

○第一避難場所（指定緊急避難場所）（津波によるもの）

| 地 区 | 避難場所 | 対象地区 |
|------------|-----------------------|--------------------------------|
| 盛町 | 天神山公園 | 本町、愛宕町、八幡町 |
| | 盛小学校グラウンド | 桜場 |
| | 貴船神社付近高台 | 八幡町、桜場、田茂山一区 |
| | リアスホール駐車場 | 田茂山一区、田茂山二区、盛中央団地、みどり町団地、下館下団地 |
| 大船渡町 | 海の星幼稚園園庭 | 地ノ森二区、中央通 |
| | 地ノ森公園 | 地ノ森一区、地ノ森二区 |
| | 岩淵内科医院付近 | 赤沢、中央通 |
| | 台町BRT西側高台 | 台町、茶屋前 |
| | 大船渡保育園園庭 | 台町、茶屋前 |
| | 大船渡北小学校グラウンド | 台町 |
| | 大船渡地区公民館付近 | 南町、明土、屋敷、田中、須崎 |
| | 加茂神社境内 | 南町、田中、川原、須崎、浜町、野々田団地 |
| | 大船渡中学校グラウンド | 北笹崎、南笹崎、浜町 |
| | BRT上高台 | 永沢、平一区、平二区 |
| | 下船渡公民館付近 | 宮ノ前、下船渡 |
| | 末崎町 | 船河原高台 |
| 長源寺境内 | | 峰岸、細浦 |
| 中野公民館付近 | | 中野 |
| 熊野神社境内（神坂） | | 神坂、小細浦 |
| 末崎保育園園庭 | | 小河原 |
| 梅神高台 | | 梅神 |
| 門之浜公民館付近 | | 門之浜 |
| 大豆沢高台 | | 西館、泊里、碁石、三十刈 |
| 市立博物館付近高台 | | 碁石 |
| 赤崎町 | 主要地方道上高台 | 中井一区、沢田 |
| | 佐野高台 | 佐野 |
| | 八坂神社境内 | 宿、生形 |
| | 赤崎小学校グラウンド | 大洞、生形、山口 |
| | 赤崎駅付近高台 | 大洞、生形 |
| | 東朋中学校グラウンド | 山口 |
| | 主要地方道上高台 | 大立、永浜 |
| | 主要地方道上高台 | 清水 |
| | 蛸ノ浦高台 | 上蛸ノ浦 |
| | 鳥沢高台 | 下蛸ノ浦 |
| | 担い手センター高台 | 長崎、外口 |
| 三陸町綾里 | 合足高台 | 合足 |
| | 小石浜公民館付近 | 小石浜 |
| | 砂子浜生活改善センター付近 | 砂子浜 |
| | 岡田荘駐車場 | 白浜 |
| | 野々前ポンプ置場 | 野々前 |
| | 綾里駅前広場 | 宮野西、宮野東 |
| | 旧綾里地域振興出張所付近 | 港下、港上、岩崎下 |
| | 旧綾里こども園グラウンド | 岩崎下（綾里川左岸） |
| | 長林寺境内 | 岩崎上（綾里川右岸） |
| | 旧綾里中学校グラウンド | 港上（綾里川左岸） |
| | 田浜地内 市道・避難道交差箇所手前付近高台 | 田浜 |
| | 市道川上線 田浜上1号橋付近 | 田浜 |
| | 主要地方道八ヶ森方向高台 | 石浜（石浜川右岸） |
| | 主要地方道トンネル入口付近 | 石浜（石浜川左岸） |
| | 小路部落公民館付近 | 小路 |

○第一避難場所（指定緊急避難場所）（津波によるもの）

| 地 区 | 避難場所 | 対象地区 |
|-----------------|--------------------|-----------|
| 三陸町越喜来 | 市道佐須の沢線上 砂防ダム付近 | 崎浜東 |
| | 旧崎浜小学校駐車場 | 崎浜西、崎浜東 |
| | 正源寺境内 | 崎浜西 |
| | 山村広場 | 浦浜東 |
| | 越喜来小学校グラウンド | 浦浜仲、浦浜西 |
| | 仲区公民館付近 | 浦浜仲 |
| | 南区公民館付近 | 浦浜南 |
| | 泊地区公民館付近 | 泊 |
| | ビアン駐車場 | 泊（館） |
| | 甫嶺地域防災コミュニティセンター付近 | 甫嶺東、甫嶺西 |
| | 鬼沢地区集会所跡地 | 甫嶺東（鬼沢） |
| | 三陸町吉浜 | 千歳部落公民館付近 |
| 真称寺山門前 | | 根白西、根白東 |
| 扇洞会館付近 | | 扇洞 |
| 吉浜地区拠点センター付近 | | 下通、上通 |
| 旧中井ドライブイン付近 | | 中通（吉浜川左岸） |
| 横石地内 市道吉浜越喜来線高台 | | 中通（吉浜川右岸） |
| 増館会館付近 | | 増館 |

※注 津波以外の水災、火災等の災害による場合の緊急避難場所は、市内の保育園、小・中学校、高等学校、公民館、神社、寺院及びその他適当な施設、広場、高台とする。