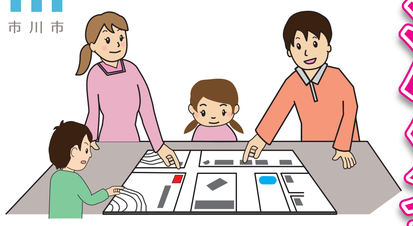
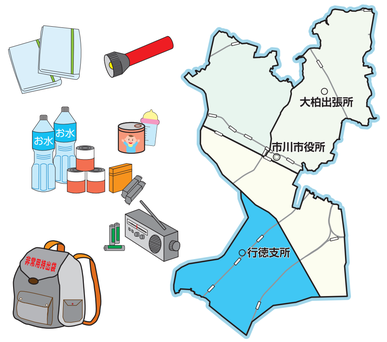
日ごろからの確認で**大地震**に備える

南部版

市川市

市川市 減災マップ 南部版





2026年1月改訂

▲改訂後の変更はこちら

地震はいつどこで発生しても不思議ではありません。
地震などの自然災害の発生を防ぐことはできませんが、
普段からの備えをすることによって被害を減らすことができます。
いざというときのために「市川市減災マップ」を活用してください。

非常持ち出し品・備蓄品チェックリスト

非常持ち出し品は、避難するときに持ち出す最小限の必需品。男性で 15kg、女性で 10kg 程度を目安にリュックなどの持ちやすい状態で準備しておきましょう。

非常持ち出し品

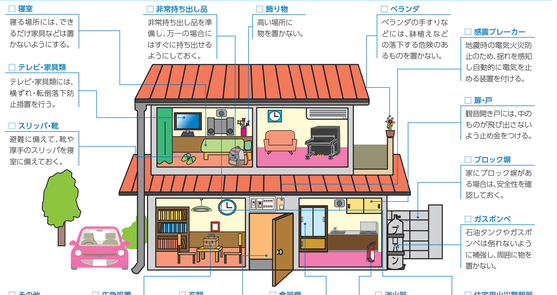
- **非常持ち出し品**
  - 懐中電灯・予備電池
  - ライター・マッチ
  - ローソク
  - ナイフ
  - タオル・毛布
  - ちり紙・ビニール袋
  - 携帯ラジオ
  - 救急箱・常備薬
  - マスク
  - 通帳・印鑑
  - 現金・保険証
  - 手袋
  - 衣類
  - スニーカー

備蓄品リスト

- **共通**
  - 食料※
    - 水
    - レトルト食品・缶入りパン
  - 感染予防
    - 消毒液
    - 体温計等
  - 食料・感染予防以外
    - トイレットペーパー
    - 割箸・コンタクトレンズの予備
    - 水不要ヘッドパ・シャンプー
    - ウェットティッシュ
    - カセットコンロ（ガスボンベ）
    - 蚊取線
    - 携帯トイレット（排便袋、凝固剤）
    - 使い捨てカイロ
    - 携帯電話（スマホ）用充電器
    - 工具
    - 身分証（コピー）
    - 国のアイロスフォッシュなど
    - 食品用ラップフィルム
- **高齢者**
  - 入れ歯用洗浄剤
  - オムツ
  - 尿漏れパッド
  - おしりふき
  - 介護食
- **女性**
  - 生理用品
  - 痛み止め
- **乳幼児**
  - 粉ミルク
  - 離乳食
  - オムツ
  - おしりふき
  - 哺乳瓶
  - 哺乳瓶用消毒液
  - お菓子
- **ペット**
  - ペットフード
  - トイレ用品
  - ケージ
  - リード
  - 移動用リュック
- この欄が、必要なものがあれば リストに加えましょう！
- □ ……
- □ ……
- □ ……

※普段食べているものを少しずつ多めに買い置きし、日常生活で消費しながら食べた分を買い足していく「ローリングストック」も効果的です。

わが家の減災チェックリスト



- **寝室**
  寝る場所には、できるだけ寝室などは置かないようにする。
- **テレビ・家具類**
  テレビ・家具類には、横ずれ・転倒落下防止措置を行う。
- **スリッパ・靴**
  避難に備えて、靴や厚手のスリッパを寝室に備えておく。
- **非常持ち出し品**
  非常持ち出し品を準備し、万一の場合にはすぐに持ち出せるようにしておく。
- **飾り物**
  高い場所に物を置かない。
- **ベランダ**
  ベランダの手すりなどには、鉄棒などの落下する危険のあるものを置かない。
- **感震ブレーカー**
  地震時の電気火災防止のため、揺れを感知し自動的に電気を止める装置を付ける。
- **扉・戸**
  観音開き戸には、中のものが飛び出ないよう止め金をつける。
- **ブロック塀**
  家にブロック塀がある場合は、安全性を確認してください。
- **ガスボンベ**
  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。
- **その他**
  地域や隣近所で、協力体制について話し合っておく。
- **応急処置**
  簡単な応急手当に関する知識・技術を身につけておく。
- **玄関**
  避難路を確保するため出入口や通路に物を置かない。
- **食器棚**
  窓ガラスや食器棚などのガラス戸には飛散防止フィルムなどを貼る。
- **消火器**
  消火器を準備し、防災訓練に参加して使い方に慣れておく。
- **住宅用火災警報器**
  煙や熱で火災を感知し、警報が発する装置を取り付ける。

集合住宅においては、右記の内容も併せてチェックしてください。

- □ **携帯トイレや非常用トイレの備蓄**　排水管が破損している状態でトイレを使用すると、下の階で汚水があふれ出す可能性があるので、安全点検や使用ルールを決めておきましょう。
- □ **飲料水や食糧の備蓄**　エレベーターが止まると飲料水や食糧など、重いものを運ぶことが困難になるので、多めに（できれば7日分）備蓄しておきましょう。
- □ **避難ルートを確保**　災害時にはベランダも共用の通路となるので、通行の妨げになるような物は置かないようにしましょう。

在宅避難のためのチェックポイント

- ■ 自宅は昭和 56 年以降に建設されたものである
- ■ ブロック塀の高さは地盤から 2.2m 以下である
- ■ コンクリートの基礎がある

→ 家の安全が確認できたら **在宅避難**も可能です。

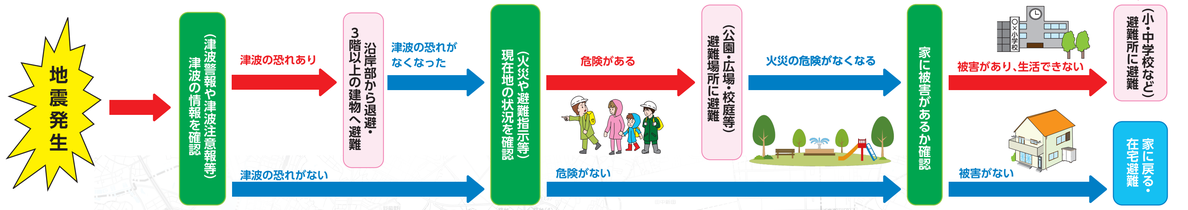
市川市の地震避難・被害想定（令和6年3月版）

地震対策を考えるための第一歩は、想像するところから始まります。
いつ発生してもおかしくない地震に備え、市川市が実施した被害想定結果や市の動き等を踏まえ、実際に地震が発生した場合、自身や家族が、どのような場所へ避難するのか、予め考えておきましょう。

《市の動き》

市川市では市内で**「震度5弱以上」**の地震を観測した場合、職員が小学校に**自動参集**し、建物の安全確認を行い、必要に応じて避難所の開設をします。

避難行動チャート



地震の前提条件

- 想定地震：東京湾直下地震
- 震源地：東京湾直下(本市の真南)
- 規模：マグニチュード7.3
- 断層平均深さ：約48km

震度分布図

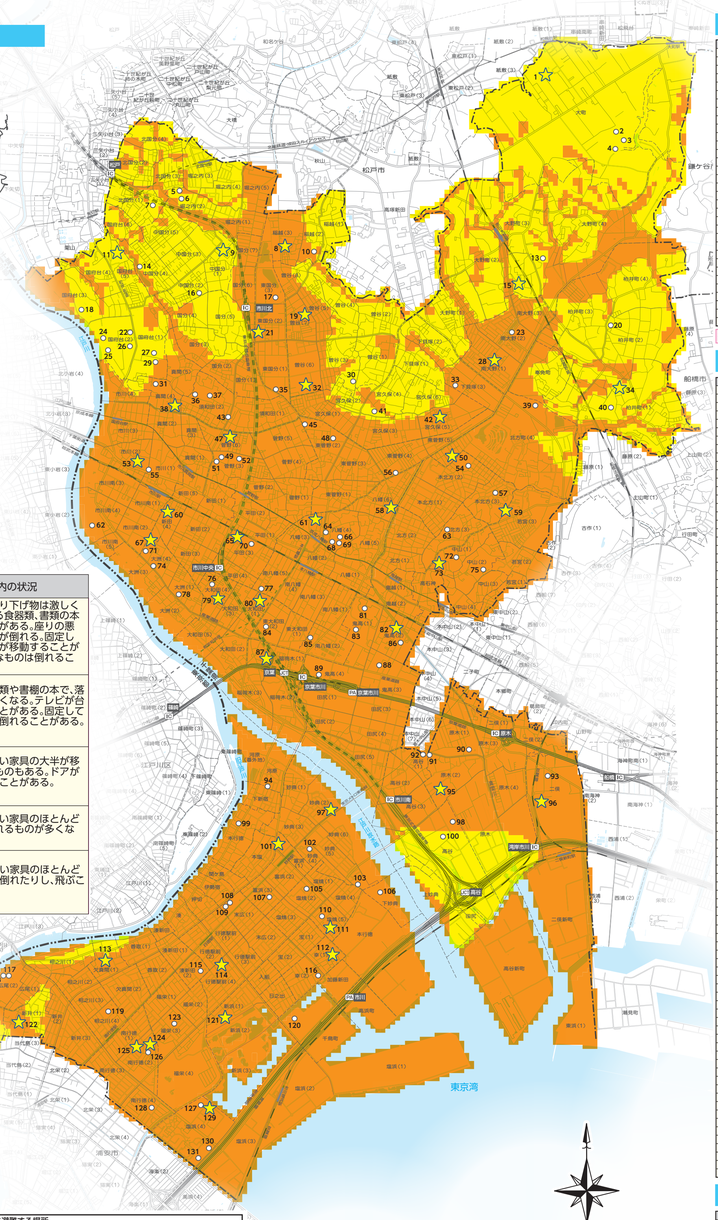
市内全域で、震度6弱以上の揺れが予想される。
震源が東京湾直下(本市の真南)であることから、市中央部や南部のほぼ全域で震度6強の揺れが予想される。

震度分布

- 震度6弱
- 震度6強

震度階級

震度階級	人間の体感・行動	屋内の状況
5弱	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。	電灯などのつり下げ物は激しく揺れ、棚にある食器類、書類の本が落ちることがある。座りの悪い置物の大半が倒れる。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。
5強	大半の人が、物につかまらないと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。	棚にある食器類や書棚の本で、落ちるものが多くなる。テレビが台から落ちることがある。固定していない家具が倒れることがある。
6弱	立っていることが困難になる。	固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。
6強	立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れに翻弄され、動くこともできず、飛ばされることもある。	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。固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたりし、飛ぶこともある。
7		



凡例

避難場所	被災者が緊急に避難する場所 災害が発生した後、必要と認められる時に一時避難し、様子を見る屋外避難場所。
避難所	自宅で生活ができない場合に避難生活を送る施設。 避難者の状況などにより、必要と判断された場合に開設される。
津波避難場所	避難場所または避難所のうち、津波発生時にも利用できる場所。
ペット同伴避難所	人とペットが一緒に避難し、同じ空間で避難生活を過ごすことが出来る施設。 避難所と同じく、避難者の状況などにより必要と判断された場合に開設される。

避難場所・避難所一覧　南部

No	名称		所在地	海抜(m)	索引
62	江戸川河川敷緑地		市川真間3-4江戸川先	1.3	B－5～D－9
94	新宿町公園		川岸9	1.2	D－9
97	妙典小学校☆		妙典2-14-2	6.5	E－9
99	本行徳公民館		本行徳12-8	3.0	D－9
101	行徳小学校☆		富浜1-1-40	0.9	D－10
102	イオン市川妙典店駐車場		妙典4-4-1, 5-3-1	1.2	E－10
103	妙典小学校		妙典5-22-1	1.5	E－10
105	塩浜3丁目広場		塩浜2-2	1.5	E－10
106	ひかぜーく妙典		下妙典941-3	4.8	F－10
107	行徳中央公園		富浜3-10	1.0	D－10
108	景小学校		末広1-1-48	0.9	D－10
109	行徳公民館		末広1-1-31	0.8	D－10
110	塩焼中央公園		塩焼5-6	1.1	E－10
111	塩焼小学校☆		塩焼5-9-8	0.9	E－10
112	春小学校☆		弁1-11-1	0.9	E－11
113	南行徳小学校☆		欠真間1-6-38	0.8	B－11
114	新浜小学校☆		行徳駅前4-5-1	0.4	D－11
115	野鳥公園		湊新田2-4	0.5	C－11
116	行徳南部公園		幸2-4	1.0	E－11
117	広尾防災公園		広尾2-3-2	1.5	A－11
119	南行徳公園		相之川4-1	0.6	B－11
120	ユニディ千鳥町店駐車場		千鳥町1	3.4	D－11
121	南新浜小学校☆		新浜1-26-1	0.5	D－11
122	新井小学校☆		新井1-18-13	1.2	A－11
123	福栄小学校		福栄3-4-1	0.4	C－11
124	福栄小学校☆		南行徳2-2-1	0.4	C－12
125	原南小小学校☆		南行徳2-3-1	0.9	C－12
126	南行徳中学校		南行徳2-2-2	0.7	C－12
127	信江行徳高校		塩浜4-1-1	2.6	C－12
128	東海園公園		南行徳4-7	0.7	C－12
129	塩浜学園☆		塩浜4-5-1	2.2	C－12
130	塩浜市民体育館		塩浜4-9-1	2.9	C－13
131	塩浜一号公園		塩浜4-9	2.5	C－13

※☆(市立小学校) の避難所から順に開設します。

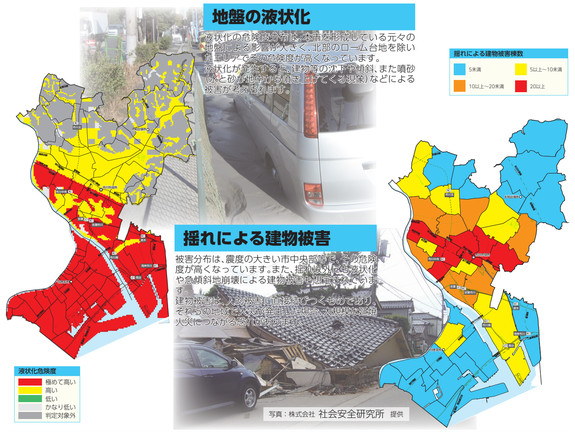
避難場所・避難所一覧　北東・北西・中部

No	名称		所在地	海抜(m)	索引
1	大町小学校☆		大町3-8-10	24.2	G－2
2	少年自然の家		大町280-4	21.2	H－2
3	麗澤大学麗澤大町不二グラウンド		大町280-12	16.2	H－2
4	市川自然博物館		大町254	17.4	H－2
5	市川歴史博物館		堀之内2-27-1	13.8	C－3
6	市川考古博物館		堀之内2-26-1	22.3	C－3
7	小塚山公園		北国91-26	20.2	C－3
8	稲越小学校☆		稲越3-21-8	4.9	D－3
9	中国分小学校☆		中国分1-22-1	16.9	D－3
10	県立国分高校		稲越2-2-1	8.0	E－4
11	国府台小学校☆		国府台5-25-4	23.2	B－3
13	第五中学校		大野町3-1993	22.5	G－4
14	じゅん菜池緑地		中国分4-27	10.8	C－4
15	大松小学校☆		大野町2-1877	24.1	G－4
16	西浦公民館		中国分2-13-8	22.1	C－4
17	東国分中学校		東国分3-5-1	3.8	D－4
18	菅見公園		国府台3-9	20.8	B－4
19	�小学校☆		曽谷7-18-1	4.7	E－4
20	柏井公民館		柏井町2-844	15.9	H－4
21	国分小学校☆		東国分2-8-1	4.1	D－4
22	県立国府台高校		国府台2-4-1	21.9	C－4
23	大野公民館		南大野2-3-19	5.7	G－4
24	第一小学校		中国分4-27	22.1	B－4
25	見晴大学麗澤聖明回復病院グランド前		国府台2-5	21.2	B－5
26	和洋学園		国府台2-3-1	21.3	C－4
27	国府台スポーツセンター		国府台1-6-4	21.4	C－5
28	大野小学校☆		南大野1-42-1	5.5	G－5
29	千葉県科大学		国府台1-3-1	21.8	C－5
30	第三中学校		菅谷3-2-1	21.4	E－5
31	真間山弘法寺		真間4-9-1	22.0	C－5
32	百合台小学校☆		菅谷6-10-1	4.1	E－5
33	下貝塚中学校		下貝塚3-13-1	5.0	F－5
34	柏井小学校☆		柏井町1-1149-1	23.6	H－5
35	県立市川高校		東国分1-1-1	3.5	D－5
36	須和田公園		須和田2-34	13.3	C－5
37	第二中学校		須和田2-34-1	14.2	C－5
38	真間小学校☆		真間4-1-1	2.9	C－5
39	県立市川南高校		北方町4-2191	7.0	G－5
40	姥山貝塚公園		柏井町1-1235	24.0	H－5
41	いちかわシティーガス北方		宮之原4-2-4	17.0	E－5
42	宮之原小学校☆		宮之原5-7-1	3.8	F－5
43	須和田白山合祭(六所神社)		須和田22-22-7	3.3	D－5
44	東菅野児童交流公園		菅野2-23-5	2.4	E－5
47	菅野小学校☆		菅野6-14-1	2.3	D－5
48	妙典小学校		東菅野2-17-1	3.0	E－6
49	菅野3公民館		菅野3-24-2	3.0	D－6
50	北方小学校☆		北方町4-1356-1	3.9	F－6
51	国府台女子学校		菅野3-2-4	3.3	D－6
52	日出学園		菅野3-23-1	2.7	D－6
53	市川小学校☆		市川2-32-5	4.5	C－6
54	市川学園		本北方2-38-1	4.3	G－6
55	市川公民館		市川2-33-2	5.2	C－6
56	市川学園(南1グランド等)		菅野2丁目4-1	2.5	F－6
57	東国公民館		本北方3-19-16	7.6	G－6
58	真間橋小学校☆		八幡5-10-11	3.0	F－6
59	菅野小学校☆		菅野2-54-10	19.4	G－6
60	宮田小学校☆		新田4-8-15	2.2	C－6
61	八幡小学校☆		八幡3-24-1	4.1	E－6
62	江戸川河川敷緑地		市川真間3,4丁目地先	1.3	B－5～D－9
63	テクノ神社北方公園		北方3-17-23	19.6	F－6
64	麗澤大学麗澤ペー女子高校		八幡4-5-7	3.9	E－6
65	平田小学校☆		平田3-28-1	2.0	D－6
66	鎌倉八幡宮		八幡4-2-1	4.1	E－6
67	大洲小学校☆		大洲4-18-1	1.7	C－6
68	八幡市民交流館 ニコット		八幡4-2-1	4.1	E－6
69	全日本ホールU八幡市民会館)		八幡4-2-1	3.7	E－6
70	県立市川工業高校		平田3-10-10	1.8	D－7
71	こども発達センター		大洲4-18-3	1.7	C－7
72	第四中学校		中山1-11-1	18.9	F－7
73	中山小学校☆		中山1-1-5	17.1	F－7
74	大洲中学校		大洲4-21-5	1.8	C－7
75	法華経寺		中山2-10-1	8.5	G－7
76	富八中学校		大和田4-9-1	1.4	D－7
77	勤労福祉センター分館		南八幡5-20-3	1.2	D－7
78	大洲防災公園		大洲1-18	2.1	C－7
79	鬼越小学校☆		大和田4-11-1	1.3	D－7
80	大和田小学校☆		大和田1-1-3	1.9	D－7
81	ニックコトンプラザ		鬼高1-1-1	2.7	E－7
82	鬼高小学校☆		鬼高2-13-5	1.2	F－7
83	県立総合産業経営技術高等学校駐車場		鬼高1-1	2.5	E－7
84	TDK株式会社テクニカルセンター		東大和田2-15-7	1.6	D－7
85	勤労福祉センター本館		南八幡2-20-1	1.7	E－7
86	鬼高公民館		鬼高2-12-23	1.8	F－8
87	稲荷木小学校☆		稲荷木1-14-1	1.3	D－8
88	第八中学校		鬼高3-16-1	1.1	E－8
89	市川地方卸売市場		鬼高4-5-1	1.3	E－8
90	原木山防行令		原木1-24-1	2.0	G－9
91	信篤児童養護園		高谷1-8-2	0.8	F－9
92	信篤公民館		高谷1-8-1	1.2	F－9
93	信太平洋大学		二俣25-1	1.5	H－9
95	信篤小学校☆		原木2-16-1	0.7	F－9
96	二俣小学校☆		二俣6-78	1.6	G－9
98	高谷小学校☆		高谷1丁目7-4	1.3	F－9
100	県立市川南高校		二俣1509	0.8	F－10

ペット同伴避難所※

No	名称		所在地	索引
12	JCOM 市川スポーツパーク		柏井町4-227-1	H－4
44	大町川ビジターセンター		北方町4-1444-59	G－5
46	市民プール		北方町4-2270-3	G－5
104	フリーマセンター(管理棟)		田尻1003	F－10
118	広尾防災公園管理棟		広尾2-3-2	A－11

※市では、避難所となるすべての市立小中学校でペットと人が避難し、別の空間で避難生活を送る「ペット同"行"避難」を認めています。



市川市の助成制度（詳細については担当課にお問い合わせください）

耐震診断・耐震改修【建築指導課】

① **耐震診断助成制度**
住宅（木造戸建て住宅、分譲マンション）および緊急輸送道路沿道の建築物が地震に対して強いかどうかを耐震診断士に調べてもらう場合に、その費用の一部を助成します。

② **耐震改修助成制度**
耐震診断の結果、耐震性が低い住宅について耐震改修設計及び、耐震改修工事を行う場合に、その費用の一部を助成します。

危険コンクリートブロック塀等除去【建築指導課】

ブロック塀等の倒壊による災害防止と道路の通行確保のために、道路に面した危険ブロック塀等の除却費用の一部を助成します。

生垣助成【（公財）市川市花と緑のまちづくり財団】

ブロック塀等の除却費用と新たに生垣を設置する場合の費用の一部を助成します。 ※ブロック塀等の除却費用は、建築指導課の助成を受ける場合は対象外

あんしん住宅助成【街づくり整備課】

お住まいの住宅に、壁の補強や感震ブレーカーの設置など防災性を向上させる改修工事を、市内の施工業者を利用して行う場合にその費用を一部助成します。

家具の転倒防止【地域包括支援課】

高齢者（65歳以上）や障がい者のみの世帯を対象に家具転倒防止器具等を取り付ける費用の一部を助成します。
※障がい者：身体障害者手帳（1・2級）、療育手帳・精神障害者保健福祉手帳（1級）所持者
※18歳以下の市民税非課税者が含まれる場合も対象となります。
※上限1万円、市民税非課税世帯のみ、対象者の確認を行うため事前にご連絡ください
※転居や建て替えを除く、1世帯1回限り

〈問い合わせ先〉
市川市役所（担当課名を告げてください。）
☎047-334-1111
（公財）市川市花と緑のまちづくり財団
☎047-318-5760

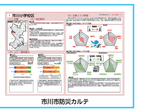
市川市防災カルテを活用しましょう！！

※本市において最も被害が大きいと想定されている東京湾直下(本市の真南)を震源とする東京湾直下地震を想定地震としています。

地域によって**起こり得る災害リスクや被害特性は異なる**ため、これらの特性を理解した上で、**効果的に防災対策を進めていく**ことが重要です。
市川市では、災害時の防災拠点となる**小学校区毎に防災カルテを作成**しました。
防災カルテを用いて**地区の特性や災害リスク、防災上の課題を理解**し、家庭や地域で効果的な対策に取り組み、**地域の防災力向上**につなげましょう！

〈防災カルテ公表URL〉 http://www.city.ichikawa.lg.jp/cri03/1111000084.html

防災カルテ公表



市川市防災カルテ

災害時の緊急情報や情報連絡手段の活用

緊急情報の入手手段

防災行政無線放送

市内各所に設置されているスピーカーから速やかに災害状況などをお知らせします。
また、防災行政無線で緊急情報が放送された場合、放送内容を電話で確認できるテレホンサービスを行っています。
放送がよく聞こえなかった場合や内容をもう一度確認したい時などに利用してください。
防災行政無線で放送した内容は市公式Webサイトや、市公式LINEなどでも確認できます。

防災行政無線テレホンサービス
☎ 0120－966－440

- 市公式Webサイト https://www.city.ichikawa.lg.jp
- ケーブルテレビ（JCOM市川・浦安）デジタル 11 チャンネル
- 市公式 Facebook @city.ichikawa
- ラジオ 市川うらら FM 83.0MHz、bayfm 78.0MHz
- 市公式 LINEアカウント @ichikawa-city
- メール情報配信サービス（登録制）
  メール情報配信サービス登録・変更・解除方法
  ①login@ichikawa-city.mailio.jp に空メールを送信
  ②返信メールに記載されている URL をクリックで登録は完了
- 市公式 X（旧 Twitter） @ichikawa_shi
- 各社緊急速報メール ※登録不要
  docomo KDDI au SoftBank Rakuten mobile

「電話等一斉配信サービス」
高齢者や障がいのある方で携帯電話をお持たでない方に災害時に避難情報を電話やFAXで発信します。
申し込みの問い合わせについては、市川市　地域防災課　まで
☎ 047-704-0065

情報連絡手段

災害用伝言ダイヤル「171」
大規模な災害に備えて、NTTでは災害用伝言ダイヤル[171]を整備しています。
このサービスは被災地域に住むかたが自分の安否情報を録音することができ、その録音された情報を全国から聞くことができるものです。

イナイ 171 に電話する
→ 1 伝言を**残したい**場合 を押す
→ 2 伝言を**聞きたい**場合 を押す

災害用伝言板サービス
被災地域に住む携帯電話をお持ちのかたは、各携帯電話会社が開設する災害用伝言板に、自分の安否情報を登録することができます。登録された安否情報は、携帯電話やパソコンなどでインターネットを通じて、全国から確認することができます。

帰宅困難になったら

地震発生時の外出者の行動ルール

1. むやみに移動を開始しない。
2. まずは安否確認をする。
3. 正確な情報を把握して冷静に行動する。
4. 帰宅できるまで帰宅困難者同士で助け合う。

▲詳しい情報はこちらをご確認ください。
「大規模地震発生時あなたの待機がだれかを救う」
出典：内閣府