保存版 門真市 防災マップ

KADOMA City Disaster Preparedness Map
门真市防灾图
가도마시 방재 지도

門真市総務部危機管理課　〒571-8585 門真市中町1-1 TEL:06-6902-5812

令和７年６月修正

■このマップについて
門真市防災マップは、地震震度分布図、避難施設、防災関連施設を掲載しています。

災害用伝言サービス

地震や洪水などの大災害発生時は、電話利用が急激に増加し、電話がつながりにくい状況が続くことがあります。このような場合は、以下のサービスが開設されます。

災害用伝言ダイヤル 171

音声を用いて安否情報（伝言）の録音・再生を行うことができます。

171をダイヤル	
録音は1をダイヤル	再生は2をダイヤル
被災地の方も、被災地以外の方も 被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤル	
伝言を入れる	伝言を聞く

災害用伝言板（web171）

https://www.web171.jp

スマートフォン・携帯電話・PC等から災害用伝言板（web171）にアクセスすることで、テキストによる安否情報（伝言）の登録・確認を行うことができます。

非常持ち出し品の準備

避難が必要になった場合に備えて、非常持ち出し品を準備しましょう。リュックサックなどにまとめて、いつでも持ち出せる場所に保管しておくと良いでしょう。

食料
- □飲料水（1人1日3リットル×3日分）
- □非常食（缶詰、乾パンなど）
- □栄養補助食品（チョコレート、キャンディーなど）

救急・安全対策
- □救急箱（常備薬、お薬手帳など）
- □包帯、ガーゼ、ばんそうこう
- □消毒液
- □ヘルメット
- □ホイッスル

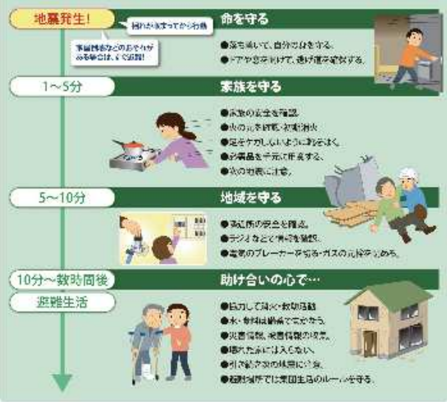
貴重品
- □現金（小銭）
- □預金通帳、印鑑
- □クレジットカード
- □マイナンバーカード
- □健康保険証

衣類など
- □下着類
- □タオル、毛布
- □手袋、軍手
- □雨具

日用品など
- □携帯トイレ
- □ライター
- □ナイフ、缶切り
- □ティッシュペーパー
- □ウエットティッシュ
- □懐中電灯、予備電池
- □携帯ラジオ
- □メガネ
- □マスク、消毒液
- □ロープ
- □門真市ハザードマップ

地震が発生したら、落ち着いて身のまわりの安全を確認しましょう

大地震が起きると「揺れ」「液状化」「火災」などがほぼ同時に起こり、大きな被害が生じるおそれがあります。周囲の状況を判断して、まず身の安全を確保し、避難所など安全な場所に避難しましょう。



地震発生！　命を守る
- ●落ち着いて、自分の身を守る。
- ●ドアや窓をあけて、逃げ道を確保する。

1～5分　家族を守る
- ●家族の安全を確認。
- ●火の元を確認・初期消火
- ●足をケガしないように靴をはく。
- ●必需品を手元に用意する。
- ●次の地震に注意。

5～10分　地域を守る
- ●避難所の安全を確認。
- ●ラジオなどで情報を確認。
- ●電気のブレーカーを切る・ガスの元栓をしめる。

10分～数時間後　助け合いの心で…
避難生活
- ●協力して消火・救助活動
- ●水・食料は備蓄でまかなう。
- ●災害情報、被害情報の収集。
- ●壊れた家には入らない。
- ●引き続き余震に注意。
- ●避難場所では集団生活のルールを守る。

緊急地震速報を見聞きしたら…

「緊急地震速報」は、地震によって大きな被害が出ると予想される地震を対象に、揺れが始まる前にテレビ・ラジオ・防災行政無線や携帯電話（対応機種）などからみなさんに伝えられます。この「緊急地震速報」を見聞きしてから数秒～数十秒後に強い揺れが始まりますので、この間に身を守るための行動をとる必要があります。ただし、震源域に近い地域では「緊急地震速報」が強い揺れに間に合わないことがあります。

家庭では…
- ●頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。
- ●あわてて外へ飛び出さない。

屋外では…
- ●ブロック塀の倒壊等に注意する。
- ●看板や割れたガラスの落下に注意し、丈夫なビルのそばであれば、ビルの中に避難する。

人が大勢いる施設では…
- ●係員の指示に従う。
- ●落ち着いて行動する。
- ●あわてて出口に走り出さない。

自動車運転中は…
- ●あわてて急ブレーキをかけない。
- ●ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意を促し、ゆっくり停止する。

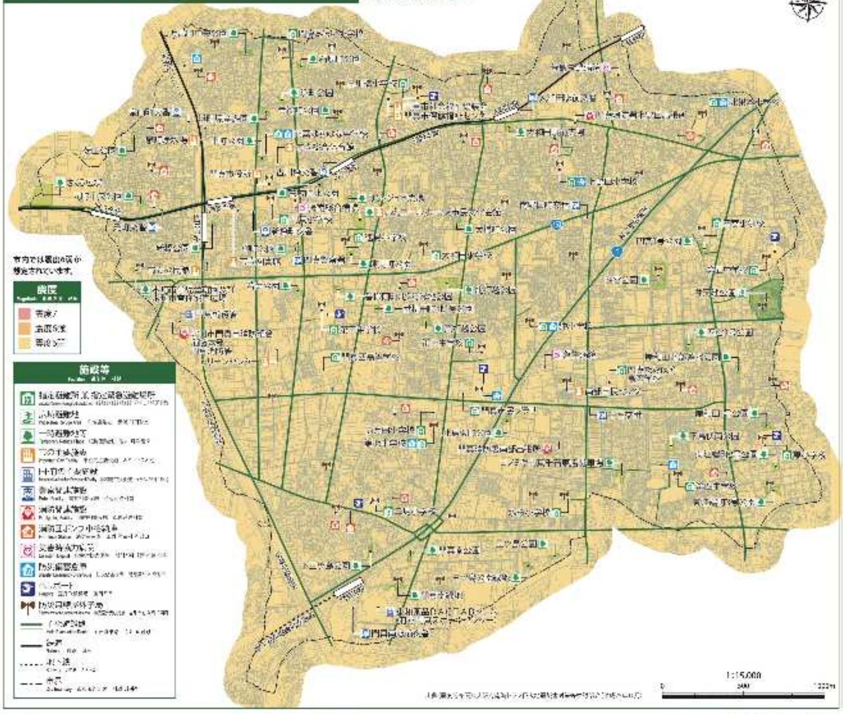
鉄道やバスでは…
- ●つり革や手すりにしっかりつかまる。

エレベーターでは…
- ●最寄りの階で停止させ、すぐに降りる。

山やがけ付近では…
- ●落石やがけ崩れに注意する。

防災マップ（南海トラフ巨大地震震度分布図）

Nankai Trough Earthquake Distribution Map
南海海沟特大地震烈度分布图
난카이 해곡 거대 지진 진도 분포도



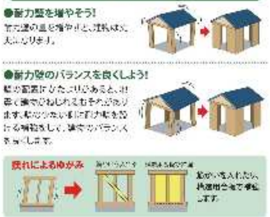
建物の被害を軽減するために

建物の耐震性を確認するために、まずは耐震診断を受けましょう。安全でないと診断された場合は、適切な耐震改修を行うことで安全性を確保できます。専門家に相談してわが家にもっとも適した工事方法を選び、耐震改修を行いましょう。

壁を補強する

●耐力壁を増やそう！
耐力壁の量を増やすと、建物は丈夫になります。

●耐力壁のバランスを良くしよう！
壁の配置にかたよりがあると、地震で建物のねじれるおそれがあります。壁の少ない面に耐力壁を設ける補強をして、建物のバランスを良くします。



屋根を軽量化

●軽い材料の屋根に替えることで、耐震構造を向上！

建物の基礎を補強する

●基礎の補強で建物の性能アップ！

接合部を補強する

腐朽部分を補強する

●腐朽部分は新しいものと交換しよう！

耐震シェルターの設置
家全体の耐震改修が困難な場合は、耐震シェルターを設置することで、いざというときに逃げ込む場所として有効です。

家の中の安全性を高めよう

地震で建物が倒壊しなくても、大きな家具の転倒、家電製品の落下、ガラスの飛散などにより、大きなケガをしたり逃げ道をふさがれたりします。家具の固定や配置方法の工夫を行い、家の中の安全性を高めておきましょう。

自主防災組織の役割と活動

地域住民が協力・連携し、災害から「自分たちの地域は自分たちで守る」ために結成される組織が「自主防災組織」です。

平常時の取り組み

災害時の活動

震度と揺れの状況

震度		揺れの状況
震度4	平成7年阪神・淡路大震災、平成30年大阪府北部の地震での門真市内計測震度	かなりの恐怖感があり、一部の人は身の安全をはかろうとする。置物が倒れることがある。
震度5弱		一部の人が行動に支障を感じる。耐震性の低い建物では壁や柱が破損することがある。
震度5強		多くの人が行動に支障を感じ、タンスなど重い家具でも倒れることがあり、建物の変形によってドアが開かなくなることがある。
震度6弱		立っていることが困難。ガスの配管や水道管に被害が発生する。耐震性の低い建物は倒壊のおそれがある。
震度6強		立っていることができず、はわないと移動ができない。補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。
震度7	平成28年熊本地震における最大震度、令和6年能登半島地震における最大震度	揺れに翻弄され、自分の意思で動くことができない。耐震性の高い建物でも傾斜するものがある。大きな地割れや山崩れなどが生じ、地形が変わることがある。

避難所一覧

名称	所在地	電話番号
門真小学校	本町4-1	06-6909-2000
大和田小学校	大橋町2-46	072-881-0049
二島小学校	三ツ島1丁目5-18	072-883-0016
四宮小学校	四宮2丁目8-1	072-883-3341
古川橋小学校	栄町18-9	06-6901-4444
沖小学校	沖町28-1	072-882-6165
上野口小学校	上野口町1-1	072-882-0882
速見小学校	速見町4-1	06-6909-6500
北巣本小学校	北巣本町2-11	072-882-7427
五月田小学校	北岸和田1丁目7-1	072-884-3061
東小学校	東江端町2丁目12-1	072-884-4511
門真みらい小学校	浜町22-4	06-6902-2890
水桜小学校	三ツ島6丁目2-1	072-884-3031
第二中学校	沖町10-1	072-881-5021
第三中学校	柳田町2-6	06-6908-9314
第四中学校	島頭4丁目4-1	072-883-1621
第五中学校	北岸和田3丁目12-1	072-883-4848
第七中学校	北島町29-1	072-885-2301
門真はすはな中学校	中町2-1	06-6901-5243
門真なみはや高等学校	島頭4丁目9-1	072-881-2331
門真西高等学校	柳田町25-1	06-6909-0318
門真市民プラザ	上島町46	—

※一部の避難所には、AEDが設置されています。

一時避難地一覧

名称	所在地
浜田公園	上島町17
新橋公園	新橋町5
中町公園	中町1
石原町公園	石原町21
東打越公園	打越町17
幸福町公園	幸福町28
柳町公園	柳町13
北打越公園	打越町50
下三ツ島公園	三ツ島2丁目11
若葉公園	桑才町1
下馬伏南公園	浜田町13
四宮公園	四宮4丁目4
浜町公園	浜町14
速見町公園	速見町10
サン・ジョゼ広場	末広町13
岸和田北部遊水公園	岸和田2丁目19
末広町北公園	末広町38
一番柳田町北2号緑地公園	柳田町4
一番柳田町北1号公園	一番町10
大橋町公園	大橋町10
三ツ島公園緑地	三ツ島6丁目18
三ツ島公園	三ツ島6丁目22
東江端町3号公園	東江端町3
岸和田1号公園	岸和田3丁目22
四宮1号公園	四宮2丁目9
四宮3号公園	四宮5丁目9
元町中央公園	元町14
門真市公園	三ツ島3丁目2
門真南緑地	三ツ島3丁目9
東江端町2号公園	東江端町4
北町児童遊園	北町3
月出町中央公園	月出町6
さくら広場(※)	大字門真1006
コノミヤ門真千石東店 駐車場(※)	千石東町31-1
本町市住見学園及び本町市営住宅内広場	本町35
北島東町公園	北島東町1
大和田駅前広場	常盤町6
大阪国際大学 守口キャンパス(※)	守口市藤田町6丁目21-57

（※）他機関により使用許可の承諾時間

一時滞在施設一覧

名称	所在地
ルミエールホール（市民文化会館）	末広町29-1

広域避難地一覧

名称	所在地
弁天池公園	岸和田1丁目8-2

地震発生のしくみ

地球の表面は、プレートと呼ばれる厚さ数10kmの岩盤で覆われています。プレートは1年に数cmくらいの速さで動いており、この動きが地震を発生させるエネルギーとなります。地震の起こり方は大きく分けて「内陸型地震」「海洋型地震」の2つに分類され、発生メカニズムの違いによって以下の3タイプに分けられます。

内陸型地震	海洋型地震	
地殻内地震	プレート間地震	プレート内地震（スラブ内地震）

●地殻内地震（上町断層帯・生駒断層帯）

●プレート間地震（南海トラフ地震）

日本列島の太平洋側のプレート境界で発生する地震で、「海溝型地震」とも呼ばれています。

●プレート内地震（スラブ内地震）

避難行動要支援者

高齢者、障がい者、乳幼児等の特に配慮を要する方（要配慮者）のうち、災害発生時に自ら避難することが困難で支援が必要な方を、避難行動要支援者といいます。避難が必要となった場合は、地域で協力しあいながら、近所の高齢者、障がいのある方などの安否確認、避難場所への移動を支援しましょう。

高齢者・病人・妊産婦
- ●おぶって安全な場所まで避難する。

視覚障がいの方・聴覚障がいの方
- ●声をかけ情報を伝える。
- ●誘導する場合は、肘を持ってもらい、半歩前をゆっくり歩く。
- ●話すときは、口をハッキリと開け、相手にわかりやすいようにする。

肢体の不自由な方（車椅子）
- ●階段では2人以上が必要。上りは前向き、下りは後ろ向きにして移動する。

知的障がいの方
- ●短い言葉で、わかりやすく伝える。
- ●本人を安心させ一人にせず、落ち着くようにして避難する。