

目次

自助・共助・公助1	揺れやすさマップ39~40
避難所・避難場所、関係機関一覧2	地域の危険度マップ41~42
防災情報の伝達について3~4	災害に備える43
●つくば市防災情報の伝達経路	地震対策44~45
●避難情報の種類	風水害対策46~48
●災害時の情報収集	火災対策49
つくば市ハザードマップ(市全体図)5~6	災害時の連絡方法50
つくば市ハザードマップ(詳細図)7~38	防災メモ裏表紙

自助・共助・公助

阪神・淡路大震災時に生き埋めや閉じ込められた人が誰によって救助されたか調査したところ、「自力脱出・家族による救助」は66.8%、「友人・隣人や通行人による救助」は30.7%でした。「救急隊等による救助」については1.7%で、被害が大きすぎて対応しきれないばかりか、道路の寸断等により現場にたどり着けないという状態だったそうです。

この「自助・共助:公助=9:1」という『割合からも、自助や共助の重要性がわかります。』

防災・減災の基本は「自助」「共助」「公助」の連携

自助・共助・公助

災害による被害を最小限にとどめるためには、

「自助」
「共助」
「公助」

それぞれの役割と連携が大切です。



避難所・避難場所、関係機関一覧

指定避難所

※災害の種類や被災状況によっては使用できない場合があります。

自宅での居住が危険または困難な時、一時的に滞在する施設。物資の配給拠点。(例:小学校や交流センターなど)

No	指定避難所 施設名	所在地	地図座標	No	指定避難所 施設名	所在地	地図座標
1	大曾根小学校	大曾根2917	6図D-3	43	(旧)小田小学校	小田3107	7図A-1
2	前野小学校	前野1367	6図B-2	44	(旧)山口小学校	山口913	4図D-3
3	妻小中学校	妻449-1	9図D-1	45	総合教育研究所	大形1333-1	7図C-2
4	吉沼小学校	吉沼1010	5図C-2	46	(旧)作岡小学校	作谷1833	3図C-3
5	大穂中学校	篠崎475	6図B-2	47	(旧)菅間小学校	中菅間877	1図F-5
6	沼崎小学校	沼崎1650	9図B-1	48	(旧)筑波西中学校	作谷578-2	3図D-1・2
7	今鹿島小学校	今鹿島1762	5図E-4	49	(旧)筑波東中学校	北条4160	4図C-3
8	上郷小学校	上郷2499	8図C-3	50	秀峰筑波義務教育学校	北条5073番地	4図B-3
9	豊里中学校	高野1213	8図E-1	51	基崎第一小学校	高野2290	15図D-4
10	学園の森義務教育学校	学園の森二丁目15番地1	9図C-3	52	基崎第二小学校	上岩崎1076	16図C-2
11	谷田部小学校	谷田部2938	12図C-5	53	基崎第三小学校	小基798-1	15図B-5
12	谷田部南小学校	境田191-1	14図E-3	54	基崎中学校	小基450	15図C-5
13	みどりの学園義務教育学校	みどりの中央12番1	14図C-1	55	高崎中学校	高崎1730	15図C-3
14	真瀬小学校	真瀬2103	11図E-2	56	大穂交流センター	筑穂1-10-4	6図D-3
15	鳥名小学校	鳥名537-1	11図F-1	57	豊里交流センター	高野1197-20	8図E-2
16	葛城小学校	刈間689	9図E-4	58	谷田部交流センター	谷田部4774-18	12図C-4
17	春日学園義務教育学校	春日2-47	9図E-3	59	松代交流センター	松代4-16-3	12図E-2
18	柳橋小学校	柳橋360	12図D-2	60	二の宮交流センター	二の宮4-6-2	13図B-2
19	小野川小学校	館野731	13図B-4	61	春日交流センター	春日2-36-1	9図E-3
20	手代木南小学校	松代4-24	12図E-1	62	鳥名交流センター	鳥名784-30	9図A-5
21	二の宮小学校	二の宮4-11	13図B-2	63	桜交流センター	松塚1036-2	10図D-1
22	松代小学校	松代3-3-1	12図E-1	64	小野川交流センター	館野477-1	13図A-4
23	東小学校	東2-24	13図C-3	65	竹園交流センター	竹園3-19-2	10図C-4
24	谷田部中学校	谷田部6100	12図D-4	66	並木交流センター	並木4-2-1	13図D-2
25	高山中学校	下河原崎503	11図E-2	67	広岡交流センター	下広岡410-167	13図F-1
26	手代木中学校	松代5-10	13図A-2	68	吾妻交流センター	吾妻1-10-1	10図B-4
27	谷田部東中学校	東2-25-1	13図C-3	69	基崎交流センター	小基318	16図D-1
28	栄小学校	金田54	10図D-2	70	筑波交流センター	北条5060	4図B-3
29	九重小学校	上ノ室2126	10図C-4	71	市民研修センター	北条1477-1	4図D-3
30	榎南小学校	大角豆789-1	13図E-1	72	市民ホールつくばね	北条5060	4図B-3
31	栗原小学校	栗原2018	7図B-4	73	働く婦人の家	沼田40-2	2図A-4
32	竹園東小学校	竹園3-13	10図B-4	74	教育相談センター	沼田40-2	2図A-4
33	並木小学校	並木2-12	13図D-1	75	桜老人福祉センター	栗原2470	7図B-4
34	吾妻小学校	吾妻2-16	10図A-4	76	千勝神社	泊崎173	16図D-4
35	竹園西小学校	竹園2-19-4	10図B-5	77	つくばカピオ	竹園1-10-1	10図B-4
36	桜中学校	金田1500	10図C-2	78	つくばイノベーションプラザ	吾妻1-10-1	10図B-4
37	竹園東中学校	竹園3-11	10図C-4	79	(株)常陸銀行 常陸つくばビル	吾妻1-14-2	10図B-4
38	並木中学校	並木3-8	13図D-2	80	(株)筑波銀行 つくば本部ビル	竹園1-7	10図A-4
39	吾妻中学校	天久保1-9-1	10図A-3	81	(株)島島アトラーズつくばアカデミーセンター	みどりの中央51-1	14図C-1
40	(旧)田水山小学校	水守620	3図F-3	82	つくば市谷田部農業協同組合	谷田部2074-1	12図C-5
41	(旧)田井小学校	神部1200	4図C-1	83	県立つくば特別支援学校	玉取2100	6図E-4
42	(旧)北条小学校	北条1077	4図C-3	84	ほか23箇所の福祉避難所		

※77~82:帰宅困難者用、83-84:福祉避難所

指定緊急避難場所

※災害の種類や被災状況によっては使用できない場合があります。

火災や水害などの災害による危険を回避するために一時的に避難する場所(例:公園や広場、高台など)

No	指定緊急避難場所 施設・場所名	所在地	地図座標	No	指定緊急避難場所 施設・場所名	所在地	地図座標
1	さくら運動公園	金田1603	10図C-3	5	研究学園駅前公園	学園南2-1	9図D-4
2	基崎運動公園	下岩崎2160-10	16図C-1	6	筑波北部公園	北原1	3図E-5
3	大池公園	北条1477-1	4図C-3	7	(株)島島アトラーズつくばアカデミーセンター	みどりの中央51-1	14図C-1
4	川口公園	上郷3190	8図C-2				

防災・医療・ライフライン関係機関

	施設名	電話	所在地	地図座標
防災関係機関	つくば市役所	029-883-1111	つくば市研究学園1-1-1	9図C-4
	土浦土木事務所	029-822-4340	土浦市中高津3-11-5	
	つくば保健所	029-851-9287	つくば市松代4-27	12図E-2
	つくば中央警察署	029-851-0110	つくば市竹園1-1	10図B-4
	つくば北警察署	029-867-1191	つくば市北条5262-3	4図B-3
	消防本部	029-851-0119	つくば市研究学園1-1-1	9図C-4
	中央消防署	029-851-1691	つくば市研究学園1-1-1	9図C-4
	中央消防署豊里分署	029-847-8639	つくば市上郷606	5図C-5
	中央消防署桜分署	029-857-4150	つくば市金田2040-2	10図C-2
	中央消防署並木分署	029-861-0123	つくば市並木1-2-3	13図C-1
	北消防署	029-867-2355	つくば市上沢3	4図A-5
	北消防署筑波分署	029-866-0176	つくば市沼田644	2図A-4
南消防署	029-838-0279	つくば市観音台1-25-3	15図A-1	
南消防署基崎分署	029-876-1089	つくば市小基563-1	15図C-5	
救急告示医療機関	筑波記念病院	029-864-1212	つくば市要1187-299	9図D-1
	筑波中央病院	029-867-1211	つくば市北条5118	4図B-3
	筑波大学附属病院	029-853-3900	つくば市天久保2-1-1	9図E-3
	筑波メディカルセンター病院	029-851-3511	つくば市天久保1-3-1	10図A-3
	筑波学園病院	029-836-1355	つくば市上横場2573-1	12図E-4
	筑波病院	029-855-0777	つくば市大角豆1761	13図C-1
	筑波胃腸病院	029-874-3321	つくば市高見原1-2-39	15図E-5
関係機関	いちほら病院	029-864-0303	つくば市大曾根3681	6図D-2
	つくば双葉病院	029-873-2511	つくば市高崎1008	15図C-4
	東京電力パワーグリッドカスタマーセンター	0120-995-007		
	東京ガス(株)つくば支社	029-848-5151	つくば市研究学園2-1-2	9図C-4
関東鉄道(株)つくば中央営業所	029-836-1145	つくば市上横場2365-1	12図E-4	
つくばエクスプレス	0570-000-298	東京都千代田区神田練馬町85		