

田原本町



総合 防災

MAP

田原本町公式キャラクター
タワラモトン

わが家の防災メモ

いざという時の連絡先・安否確認の手段などを、家族の間で確認しておきましょう。

わが家の避難場所	家族の集合場所	災害時の緊急連絡先

家族の名前	生年月日	血液型	会社・学校の電話番号	携帯電話番号



田原本町



TSR が選ぶ超優良 Aランク企業

東京商工リサーチ格付 奈良県が誇る超優良企業に格付け



あこがれの輸入住宅



ソーラーハウス2階建て



ソーラーハウス平屋

都 株式会社 建設

イシンホーム 奈良中央 一般建築設計事務所 株式会社 都建設 ☎(0744)32-7001

販手事務所：磯城郡田原本町販手 23-7 (国道 24 号線沿い常設展示場有)
受付時間：9 時から 17 時まで 定休日：水曜日・第 1・3 木曜日

一般建築士事務所 (奈良県知事第 2020 (は) 2230 号) 建設業許可 (奈良県知事 特-28 第 12001 号) 宅地建物取引業 (5) 第 3301 号

●注文住宅部門
●リフォーム部門
イシンホーム奈良中央
http://www.ishinara-miyako.co.jp

●輸入住宅部門
ブルースホーム大和中央
http://www.bruce-home.jp

都建設の家づくりを
ほのぼのと楽しく公開!
@ishin_nara_chuo



都建設のフェイスブック
ページで最新情報を
チェックしよう!



田原本町

総合防災MAPの使い方



「田原本町 総合防災MAP」は、避難所一覧や洪水ハザードマップ等、災害時に役立つ情報を掲載しています。いざというときのために役立ててください。

利便性

行政情報の内容ごとに大きく見出しをつけることで、どのような情報が掲載されているか分かりやすく表示。

検索性

各項目を色分けすることで、取り出したい情報の検索性を高める補助的な役割を果たします。



田原本町をおそう地震

田原本町をおそう地震の被害想定

本町では、町をおそう地震のうち、特に大きな被害を及ぼすおそれのある地震として、以下の地震を想定しています。

地震名	マグニチュード (M)	最大震度
奈良盆地中央部断層帯 ※1	7.5程度	6強
中央構造線断層帯 ※2	8.0程度	6強
生駒断層帯 ※3	7.5程度	6強
大和川断層帯 ※4	7.1程度	6強
東南海・南海地震 ※5	8.2前後	同時発生時 5強
南海トラフ巨大地震 ※6	8.6前後	同時発生時 6強
	9.1	6強

出典：第2次奈良県地震被害想定調査報告書 (H16) 奈良県 (※1～5)、南海トラフ巨大地震の被害想定 (第二次報告) (H25) 内閣府 (※6)
※マグニチュードとは、地震が発生するエネルギーの大きさを表します。
M=1.0の増加倍でエネルギーは約32倍の大きさになりますが、最大震度は震源からの距離や地盤条件によって異なってきます。

内陸型地震の想定震源

海溝型地震の想定震源

地震発生のしくみ

●内陸型地震
内陸型地震とは、造山帯 (造山の地帯) により作られた断層のずれ (ずれ) を震源とする地震です。

●海溝型地震
海溝型地震とは、地球を覆うプレートがぶつかりあう場所を震源とする地震です。

目次

● 田原本町をおそう地震	2
● ゆれやすさマップ	3
● 地震時の行動	4
● 家の中の安全	5
● 避難情報・安否情報確認	6
● 町役場からの呼びかけと、とるべき行動	7
● 防災情報の収集	8
● 大雨の情報	9
● 家族防災会議・非常持ち出し品	10
● 避難時の心得、要配慮者への協力	11
● 避難所一覧	12
診療科目別医療機関	13
リフォームの基礎知識	14
● 洪水ハザードマップ 田原本町全体図	16
● 洪水ハザードマップ 田原本町詳細図区分	18
● 洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図①～⑤	20
● 地域防災計画	30
● 地域防災計画の目的・位置づけ	31
● 計画の基本方針	32
● 地域防災計画 風水害について	33
● マイ・タイムライン	34
● 災害に備える	35

広告

不動産・売買・仲介・管理・コンサルティング

店舗・事務所・土地
細山商事(株)
TEL 0744-22-0055

不動産の
売買
売却
購入
は 当店へ

不動産の
ことなら **細山商事**

〒634-0804 福原市内膳町1丁目1番3 エクセル八木駅前ビル1F
TEL.0744-22-0055
FAX.0744-25-6836

奈良県宅地建物取引業協会会員
奈良県不動産コンサルティング協会会員

漢方健康相談(無料)

創業1968年 漢方調剤薬局
昭和43年

 **大成漢方薬局**

☎0744-32-4154
☎0744-33-2823

〒636-0344 田原本町宮森304

 AM9:00～PM5:00  ホームページ

 日・祝日


salon de NAVIRE
サロン ド ナヴィール

**お客様の髪と体の健康を
一番に考えています**

木のロット Henna(ヘナ)
香茅カラー ヘアエステ
リラクゼーションメニュー
ホームケア用品バーデンス
リセッティング

(新技術で髪質はえぐせ等悩みを改善)
ララ、ビビ取扱店

☆営業時間/9:00～19:00
☆定休日/木曜日(第1水曜の翌木曜を除く)
第2・4月曜、第1・3水曜

田原本町170-1  有り
☎0744-32-3996

予約優先 まずはお気軽にお電話ください。

田原本町をおそう地震

■ 田原本町をおそう地震の被害想定

本町では、町をおそう地震のうち、特に大きな被害を及ぼすおそれのある地震として、以下の地震を想定しています。

地震名				マグニチュード (M)		最大震度
想定地震	内陸型	奈良盆地東縁断層帯 ※1		7.5程度		6強
		中央構造線断層帯 ※2		8.0程度		6強
		生駒断層帯 ※3		7.5程度		6強
		大和川断層帯 ※4		7.1程度		6強
	海溝型	東南海・南海地震 ※5	東南海地震	8.2前後	同時発生時 8.6前後	5強
			南海地震	8.6前後		
		南海トラフ巨大地震 ※6		9.1		6強

出典：第2次奈良県地震被害想定調査報告書(H16)奈良県(※1～5)、南海トラフ巨大地震の被害想定(第二次報告)(H25)内閣府(※6)

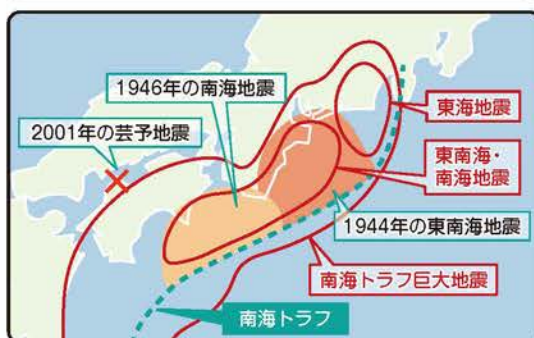
※マグニチュードとは、地震が発するエネルギーの大きさを表します。

M=1.0の増加でエネルギーは約32倍の大きさになりますが、最大震度は震源からの距離や地盤条件によって異なってきます。

内陸型地震の想定震源



海溝型地震の想定震源



地震発生のしくみ

● 内陸型地震

内陸型地震とは、活断層(過去の地震により作られた岩盤の歪み)を震源とする地震です。



● 海溝型地震

海溝型地震とは、地球を覆うプレートがぶつかりあう場所を震源とする地震です。



広告

トラック・特装車の販売・買取

お客様のご要望に合わせて、
あらゆるメーカーより最適な車両をお探しします。
お気軽にお問い合わせ下さい。



 **OKADA JIDOSHA**

TEL 0744-33-0128
<http://www.okada-jihan.co.jp>

ゆれやすさマップ

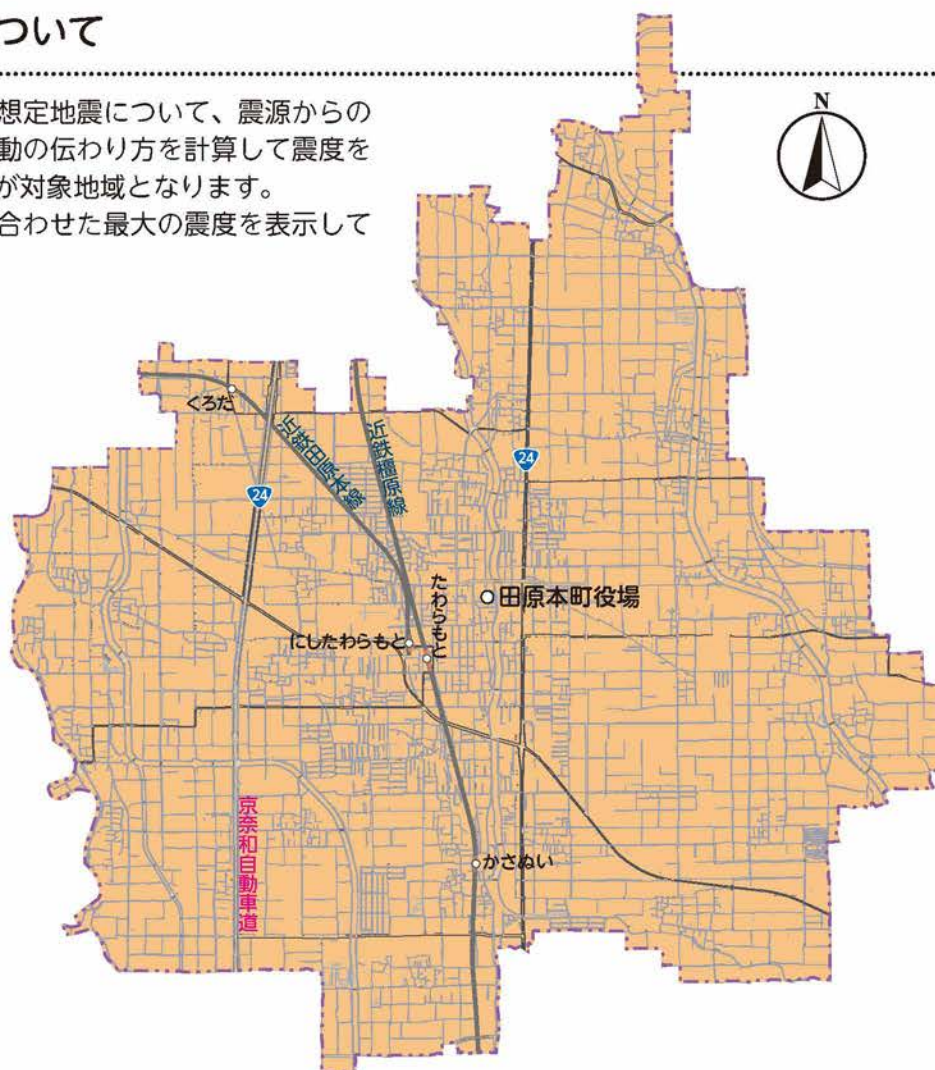
■ ゆれやすさマップについて

ゆれやすさマップは、前出の想定地震について、震源からの距離や地盤の状態などから地震動の伝わり方を計算して震度を推計しました。田原本町は全域が対象地域となります。

※マップには、想定地震を重ね合わせた最大の震度を表示しています。

震度凡例

震度6強



■ 震度と揺れ等の状況

震度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。揺れにほんろうされ、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。耐震性が低い木造建物は、壁などに大きなひび割れ・亀裂が入るものが多くなる。
傾くものや、倒れるものが多くなる。

広告

奈良のいえ

FUJII KOUMUTEN

EST.1877

おかげさまで
創業140年

株式会社藤井工務店

〒636-0304

奈良県磯城郡田原本町十六面10(薬王寺)

☎ 0120-156-356 TEL:0744-32-2520

藤井工務店 田原本町

検索



NARA.NO.JE

～災害に強い家づくりを～

地震、台風、豪雨…などから暮らしを守る備えが必要です。奈良のいえでは自宅が一番の避難所になる家づくりをしています。お気軽にご相談ください。



地震時の行動

■まずは、地震への「心の備え」をしましょう

地震から身を守る最大のポイントは、いつ地震が発生してもあわてないように日頃から「心の備え」をしておくことです。ここに示す10のポイントを参考に、どのような行動をとるべきか、覚えておきましょう。

地震時の行動(地震発生)

① グラツきたら身の安全

地震の時は、まず身の安全を図り、揺れがおさまるまで様子を見る。



地震直後の行動(1～3分)

② 落ちついて火の元確認 初期消火



火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。出火した時は、落ちついて消火する。

③ あわてた行動 けがのもと



屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。

④ 窓や戸を開け 出口を確保



余震などに備え、避難できるように出口を確保する。

⑤ 落下物注意 あわてて外に飛び出さない



瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので注意する。

⑥ 門や塀には近寄らない



屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。

地震後の行動(3分～)

⑦ 正しい情報、確かな行動



ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。

⑧ 確かめ合おう 我が家の安全、隣の安否



我が家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。

⑨ 協力し合って 救出・救護



倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。

⑩ 避難の前に 安全確認 電気・ガス



避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。

広告

高齢者ハビリテーション
ぬくもり

地域に根差した医療・介護と生活リハビリ

ぬくもりグループ

介護老人保健施設 ぬくもり田原本 160床
~在宅復帰強化型老健~
☎ 0744-33-2111

特別養護老人ホーム ぬくもり磯城 60床
~ぬくもりを感じる第二の我が家~
☎ 0744-47-2860

BISO 建物管理

だるま美装

代表者 壺井 裕喜

(本店) 三宅町小柳415
☎(0745)43-0700(代)
FAX 43-3238

(河合営業所) 河合町川合253-3
☎(0745)57-2237



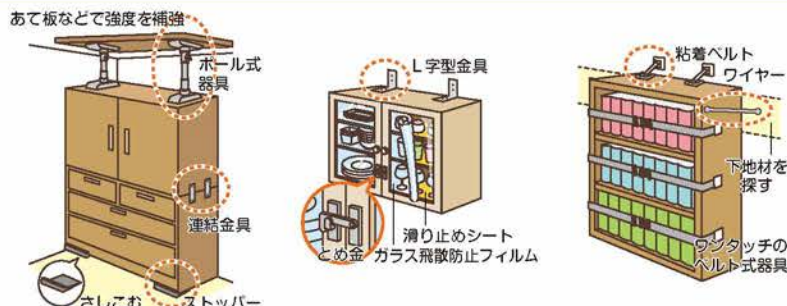
家の中の安全

■ 家の中を安全にしましょう

地震発生時、家具の転倒によってケガをしたり、避難経路がふさがれてしまったりすることがあります。家具の固定や置き方の工夫を行いましょう。また、火災発生やガラスの破片など、二次的災害へも備えましょう。

①家具の転倒・落下を防ぐ

重いものや大きなものは棚の下の方に収納し、L字金具や突っ張り器具などで家具を固定しましょう。食器棚の棚板には滑りにくい材質のシートを敷きましょう。



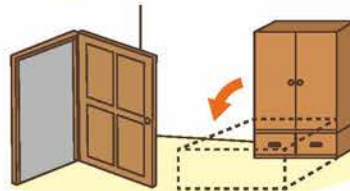
②寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険です。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性があります。



③安全に避難できるように 出入口にはものを置かない

出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かないようにしましょう。



④火災への備え

消火器や住宅火災警報器、感震ブレーカーを設置し、地震保険への加入などをおきましょう。



※火災保険だけでは、地震による火災への保険金は支払われません。

⑤室内での備え

窓ガラスや食器類の破片対策として、飛散防止フィルムを貼り、スリッパの準備をしておきましょう。



感震ブレーカーとは…規定値以上の揺れを感知した場合に、ブレーカーやコンセント等の電気を自動的に遮断する器具です。感震ブレーカーには主に、分電盤タイプ・コンセントタイプ・簡易タイプなどの種類があります。

広告

借金・離婚・相続・法的トラブルなら
まずは法テラスへ

法テラスは国が設立した公的な法人です
経済的に余裕がない場合
無料法律相談ができます
日本司法支援センター

法テラス 奈良

受付時間 / 平日 9:00 ~ 17:00
TEL.0570-078-338
IP電話の場合は、050-3383-5450
奈良市高天町 38-3 近鉄高天ビル6階
※民事法律扶助の利用には、収入等が一定額以下であるなどの条件があります。



広告

あなたの町のガラス屋さん
1枚のガラスから大きな工事まで!!

防災のために
防犯ガラス工事

●地震対策
●竜巻対策など

オカハシ商店
ガラス工事・防水工事
奈良県知事許可
(般-2)第10727

☎0120-88-3596
田原本町矢部671

避難情報・安否情報確認

■ 緊急地震速報とは

地震の発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。緊急地震速報は、情報を見聞きしてから地震の強い揺れが来るまでの時間が数秒から数十秒しかありません。その短い間に身を守るための行動を取る必要があります。

テレビ・ラジオ

テレビやラジオを視聴している時に、報知音とともに放送されます。



携帯電話・スマートフォン

緊急地震速報を受信し、報知音とともに伝えられます。



ただし、震源地に近い地域では「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。

■ 災害時の安否確認

震度6弱以上の地震などの大災害発生時には、安否の確認や連絡用に各電話会社から災害時の伝言サービスが提供されます。

災害用伝言ダイヤル

「171」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をしてください。

171 録音する時は、**1** をダイヤル → 自宅の電話番号を市外局番からダイヤル → 録音する
をダイヤルする。 再生する時は、**2** をダイヤル → 自宅の電話番号を市外局番からダイヤル → 再生する

携帯電話の災害用伝言板

伝言の登録方法

携帯各社サイトのトップページ ⇒ 登録を選択 ⇒ 伝言を入力

災害用伝言板 被災地の方のみ情報の登録ができます。 登録 確認 削除	伝言板登録 ▼ コメント (~100文字) 明日戻ります。 登録	伝言を登録しました。 事前に登録したメールアドレスを送信しますか？ 送信
---	---	--

伝言の確認方法

携帯各社サイトのトップページ ⇒ 確認を選択 ⇒ 安否を確認したい相手の携帯電話番号を入力し、伝言を確認

災害用伝言板 被災地の方のみ情報の登録ができます。 登録 確認 削除	伝言板確認 安否を確認したい人の携帯電話番号を入力して検索ボタンを押して下さい。 検索	伝言板確認 2007.1.17 23:43 無事です。 明日戻ります。
---	--	---

災害時以外でも、上記の伝言サービスを体験できる期間があります。いざという時に伝言サービスをうまく利用できるように、使い方の練習をしておきましょう。

体験使用ができる期間 ● 毎月1日と15日 ● 防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)
● 防災週間(8月30日～9月5日) ● 1月1日～1月3日

町役場からの呼びかけと、とるべき行動

■ 町役場からの呼びかけと、とるべき行動

警戒レベル	住民がとるべき行動	避難情報等
警戒レベル5	命を守る最善の行動	災害発生情報
警戒レベル4	危険な場所から全員避難	避難勧告(避難指示(緊急))
警戒レベル3	危険な場所から高齢者などは避難	避難準備・高齢者等避難開始
警戒レベル2	ハザードマップ等で避難方法を確認	大雨注意報 洪水注意報等
警戒レベル1	最新情報に注意	早期注意情報

※各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。
状況が急変することもあります。

■ インターネットでの防災情報サイト

情報名	URL	内容
❖防災情報		
国土交通省 防災情報提供センター	https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/	リアルタイムの雨量、各種災害情報、各地のハザードマップが見れる。
❖川の水位情報		
国土交通省 川の防災情報	https://www.river.go.jp	河川に設置された観測所の雨量・水位などを確認できる。
❖気象情報		
気象庁 ホームページ	https://www.jma.go.jp	全国の気象情報が確認できる。
気象庁 レーダーナウキャスト	https://www.jma.go.jp/jp/radnowc	全国の降雨状況や雷・竜巻の状況をリアルタイムで確認できる。
天気・気象情報サイト(日本気象協会)	https://tenki.jp	全国の気象警報・注意報や地震・津波・火山・台風情報が確認できる。
奈良県土砂災害・防災情報システム	https://www1.nara-saboinfo.jp/doshamap/index.html	奈良県雨量・土壌雨量指数を確認できる。

防災情報の収集

■ 防災情報収集サービスのご案内

今、どこで、どのような災害が起っているのか、自分がいる場所は安全なのか、どこに警報が発令されているのか等、積極的に自ら災害情報や気象情報を集めましょう！

ここでは、日頃から使っている身近なテレビやスマートフォン・携帯電話等から、防災情報や気象情報の集め方をご案内します。

防災行政無線を電話に配信(災害電話サービス)

防災行政無線の放送内容を固定電話・携帯電話に自動発信して、自動音声でお知らせします。

※登録希望の方は役場防災課にて申請してください。

※申込書は防災課窓口、または町ホームページ「災害電話サービスについて」より入手できます。

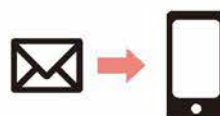


災害電話サービス

安心・安全メール(スマートフォン・携帯電話にメール配信)

あらかじめ登録したスマートフォン・携帯電話などのメールアドレスに気象警報情報・地震情報・台風情報・避難情報などを配信します。

※登録方法が不明な方は、防災課までご来庁ください。



安心・安全メール

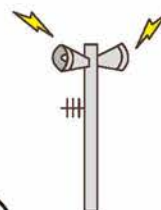
防災行政無線を電話で確認(防災無線フリーダイヤル)

田原本町では災害時の情報伝達手段の一つとして防災行政無線を運用し、町内46カ所に設置した屋外スピーカーにより防災情報を住民の皆さんに伝達しています。

防災行政無線の放送内容を放送後に確認することができます。

電話番号:0120-32-6201

(通話料無料)
(24時間自動対応)



テレビ・インターネット・アプリで確認

テレビを視聴中には市町村の防災情報がテロップで流れます。

また、『リモコンの「d(データ放送)」ボタン』を押すと表示される地上デジタル放送のデータ放送や気象庁ホームページ、防災アプリ等で、気象警報・注意報や台風情報、災害情報、避難指示・勧告、雨量情報を知ることができます。Yahoo!防災速報アプリでは田原本町の避難情報等をご確認いただけます。災害発生の危険がある場合はテレビをつける。または、パソコン・スマートフォンアプリ等で情報の収集をお願いします。



Yahoo!
防災速報アプリ

お問合せ 防災課 安全防災係 ☎34-2059



ぼうさい

防災チェック

ぼうさいいしき

防災意識をチェックしよう！



みじか

身近なことでも忘れていないかな？身のまわりをもう一度見直してみよう。

み

いちどみなお

☐ 通学路の安全を確認している。

☐ 避難場所を知っている。

☐ 避難場所までの道を確認している。

☐ お家の人と協力体制について話し合っている。

☐ 連絡方法や集会場所を家族で決めている。

☐ 家の中の安全な場所を確認している。

☐ 非常食を準備している。

☐ 部屋の家具が倒れないように固定してある。

☐ 高い所に重いものを置いていない。

☐ 消火器を常備している。

☐ 寝る前に火の元を確認している。

チェックの数 個

大雨の情報

■ 気象情報の発表基準

表面雨量指数基準、流域雨量指数基準、複合基準などの発表基準が設けられています。
詳しくは、奈良地方気象台ホームページ(<https://www.data.jma.go.jp/nara/>)をご覧ください。

■ 雨の降り方の程度

	やや強い雨	● ザーザーと降り、雨の音で話し声がよく聞き取れない。 ● 地面からの跳ね返りで足元がぬれる。 【1時間に10～20mmの雨】
	強い雨	● 土砂降りや地面一面に水溜りができる。 ● かさをさしていても濡れてしまう。 【1時間に20～30mmの雨】
	激しい雨	● バケツの水をひっくり返したように降る。道路が川のようになり、山崩れ、がけ崩れが起こりやすくなる。 【1時間に30～50mmの雨】
	非常に激しい雨	● 滝のように降り、かさは全く役に立たない。 ● 屋内に寝ている人の半数ぐらいが気付く。 【1時間に50～80mmの雨】
	猛烈な雨	● 水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなる。 ● 息苦しくなるような圧迫感がある。 【1時間に80mm以上の雨】

■ 浸水想定区域図(想定最大規模) 対象河川:大和川系 詳細地図(P16～P29)参照

浸水想定区域図(想定最大規模)は、大和川流域の12時間総雨量316mmという条件において想定される浸水の深さを示したものです。お住まいの地域の想定深さを確認しておきましょう。

※地図に示した区域以外の場所でも、状況によっては浸水することがありますので注意してください。

子どものための防災知識 台風や大雨の時の備え

風や雨に関する注意報や警報が流れたら、前もってベランダや外にある風でとばされやすいものを家の中に入れておこう。

停電などに備え、懐中電灯やラジオ、非常持ち出し品を用意し、いつでも避難ができるようにしておこう。



家族防災会議・非常持ち出し品

■ 家族防災会議を開いてみましょう

災害が起きてしまったから出来ることは限られてしまいます。大切なのは、普段から災害への備えを行い、いつ災害が発生しても被害を最小限にするための取り組みを行うことです。

家族みんなで防災会議

① 家族一人ひとりの役割分担

日常の防災の役割と災害時(地震・台風等の水害)の役割の両方を決め、順序立てて整理し、紙に書いて貼っておきましょう。



② 家屋の危険箇所チェック

家の内外をチェックして危険箇所を確認し、必要であれば修理や補修を行いましょう。



③ 非常持ち出し品のチェックと入れ替え

必要な品がそろっているかチェックしましょう。新しいものとの取り替えも忘れずに行いましょう。



④ 災害時の連絡方法や避難場所の確認

家族が離ればなれになった時の連絡方法や、避難所を確認しておきましょう。下見をしておくのも良いでしょう。



■ 防災アイテムをそろえましょう

避難時に持っていくもの、水や食料など備蓄するもの、その他役立つものを考えてみましょう。

非常持ち出し品



リュックサックに!

①通帳



②現金



③免許証などのコピー



④非常食



⑤水



⑥衣類・タオル



⑦持病薬等の救急用品



⑧マスクなど衛生用品



⑨ラジオ・懐中電灯



⑩防災マップ



非常備蓄品

救援活動が受けられるまで自活するための備蓄品です。家族が3日間、出来れば7日間程度過ごすために必要な量が目安です。この分量を確保するために、ローリングストック法等により、ストックが可能な食料及び生活必需品を備蓄し、日常生活の中で継続して備蓄できるように努めましょう。

※ローリングストック法…日常的に非常食を食べて、食べたらいきなり買い足すという行為を繰り返し、常に家庭に新しい非常食を備蓄する方法



避難時の心得、要配慮者への協力

■ 避難時の心得

正確な情報の収集と避難

テレビ・ラジオ等で最新の災害情報に注意しましょう。人的被害が迫った場合には、町役場から避難の呼びかけをする場合がありますので、すぐに避難してください。



非常持出品の事前準備を

避難するときの荷物は、必要最小限とし、事前に準備しておきましょう。



事前に避難経路の確認を

避難場所までの経路は、事前に確認しておきましょう。避難場所へ向かう道は、狭い路地や壁ぎわ、川べりなどは避けましょう。



避難する前の確認

避難する前に、電気・ガスなどの火を消し、避難場所の位置を確認しましょう。また、親戚や知人などに避難することを連絡しておきましょう。



動きやすい服装での避難を

避難するときは、動きやすい服装で2人以上での避難を心がけましょう。



徒歩での避難が基本

車での移動は、緊急車両の通行のさまたげになります。また浸水すると車が動けなくなりますので、特別な場合を除き、徒歩で避難しましょう。



安全な避難路を選ぶ

避難はできるだけ高い道路を選び、水路などには十分注意しましょう。



万が一、逃げ遅れたときは

万が一避難が遅れ、危険が迫ったときは、近くの丈夫な建物の2階以上に逃げましょう。



■ 要配慮者への協力(災害時)

子どもやお年寄り、体の不自由な人などは、避難に時間がかかります。近所のお年寄りなどの避難に協力しましょう。また、日本語が不自由な外国人の避難にも協力しましょう。

高齢者、乳幼児、病人

できる限り複数の人で対応しましょう。必要に応じて、ひも等の道具を用いて背負い、安全な場所へ避難しましょう。



目の不自由な方

誘導するときは、杖を持たず、ひじのあたりを軽く触れるか、腕をかけて半歩前をゆっくり歩きましょう。



耳の不自由な方には

話しかける場合は、口を大きく動かし、はっきり相手にわかりやすく伝えましょう。



からだの不自由な方には

階段での介助では2人以上が必要となるため、周りの人に協力を求めましょう。



避難所一覧

指定避難所

施設名	所在地	TEL/FAX (局番0744)	対象自治会	浸水想定 区域	地図座標 洪水ハザードマップ 詳細地図参照
田原本中学校	田原本町33	☎32-2585 FAX32-2586	堺町、南町、新地、大門東・中・西、祇園町、茶町、戎通2・3、九品寺柿木原、柳町、島の町、三笠、南三笠	内	P23【E-5】
田原本小学校	新町48	☎32-4801 FAX32-4802	郭内、八幡町、根太口、三輪町、味間町、材木町、市町、本町、戎通1、小室、小室東、魚町、旭町、八尾、新八尾第1、南八尾、西八尾、八尾池之内、新町、中八尾	内	P23【E-4】
北小学校	鍵155	☎32-2517 FAX32-3356	法貴寺、八田、唐古、(西代)、(今里)、(鍵)、(西鍵)	内	P24【B-2】
東小学校	大木1-1	☎32-2327 FAX32-3345	大木、西大木、伊与戸、笠形、蔵堂、為川南、笠形第1、阿部田、味間	内	P29【C-1】
南小学校	千代306	☎32-2729 FAX32-3359	八条、南千代、千代公苑	内	P28【A-3】
平野小学校	平野62-3	☎32-2501 FAX32-2301	新薬王寺、西竹田、十六面、薬王寺、南薬王寺、満田、平野、みどりの団地、みどりの北	内	P27【C-1】
田原本青垣生涯学習センター	阪手233-1	☎34-7000 FAX32-8770	阪手北・西、新阪手、(小阪)	内	P24【B-4】
田原本町社会福祉協議会	阪手336-1	☎34-2118 FAX34-7305	阪手南、ピアッツアコートone、南阪手グリーンタウン、阪手根太	内	P24【A-4】
北中学校 ※水害時を除く	鍵71	☎33-3951 FAX33-3952	西代、今里、鍵、西鍵、小阪、石橋団地 ※水害時は他避難所に避難()	内	P24【A-2】
中央体育館	平田46	☎33-5882 FAX32-4811	西井上、東井上、平田、為川北、金沢、大安寺、西大安寺	外	P25【C-4】
やすらぎ体育館	金剛寺58-2	☎33-5198 FAX なし	佐味、大網、金剛寺、松本	内	P22【B-5】
磯城野高等学校	田原本町258	☎32-2281 FAX32-7265	殿町、幸町、室町1・2・3、宮古、黒田、富本、西新町、保津、(石橋団地)	内	P23【D-4】
高等養護学校	宮森34-1	☎33-2626 FAX33-7289	多、宮森、笠縫	内	P27【E-4】
奈良県立教育研究所	秦庄22-1	☎33-8900 FAX33-8909	矢部、秦楽寺、九品寺、新木	内	P27【E-3】

福祉避難所

名 称	所在地	管理者	地図座標 洪水ハザードマップ 詳細地図参照
特別養護老人ホームしきの郷	田原本町西竹田27-1	社会福祉法人一寿会	P22【B-4】
介護老人保健施設サンライフ田原本	田原本町小阪305-1	医療法人清和会	P24【A-3】
田原本町ふれあいセンター	田原本町為川北方115-6	社会福祉協議会	P25【D-4】
特別養護老人ホーム田原本園	田原本町味間523-1	社会福祉法人いわれ会	P29【D-4】
介護老人保健施設ぬくもり田原本	田原本町黒田285-1	医療法人誠安会	P23【C-1】
なら桜桃会 第二作業所	田原本町為川北方119-1	社会福祉法人なら桜桃会	P25【D-4】
特別養護老人ホームぬくもり磯城	田原本町宮古741-1	社会福祉法人誠敬会	P23【D-1】

診療科目別 医療機関

いざという時に頼りになる！
あなたのまちの医療機関

ここは有料広告掲載ページです

医院・診療所

内科・外科・消化器内科
小児外科・肛門内科・脳神経外科

水野 医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	△	○	○
午後 6:00~ 8:00	○	○	○	△	○	△

<http://dr-mizuno.com/>

田原本町183-7 ☎(0744)32-2401

眼 科

眼科・小児眼科・コンタクトレンズ処方

平井眼科

日本眼科学会認定 眼科専門医 平井 宏明
☆診療時間

時間	曜	日	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	×	●	●	●	●	●	●
午後3:30~ 6:30	×	×	●	●	●	●	×	×

※ ● 日曜診療

天理本通りアーケード内 駐車場あり

☎(0743)63-4146

皮膚科

皮フ科 大野クリニック
OHNO Skin Clinic

院長：日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 大野 治彦

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
AM 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	△
PM 4:30~ 7:30	●	●	●	●	●	●	△

休診日/木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

手術・往診 応需

桜井市桜井721-5

「国道165号線 薬師町交差点すぐ」 ☎15台有

☎0744-42-0120



内 科

外科・整形外科 リハビリテーション科 リウマチ科

気持ちよく眠り につくために

① 寝る前に リラックスタイムをもとう

お風呂は、ぬるめのお湯にゆっくりと入って。寝つきの悪い人は、軽い読書やマッサージ、音楽を聴いたり、神経を鎮める香りを利用するなど、「お休みの儀式」を自分なりに工夫してみしましょう。



② 眠くなってから床につく

「眠らなければ」と意気込むと、かえって頭が冴えて寝つきを悪くしてしまいます。眠れないときはいったん布団を出てリラックスし、眠くなったらもう一度床につくようにしましょう。



医療法人 坂根 医院

内科・呼吸器内科

禁煙指導/往診/AM送迎

診療時間 AM9:00~12:00 PM4:30~7:30

休診日 木曜日・土の午後・日祝日
第1,3,5週火曜日 P15台

田原本町矢部337-1 ☎(0744)34-3300
(県総合リハビリセンター北50m)

整形外科・外科放射線科・リハビリテーション科

森田整形外科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時~12時	○	○	○	△	○	○
18時~20時	○	○	○	△	○	△

休診日 木・日・祝日・土曜午後

田原本町室町251(磯城野高校前)

☎(0744)32-8888

Check! 生活習慣病チェック

「生活習慣病」とは、生活習慣が発症や進行に大きく関係する慢性的の病気。遺伝的になりやすい人もいますが、生活習慣を見直すことでかなり予防することができるのです。

1. 毎日朝食を食べている ☐

4. たばこは吸わない ☐

7. 労働は1日9時間以内に
とどめている ☐

2. 1日平均7~8時間は
眠っている ☐

5. 定期的に運動・スポーツを
している ☐

8. 自覚的なストレスはそんな
に多くない ☐

3. 栄養バランスを考えて
食事をしている ☐

6. 毎日そんなに多量の酒は飲んでいない
(日本酒1合以下かビール大瓶1本以下) ☐

守っている健康習慣の数が健康習慣指数
7~8:良好 5~6:中庸 0~4:不良

リフォームの基礎知識



リフォームの進め方とポイント

STEP.1

具体的な計画をたてる

POINT

- ・時期、期間は？
- ・予算は？

リフォームの目的から具体的な計画を立てましょう。
この時点での情報収集も大切なポイントです。



STEP.2

事業者を決める～契約する

POINT

- ・施工業者の事業内容がリフォーム目的と合致しているか？
- ・実績や業務内容を吟味。信頼できる事業者か？
- ・候補を数社選んで同じ条件で見積書を提出してもらい検討したか？

契約前に疑問点・不安点は徹底的に確認しましょう。

見積書・提案書や契約書だけでなく、打ち合わせの際の資料やメモなど書類にはしっかり目を通し、保管しておきましょう。

STEP.3

着工

POINT

- ・工事に向けての準備や近隣への周知は大丈夫か？
- ・工程表に基づいて進んでいるか？
- ・変更・追加などが発生していないか？

定期的に施工業者から報告・連絡を受けるようにしましょう。また、不安がある場合は施工業者の担当者を通じて確認するようにしましょう。



STEP.4

着工後

POINT

- ・事業者立ち会いの下、確認をし説明を受けたか？
- ・今後のメンテナンスや保証先を確認したか？



リフォームの疑問

Q リフォームの費用はどのくらいかかりますか？

A 改装の範囲で変わっていきます

建物の一部分の改装もリフォームですが、全面改装でもリフォームです。当然のことですが、手を加えれば加える程かかる費用は増えていきます。例えば、畳敷きの6畳間をフローリングに替える場合は十数万円ですが、家全体に及ぶ大掛かりな改装の場合は、建替えの方が安くなる事もあります。

Q 満足いくリフォームのポイントは？

A まずは現在の不満点を挙げてみましょう

現在のお住まいの不満のある所をリストアップする事をおすすめします。そうすることでただ漠然と不満に感じていた事も具体的に検討出来るようになり、優先順位をつけて内容の整理もしやすくなります。

また、キッチンなどの設備の取り替えをお考えの場合は、ショールームなどで実際に見て触ってみる事も重要です。

Q 信頼のおける業者とは？

A 2～3社は候補を挙げて比較しましょう

- 費用の安さで決めずに、契約内容に納得した上で契約をかわしましょう。
- 建築士や増改築相談員などの資格者がいるか確認しましょう。
- 経験豊富で実績がある事業者かどうか確認しましょう。
- アフターフォローはどうか、必ず確認しましょう。

株式会社サイネックスによる編集記事ページです

植村工務店

「木×家族」

植村工務店の家づくり

植村工務店では、一級建築士事務所（うむら建築相談所）を併設する工務店のメリットを最大限に活かし、設計段階から工事完了まできめ細やかな対応で、お客様が満足する建物をご提供します。

すまいの新築	改修工事 リフォーム・リノベーション
一般建築・その他の工事	ホームインスペクション （住宅診断）
すまいの耐震診断・耐震補強	空き家相談 設計業務

〒636-0246 田原本町千代 1037-7
Tel.0744-32-4031 Fax.0744-32-0356
<http://uemura-koumuten.jp>
 e-mail:info@uemura-koumuten.jp





ここは有料広告掲載ページです

FUJII DESIGN ROOM

創作建築
リフォーム



フジデザインルーム 検索

フジデザインルーム

Zip 636-0341 奈良県磯城郡田原本町藤王寺50-2
Tel 0744-33-2786 Fax 0744-32-0430

技術・能力コンテスト金賞 中央職業能力開発協会長賞 県知事賞他・受賞店
リフォーム全国コンテストグランプリ受賞



住まいの整備に関する補助金

介護保険制度では、「要支援1～2」や「要介護1～5」と認定された方が、自宅で生活をしやすい住環境にするための手すりの取り付けや段差解消などの、住宅改修に対して費用が支給されます。

また介護保険制度とは別に、高齢者向けや障がい者向けに住宅改修に助成金を支給しているところもあります。工事をお考えの際には事前に自治体に相談してみると良いでしょう。



バリアフリー住宅

バリアフリー住宅は、お年寄りや障がいを抱えている方でも住みやすい生活をおくれる住宅のことです。床の段差をなくしたり、階段に手すりを取り付けるなどいつまでも安全で暮らしやすい家で子どもから高齢のご両親まで、みんなが居心地よく住めることが重要です。



業者の探し方

最近では自社ホームページを持っているリフォーム会社も多いようです。ポストに入ってくるチラシも情報収集のチャンスです。

またご近所や知り合いでリフォーム工事をした家があったら、その会社がどんな対応だったか聞いてみるのも一つの手です。

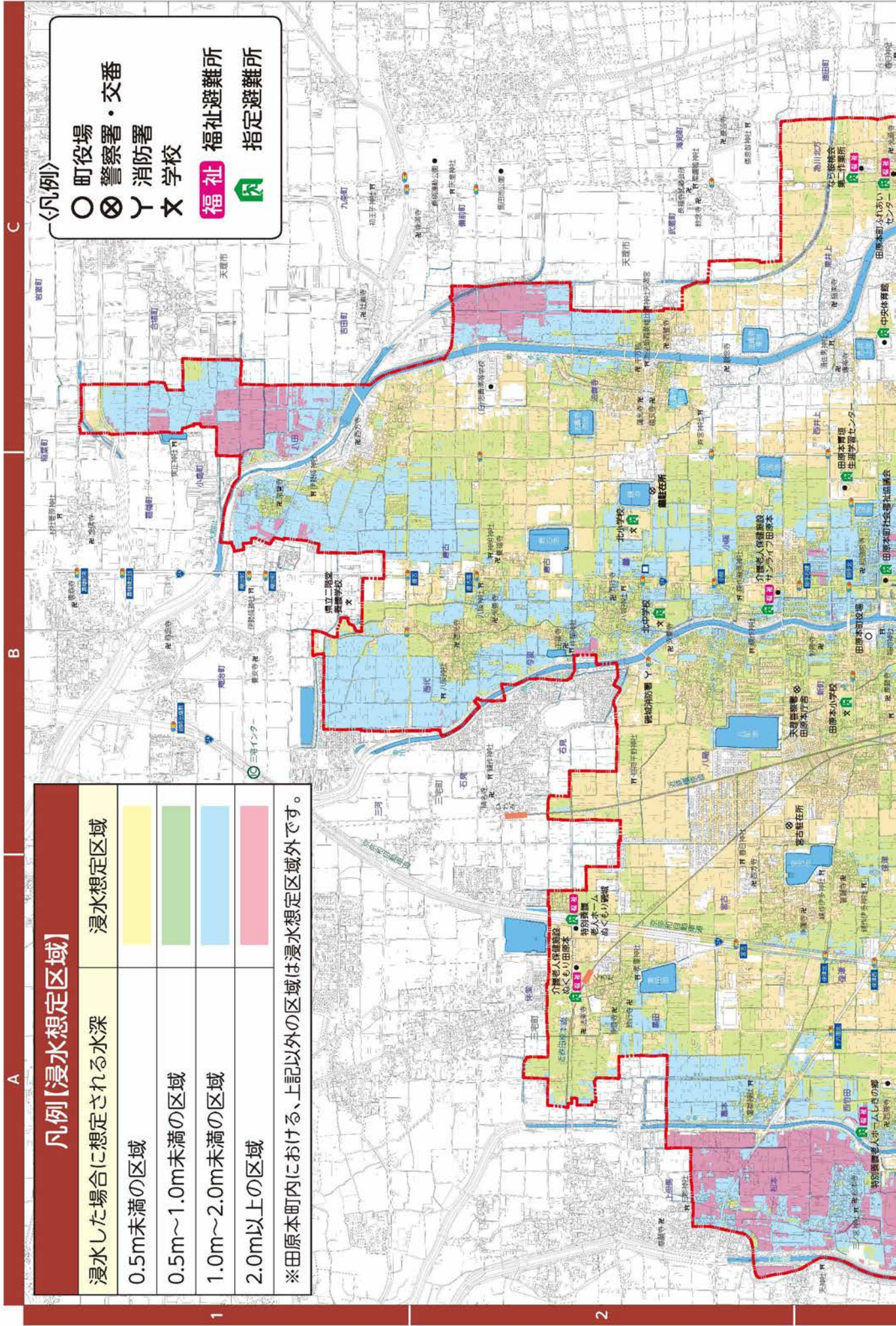


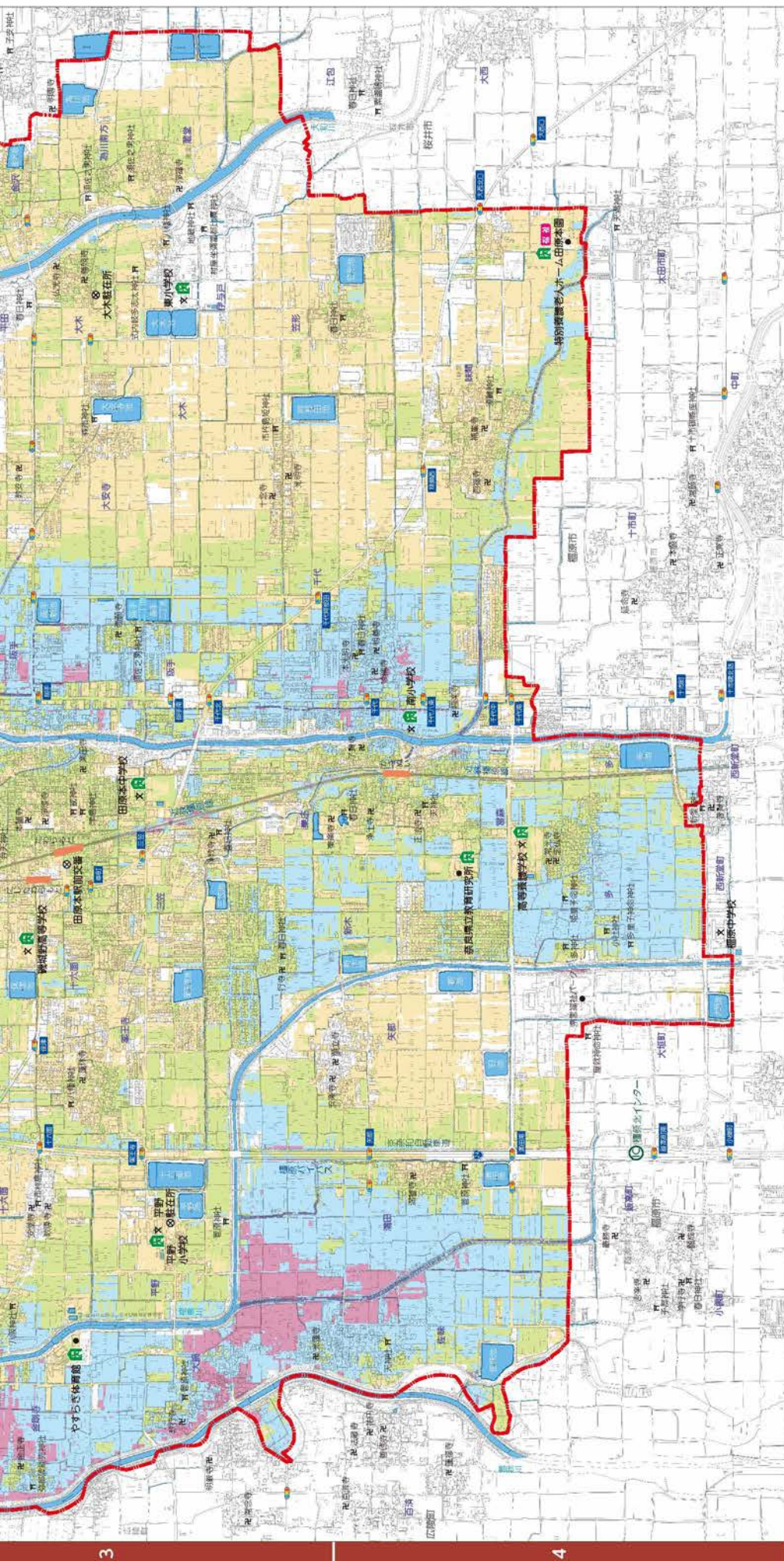
リフォームと建築基準法

リフォーム時には、住宅に関する法律についても知っておく必要があります。通常業者さんが把握しており問題の起こることはあまりありませんが、知っておきたい法律としては建築基準法があります。建築基準法は住宅の安全性、居住性、周辺環境への配慮を目的としている法律で、新築だけではなくリフォーム時にも適用されるので注意が必要です。



洪水ハザードマップ 田原本町全体図



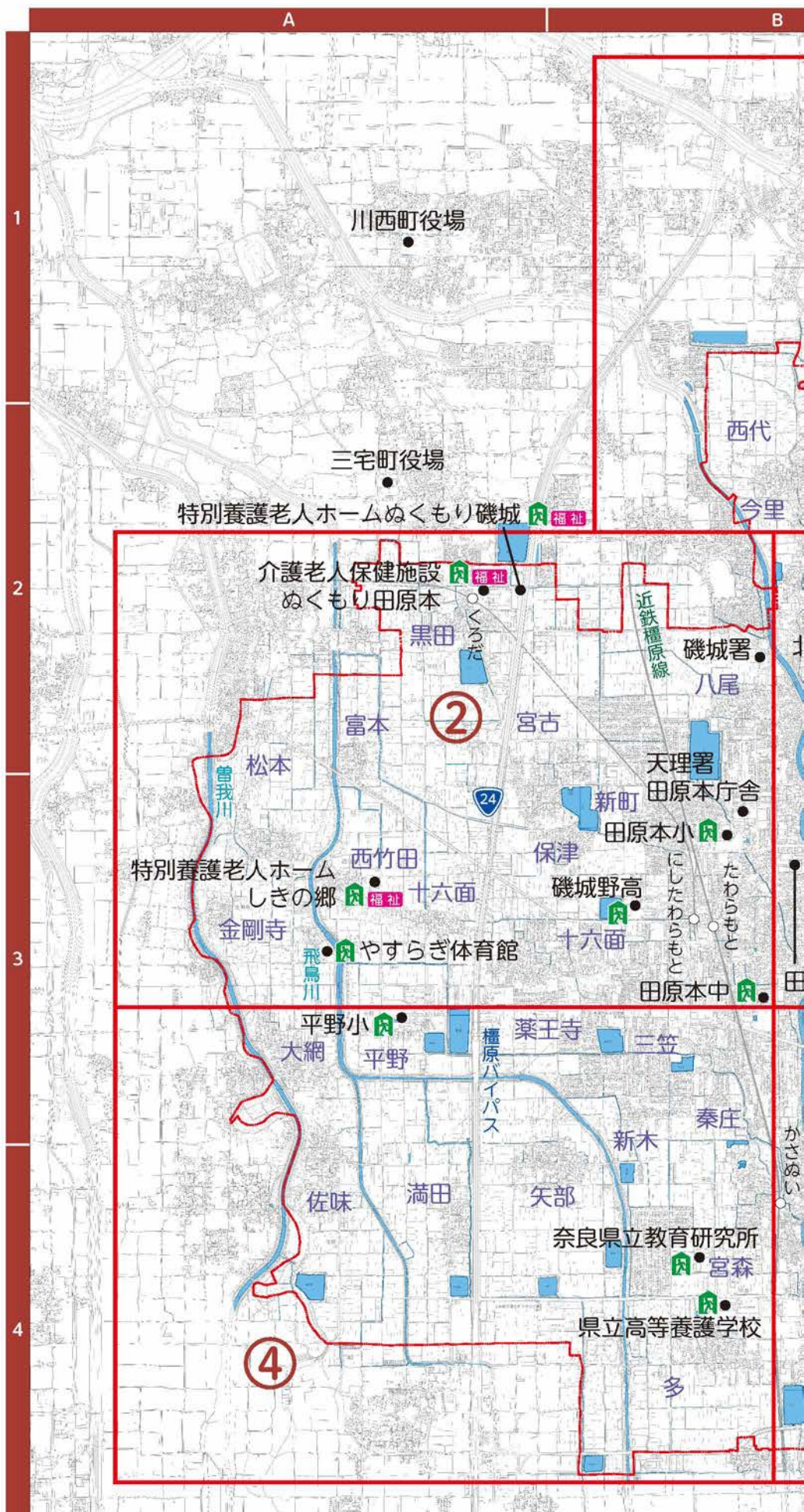


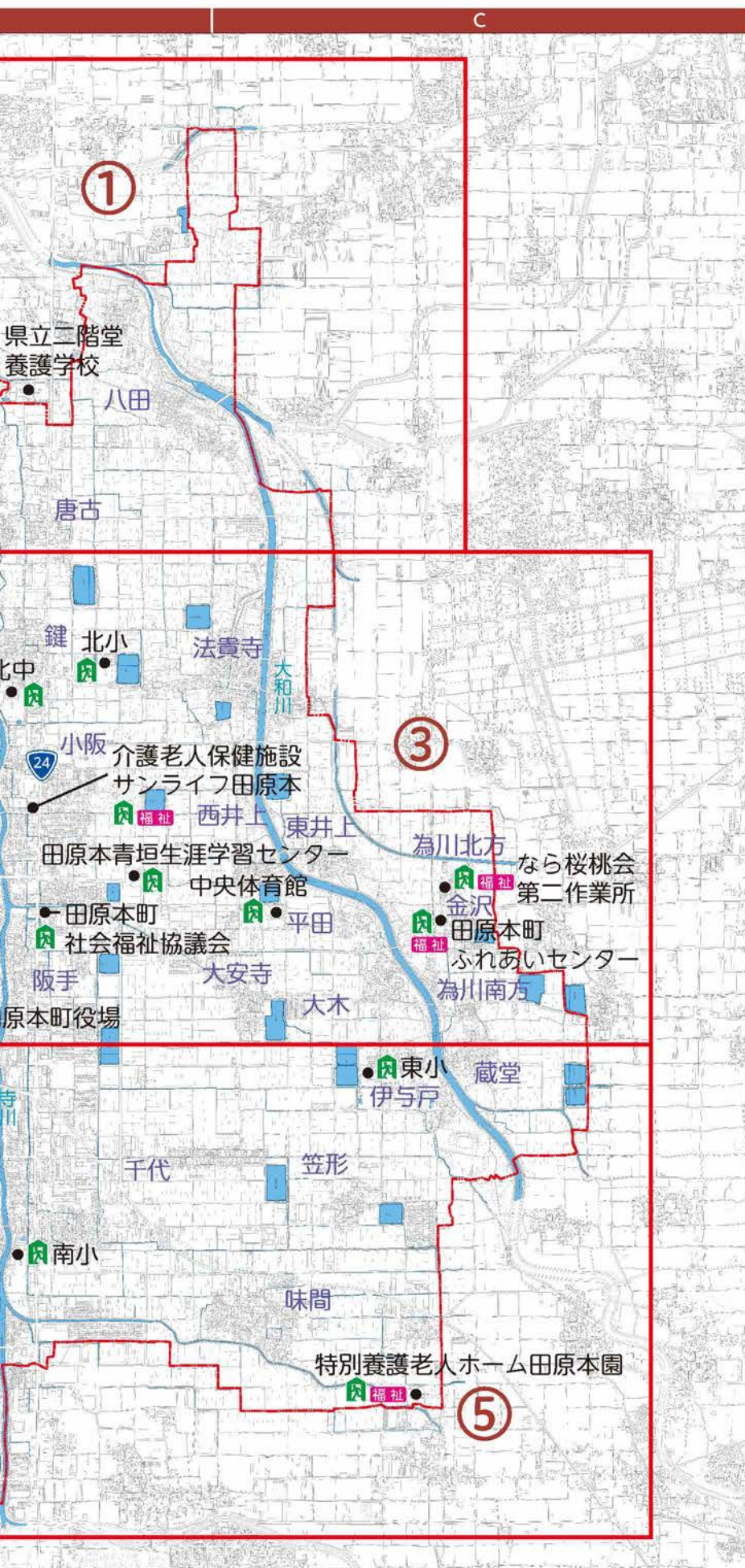
洪水ハザードマップ 田原本町詳細図区分

〈凡例〉

福祉 福祉避難所

 指定避難所





洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図①



0 100 200 300m

1/10,000



〈凡例〉

○ 町役場

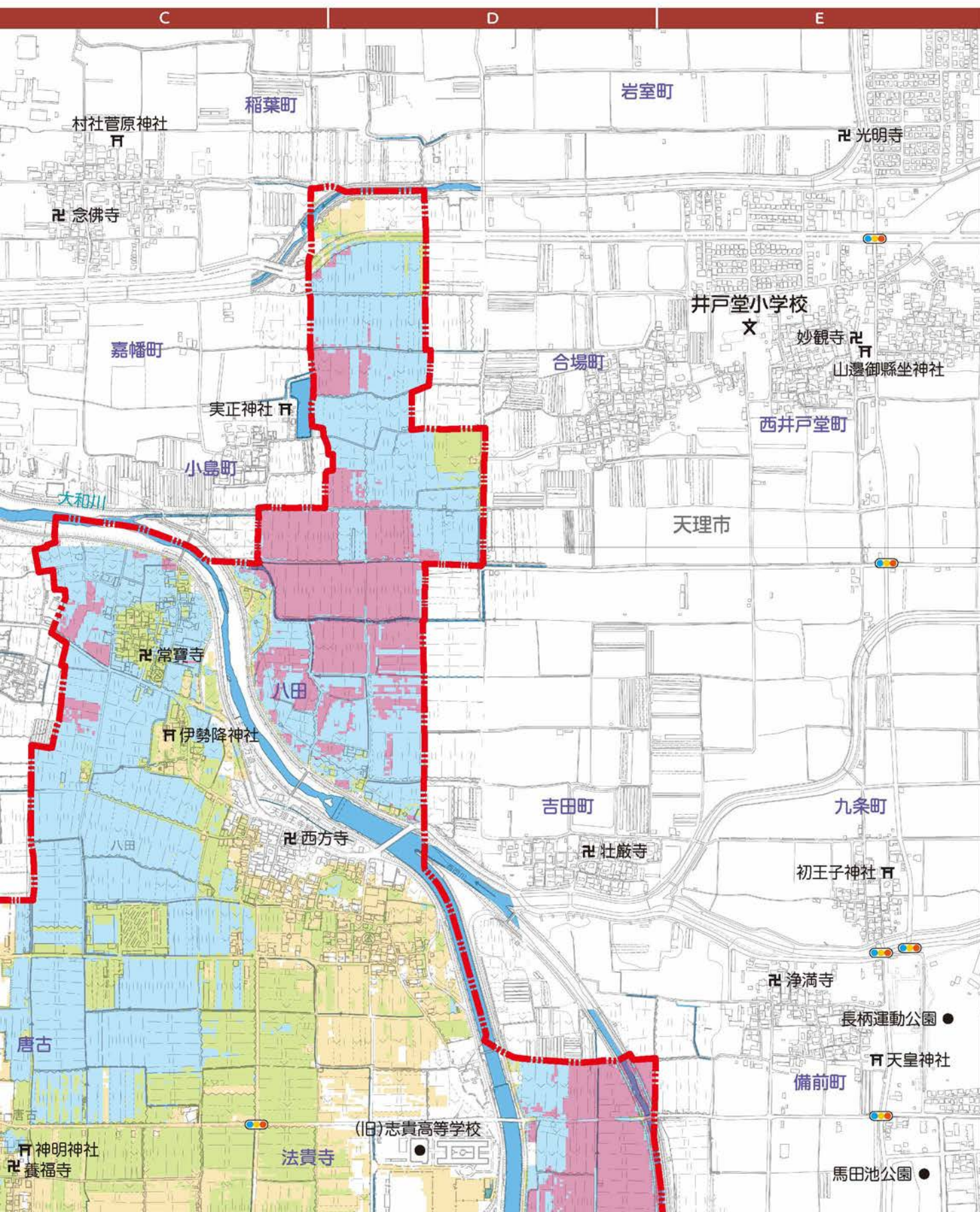
⊗ 警察署・交番

Y 消防署

文 学校

福祉 福祉避難所

指定避難所



3

洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図②

ここは有料広告掲載ページです

森田薬王堂薬局

心と身体の養生は腸活習慣から

【定休日】日曜日・祝日【開局時間】9:00～19:00
田原本町室町209-3

Tel 0744-33-5666
Fax 0744-33-8635

森田薬王堂薬局

検索



田原本郵便局となり のなみ小児科

Nonami Kid's clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:30	●	●	●	／	●	～13:00
午後4:00～4:30	★	★	★	／	★	／
午後4:30～7:00	●	●	●	／	／	／

★：予防接種、乳児健診、(予約制)
休診日：木曜日・土曜午後・日祝

十六面29-1 ☎ 0744-47-3871

のなみ小児科 田原本

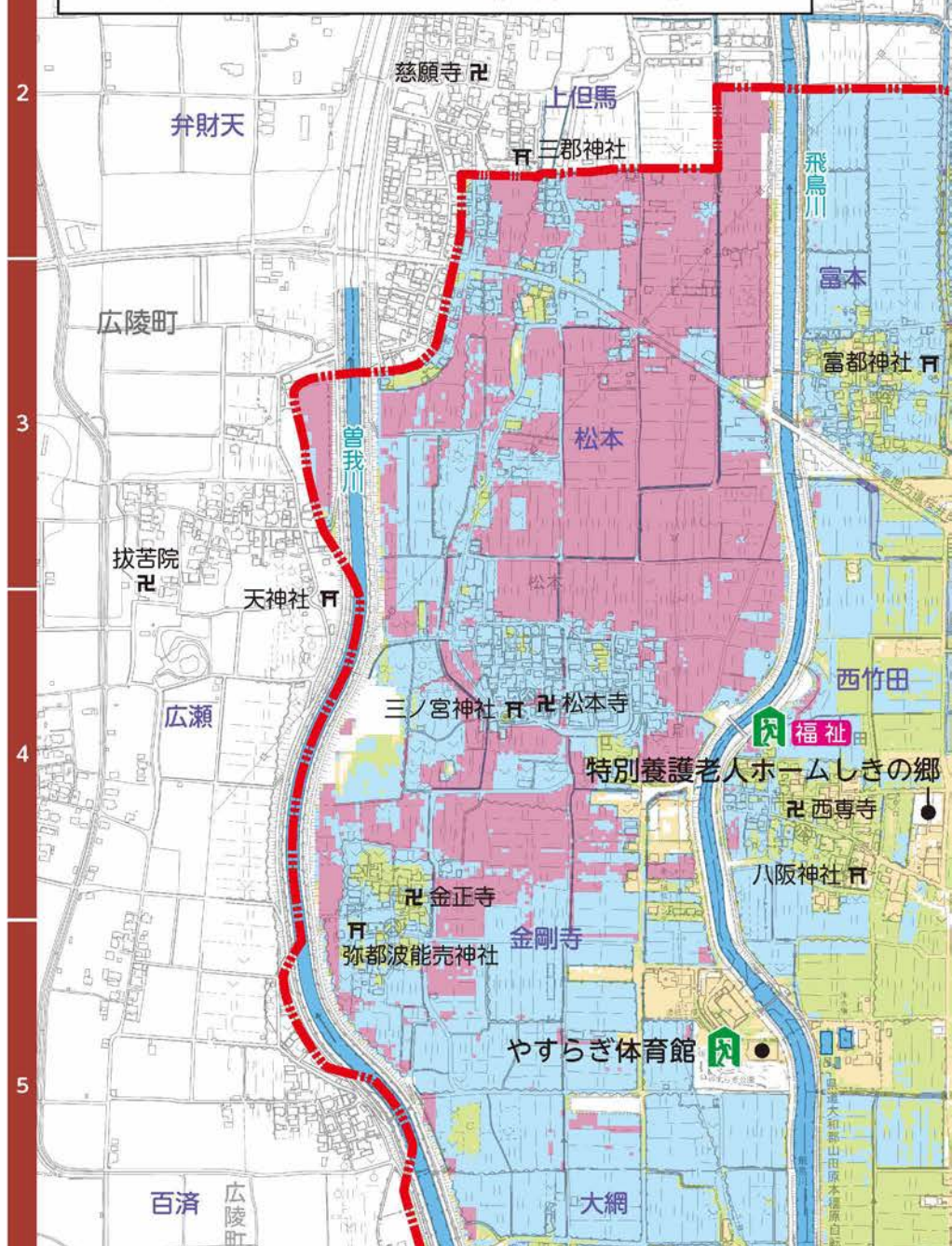
検索

P あり

凡例【浸水想定区域】

浸水した場合に想定される水深	浸水想定区域
0.5m未満の区域	黄色
0.5m～1.0m未満の区域	緑色
1.0m～2.0m未満の区域	青色
2.0m以上の区域	赤色

※田原本町内における、上記以外の区域は浸水想定区域外です。



0 100 200 300m

1/10,000



〈凡例〉

○ 町役場

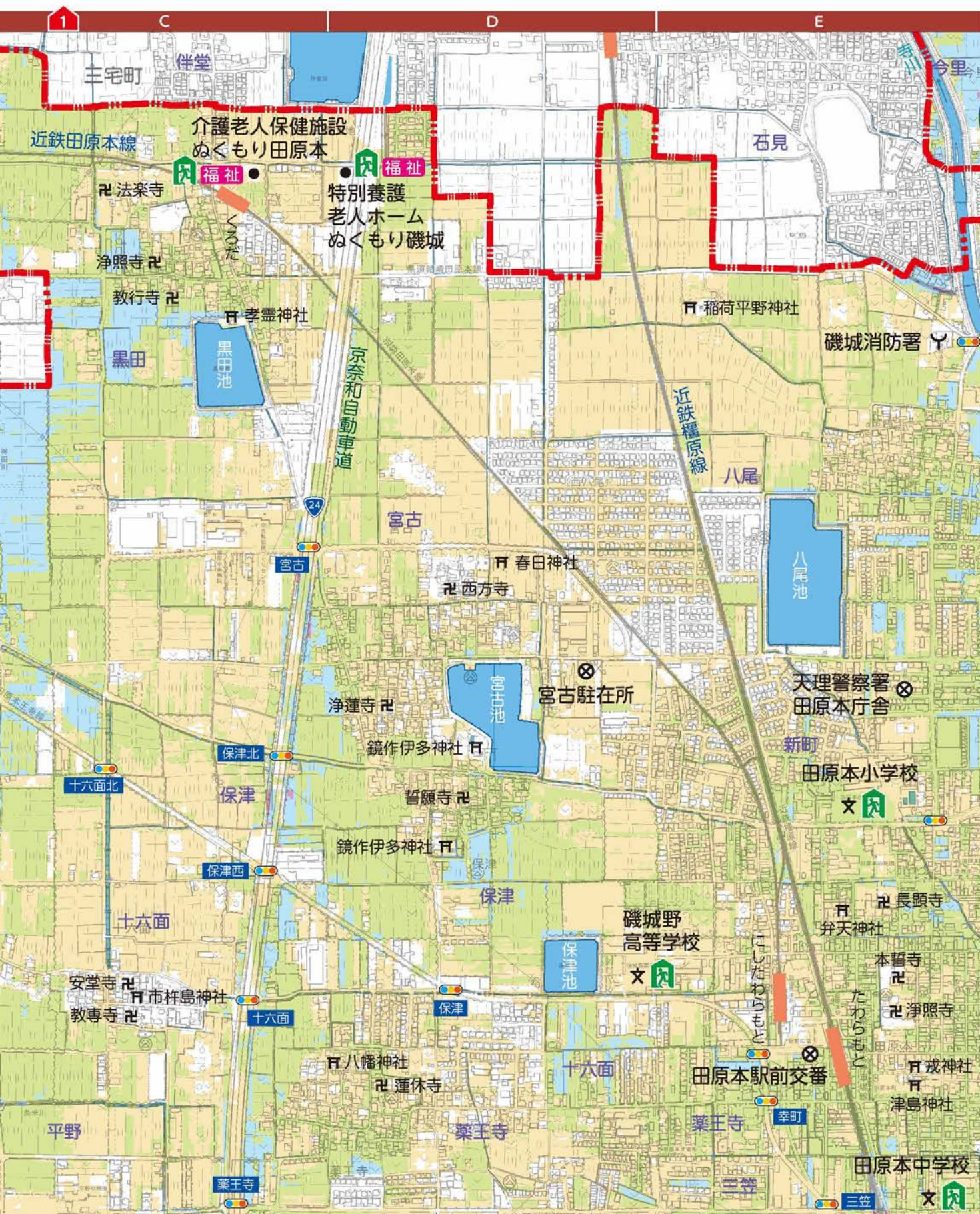
⊗ 警察署・交番

Y 消防署

文 学校

福祉 福祉避難所

指定避難所



洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図③



0 100 200 300m

1/10,000



〈凡例〉

○ 町役場

⊗ 警察署・交番

Y 消防署

文 学校

福祉 福祉避難所

指定避難所

凡例【浸水想定区域】

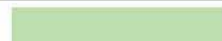
浸水した場合に想定される水深

浸水想定区域

0.5m未満の区域



0.5m～1.0m未満の区域



1.0m～2.0m未満の区域



2.0m以上の区域



※田原本町内における、上記以外の区域は浸水想定区域外です。



洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図④

ここは有料広告掲載ページです

豊かなライフスタイルのはじまり

不動産全般

☆☆お気軽にご相談ください☆☆

株式会社東田
HIGASHIDA

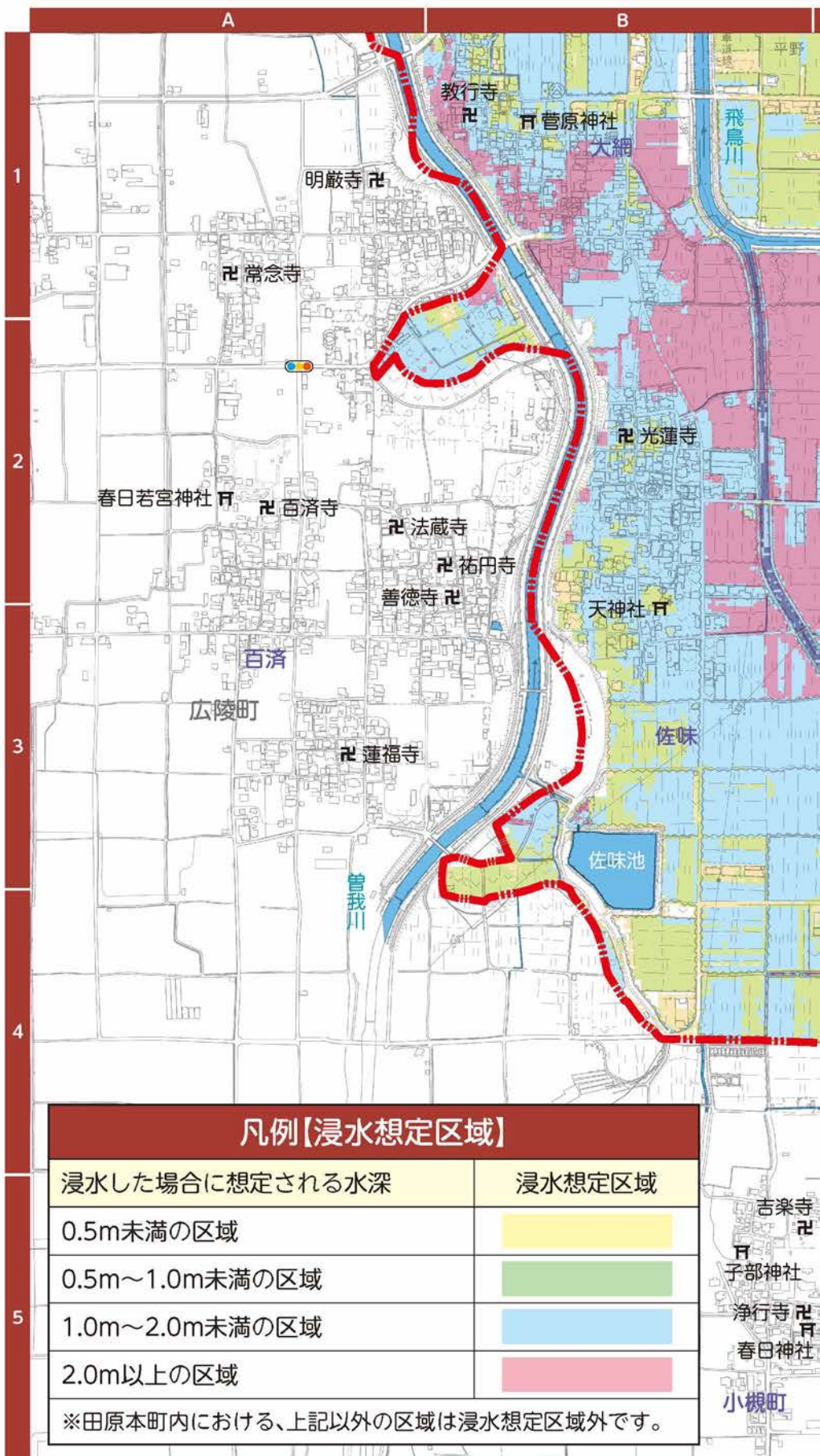
田原本町大網 239 番地
☎(0744)33-8751

marimi
produce by Marui Knit co., Ltd.

田原本で
ニット製品作ってます！

〒636-0363 田原本町大網293
TEL: 0744-33-2332
FAX: 0744-33-2331
E-mail: matsuiknit@gmail.com

松井ニット株式会社



0 100 200 300m

1/10,000



〈凡例〉

○ 町役場

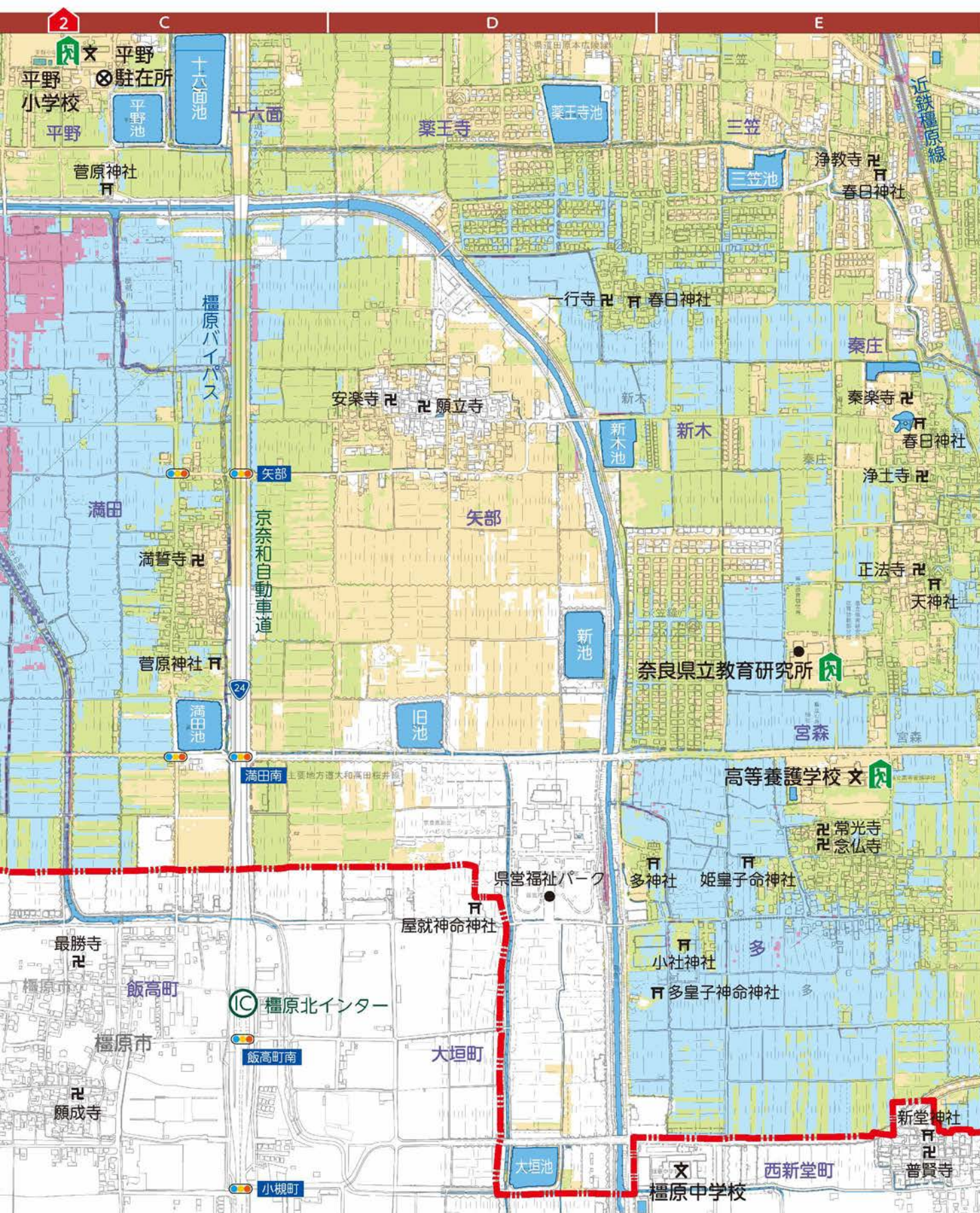
⊗ 警察署・交番

Y 消防署

文 学校

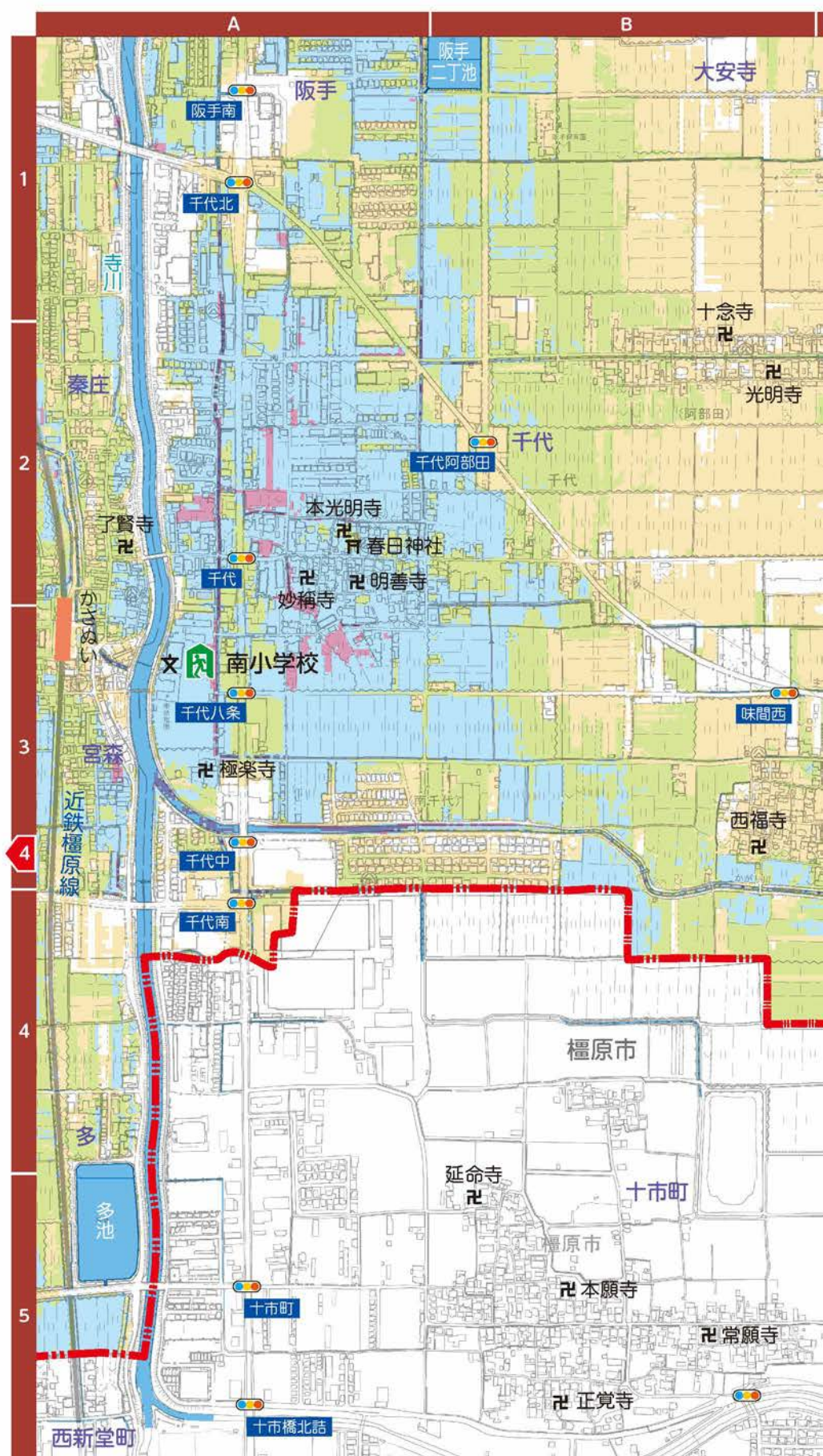
福祉 福祉避難所

指定避難所



洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図⑤

洪水ハザードマップ 田原本町詳細地図



TAWARAMOTO TOWN

田原本町

地域防災計画

概要版

奈良県 田原本町

田原本町役場 〒636-0392 奈良県磯城郡田原本町890-1

☎0744-32-2901 FAX0744-32-2977

E-mail: info@town.tawaramoto.nara.jp



地域防災計画の目的・位置づけ

■ 計画の目的

田原本町地域防災計画は、災害対策基本法第42条の規定に基づいて、田原本町の町域に係る防災について、町と町域に関係する公共的団体・機関が処理すべき事務又は業務の大綱を定め、これにより防災活動の総合的かつ計画的な推進を図り、住民の生命、身体、財産を災害から保護するとともに、災害による被害を軽減し、もって社会秩序の維持と公共の福祉に資することを目的とした計画です。

■ 計画の位置づけ

田原本町地域防災計画は、地域の特性を踏まえたうえで、国の防災方針を定めた防災基本計画、奈良県地域防災計画及び各種行政機関等の防災業務計画との整合性及び関連性を有しています。

構 成	内 容
第1編 総則	この計画の基本方針、町及び防災関係機関等が地震災害、風水害等に対して処理すべき事務及び業務の大綱、想定される災害被害等など、計画の基本となる事項を示しています。
第2編 災害予防計画	災害による被害の発生を未然に防止し、又は被害を最小限度にとどめるための措置について定めています。
第3編 風水害等応急対策計画	風水害の発生や、発生するおそれがある場合の防御措置、災害の拡大防止措置、被災者に対する応急救助の措置について定めています。また、危険物等災害、大規模交通災害などの突発重大事故をはじめ、不測の災害に対応するため、町及び防災関係機関等の活動内容を定めています。
第4編 地震災害応急対策計画	地震発生直後からの人命救助等の活動、災害の拡大防止措置及び被災者に対する応急救助の措置について定めています。
第5編 災害復旧・復興計画	災害発生後における住民の生活安定のための措置、公共施設の災害復旧等について定めています。
第6編 南海トラフ地震防災対策推進計画	南海トラフ地震等の広域災害に備えるため、本町における南海トラフ巨大地震等の広域災害対策等について定めています。
地域防災計画【資料編】	防災関係の資料、様式等を取りまとめています。



計画の基本方針

いつどこでも起こり得る災害による人的被害及び経済被害を軽減し、安全・安心を確保するためには、行政による公助はもとより、住民一人ひとりが自発的に行う防災活動である「自助」や、身近な地域コミュニティや自主防災組織をはじめとした、地区内の居住者等が連携して行う防災活動である「共助」が必要である。

この計画は、災害対策基本法第2条の2の基本理念にのっとり、個人や家庭、地域、企業、団体等社会の様々な主体が連携して「減災」の考え方に基づいて、「自分の命は自分で守る」という意識のもと、「自助」・「共助」の取り組みを推進するとともに、町及び県による「公助」と連携して、総合的かつ計画的に災害対策の整備及び推進を図る。

なお、計画の推進にあたっては、下記の諸点を基本とする。

- ①災害による死者をなくすこと及び人命を守ることを最大の目標とし、できる限り被害を最小化することの推進
- ②自助・共助を基本とした、住民による主体的な促進による自主防災体制の確立
- ③町、防災関係機関並びに住民及び企業それぞれの役割と連携
- ④防災関係機関相互の協力体制の推進
- ⑤ハード対策及びソフト対策を組み合わせた災害対策事業の推進
- ⑥過去の災害の教訓を踏まえた対策の推進
- ⑦関係法令の遵守
- ⑧要配慮者等の多様な視点を生かした対策の推進
- ⑨男女共同参画の視点を取り入れた防災体制の確立



地域防災計画 風水害について

■(1) 想定洪水

田原本町洪水ハザードマップは、大和川、曾我川、飛鳥川、寺川及び米川流域の各浸水想定区域図(想定最大規模)からそれぞれ浸水深の深い数値を採用して合成し、町内の浸水想定区域図を作成しています。想定条件は12時間総雨量316mmです。

■(2) 浸水想定

田原本町は、河川に囲まれた平坦地のため、豪雨などにより河川氾濫が生じた場合に被害が広範囲に及ぶ恐れがある。大和川、曾我川、飛鳥川、寺川及び米川の想定最大規模のシミュレーション結果では、町ほぼ全域で0.5m～1.0m未満程度の浸水深となる。特に、本川との合流部や河川沿いの低平地等では、一部2.0m以上の浸水が想定されています。

なお、道路交通ではアンダーパスが主要地方道桜井田原本王寺線と近鉄橿原線の交差部と、薬王寺と平野を結ぶ町道薬王寺32号線と国道24号橿原バイパスの交差部、一般国道24号(京奈和自動車道)と宮古地内側道(歩道)の交差部に3箇所あり、洪水時には浸水するおそれがあるため注意が必要です。

田原本町における水位周知河川の各種設定水位

河川名	観測局	水防団待機水位	はん濫注意水位	避難判断水位	はん濫危険水位
大和川	豊田	2.20m	2.40m	2.40m	3.10m
曾我川	西但馬	2.90m	3.80m	5.30m	6.00m
飛鳥川	今井	1.60m	2.70m	2.70m	2.80m
寺川	秦庄	1.40m	2.80m	2.80m	3.30m



災害に備える

■ 避難チェックリスト

● 災害時共通

- | | | |
|--|--|--------------------------------------|
| ☐ 正確な情報を集める | ☐ ガスの元栓を閉める | ☐ 電気のブレーカをおとす |
| ☐ 安全な経路を徒歩で避難する | ☐ 家族や近所の人と行動を共にする | ☐ 家にメモを残す |
| ☐ 戸締りをする | | |

● 水害

- ☐ 河川、用水路に近づかない ☐ 避難のタイミングを判断し、状況に応じて垂直避難や屋内待機をする

● 地震

- ☐ 落ち着いて、頭を守る行動をとる ☐ 火を消す ☐ 出入口の確保 ☐ 避難行動要支援者の確認

● 非常持ち出し袋(災害発生時に最初に持ち出すもの)

水・食料

- ☐ 飲料水(最低3日分)・食料(最低3日分)

日用品

- ☐ 手袋(軍手) ☐ ちり紙 ☐ ろうそく・マッチ・ライター
☐ 懐中電灯 ☐ 携帯ラジオ ☐ 予備電池 ☐ 携帯充電器
☐ 洗面用具(歯ブラシ・歯磨き粉など) ☐ 筆記用具
☐ 使い捨てカイロ

貴重品

- ☐ 現金 ☐ 通帳 ☐ 印鑑 ☐ 保険証 ☐ 運転免許証
☐ パスポート ☐ 診察券 ☐ マイナンバーカード

安全対策

- ☐ 防災用ヘルメット ☐ 防災ずきん、
☐ 救急用品(常備薬、持病薬、ばんそうこう、消毒液)
☐ お薬手帳

感染症対策

- ☐ マスク ☐ 消毒用アルコール
☐ 石けん・ハンドソープ
☐ ウエットティッシュ(アルコールタイプ)
☐ 体温計

女性の備え

- ☐ 生理用品 ☐ おりものシート
☐ 中身の見えないゴミ袋

乳児・妊婦用品

- ☐ おむつ ☐ お尻ふき ☐ ミルク
☐ 使い捨て哺乳瓶 ☐ 離乳食 ☐ 抱っこひも
☐ 母子健康手帳

高齢者がいる家庭の備え

- ☐ 補助具(杖、補聴器等) ☐ 紙パンツ ☐ 入れ歯
☐ 入れ歯用洗浄剤 ☐ 吸水パッド
☐ 高齢者手帳

■ ローリングストック法を活用しよう

ローリングストック法とは、食料品について、普段食べているものをベースに備蓄を行い賞味期限の早いものから消費し、新しい物を補充する方法です。

備蓄例

- ① 1日3食×3日(できれば7日)分の非常食を準備する。
 - ② 非常食1食分を定期的に食べる。食べたら1食分を補充。
 - ③ 1年かけて①で準備した備蓄食を消費する。
1年後には最初に準備した備蓄食を消費し、買い足した分と入れ替わる。
- 常に最新の非常食が備蓄され、期限切れの心配がないといったメリットがあります。



広告

Panasonic
パナソニックの店

あなたの街のでんきやさん
メロティ・たけむら

定休日／日曜日

家電はもちろん、
 トイレ・キッチン・
 パスリフォームも
 お任せください!!

田原本町戎通3

0744

32-2371

4

田原本町
 田原本中学校
 ● サンパワ





田原本町 総合防災MAP

令和3年3月発行

発行

田原本町役場

〒636-0392 奈良県磯城郡田原本町890-1

TEL:0744-32-2901

株式会社サイネックス

〒542-0066 大阪府大阪市中央区瓦屋町3-6-13

TEL:06-6766-3346

広告販売

株式会社サイネックス 大阪近畿支店

〒583-0026 大阪府藤井寺市春日丘1-9-1

TEL:072-931-3050

※掲載している広告は、令和3年2月末日現在の情報です。

無断で複写、転載することとはご遠慮ください。



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。



公衆衛生の豆知識



正しい手の洗い方

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

手洗いの前に ・爪は短く切っておきましょう。・時計や指輪は外しておきましょう。

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります

2



手の甲をのばすようにこすります

3



指先・爪の間に念入りにこすります

4



指の間を洗います

5



親指と手のひらをねじり洗います

6



手首も忘れずに洗います

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

咳エチケット

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。

対面で人と人との距離が近い接触（互いに手を伸ばしたら届く距離でおよそ2mとされています）が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くことを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



ティッシュ・ハンカチ
で口・鼻を覆う



袖で口・鼻を覆う



何もせずに咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを手でおさえる

正しいマスクの着用

1



鼻と口の両方を確実に覆う

2



ゴムひもを耳にかける

3



隙間がないよう鼻まで覆う

各種自動車、特装車の車検、整備、钣金塗装一式



岡田整備株式会社

軽自動車から大型特装車まで、車検・整備設備を充実しております。
お気軽にお電話ください。



〒636-0245 田原本町味間297

TEL 0744-33-0122 FAX 0744-33-5757

社員一同「快適なカーライフをお届けします」をモットーにお客様にきめ細やかな対応をさせていただきます。



T's CORPORATION

不動産全般 分譲住宅 注文建築 リフォーム 建築工事

☎0744-34-3111 ☎0120-307-234

〒632-2 奈良県磯城郡田原本町632-2
[ホームページ] リニューアルしました!!

<https://www.ts-nara.com>

ティーズコーポレーション 検索

管理します



農地管理・草刈り・庭木の害虫駆除・その他・開けます

お気軽にご相談ください!!

迅速丁寧に対応させていただきます。

チーム・あおがき TEL0744-34-1187

チーム・あおがきは、奈良県高齢者生きがい
ワーク創設事業の補助金の交付を受けた団体です



木の家・注文住宅 / リフォーム

株式会社平野木材



奈良県磯城郡田原本町薬王寺 558 TEL 0744-32-2266

皆様の想いと生活を未来へつないでいきます



解体工事全般・不用品回収・雑工事

株式会社 **TAKE 技建**

磯城郡田原本町八田 281-1

tel 0744-34-6580

**各宗石碑・建築石材・灯籠
記念碑・文字彫刻**



中西石材株式会社

磯城郡田原本町新木 178 番 9

TEL.0744-33-1445

FAX.0744-33-4114

宅地分譲・新築住宅・施工・販売
奈良県知事免許 (8) 第 2598 号

成平開発

田原本町薬王寺 343-5

TEL(0744)32-0805 FAX32-5401

ケイタイ 090-8823-8836

葬儀一式・寝台車

はな きち

花吉葬祭

三宅町伴堂 551 ☎0745-44-0232



光ホール

三宅町屏風 103-1

☎0745-42-1027