避難に関する情報

一部気象庁ホームページから引用

市が発令する避難情報と国や県が発令する防災気象情報

洪水や土砂災害、河川の氾濫などの際に、5段階の「警戒レベル」を用いて、避難情報を発令します。
警戒レベル3【高齢者等避難】や**警戒レベル4【避難指示】**が発令された際には、危険な場所から速やかに避難しましょう。

（危険度：大 ↑ 小）

警戒レベル	避難行動等（避難情報等）	避難情報等（避難情報等）	警戒レベル相当情報（例）（防災気象情報）	気象状況
警戒レベル5 命の危険 直ちに安全確保!	すでに安全な避難ができず、命が危険な状況。いまいる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等しましょう。	緊急安全確保 ※必ず発令される情報ではない【日立市が発令】	警戒レベル5相当情報：大雨特別警報	数十年に一度の大雨
〜〜〈警戒レベル4までに必ず避難!〉〜〜				
警戒レベル4 危険な場所から全員避難	過去の重大な災害の発生時に匹敵する状況。この段階までに避難を完了しておきましょう。台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しておきましょう。	避難指示【日立市が発令】	警戒レベル4相当情報：氾濫危険情報、土砂災害警戒情報、高潮特別警報、高潮警報 等	
警戒レベル3 危険な場所から高齢者等は避難	避難に時間を要する人（高齢者、障がいのある人等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	高齢者等避難【日立市が発令】	警戒レベル3相当情報：大雨警報、洪水警報、警報に切り替える可能性が高い旨に言及された高潮注意報 等	大雨の数時間〜2時間程度前
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ、マイ・タイムライン（右の記事参照）等により、自らの避難行動を確認しましょう。	大雨注意報・洪水注意報等【気象庁が発表】	これらは、住民が自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。	大雨の半日〜数時間前
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報【気象庁が発表】		大雨の数日〜約一日前

（国土交通省・気象庁・都道府県が発表）

※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。

特別警報

- 「特別警報」とは、警報の発表基準をはるかに超える大雨や、大津波等が予想され、重大な災害の起こるおそれが著しく高まっている場合に発表し、最大級の警戒を呼びかけるものです。
- 特別警報が発表された場合、お住まいの地域は数十年に一度の、これまでに経験したことのないような、重大な危険が差し迫った状況にあります。

特別警報の発表基準

現象の種類	基準	
大雨	台風や集中豪雨により、数十年に一度の降雨量となる大雨になると予想される場合 特に警戒すべき事項を標題に明示して「大雨特別警報（土砂災害）」、「大雨特別警報（浸水害）」又は「大雨特別警報（土砂災害、浸水害）」のように発表します。	
暴風	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	暴風が吹くと予想される場合
高潮	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	高潮になると予想される場合
波浪	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	高波になると予想される場合
暴風雪	数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により	雪を伴う暴風が吹くと予想される場合
大雪	数十年に一度の降雪量となる大雪が予想される場合	
津波	高いところで3メートルを超える津波が予想される場合（大津波警報を特別警報に位置づける）	
火山噴火	居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が予想される場合（噴火警報（噴火警戒レベル4以上）及び噴火警報（居住地域）*を特別警報に位置づける）	
地震（地震動）	震度6弱以上の大きさの地震動が予想される場合（緊急地震速報（震度6弱以上）を特別警報に位置づける）	

*噴火警報レベルを運用している火山では「噴火警報（居住地域）」（噴火警報レベル4又は5）を、噴火警報レベルを 運用していない火山では「噴火警報（居住地域）」（キーワード：居住地域厳重警戒）を特別警報に位置づけています。

風水害に備えて

大雨情報をキャッチ!

大雨注意報・警報・特別警報（浸水害・土砂災害）の発表基準

大雨注意報	大雨警報	大雨特別警報
大雨によって災害が起こるおそれがあると予想される場合	大雨によって重大な災害が起こるおそれがあると予想される場合	台風や集中豪雨により数十年に一度の降雨量となる大雨が予想され、若しくは数十年に一度の強度の台風や同程度の温帯低気圧により大雨になると予想される場合

上記に併せて、洪水注意報・洪水警報が発令されます。

こんなときのわが家の安全対策

水害時の心得

被害の軽減

扉の下の隙間から汚水が入ってくるので、「土のう」や板などで前面を囲み、タオルで隙間をふさぎます。また、ポリタンクなど軽い物は事前に屋内に移しましょう。

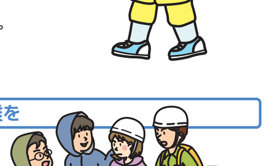
動きやすい格好で

動きやすい服装で、軍手をはめ、ヘルメットがある場合はかぶり、はき物は脱げにくいものを選びましょう。長靴は水が入ると足を取られるので避けましょう。
レインコートは上下が分かれているタイプで目立つ色のものがよいでしょう。

避難所までの移動

風雨が激しくなる前に車か徒歩で避難しましょう。風雨が激しくなってからの車での避難は、歩行避難者・緊急車両の妨げになるばかりでなく、洪水による水没の危険もあるので車の利用は避けましょう。

水面下は危険です。2人以上で避難を



浸水した場所を歩く時は、長い棒を杖がわりにして、マンホールや側溝がないか水面下の安全を確認し、2人以上での行動を心がけましょう。

危険なところには近寄らない

切れた電線のそばなど、危険な場所に近寄らないようにしましょう。また、氾濫水には汚水が混ざっているので、子供などがさわらないように気をつけましょう。

歩ける深さ男性約70cm、女性約50cm

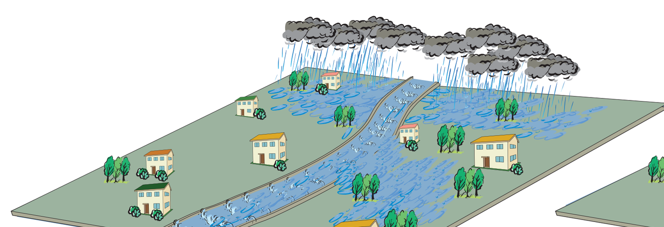
洪水の場合、歩ける深さは男性で約70cm、女性で約50cmまで。それ以上になったら高い場所で救助を待ちましょう。

川の氾濫等

雨量の増加によってもたらされる氾濫には、川から水があふれたり堤防が決壊して起こる「外水氾濫」と、街中の排水が間に合わず、地下水路などからあふれ出す「内水氾濫」の2タイプがあります。

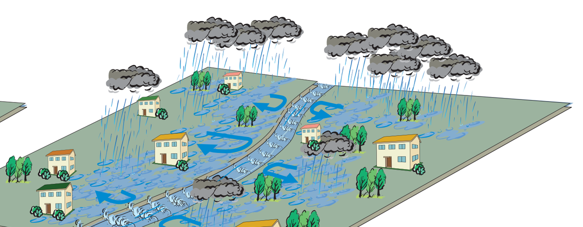
外水氾濫

大雨の水が川に集まり、川の水かさが増し堤防を超える、あるいは堤防を決壊させて川の水が外にあふれておきる洪水。
氾濫が起きると一気に水かさが増しますので、最大の注意が必要。



内水氾濫

その場所に降った雨水や、周りから流れ込んできた水がはけきれず溜まって起きる洪水。
的確なタイミングで警報や避難指示を出すのが難しいため、注意が必要。



土砂災害の種類

土砂災害は大きく分けてがけ崩れ・地すべり・土石流の3種類があります。

がけ崩れ

地面にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、弱くなった斜面が突然崩れ落ちる。日本で最も多い土砂災害で、人家の近くでも発生するため、逃げ遅れて犠牲となる人も多い。

がけ崩れの前兆現象

- がけからの水がにごる
- 地下水やわき水が止まる
- 斜面がひび割れ、変形がある
- 小石が落ちてくる
- がけから音がする
- 異様なにおいがする

地すべり

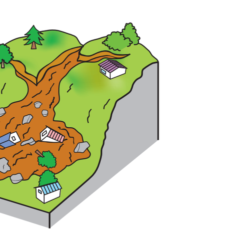
脆弱な地質の土地に豪雨が降り、ゆるくなった斜面の一部が地下水の影響と重力で下方へ移動する現象。一度に広範囲で発生するために、住宅や道路などに大きな被害をおよぼす。

地すべりの前兆現象

- 地面にひび割れができる
- 井戸や沢の水がにごる
- がけや斜面から水がふき出す
- 家やよう壁に亀裂が入る
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く

土石流

谷や斜面にたまった土や石、砂などが、大雨による水と一緒に一気に流れ出す。強大な威力と圧倒的なスピードで、進行方向にあるものを次々とのみ込み、壊滅させていく。



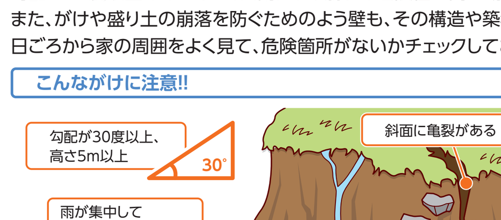
土石流の前兆現象

- 山鳴りがする
- 雨が降り続いているのに、川の水位が下がる
- 川の水がにごったり、流木が混ざったりする

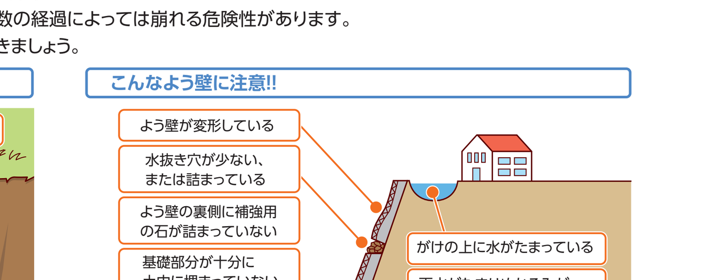
危険箇所をチェックしよう

勾配が30度以上あるがけは、大雨により崩れる危険性が高い場所です。
また、がけや盛り土の崩落を防ぐためのよう壁も、その構造や築年数の経過によっては崩れる危険性があります。
日ごろから家の周囲をよく見て、危険箇所がないかチェックしておきましょう。

こんながけに注意!!



こんなよう壁に注意!!



土砂災害警戒情報とは

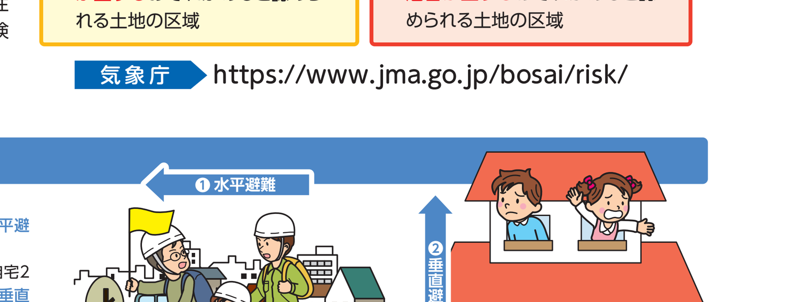
大雨警報（土砂災害）が発表されている状況で、命に危険を及ぼす土砂災害がいつ発生してもおかしくない状況となったときに警戒を呼びかける情報で、茨城県と気象庁が共同で発表しています。周囲の状況や雨の降り方にも注意し、土砂災害警戒情報等が発表されていなくても、危険を感じたら、躊躇することなく自主避難をしましょう。

土砂災害警戒区域（イエローゾーン）	土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）
住民等の生命又は身体に危害が生ずるおそれがあると認められる土地の区域	住民等の生命又は身体に著しい危害が生ずるおそれがあると認められる土地の区域

気象庁 https://www.jma.go.jp/bosai/risk/

避難行動のポイント

1) 上記の土砂災害の事象に注意し、早めの避難をする。
2) がけ崩れや土石流の起こる方向に対して横方向に避難（❶水平避難）する。
3) 夜中や大雨の中など外へ避難を行うのが危険と感じる時は、自宅2階以上の山の反対側の部屋など頑丈な建物の上階へ避難（❷垂直避難）することも考慮する。
4) 記録的短時間大雨情報が発表された場合は、早めに避難を行う。
5) 土砂災害警戒情報が発表された場合は、すぐに避難を行う。



マイ・タイムライン

我が家のタイムライン ＿＿＿＿＿＿＿＿ 家

避難先（避難所、親戚宅、友人宅）	避難先までの移動手段	避難先までの移動時間
		分

注意すべきこと	避難情報など	逃げ遅れないためにやるべきこと
台風が発生 台風が接近 天気予報や気象庁が発表する情報、河川の水位に注意!!	【警戒レベル1】早期注意情報	●テレビやラジオで台風情報を確認する。 ●避難先、移動手段、移動時間を再確認する。 ●避難するときに持っていくものを確認する(チェックをつける)。 □飲料水 □懐中電灯 □通帳などの貴重品 □食料品 □携帯ラジオ □マスク □着替え □電池 □ウェットティッシュ □タオル □携帯充電器 □常備薬 □その他（　　　　　　　）
	【警戒レベル2】大雨・洪水注意報 河川 ・氾濫注意水位に到達 ・氾濫注意情報発表	●避難しやすい服装に着替える。 ※河川や水田に近づくのはやめましょう。
市町村が発令する避難情報に注意!!	【警戒レベル3】高齢者等避難が発令 河川 ・避難判断水位に迫る ・氾濫警戒情報発表	□我が家が避難するタイミングは**警戒レベル3** ●高齢者など避難に時間のかかる人は避難を始める。 ●どこに避難するか、家族や親戚に伝える。 連絡する家族や親戚の電話番号
気象庁が発表する情報や、河川の水位に注意!!	【警戒レベル4】避難指示が発令 河川 ・氾濫危険水位に迫る ・氾濫危険情報発表	□我が家が避難するタイミングは**警戒レベル4** ●危険な場所から全員避難する。 ●近所の人に声をかけて一緒に避難する。 声をかける相手 避難完了!
	【警戒レベル5】 河川 ・氾濫が発生!! ・氾濫発生情報発表	

（いずれかにチェックをつける）

基準水位

河川名	水防団待機水位	氾濫注意水位	避難判断水位	氾濫危険水位	計画高水位
久慈川	2.70m	3.70m	6.30m	6.70m	7.54m
茂宮川	2.10m	2.40m	2.80m	3.10m	3.40m
十王川	1.50m	1.70m	2.00m	2.40m	3.20m

〔使い方〕
- 災害時に内容を確認しながら避難を行いましょう。
- 内容に変更がある場合は見直すとともに、定期的に我が家のタイムラインの確認を含む避難行動開始の訓練を行いましょう。

津波に備えて

一部気象庁ホームページから引用

「巨大」という言葉を見たり聞いたりしたら、東日本大震災クラスの津波が来ると思って、直ちにより高い場所に避難しましょう!

津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

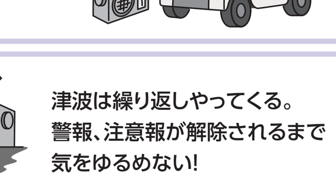
	発表される津波の高さ：数値での発表（津波の高さの予想区分）	発表される津波の高さ：津波の規模の表現	とるべき行動	想定される被害
大津波警報	10m超（10m＜予想高さ）	巨大	防災マップの津波浸水想定区域内の住民や沿岸部や川沿いにいる人は、直ちに高台など安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。 ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難してください!	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれる。
大津波警報	10m（5m＜予想高さ≦10m）	巨大		
大津波警報	5m（3m＜予想高さ≦5m）	巨大		
津波警報	3m（1m＜予想高さ≦3m）	高い		標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。
津波注意報	1m（20cm≦予想高さ≦1m）	（表記しない）	海の中にいる人は、直ちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。	海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流失し小型船舶が転覆する。

※津波警報等の発表時には、各区分の高い方の値を予想される津波の高さとして発表します。

避難時の注意事項

海底で地震が起きると、海底の地形が急に変わり、海水が大きく押し上げられたり沈み込んだりするため、津波が起きることがあります。
この波の高さは水深が浅くなるにつれて増し、湾内に入るとさらに高くなります。
なお、津波は日本近海の地震のみでなく、遠方の国で発生した地震や火山島の噴火によっても引き起こされます。

テレビ、ラジオ、防災行政無線などから新しい情報を!



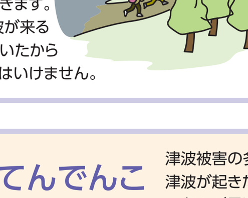
津波注意報でも、海水浴や磯釣りは危険! 直ちに避難

津波は繰り返しやってくる。警報、注意報が解除されるまで気をゆるめない!

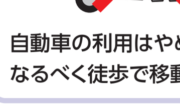
強い地震、また弱い地震でも長い時間ゆっくりとした揺れの場合は、直ちに安全な場所へ避難!

周囲の状況に応じて慌てずに身の安全を確保し、避難行動をとりましょう。

直ちに高台に避難し、津波情報をよく確認しましょう。
※津波は2度、3度とやってきます。また、1度目より大きな津波が来ることもありますので波が引いたからといって海岸付近に戻ってはいけません。



近くに高台がないときは頑丈な高い建物に避難しましょう。



自動車の利用はやめてなるべく徒歩で移動しましょう。

津波てんでんこ
津波被害の多い三陸地方の教訓。
津波が起きたら、家族が一緒にいなくても気にせず、てんでんばらばらに高台に逃げ、まずは自分の命を守ること。
※各々が最適な行動をとるためには、日頃から家庭や地域でよく話し合い、訓練することが重要です。

地図面	各地域海岸で予測される影響開始時間・最大遡上高の説明
影響開始時間	地震発生から、津波により、初期水位からの変化が±20㎝（海辺にいる人々の人命に影響が出るおそれのある水位変化）生じるまでの時間
遡上高	津波が陸上に侵入し、這い上がる高さで、津波の高さの2倍から4倍の高さになることがあります。

地震・火災に備えて

自宅周辺の地震による危険度を知りたい場合は、「揺れやすさマップ」「建物倒壊率マップ」をご覧ください。

地震発生時の時間経過別行動マニュアル（室内にいた場合）

地震発生

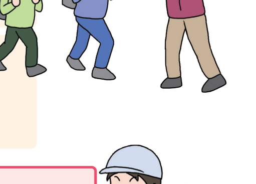
最初の大きな揺れは約1分間
- まず、自分の身を守る（机の下に隠れたり、手近な座布団などで頭を保護する。）
- すばやく火の確認（揺れが激しいときは無理をしない。）
- ドアや窓を開けて逃げ道を確保
- 室内に居ることが危ないと判断した場合、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

1〜2分　揺れがおさまったら
- 火元を確認（火が出たら、落ち着いて初期消火。※初期消火の限界は炎が天井に燃え移る前まで。）
- 家族の安全を確認（倒れた家具の下敷きになっていないかを確認する。）
- 靴などをはく（ガラスの破片の散乱から足を守るため、靴や厚手のスリッパをはく。）
- 避難するときは、屋根瓦の落下やブロック塀・自動販売機などの転倒に注意

3分　みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に声をかけよう
- 隣近所で助け合う（要配慮者の安全確保をする。）
- 行方不明者はいないか
- ケガ人はいないか

出火防止・初期消火
- 初期消火
- 消火器を使う
- 座布団、毛布、大きめのタオルなどの活用
- 漏電・ガス漏れに注意（ガスの元栓・電気のブレーカーを切る。）
- 余震に注意



5分　ラジオなどで正しい情報を
- 大声で知らせる
- 救出・救護
- 防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように
- 避難時に車は原則として使用しない
- 電話の使用は控える

10分〜数時間〜3日　協力して消火活動、救出・救護活動を
- 水、食料は蓄えているものでまかなう（最低でも3日間、できれば1週間分備蓄しておく。）
- 災害情報・被害情報の収集
- 無理はしない
- 風呂水を貯めおきしておく（ただし、乳幼児のいる家庭では浴槽への転落防止のため工夫を。）
- 助け合いの心が大切
- こわれた家には入らない
- 引き続き余震に注意

住宅火災　いのちを守る10のポイント

一部消防庁ホームページから引用

4つの習慣

1. 寝たばこは絶対にしない、させない
2. ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
3. コンロを使うときは火のそばを離れない
4. コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

6つの対策

1. **出火防止**　火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロ等は安全装置の付いた機器を使用する
2. **早期覚知**　火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
3. **延焼拡大防止**　火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防炎品を使用する
4. **初期消火**　火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
5. **早期避難**　お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
6. **地域の助け合い**　防火防災訓練への参加、個別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

非常持出品

非常持出品チェックリスト

飲料・食料 ※最低3日分は用意しましょう!
- □ 飲料水　1人1日3リットル
- □ 非常食　缶詰、アルファ米、レトルト食品　など

貴重品
- □ 免許証、保険証、通帳等のコピー
- □ お薬手帳
- □ 現金

衛生用品
- □ 救急用品　ばんそうこう、包帯、三角巾、ガーゼ　など
- □ 常備薬
- □ 歯ブラシ・歯磨き粉
- □ タオル
- □ 携帯トイレ
- □ 生理用品

その他　各自、必要なものがあれば記入し、準備するようにしましょう。例：コンタクトレンズ、入れ歯
- □
- □
- □

感染症対策
- □ マスク
- □ 体温計
- □ 手指消毒用アルコール
- □ ウェットティッシュ

生活用品
- □ 懐中電灯
- □ 携帯ラジオ
- □ エア枕
- □ モバイルバッテリー
- □ ヘルメット・防災ずきん
- □ 下着・雨具
- □ 使い捨てカイロ(防寒対策)
- □ うちわ、冷却シート(熱中症対策)
- □ 上履き(スリッパ)
- □ 軍手
- □ プラスチックフォーク
- □ 紙皿・コップ
- □ ラップ
- □ 筆記用具

ローリングストック法

普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法をローリングストック法と言います。
ローリングストック法のポイントは、日常生活で消費しながら備蓄することです。また、ローリングストック法は、食料だけでなく、日常使いできている生活用品（ウェットタオル、カセットコンロ、カセットボンベ、乾電池、使い捨てカイロなど）にも応用することができます。

1〜2日目

冷蔵庫・冷凍庫の食材を活用

食パンや野菜等は自然解凍により食べる事も可能。

冷蔵庫に食材を買い置きし、冷凍庫にもご飯や食パン、野菜、冷凍食品等の備蓄を。

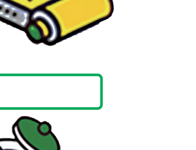
氷は溶かして飲料水として活用も可能。

停電時、クーラーボックスや保冷剤等を活用して食材の保存を。

調理器具の備え

カセットボンベ1本で約60分使用可能。
1ヶ月で約15本必要（1日30分使用の場合）。

カセットコンロ・ボンベ
停電時等、冷蔵庫の食材や非常食を調理するために必須。



3〜7日目

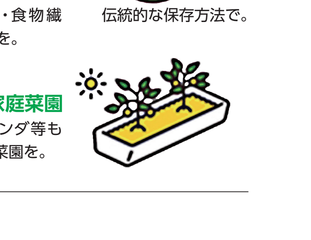
ローリングストック法で備蓄した非常食を活用

ローリングストック法
定期的（1ヶ月に1、2度）に食べて、食べた分を買い足し備蓄していく方法。食べながら備えるため、消費期限が短いレトルト食品等も非常食として扱えます。

その他備蓄しておくと良いもの

- **乾麺（ラーメン・パスタ等）**　ゆで時間の短いものを。
- **缶づめ**　野菜や果物の缶詰で栄養を。
- **フリーズドライ食品（スープ等）**　スープ類は食欲が無い時でも摂取可能。

その他のアイデア



- **乾物**　ミネラル・食物繊維の補給を。
- **漬物**　伝統的な保存方法で。
- **家庭菜園**　庭やベランダ等も活用して菜園を。

※上記の日数・組み合わせは一例です。ローリングストック法等で1週間分の非常食を蓄えておくとより安心です。
※1週間分の飲料水、また生活用水も備えましょう。飲料水は1人1日3リットル×家族分の準備を。

災害時の連絡方法・情報入手

災害用伝言ダイヤル171

覚えておきましょう
災害用伝言ダイヤル「171」イナイ

災害用伝言ダイヤルとは、災害発生時に安否情報などが声で確認できる「声の伝言板」です。全国の一般電話、公衆電話、携帯電話から利用することができます。

ご利用方法

伝言の録音方法	伝言の再生方法
171にダイヤル	171にダイヤル
↓ガイダンスが流れます	↓ガイダンスが流れます
録音の場合 1	再生の場合 2
↓ガイダンスが流れます	↓ガイダンスが流れます
市外局番からダイヤルしてください (XXX) XXX-XXXX	市外局番からダイヤルしてください (XXX) XXX-XXXX
・被災地の方はご自宅の電話番号を ・被災地以外の方は被災地の電話番号を	・被災地の方はご自宅の電話番号を ・被災地以外の方は被災地の電話番号を

災害用伝言板（web171）

災害用伝言板とは、インターネットを利用して被災地の安否情報をテキストや音声、画像などで確認できる「web伝言板」です。災害用伝言ダイヤルとの連携により、それぞれで登録された伝言内容を、相互のサービス上で確認が可能です。

ご利用方法〈災害用伝言ダイヤルとの連携〉

web171 災害用伝言板 ← 音声ファイルの反映 / テキストの音声変換 → 171 災害用伝言ダイヤル

ご利用方法
1. インターネット接続可能なパソコンまたは、携帯電話など
2. https://www.web171.jp へアクセス
3. ご利用規約に同意
4. 伝言を登録／閲覧する被災地の方などの電話番号入力
5. 説明に従い、登録／閲覧

日立市WEB版ハザードマップ

日立市では、「日立市WEB版ハザードマップ」を運用しており、現在お使いいただいているパソコンやスマートフォンから、いつでもどこでも、より詳細に防災施設や危険箇所を確認することができます。

登録はURL又は二次元バーコードよりアクセスしてください。
https://www.city.hitachi.lg.jp/moshimo/002/005/p111273.html

Yahoo!防災速報登録

登録はURL又は二次元コードよりアクセスしてください。
https://emg.yahoo.co.jp/
ios　Android

市の情報提供サービス

Twitter「日立市の防災と天気」
https://twitter.com/HitachiCity_BT

Facebook「日立市の防災と天気」
https://www.facebook.com/hitachicity.bousai.tenki

日立市公式地域情報アプリ「ひたちナビ」
iPhoneをお使いの方 → https://apps.apple.com/jp/app/id1465084464
Androidをお使いの方 → https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.ryobi.CityHitachil&hl=ja

防災行政無線

防災無線確認ダイヤル
防災行政無線が聞き取りにくいときは、「防災無線確認ダイヤル」へ電話をかけると、過去の防災行政無線で放送された内容を確認できます。
0294-22-6131