

## 緊急時の連絡先

※携帯電話やスマートフォンからの発信も局番なしで発信して下さい。

火災・救急・救助

119番



事件・事故

110番



災害用伝言ダイヤル

171番

## ライフライン関係機関

停電	停電情報フリーコール	0120-165-597
	北海道電力(株)道北統括支店	0166-23-1121
電話の不通、電話線破損等	113センター	局番無しの113
	携帯電話・PHSからは	0120-444-113
	ひかり電話 インターネットの故障	0120-000-113
LPガス漏れ・ボンベ破損	北海道LPガス協会 上川支部旭川分会	0166-46-3220
都市ガス漏れ・出ない	旭川ガス(株)	0166-45-2800

## 旭川市関係機関

旭川市役所	総合案内	26-1111
道路の冠水、崩壊	土木事業所	36-2244
河川があふれた、護岸が崩壊した		
下水道があふれた	管路管理課	24-3166
水道の水が濁った、断水		
避難所の問い合わせ	防災課	25-9840

編集・発行 / 春光台・鷹の巣まちづくり実行委員会  
監修 / 旭川市市民生活部・防災安全部  
制作 / 令和6年1月改訂

# 防 災 心 得

災害がおきても  
生き残るために

はじめに  
旭川は災害が比較的起きない安全な場所とされています。とくに、春光台は高台である故に洪水とは無縁の場所とされています。しかし、私たちはいつ、どこで災害に遭遇するかわかりません。そのようなとき、どのように災害に対応するかを知っていれば、災害から生き残ることもかなりの程度期待できます。また、一口に災害と言っても、いろいろな災害があることがわかりました。そこで、災害に対応する心得をまとめてみました。



春光台・鷹の巣まちづくり実行委員会

氏名 \_\_\_\_\_ 生年月日 大・昭  
平・令 年 月 日 (満 歳 令和 年現在)

住所 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ 携帯電話番号 \_\_\_\_\_

血液型 \_\_\_\_\_ メールアドレス \_\_\_\_\_

持病 \_\_\_\_\_

掛かり付けの病院 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ 常備薬 \_\_\_\_\_

障害名 \_\_\_\_\_ 種 級 \_\_\_\_\_

障害者手帳の番号 \_\_\_\_\_

療育手帳の番号 \_\_\_\_\_

健康保険の種類 \_\_\_\_\_

保険者番号 \_\_\_\_\_ 被保険者記号 \_\_\_\_\_ 番号 \_\_\_\_\_

介護認定 有・無 \_\_\_\_\_ 要支援 1・2 \_\_\_\_\_ 要介護 1・2・3・4・5 \_\_\_\_\_

## 家族・知人等の連絡先

名前	関係	電話番号	携帯電話番号

## 家族の緊急用データ

名前	生年月日	血液型	持病	常備薬

②家の中全部が消えた→近所はついているか確認

○近所はついている→分電盤を調べる（以下①の手順に従う）

○近所はついていない→しばらく待つ→回復しない→電力会社へ連絡

## (2) 停電の影響

いったん停電が起きると、会社での仕事や工場の操業、電気を使用する公共交通機関などが止まり、社会全体が大混乱に陥ります。ここでは、個人生活の面から停電の影響と備えを考えましょう。

### ①夏の停電

エアコン、扇風機、冷蔵庫等全ての電気器具が使用できなくなります。停電が長期間続けば、とくに猛暑日では、熱中症や食中毒が発生する恐れが大きくなります。病院では各種医療器具が使用できなくなり、生命に直接危険がおよびます。影響が大きいところでは、自家用発電機を備える必要があります。

### ②冬の停電

暖房機も使用できなくなります。寒冷地では、冬の停電は一般家庭でも命とりになります。電気がなくても使用できるポット式石油ストーブなど、できれば家庭用発電機を備えると安心です。

### (3) 災害（とくに地震）への備え

①漏電ブレーカーを取り付け、定期的に動作チェックをおこなう。

②大型電気器具は水平で安定した場所に据え付ける。また上に物を置かない。

③地震発生時、念のために熱器具の電源プラグをコンセントから抜く。

④避難するときは電源盤を「切」にする。

⑤地震終了後は、屋内配線と電気器具に異常がないか点検する。

⑥家電製品は、外見上異常がなくても内部が損傷していることもあります。転倒、置き台からの落下、水がかかった形跡、内部からの異常な音や臭い、電源コードや電源プラグの損傷などを確認しましょう。

⑦ガス漏れの危険があるときは、電気を使用しない。

⑧落雷の恐れがあるときは、家電製品の電源プラグをコンセントから抜く。

### (4) 子どもたちに気をつけてほしいこと

①電線の近くで、たこあげやラジコン飛行機で遊ばない。

②変電所に入ったり、電柱に登ったりしない。

③切れた電線を見つけたら、絶対にさわらず、近くにいる大人に連絡する。

④コンセントや電源プラグで遊ばない。

⑤家電製品を分解したり、配線にいたずらをしない。

⑥使用中の電気器具で遊ばない。

⑦濡れた手で電気器具にさわらない。



# 災害とその対応

⑧高血圧や糖尿病など持病がある人も重症化しやすいので、注意しましょう。

## 6 豪雪

地震のところでも、豪雪が地震と重なると災害がいつそう重大になることが述べられています。また、豪雪だけでも、死者が出ることは、平成25年3月中標津の豪雪の際に車の中で凍死した事例が示しております。このような災害に遭遇しないよう、特に車で遠くに出かける時は次の事柄に気をつけましょう。

- ①小さめのシャベル、脱出用ヘルパー、毛布等をトランクに常備する。携帯電話は必需品です。
- ②短距離でも、防寒着を身につけるか、手元に用意して出かける。
- ③遠距離へのドライブは、仕事でない限り、できるだけ控える。
- ④雪の中に閉じ込められたら、警察あるいは消防署に居場所を連絡する。
- ⑤排気管が雪で埋まらないように注意し、排気管が室内に入り込まないようにする。
- ⑥時々エンジンを切り、燃料を長持ちさせる。

## 7 竜巻

大雨や集中豪雨などの災害に比べて発生予測が難しく、予測精度を高めるためには、数十分後～3時間後程度の短時間予測が中心である。したがって、竜巻の通過直前の現象から危険を察知し、避難することが重要です。

### (1) 予兆：前兆

日中の目視可能な時間帯であれば、次のような現象が見られます。

- ①真っ黒な雲や暗緑色の雲が現れ、低く垂れ下がった雲や壁のような雲など不気味な形の雲が上空低いところに現れて、空が急に暗くなる。
- ②風が急に強くなる、風向きが急に変る、ヒョウが降る、木の葉・枝・建物の残骸、土、砂等が上空を飛んだり、自分の周りに落ちてくる。
- ③竜巻の接近により気圧が急降下・急上昇すると、耳が「キーン」という音や耳鳴り等の耳の異常を感じる。
- ④激しい気流の渦に伴う轟音、飛散物の衝突による衝撃音がある。
- ⑤雷も伴うこともある。

### (2) 避難の方法

- ①屋内の場合：シャッターやドアを閉め、窓を閉めてカーテンも閉めて窓から離れる。

建物の地下や1階に移動し、壊れやすい部屋の隅から離れてできるだけ家の中心に近いところで、机等の下に身を潜めて頭を保護する。

- ②屋外の場合：鉄筋コンクリートのような頑丈な建物の中に避難するか、身体が収まるような水路やくぼみに隠れて頭を保護する。
- ③車庫や物置、プレハブの建物、橋の周囲は絶対に避ける。地下室が最も安全です。

## 8 停電

2012年12月、高圧線の鉄塔が強風と豪雪で倒壊し、室蘭・登別地方では長期間にわたり停電が起きました。住民は寒い冬のさなか、暖房もとれず、避難生活を余儀なくされました。このことから、今の私たちの生活、現代文明そのものさえもが、電気に依存していることを痛感したのです。停電は季節を問わず起こり、ときには死者をももたらします。停電が起きたときの適切な対応を知り、最悪の結果を防ぎましょう。

### (1) 停電になったらどのように対応するか

- ①家の中の一部が消えた→分電盤を調べる
  - 切れている→使用中の器具をコンセントから抜く→ブレーカーを「入」にする
  - また切れる→電力会社に連絡
  - 切れていない→電力会社に連絡

# 自分・家族の情報メモ一覧（緊急用）

氏名 \_\_\_\_\_ 生年月日 大：昭和 平：昭令 年 月 日 (満 歳) 令和 年現在

住所 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ 携帯電話番号 \_\_\_\_\_

血液型 \_\_\_\_\_ メールアドレス \_\_\_\_\_

持病 \_\_\_\_\_

掛かり付けの病院 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ 常備薬 \_\_\_\_\_

障害名 \_\_\_\_\_ 種 級 \_\_\_\_\_

障害者手帳の番号 \_\_\_\_\_

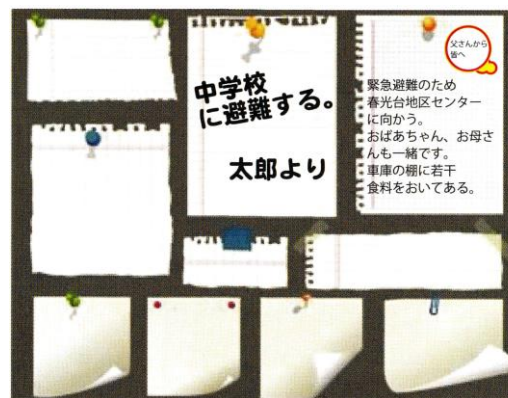
療育手帳の番号 \_\_\_\_\_

健康保険の種類 \_\_\_\_\_

保険者番号 \_\_\_\_\_ 被保険者記号 \_\_\_\_\_ 番号 \_\_\_\_\_

介護認定 有・無 \_\_\_\_\_ 要支援 1・2 \_\_\_\_\_ 要介護 1・2・3・4・5 \_\_\_\_\_

# 家族などへの緊急用メモ



**皆が集う場所や冷蔵庫、茶の間のテーブルなど目立つ場所にことづてや伝言を書き張りましょう。**

**一カ所ではなく複数箇所置いたり張ったりしましょう。**



非常時に備えて、各家庭で**非常時持出品**を確認しておく。

**非常時持出品**とは、日常的に使用している物やリュックサックに入る程度の物で避難する際、持って行けるような物です。

必要なものは各家族で異なるので、話し合って準備する。

また、これとは別に非常時の数日間の自給自足に備え**備蓄品**も台所や物置などにまとめ準備する。

**備蓄品**とは、避難生活や被災した状況での生活に対して備えておくためのものです。

めに、火災報知機や消火器は必ず設置しましょう。

⑥地震は災害ですが、「火災は人災、防ぐはあなた」を肝に銘じましょう。

## 4 落雷

### (1) 直撃雷

平地、海岸、山頂や尾根など周囲の開けた場所では、雷雲から直接人体に放電が生じます。これが直撃雷です。ウインドサーフィン中、テニスラケット、ゴルフクラブ、釣り竿、登山中等、全ての誘電体に雷はおちます。人間の身体も誘電体ですから、直撃雷の格好的になります。

### (2) 側撃雷

落雷を受けた樹木や人に接近していると被害を受けます。木の下で雨宿りをしているときに遭遇する雷による死傷事故のほとんどが側撃雷によるものです。

### (3) 歩幅電圧障害

落雷の近くで地面に触れている部分に、しびれ、やけど、痛みなどを生じることがあります。これは、落雷の電流が地表を流れること（地電流）によります。

### (4) 高電圧障害

電話線や電線とつながった電話機や電気器具、または水道の蛇口など金属に触れていると、障害を受けることがあります。

○車内は安全ですが、窓を開けたり、車内の金属部品に触れないようにしましょう。

○屋内では、電気器具の電源コードのプラグを壁のコンセントから抜く。

○近くに建物が何もない場所では、電線の下にいるだけで落雷の危険度は大きく軽減されます。

○落雷が起りやすい場所への行動を中止することが肝要です。

## 5 猛暑

気温が35℃を超えると猛暑日、30℃を超えると真夏日、25℃を超えると夏日と呼ばれます。気温が高い状態が続くと、発汗して水分や塩分が失われてしまい湿度が高いと、汗が蒸発せず、熱が身体の中にもったままの状態になり、その結果、身体の中の熱が放出されなくなり、熱中症と呼ばれる状態になります。

### (1) 熱中症の症状

- ①1度（熱失神、熱けいれん、現場での応急処置で対応できる軽傷）めまい、失神、筋肉痛、こむら返り、大量の発汗
- ②2度（熱疲労、病院搬送が必要な中等症）頭痛、気分の不快、吐き気、嘔吐（おうと）、倦怠（けんたい）管、虚脱感
- ③3度（熱射病、入院して集中治療が必要な重症）意識障害、けいれん、手足の運動障害、身体に触れると熱いぐらゐの高体温

### (2) 熱中症の対策

- ①涼しい場所に移し、衣服をゆるめてリラックスさせる。②首筋、脇の下、脚の付け根を冷やす。
- ③顔が赤いときは頭を高く、青白ければ足を高くして横向きに寝かせる。④意識があり、嘔吐がなければ水分補給させる。
- ⑤皮膚が熱ければ、風を送ったり（扇子等で扇ぐ）熱い部分にぬれタオルを当てる。⑥皮膚が冷たければ、ぬれタオルをしぼり、冷たい部分をマッサージする。⑦意識がなかったり、急に体温が上がったらすぐ救急車を呼ぶ。

### (3) 熱中症の予防

- ①喉の渇きを感じる前にこまめに（少しを何回も）水分と塩分を取ること。喉が渇いてからでは水分が失われすぎているのです。
- ②室温が28℃、湿度50%を超えたらエアコンを使いましょう。③すだれやカーテンで直射日光をさえぎるのも有効です。
- ④屋外では帽子をかぶるか日傘をさしましょう。
- ⑤涼しい時間帯を選んで、ウォーキングなどの運動を行い、汗をかくことに身体を慣らしておきましょう。
- ⑥高齢者は、気温の上昇に鈍感になり、脱水症状がはじまっても自分で身体の異変に気づきにくくなっています。そのため、家族や周囲の人々も異変を察知しにくく、救急搬送されるまで異変が分からないことも多いです。
- ⑦夜にトイレに行くのが面倒だからと水分補給を控えてしまいがちです。これも熱中症を引き起こす原因になります。

## 非常時持出品（一例）

### 貴重品

現金（硬貨があると便利）  
印鑑、預金通帳、健康保険証等  
空き巣等に備えて土地、建物等の登記簿等



### 救急薬品・常備薬

マスク、手指消毒液、救急箱や常備薬など。  
処方薬があれば忘れずに準備を。



### 衣類

下着、上着、靴下などの衣類を。  
その他、寝袋、毛布、タオル、スリッパなど。



### 非常食（食料品と水）

火を使わず簡易的に食べられるような物  
軽量でかさばらず栄養価の高いものなど

### 携帯ラジオ・懐中電灯・電池・携帯電話等

夜間の災害が起きた場合や暗闇の中、行動をする時には必ず必要です。  
またランタンやモバイルバッテリーがあると有効です。



## 災害地で役にたった道具

- ・移動のための自転車
- ・断水時の風呂代わりとしてドライシャンプー
- ・居場所を知らせるための笛（ホイッスル）
- ・物を運ぶためのキャリーカート
- ・水を運ぶためのポリタンク
- ・調理のための携帯コンロ
- ・救出や脱出のためのパール
- ・予備めがね、予備補聴器
- ・常備薬
- ・野菜不足を補うためのビタミン剤



## 備蓄品の準備（一例）

### 水

「1人1日3リットル」  
が目安です。  
家族構成に合わせて用意する。



### 非常食（食料品）

米（レトルト、アルファ米）  
水（3日分の用意は各住民の義務）  
インスタント食品類、  
ビスケット類、  
粉ミルク、離乳食、菓子類など



### 燃料

バーナー、卓上ガスコンロ、  
ガスボンベ、簡易ストーブ、  
固形燃料など



### その他（生活用品）

液体歯磨き 携帯トイレ

## ちょこっとメモ！

今では非常に小型な炊事用具が販売されています。そのような用具を一式リュックサックなどにまとめておくとう便利です。



## (5) どうする？ 帰宅困難

大地震が起きると、交通機関が止まり帰宅が難しくなります。どうしますか？

- むやみに移動するのは禁物です。状況がわからないまま無理に帰宅しようとすると、火災などに巻き込まれる恐れがあります。
- あわてずにテレビやラジオなどで正確な情報を得て、安全を確かめてから動き出しましょう。安全が確認できるまで、学校や職場などととどまりましょう。

○そのような場合にそなえて、職場などに水や食料などを準備しておく役立ちます。

## (6) 住宅の耐震補強

平成7年の阪神・淡路大震災では木造住宅が倒壊し、多くの人が亡くなりました。住宅の耐震補強は最も重要な地震対策の一つです。

○昭和56年以前の古い耐震基準で建てられた住宅は、専門家の診断を受けましょう。

○必要に応じて筋交いを入れるなど、補強工事を行います。

○寝室など一部の部屋だけを補強する方法があります。まずは、市の耐震診断の窓口にご相談してみましょう。

## (7) 積雪期の地震

○震度6以上で自然状態では雪崩が発生しない緩い斜面でも、雪崩やブロック状積雪の崩落、ひび割れなどの発生で、一つの斜面で10数個の雪崩が同時発生したことがあります。

○屋根に積雪があると、地震で崩落したり建物も倒れやすくなります。

○積雪で避難路の確保が困難です。また、屋外での避難生活はできなくなります。このような問題に対しては、解決策は今のところありません。

## 3 火災

消防白書によると、令和3年中の建物火災による死者1,165人のうち、住宅での死者は1,058人と、全体の90.8%を占めています。またその中でも81歳以上の高齢者の死亡率は、全年齢層での平均の4.3倍となっています。これから高齢者世帯が増えていくとますます焼死者が増えていく恐れがあります。

### (1) なぜ住宅での死者が多いのか

- ①住宅の高断熱化、高气密化によって、室内火災でフラッシュオーバー(FO)（急速な燃焼）が起きやすい。
- ②内装に燃焼すると大量の煙を発生するプラスチック系や塩化ビニール系の建材が多く使われている。
- ③住宅内での個室化のため、火災発生時の異変としての臭いも、物音にも気づきにくくなっている。特に、深夜就寝中に発生した火災に気づくのが遅れ、逃げ遅れる。
- ④高齢者は聴力や運動機能の低下により、火災発生時の対応が遅れる。

### (2) 住宅での火災

- ①出火元としては、ストーブやたばこ、老朽化した電気器具やたこ足配線が多い。
- ②失火から衣類や寝具など身のまわりの物に二次着火し、延焼拡大となる。
- ③火災の初期には、局所的な燃焼がゆっくりと拡大し（初期段階）、この段階では消防署に通報(119番)と同時に家の人が消火にあたることができます。
- ④カーテン等に着火すると、急激に燃え上がり天井に達し部屋全体が炎で包まれます（フラッシュオーバー：FO）。こうなると、急に避難しなければなりません。避難の際には、火災室の扉を必ず閉めましょう（火災への空気遮断）。

### (3) 火災を起こさないために

- ①ストーブの周りは常に整頓し、燃えやすい物などは決して置かない。
- ②老朽化した電気器具はできるだけ使用しない。使用するときは、正常に作動するかを常に確認し、使用後は壁コンセントから外しておく。また、たこ足配線をしなない。
- ③寝ながらのたばこは厳禁と心得ましょう。
- ④火気を扱う器具類の近くは防災処理済みの建材を使用すると火災の拡大を抑える効果があることを覚えておきましょう。
- ⑤いったん発生した火災から生命・財産を守るには、初期段階での消火が重要です。できるだけ早く火災に気づき消火できた

# 令和3年5月20日から

警戒レベル  
4

# ひなんしじ 避難指示で必ず避難

# ひなんかんこく 避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	 <p>災害発生又は切迫</p> <p>きんきゆうあんぜんかくほ <b>緊急安全確保</b>※1</p>	<p>これまでの避難情報等</p> <p><b>災害発生情報</b> (発生を確認したときに発令)</p>
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~		
4	 <p>災害のおそれ高い</p> <p>ひなんしじ <b>避難指示</b>※2</p>	<p><b>・避難指示(緊急)</b> <b>・避難勧告</b></p>
3	 <p>災害のおそれあり</p> <p><b>高齢者・要支援者等</b> <b>避難</b> ※3</p>	<p><b>避難準備・</b> <b>高齢者等避難開始</b></p>
2	 <p>気象状況悪化</p> <p>大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)</p>	<p>大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)</p>
1	 <p>今後気象状況悪化のおそれ</p> <p>早期注意情報 (気象庁)</p>	<p>早期注意情報 (気象庁)</p>

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることとなります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。町内会等で要支援者の支援体制を確立して、安全に避難するよう努めましょう。

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待ってはいけません！

避難勧告は廃止されます。  
これからは、  
警戒レベル4避難指示で  
危険な場所から全員避難  
しましょう。

避難に時間のかかる  
高齢者や障害のある人は、  
警戒レベル3高齢者等避難で  
危険な場所から避難  
しましょう。

## 緊急速報メール

### 【緊急速報メールとは】

市から災害・避難情報等の緊急性の高い情報を、  
市域内の携帯電話に一斉配信するものです。

利用範囲・・・NTTドコモ、ソフトバンク、au(KDDI)、楽天の携帯電話利用者

配信範囲・・・市内の各携帯電話会社通信エリア内

配信情報・・・避難情報、緊急地震速報など

利用方法・・・緊急速報メールを受信する上で、事前申込などは一切不要ですが  
対応携帯電話の受信設定で「ON」に設定されている必要があります。  
詳細は、各社ウェブサイトや窓口でご確認ください。

注意点等・・・緊急速報メールは、専用の警告音やバイブレーション、画面上の表示  
で通知されます。なお、市民の方でも、通知対象エリア外にいる場合、  
圏外や通話中の場合などは受信できません。



## 役に立つ防災情報のWEBサイト

名称	アドレス	内容
気象庁	<a href="http://www.jma.go.jp/jma/index.html">http://www.jma.go.jp/jma/index.html</a>	気象警報、雨雲レーダーサイト、6時間後の予報など見ることが出来ます。
国土交通省 川の防災情報	<a href="http://www.river.go.jp/">http://www.river.go.jp/</a>	テレメータ雨量・水位・水質・積雲を選択し、進んでいくと上川中部の各観測所の河川水位や雨量を確認できます。
北海道 防災情報	<a href="http://www.bousai-hokkaido.jp/">http://www.bousai-hokkaido.jp/</a>	ページ右下の方にあるメール配信サービスから登録すると、必要な防災情報が携帯電話で受信できます。
北海道 土砂災害警戒システム	<a href="http://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/">http://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/</a>	土砂災害危険限度情報の道北を選択し、表示された地図上で旭川市を選択すると5kmメッシュ(網目)の危険度情報がわかります。
旭川市防災安全部	<a href="http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/320/index.html/">http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/320/index.html/</a>	洪水ハザードマップや指定避難所の場所などを確認することができます。



## 広報車両による巡回広報

市や消防機関の広報車両により  
災害被害の危険がある地域などに巡回し広報します。

## 1 水害、土砂崩れ、雪崩

春光台では洪水は起きないと考えられています。たしかに、春光台地域がある近文台は丘陵地帯となっています。しかし、全域に小高い部分が18箇所あり、戦前には全てに名称があたえられ、演習のさいの目標地になっていました。小高い部分があるということは、低い部分もあるということで、この低くなった所で洪水が発生したことが、昔新聞で報道されたことがあります。だから今でも小規模な水害が、もともとは沢地帯だった所で起る恐れがあります。また、山があることは斜面もあることで、その斜面で土砂崩れや雪崩が発生する恐れもあります。

### (1) 5号河川に沿う地域

現在5号河川は3条通りまでは大きなヒューム管で埋設され、水害の発生する恐れは無いと考えられます。しかし、川が露出する下流域では、予期せぬ大雨で、水が溢れることが心配されます。また、埋設地帯でも、周囲から水が集中して流れ込むと、一時的に床下浸水等の水害が起こり得ます。それでも通常は避難の必要は無いでしょうが、高齢者や病人等は避難する必要があります。その場合、避難先は地区センター、地域交流ホームyouとなります。

### (2) 春光台公園の中を流れる小川およびその流域

この小川は、春光台地域の開拓が始まって間もなく、大雨で洪水になり、近くの物置や中に積んでいた石炭等が流失したことがあります。現在は、この流域には人家が無いので、避難などの心配はありませんが、大雨の時ここに近寄ることは控えたほうがよさそうです。

### (3) 土砂崩れと雪崩

家等而建てる際、山の斜面を削って平地にした所は、斜面と平地との境が崖となっています。そのような崖では大雨で土砂が流れ、崖崩れが発生する恐れもあります。冬には、そのような崖に降り積もった雪が、とくに地震などで、雪崩を引き起こす恐れがあります。例えば、公民館と旧ゲートボール場の境の崖、新しい市営団地の北側の部分、5号河川の流域で崖になっている部分などです。ただ、発生しても大規模ではなさそうです。

## 2 地震

### (1) 緊急地震速報

緊急地震速報とは、地震初期の小さな揺れを感知し、あとから来る大きな揺れを予想して震度4以上が予測される地域を気象庁が発表する情報です。

○震源が近い地域では速報が間に合わないこともあります。早く離れている地域では速報が出てから数秒から数十秒後に揺れが来ます

○緊急地震速報を見たり聞いたりしたら、まずは机の下に隠れるなどして身の安全を確保しましょう。

### (2) 揺れから身を守る 屋外編

○大地震が起きたら、ビルの近くは危険です。窓ガラスの破片や看板などが落ちてくる可能性があります。かばんや上着などで頭を守り、安全な場所に避難しましょう。

○狭い道路では、ブロック塀や自動販売機など、倒れやすい物から離れます。

○斜面や崖は、地震の揺れで崩れやすくなっている恐れがあるので、近くにいるときは直ぐに離れましょう。

○車を運転中に揺れを感じたら、追突を防ぐため、ゆっくりと左側に停めます。エンジンを切って、ドアはロックせず、鍵はつけておきます。

### (3) 揺れから身を守る 屋内編

○地震が起きたら、まず身の安全を確保しましょう。落下物から身を守るため、テーブルの下などに身を隠しましょう。

○家具等は倒れないように固定しておきましょう。また、たとえ倒れても身体にぶつからないところに寝具をおいたり、生活するようにしましょう。

○料理などで煮炊きをしているときは、無理に火を消そうとすると、熱湯などをかぶってやけどをする恐れがあります。揺れがおさまってから、落ち着いて火を消してください。

○揺れている間に、あわてて外へ飛び出すのも危険です。ガラスなどが落ちてくる可能性があるので注意して下さい。

○家から避難するときには、消し忘れによる火災をふせぐため、電気・炊事器具のスイッチが切れていることを確認し、電気のブレーカーも切っておきましょう。

### (4) 家族と連絡を取るには

大地震が起きると電話が大変つながりにくなります。家族に連絡するためには「災害用伝言ダイヤル」を利用しましょう。使い方は6ページを参照。

また携帯電話では、メール安否を伝えることができます。災害時に備えて日頃からメールの使い方を確認しておきましょう。



# 春光台・鷹の巣福祉村避難所マップ

本市は住所などによる避難所の割り当ては決めていません。

ピンク色・・・旭川工業高等専門学校

青色・・・春光台中学校

緑色・・・高台小学校  
地域交流ホーム you  
春光台地区センター

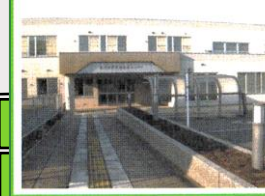
オレンジ色・・・旭川実業高等学校



春光台中学校  
北海道旭川市春光台5条3丁目  
0166-54-5610



高台小学校  
北海道旭川市春光台4条4丁目  
0166-51-8120



春光台地区センター  
北海道旭川市春光台3条5丁目  
0166-53-7500



旭川工業高等専門学校  
北海道旭川市春光台2条2丁目  
0166-55-8000



北海道療育園福祉村  
地域交流ホーム you  
北海道旭川市春光台3条10丁目  
0166-54-7853



旭川実業高等学校  
北海道旭川市末広8条1丁目  
0166-51-1246

全域の住民が避難しなければいけない時は次の施設が避難所となります。

避難所	避難所に比較的近くの町内会・自治会等
高台小学校	さつき、中央、2・7、親和、高親、やよい、鷹の巣中央、鷹の巣中央東、鷹の翔、鷹の台、市住1～6号棟
春光台中学校	春の台、若草(2区と4区)、北斗、旧北栄、しらざく
実業高等学校	くるみ、東栄(3条以南)、鷹の巣、鷹の巣東
旭川工業高等専門学校	千草、若草(1区、3区、5区)、1・1、つどい、千代野
春光台地区センター	くるみ、東栄、鷹の巣、鷹の巣東、ひまわり
地域交流ホーム you	鷹の巣中央、鷹の巣中央東、鷹の翔、鷹の台

## 避難所での生活

避難所では限られたスペースで共同生活をするようになりますので、ルールやマナーを守ることが大切です。トイレやゴミ置き場などの共有施設は清潔に利用し、お互いのプライバシーを尊重しながら、譲り合いの心を持って生活しましょう。

補助犬やペットと一緒に同行避難をする。旭川市は全ての避難所で同行避難が可能である。しかし、盲導犬等を除くペットは、他の避難者に配慮し、建物内ではなく、グラウンドや倉庫が飼育場所となるので、ケージやキャリーに入れるように慣らしておく。車で避難しても、避難先で駐車場確保が困難の場合、避難所周辺に駐車できないことに留意しましょう。



## 町内会等の住民組織としての留意点

指定場所とは異なる避難所に避難を望む場合家族と相談し、あらかじめ町内会長にその旨を知らせておく。

避難行動要支援者（①高齢のため自力で容易に動けない人 ②身体に障害がある人、③妊婦さんや乳幼児等）

避難所で特別な配慮を必要とする人をも含めて「要配慮者」と呼ぶ場合もある。

避難行動要支援者に対する支援について、次の事柄に留意する。

- ①近くに家族が居る場合、要支援者自身があらかじめ家族と相談する。
- ②近くに家族が居ない場合、近隣の人々が支援に協力する。
- ③支援組織の整備が必要。町内会が中心となり、各班内の避難行動要支援者の有無を確認し誰が誰を援護するか決める。
- ④町内会未加入者には、加入を勧め支援組織に組み込む。

避難所での人員の確認は、町内会や役員が主体になって行う。

避難所生活は、町内会役員と避難所管理者とで委員会をつくり、その指示に従う。

災害時の安否確認が、やり取りできるサービス

# 171

## 災害用伝言ダイヤル

災害用伝言ダイヤルは、大規模な災害が発生した場合に利用できます。

災害時は、全国から被災地への電話がつながりにくくなります。災害用伝言ダイヤル、171は、被災住民の皆様の安否を伝える声の伝言板です。もしものために、ぜひ覚えてください。

※毎月一日（ついでち）等、災害用伝言ダイヤルを体験できます。

### 伝言の録音方法

**171** をダイヤルする  
ガイダンスが流れます

録音の場合 **1** 暗証番号を利用する録音は **3**  
ガイダンスが流れます

連絡をとりたい被災地の方の固定電話番号を市外局番からダイヤルする

××××× - ×× - ×××××  
ガイダンスが流れます

プッシュ回線の場合は **1#**

ダイヤル回線の場合はダイヤル不要

ガイダンスが流れます

伝言を録音する（30秒以内）

### 伝言の再生方法

**171** をダイヤルする  
ガイダンスが流れます

再生の場合 **2** 暗証番号を利用する再生は **4**  
ガイダンスが流れます

連絡をとりたい被災地の方の固定電話番号を市外局番からダイヤルする

××××× - ×× - ×××××  
ガイダンスが流れます

プッシュ回線の場合は **1#**

ダイヤル回線の場合はダイヤル不要

ガイダンスが流れます

伝言を録音内容を確認する

【体験利用期間】

※毎月1日及び15日・防災週間（8月30日～9月5日）・防災とボランティア週間（1月15日～21日）に災害用伝言ダイヤルを体験できます。（体験利用時も通信料は有料です。）

【利用料金】

災害用伝言ダイヤル（171）の利用料は無料ですが、録音・再生時の通信料は有料となります。

災害用伝言板 インターネットを利用した災害用伝言板も利用できます。

## Web171

<http://www.web.171.jp>

web171の利用には、インターネットへの接続が必要となります。

お問い合わせは、局番なしの 116 番へ