○	○	○	○	3.6
大社	遙堪	154	遙堪小学校(体育館)	大社町遥堪73	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.7
大社	遙堪	155	遙堪幼稚園	大社町遥堪73-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.7
大社	遙堪	156	遙堪コミュニティセンター	大社町遥堪359-2	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.2
大社	日御碕	157	旧日御碕小学校(体育館)	大社町日御碕521-1	○	○	○	◆要安全確認	○	44.9
大社	日御碕	158	日御碕コミュニティセンター	大社町宇龍338-3	○	○	○	◆要安全確認	○	22.2
大社	鵜鷺	159	旧鵜鷺小学校(体育館)	大社町鷺浦275	○	○	○	◆要安全確認	○	33.4
大社	鵜鷺	160	鵜鷺コミュニティセンター	大社町鷺浦1045-1	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	20.0
斐川	荘原	161	四季荘	斐川町学頭1369	○	○	○	◆要安全確認	○	66.7
斐川	荘原	162	斐川第1体育館	斐川町荘原2876-3	○	○	○	○	○	4.8
斐川	荘原	163	荘原コミュニティセンター	斐川町荘原3835	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.3
斐川	荘原	164	東部保育園	斐川町荘原2300-1	○	○	○	○	○	4.8
斐川	荘原	165	斐川文化会館	斐川町荘原2166-1	■要安全確認	○	○	○	○	6.2
斐川	荘原	166	荘原保育園	斐川町上庄原305-1	○	○	▼要安全確認	○	○	3.0
斐川	荘原	167	荘原小学校（体育館）	斐川町神庭273	○	○	○	○	○	5.8
斐川	荘原	168	荘原幼稚園	斐川町荘原2300-6	○	○	○	○	○	5.0
斐川	阿宮	169	阿宮コミュニティセンター	斐川町阿宮2323-2	○	○	▼要安全確認	◆要安全確認	○	28.9
斐川	出西	170	出西コミュニティセンター	斐川町求院965	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	13.3
斐川	出西	171	出西保育園	斐川町出西1943	○	○	▼要安全確認	○	○	11.9
斐川	出西	172	企業化支援センター	斐川町神氷2535-10	○	○	○	○	○	23.6
斐川	伊波野	173	西野小学校（体育館）	斐川町富村559	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	10.5
斐川	伊波野	174	伊波野コミュニティセンター	斐川町富村748	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	8.2
斐川	伊波野	175	アクティーひかわ	斐川町上直江2469	○	○	▼要安全確認	○	○	10.1
斐川	直江	176	斐川西中学校（体育館）	斐川町直江4083	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	6.7
斐川	直江	177	中部小学校（体育館）	斐川町直江4243	○	○	▼要安全確認	○	○	6.2
斐川	直江	178	斐川第2体育館	斐川町直江1231	■要安全確認	○	○	◆要安全確認	○	16.0
斐川	直江	179	直江コミュニティセンター	斐川町直江4865-1	■要安全確認	○	▼要安全確認	○	○	6.1
斐川	久木	180	久木コミュニティセンター	斐川町福富2-13	■要安全確認	○	▼要安全確認	○	○	5.6
斐川	久木	181	ＪＡしまね ひかわ営農総合センター	斐川町美南1329	○	○	▼要安全確認	○	○	5.0
斐川	出東	182	斐川東中学校（体育館）	斐川町沖洲660	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.2
斐川	出東	183	出東小学校（体育館）	斐川町三分市1076	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	3.0
斐川	出東	184	出東コミュニティセンター	斐川町三分市2060-1	○	▼要安全確認	▼要安全確認	○	○	2.5

※教育施設については、状況に応じて体育館以外の他の施設も使用する。

まちぐるみの防災体制

町内会へ加入し近所の人たちで助け合う

・阪神淡路大震災や東日本大震災では、ご近所同士が助け合うことで多くの人命が救われました。
・いざというときに、頼りになるのはご近所です。みんなで町内会（自治会）に加入しましょう。
・地域の絆があなたの命を守ります。

いざというときに地域のだれもが安全に避難できるように、日頃から地域での協力・支援の方法を考えておきましょう。

①地域の危険性を把握する

・地域の危険箇所や防災上の問題点について、地域で話し合う機会をつくりましょう。
・地域の災害情報を共有できるように、防災地図を作っておきましょう。

②協力・支援体制を具体的に決めておく

・要支援者の住所、人数、状態などを把握しておきましょう。
・情報の伝え方、支援をする人、避難の方法などを決めておきましょう。

③防災訓練をやってみる

・いざというときに、適切な行動ができるように、要支援者も参加できる防災訓練や防災学習会などを実施しましょう。
・地域の行事にあわせたり、時間帯や季節を変えたりするなど、楽しく参加できる工夫をしましょう。

避難行動要支援者への支援

避難行動要支援者とは、高齢や障がいなどによって災害発生時にひとりで避難することが難しい人のことです。地域で協力して、近所の高齢者、障がいのある方などの安否確認、避難所への移動を支援しましょう。

高齢者

複数の人で避難しましょう。
声をかけて、その人にあったサポートをしましょう。

車イスを利用している人

階段を上がるときは前向きに、下がるときは後ろ向きにして移動します。
３人で協力して行いましょう。

目の不自由な人

まず「お手伝いしましょうか?」と声をかけましょう。
杖（つえ）をお持ちの人をサポートするときは、
ひじあたりに軽く触れ、
半歩前をゆっくり歩きます。

耳の不自由な人

話しかけるときは、身振り手振りや筆談を交えましょう。
口の動きは普段の早さより、ゆっくりと大きくしましょう。

避難情報の入手先

災害の危険がある場合、必要と認められる地域に出雲市から避難情報を発表します。
避難情報の入手先を確認し、停電しても情報を受け取れるように準備して起きましょう。

メール（携帯電話）	緊急速報メール：各携帯電話会社（ＮＴＴドコモ・ソフトバンク・au） いずも防災メール
出雲市ホームページ	http://www.city.izumo.shimane.jp
防災行政無線	屋外拡声子局（スピーカー・サイレン）、戸別受信局
広報車	市避難広報班、消防本部、消防団
有線放送	情報いずも、ひらたＣＡＴＶ、ご縁ネット
ケーブルテレビ	出雲ケーブルビジョン、ひらた CATV
ラジオ	ＮＨＫ第1放送（AM　1296KHz）、ＢＳＳ（AM　1431KHz）、 ＦＭ山陰（FM　77.4MHz）、エフエムいずも（FM　80.1MHz） ※「エフエムいずも」は、災害時等には市からの緊急情報を割り込み放送します。
出雲市利用 ソーシャルメディア（SNS）	Facebook（フェイスブック）、LINE（ライン）、Twitter（ツイッター）