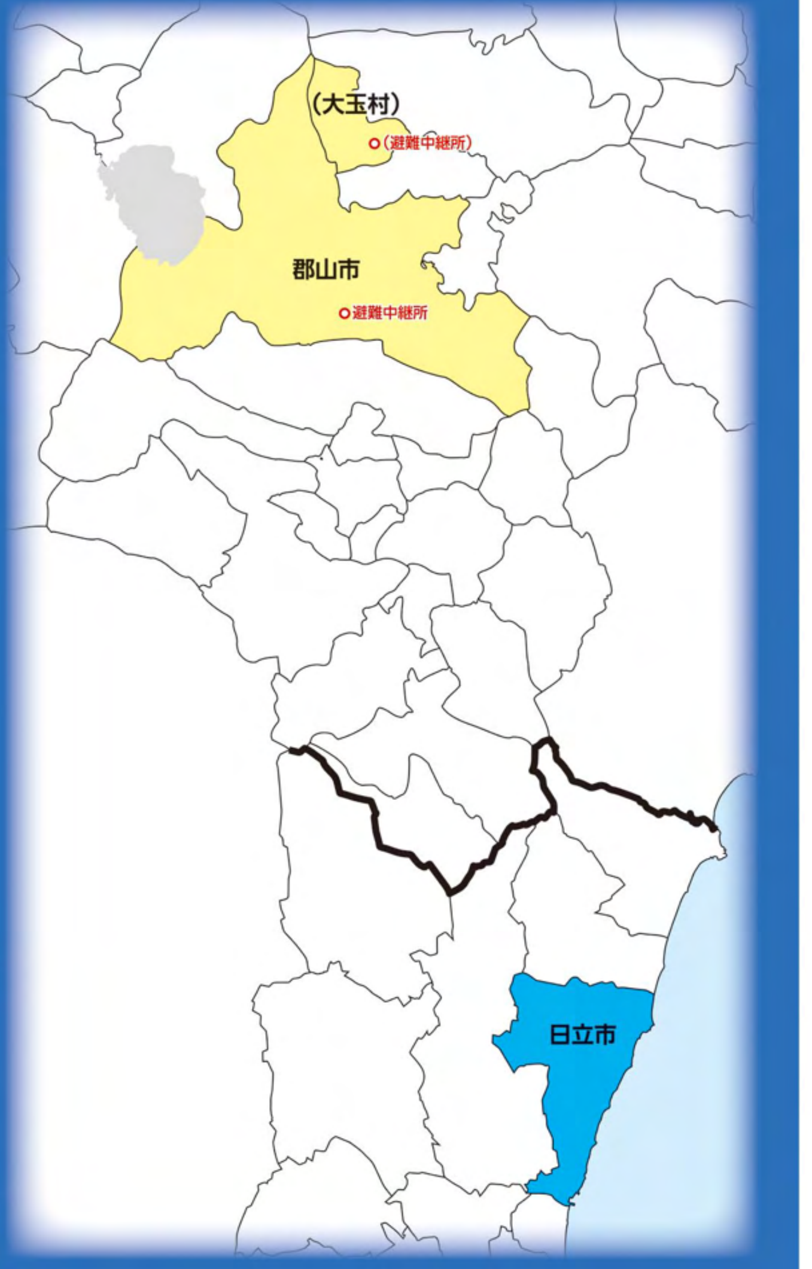
原子力災害
広域避難ガイドマップ

避難先
福島県 **郡山市（大玉村）**

避難元
金沢地区



国や市の指示に従い、
まずは屋内へ退避！

○日頃から、家族全員が避難先や避難方法を確認しておきましょう。
○このマップは、すぐに取り出せる場所においてください。

日立市

1 避難手順・方法

職場や学校にいる場合は自宅に戻ります。避難の手段は、自家用車を原則とし、渋滞の軽減などのため、原則乗り合わせで避難します。自家用車による避難が困難な方は、徒歩等で「一時集合場所」に集まり、県が手配するバスで避難します。

いずれも避難者は、避難先市町村の「避難中継所」へ向かい、そこで「避難所」の指定を受け、移動します。

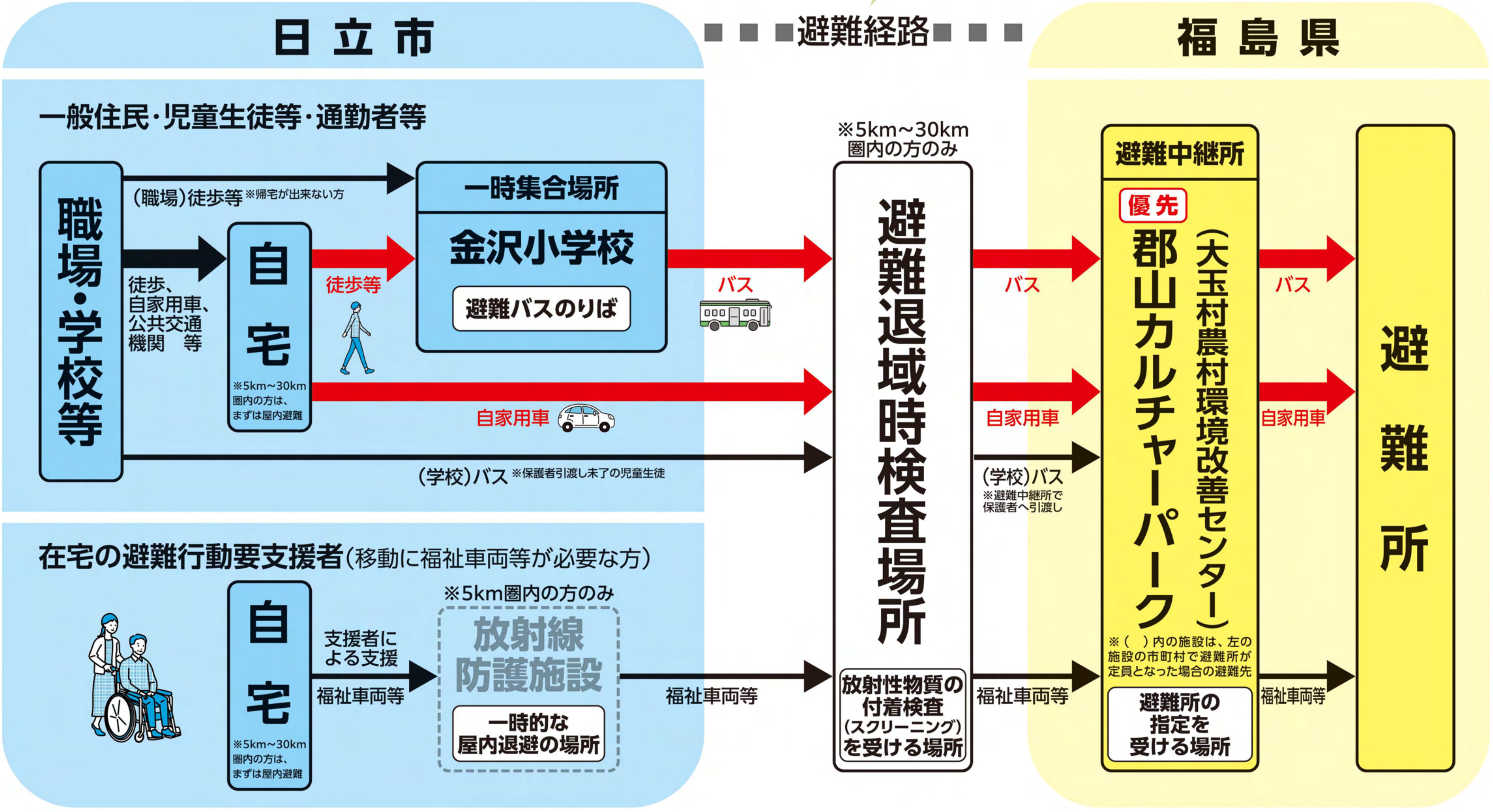
また、原子力発電所からおおむね半径5km圏内にお住まいで、移動に福祉車両等が必要な方は、一旦、放射線防護施設で屋内退避を行い、その後県が手配する福祉車両等で避難中継所に向かいます。

注意点

避難中継所までの主な避難経路は、高速道路や国道などの幹線道路となります。

地図面には、避難に伴う渋滞及び被災により損壊した道路等を回避するため、複数の代替避難経路を示しています。

なお、地図面に示した避難経路に通行上の支障がある場合には、通行可能かつ効率的な他の経路を使用し、避難中継所へ向かってください。



日立市

一般住民・児童生徒等・通勤者等

職場・学校等
（職場）徒歩等 ※帰宅が出来ない方
徒歩、自家用車、公共交通機関　等
自宅
※5km～30km圏内の方は、まずは屋内避難
徒歩等
一時集合場所
金沢小学校
避難バスのりば
バス
自家用車
（学校）バス ※保護者引渡し未了の児童生徒

在宅の避難行動要支援者（移動に福祉車両等が必要な方）

自宅
※5km～30km圏内の方は、まずは屋内避難
支援者による支援
福祉車両等
※5km圏内の方のみ
放射線防護施設
一時的な屋内退避の場所
福祉車両等

避難経路

※5km～30km圏内の方のみ
避難退域時検査場所
放射性物質の付着検査（スクリーニング）を受ける場所
バス
自家用車
（学校）バス
※避難中継所で保護者へ引渡し
福祉車両等

福島県

避難中継所
優先
郡山カルチャーパーク（大玉村農村環境改善センター）
※（　）内の施設は、左の施設の市町村で避難所が定員となった場合の避難先
避難所の指定を受ける場所
バス
自家用車
福祉車両等
避難所

防災関係機関の連絡先

防災関係機関	連絡先
日立市役所	0294-22-3111（代表）
日立市消防本部	0294-24-0119
日立警察署	0294-22-0110

情報取得手段

災害時は、各種の情報取得手段を活用し、市からの正確な情報を取得しましょう。

市ホームページ	市X（旧ツイッター）	市フェイスブック	空間放射線に関する情報（原子力規制庁）
HP			

アプリや安心ひろめーるプラスは、平常時からインストールしておくと便利です。

ひたちナビ		いばらき原子力防災アプリ（茨城県）		安心ひろめーるプラス	
iOS	Android	iOS	Android	LINE	Eメール
					t-hitachi@sg-p.jp ①空メールを送信 ②登録画面で必須入力となる「利用者の区分」は、「その他」を選択

避難時の持出品（自然災害への備えも含めて、日頃から準備しておきましょう。）

放射性物質の付着や吸入を防ぐための物品類
- □ **安定ヨウ素剤（PAZのみ）**
- □ **露出の少ない服装**
  - □ **マスク**
  - □ **帽子**
  - □ **雨ガッパ**（なければ**長袖・長ズボン**）

非常食
- □ **保存食**
- □ **飲料水**
- □ 粉ミルク
- □ 哺乳瓶

非常用持出袋
- □ リュックサック
- □ ヘルメット
- □ ラジオ
- □ 懐中電灯
- □ 電池
- □ **通帳・印鑑類**
- □ **マイナンバーカード**
- □ **運転免許証**
- □ **現金**
- □ **ガイドマップ**
- □ **携帯電話・充電器**
- □ 筆記用具
- □ 簡易トイレ

その他の生活用品
- □ 常備薬
- □ 絆創膏
- □ 包帯
- □ 食器（プラ、使い捨て）
- □ ラップ
- □ 傘
- □ 歯ブラシ
- □ 軍手
- □ ティッシュ
- □ タオル
- □ 生理用品
- □ 紙おむつ
- □ ビニール袋
- □ 替えの服・下着類

その他の必要物品
- □
- □
- □

避難の際には・・・
- □電気のブレーカーを落としましょう。
- □ガスの元栓を閉めましょう。
- □窓やドアは施錠しましょう。

原子力防災の参考情報

原子力防災動画 出典：内閣府ホームページ	
原子力総合パンフレットWEB版 出典：（一財）原子力文化財団	

原子力災害時にとるべき行動や広域避難に必要なルール等について、より詳細な内容は、市ホームページから「**日立市原子力災害広域避難計画**」をご確認ください。

日立市原子力災害広域避難計画

【発行】日立市総務部原子力安全対策課　令和6年9月

2 避難や屋内退避を行う原子力対策区域の範囲

原子力災害が発生した場合、原子力発電所からおおむね半径30km圏内の区域の方は、放射線による影響を避けるための防護措置を行います。

防護措置の内容は、原子力発電所からの距離によって異なります。

おおむね半径5km圏内（PAZ）	放射性物質の放出前の段階から、あらかじめ全住民が避難を行います。
おおむね半径5km～30km圏内（UPZ）	①放射性物質の放出前の段階は、屋内退避を行います。②放出後は、空間の放射線の強さが設定値を超えた地区が避難を行います。

5km～30km圏内（UPZ）
5km圏内（PAZ）
日立市
東海第二発電所

3 避難先の市町村を確認

お住まいの地区によって避難先となる市町村（福島県）を定めています。

	地区	一時集合場所	避難先市町村	避難中継所
5km圏内（PAZ）	坂下	坂本東小学校 久慈川日立南交流センター	いわき市	中央台公民館
	久慈	久慈小学校	いわき市 （小野町）	平体育館 （小野町町民体育館）
5km～30km圏内（UPZ）	大みか	大みか小学校	田村市	田村市総合体育館
	大沼	大沼小学校	須賀川市	円谷幸吉メモリアルアリーナ
	塙山	塙山小学校	本宮市	本宮市総合体育館
	河原子	河原子小学校	三春町 （郡山市）	三春町民体育館 （郡山カルチャーパーク）
	水木	水木小学校	郡山市 （大玉村）	郡山カルチャーパーク （大玉村農村環境改善センター）
	金沢	金沢小学校		
	諏訪	諏訪小学校		
	大久保	大久保小学校		
	成沢	成沢小学校		
	会瀬	会瀬小学校		
	助川	助川小学校	二本松市	福島県男女共生センター
	宮田	宮田小学校	喜多方市 （磐梯町）	押切川公園体育館 （磐梯町民体育館）
	中里	中里小中学校		
	滑川	滑川小学校	会津若松市 （猪苗代町）	会津学鳳高校 （道の駅猪苗代）
	油縄子	多賀中学校		
	中小路	中小路小学校	福島市 （桑折町）	あづま総合運動公園 （桑折町民体育館）
	仲町	仲町小学校		
	田尻	田尻小学校		
	日高	日高小学校		
	豊浦	豊浦小学校		
	十王	櫛形小学校 山部小学校	伊達市 （国見町）	伊達市ふるさと会館 （道の駅国見あつかしの郷）

※（　）内の市町村等は、上段の市町村で避難所が定員となった場合の避難先

お願い **避難者自身の親戚・知人宅等に避難する際の留意事項**

市が定めた避難先以外に避難する場合も、無用な被ばくや、渋滞・混乱を避けるため、避難の指示を受けてから避難を開始してください。

避難後は、避難者の所在確認のため、電子フォーム（ひたちナビや市SNS等で案内）や電話（市役所0294-22-3111）で避難先をご連絡ください。

4 避難や屋内退避のタイミング

避難や屋内退避の開始時期は、お住まいの区域や避難者の区分により異なり、それぞれ原子力事故の進展に応じて国が判断し、県や市に対して指示を行います。市は、防災行政無線等の情報伝達手段により、住民にそれらを伝達します。

一般市民の場合、緊急事態区分が全面緊急事態に至ったとき、5km圏内（PAZ）は、全域で避難を開始し、5km～30km圏内（UPZ）は、屋内退避を行います。放射性物質の放出があった場合は、空間の放射線の強さが設定値を超え、指示を受けた地区において、避難（又は一時移転）を開始します。

		放射性物質の放出前			放出後
（事故の進展）		事故の発生	事故の拡大	重大事故に進展	
お住まいの区域	緊急事態区分／避難者の区分	警戒事態 外部電源喪失が3時間以上など	施設敷地緊急事態 炉心冷却機能の一部が不能など	全面緊急事態 原子炉を停止するすべての機能が喪失など	
5km圏内（PAZ）	避難行動要支援者※	避難準備 ⇒	避難		
	一般市民	・園児、児童、生徒は保護者引渡しを開始 ・通勤者は帰宅を開始	避難準備 ⇒	全住民避難	
5km～30km圏内（UPZ）	一般市民		屋内避難準備 ⇒	屋内避難 ⇒ 避難準備 ⇒	【空間の放射線の強さ】 設定値以下の地区　屋内避難を継続 設定値を超え、指示のあった地区　避難（又は一時移転）

※次のいずれかに該当する方
高齢者、障害者、妊婦及び乳幼児等の要配慮者のうち、災害の発生時に自ら避難することが困難な方であって、円滑かつ迅速な避難の確保を図るため、特に支援を必要とする方。
なお、この表では、社会福祉施設の入所者、医療機関の入院患者及び安定ヨウ素剤を服用できないと医師が判断した方も含みます。

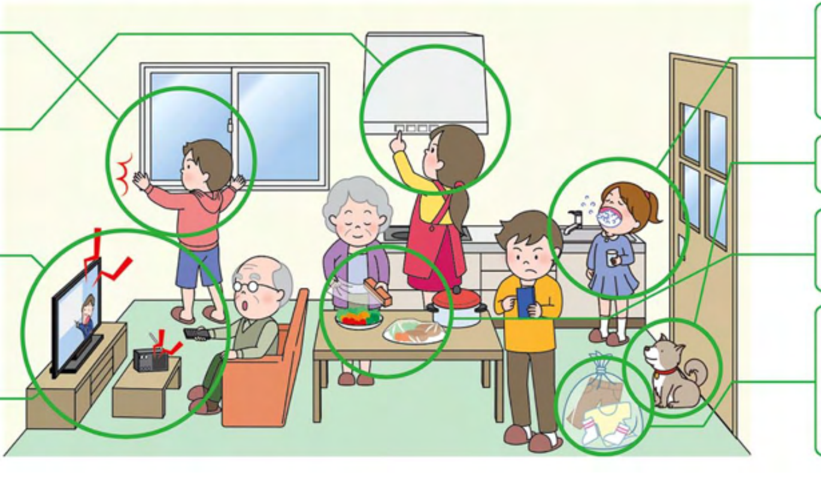
5 屋内退避

緊急事態区分が全面緊急事態に至った場合、5km～30km圏内（UPZ）の住民は、屋内退避を行います。

屋内退避の指示が出たら、自宅などの建物に入り、市などからの正確な情報を入手します。

屋内退避の効果

屋内に退避すると、屋根や壁で屋外からの放射線がさえぎられるため、外部被ばくが低減されます。
また、建物が屋内への放射性物資の入り込みを防ぐため、放射性物質の吸い込みによる内部被ばくも低減されます。

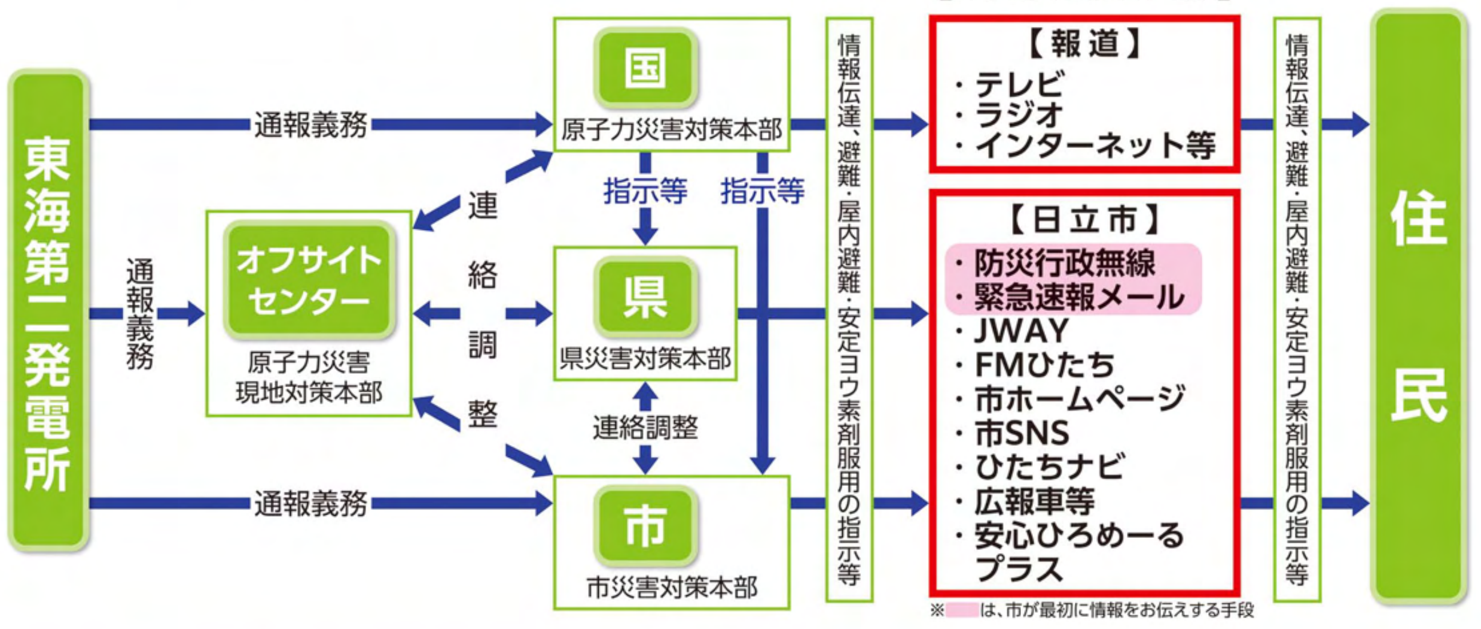


- ドアや窓を全て閉める
- 換気扇やエアコン（外気を取り込まないものは使用可）を止める
- 戸別受信機や広報車、テレビ、ラジオから情報を得る
- 市HPやひたちナビなどから避難指示の有無を確認する
- 外から帰ってきたときは、うがいをして、手や顔を洗う
- ペットは屋内に入れる
- 屋内の食品にはふたやラップをする
- 外出した衣服を着替え、着替えた衣服はビニール袋に保管し、ほかの衣服と区別する

6 情報収集

万が一、原子力事故が発生した場合、市は、国から伝えられる避難や屋内退避等の指示を、防災行政無線、緊急速報（エリア）メール、市ホームページ、市SNS、アプリ等を使って、住民に対し速やかに伝えます。指示に従い落ち着いて行動しましょう。

全面緊急事態における組織、情報伝達経路



※　は、市が最初に情報をお伝えする手段

注意点
①正確な情報の入手を心がけ、うわさやデマに惑わされないようにしましょう。
②無用な混乱や被ばくを避けるため、市から伝えられる指示に従いましょう。
③防災活動の妨げになるため、電話による問合せは控えましょう。

7 避難退域時検査（スクリーニング）と簡易除染

5km～30km圏内（UPZ）における避難など、放射性物質の放出後の避難では、無用な被ばくや放射性物質の拡散を防ぐため、避難経路付近に県が設置した放射性物質の付着状況を確認する検査場所を経由し、「避難退域時検査」を受けます。

車両や乗員の測定値が設定値を超えた場合は、簡易除染を行います。

避難退域時検査（スクリーニング）	検査は、まず車両を測定し、設定値を超えた場合は簡易除染を実施します。その場合は、さらに乗員、携帯物品の順で測定・判定・簡易除染を繰り返します。
簡易除染	車両の簡易除染は、濡らしたウエス等を用い、付着している放射性物質を拭き取ります。 また、乗員の簡易除染は、まず、脱衣を行い、脱衣後も設定値を超える箇所について、ウェットティッシュ等を用いた拭き取りを行います。

注意点
①放射性物質の放出後に避難を行う場合は、必ず避難退域時検査を受けてください。
②主な避難退域時検査場所の位置は、裏面の地図を確認してください。
なお、検査場所の開設状況は、市からお伝えします。

8 安定ヨウ素剤の服用

安定ヨウ素剤は、適切なタイミングで服用することにより、放射性ヨウ素による甲状腺の内部被ばくを低減させます。避難開始の際に、国などが配布及び服用の必要性を判断しますので、市から伝えられる指示に従いましょう。

なお、5km圏内（PAZ）の地区の住民には、平常時から事前配布を行っています。

また、5km～30km圏内（UPZ）の地区の住民には、全面緊急事態に進展後、国からの指示に基づき、指示のあった地区において緊急配布を行います。

開封後防湿
1丸50mg含有
ヨウ化カリウム丸
50mg
〈調剤包装単位用〉
きりくち
プラ

安定ヨウ素剤（丸剤）

安定ヨウ素剤服用に対する規定量

対象者	安定ヨウ素剤	
生後1か月未満	ゼリー剤（16.3mg）	1包
生後1か月以上3歳未満	ゼリー剤（32.5mg）	1包
3歳以上13歳未満	丸剤（50mg）	1丸
13歳以上	丸剤（50mg）	2丸

注意点
①安定ヨウ素剤の効果は、服用のタイミングが重要になるので、指示なく服用してはいけません。
②安定ヨウ素剤は、放射性ヨウ素による甲状腺の内部被ばくを抑えることのみに有効であり、その他の放射性物質による被ばくを防ぐことはできません。

【参考】用語の解説

●**放射線防護施設**	建物内への放射性物質の進入を抑制する陽圧化装置の設置や、建物の気密性向上等の防護対策を講じた施設。PAZにお住まいで、避難に福祉車両が必要な方が、車両の準備が整うまで一時的に屋内退避します。 （放射線防護施設:大沼交流センター、水木交流センター、南部支所）
●**緊急事態区分**	原子力施設において、原子力災害が発生する前段階から必要に応じた防護措置を講じるため、原子力施設の状況に応じて緊急事態を次の3つに区分しています。
●**警戒事態**	住民への放射線による影響やそのおそれが緊急のものではないが、原子力発電所において事故等の異常事象の発生又はそのおそれがあるため、国、県、市などの防災関係機関が情報収集や自ら避難することが困難な方の避難等の防護措置の準備を開始する段階。
●**施設敷地緊急事態**	原子力発電所において住民に放射線による影響をもたらす可能性のある事故等が生じたため、PAZにおいては、緊急時に備えた避難等の防護措置の準備を開始する段階。
●**全面緊急事態**	原子力発電所において住民に放射線による影響をもたらす可能性が高い事象が生じたため、PAZにおいては、速やかに広域避難を実施し、UPZにおいては、屋内退避を実施し避難準備を行う段階。
●**一時移転**	空間放射線量率は低いが、日常生活における無用の被ばくを低減するために、一定期間（1週間程度内）のうちに当該地域から離れること。
●**オフサイトセンター**	原子力災害時の現地対応拠点で、国の行政機関、地方自治体、関係機関や専門家などの関係者が一堂に会して情報を共有し、一体となって応急対策の指揮をとる。