

ご家族の皆さんで話し合い、書き込んでおきましょう。

| | |
|-------------|----------|
| 指定避難所・福祉避難所 | 指定緊急避難場所 |
| | |

家族・親戚・知人の連絡先・避難先

| 氏名 | 生年月日 | 血液型 | 既往症 | 会社・学校(電話番号など) | 避難先 |
|----|------|-----|-----|---------------|-----|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

医療機関・緊急連絡先など

| 医療機関・緊急連絡先 | 電話番号 |
|------------|------|
| | |
| | |
| | |

避難時の服装

| 確認 | 装備 | 確認 | 装備 |
|----|---------|----|--------|
| | ヘルメット | | 軍手 |
| | タオル | | 長ズボン |
| | リュックサック | | 履き慣れた靴 |
| | 長袖の上着 | | |



非常持出品

避難するときに必要なものをリュックサックに詰め、いつでもすぐに持ち出せるようにしましょう。

| 確認 | 非常持出品(例) | 点検日 |
|----|--------------------------------------|-----|
| | 貴重品(預金通帳、印鑑、保険証、免許証)★ | / |
| | 携帯電話、充電器★ | / |
| | 常備薬、お薬手帳★ | / |
| | メガネ・コンタクトレンズ・保存ケース・保存液★ | / |
| | 生理用品、紙おむつ★ | / |
| | 粉ミルク、哺乳瓶、離乳食★ | / |
| | 非常食3日分程度(乾パン・缶詰・栄養補助食品・チョコレート・飲料水など) | / |
| | 懐中電灯、携帯ラジオ、予備の乾電池 | / |
| | タオル | / |
| | 救急セット | / |
| | 防寒用ジャケット、雨具、下着、靴下 | / |
| | ライター、マッチ、ナイフ | / |
| | 感染対策用品(マスク、消毒液、体温計など) | / |
| | | / |
| | | / |

備蓄品

災害直後から数日間、自足するためのものです。

| 確認 | 備蓄品(例) | 点検日 |
|----|----------------------------|-----|
| | レトルト食品(ごはん、おかゆなど) | / |
| | インスタントラーメン、缶詰 | / |
| | 飲料水(1人1日3ℓ)、給水用ポリタンク | / |
| | 紙皿、紙コップ、割り箸、ラップフィルム ※お皿に敷く | / |
| | カセットコンロ、カセットガスボンベ、ランタン | / |
| | ティッシュペーパー、ウエットティッシュ | / |
| | 簡易トイレ、水のいらぬシャンプー | / |
| | ビニール袋 ※雨具、敷物、簡易トイレとしても使用可能 | / |
| | ポータブルストーブ(電池式) | / |
| | 毛布 | / |
| | | / |
| | | / |
| | | / |

★印は、緊急時であっても最低限持つべきものです。

火災・救急の時は
緊急通報

☎119

災害時の連絡は「災害用伝言ダイヤル」で!

☎171

災害発生時に利用できます。「171」後はガイダンスに従って録音・再生を。

録音 171+1+ 自分の家の電話番号
(市外局番から)

再生 171+2+ 自分の家の電話番号
(市外局番から)

三笠市消防本部生活安全センター

〒068-2157 北海道三笠市若松町9 TEL 01267-2-7777 ホームページ <https://www.city.mikasa.hokkaido.jp/>

このハザードマップに使われている地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分1地形図を複製したものである。(承認番号 平29道復、第6号)

令和6年3月

保存版

三笠市防災ハザードマップ



ハザードマップの使い方

このハザードマップには、避難所や想定される危険区域、各種災害への備え方などを掲載しています。ご家族皆さんで話し合うなど、防災対策にお役立てください。

活用例

- 自分の家と避難所の確認に活用!
- 家族会議で避難方法や集合場所の確認に活用!
- 非常持出品や備蓄品の準備に活用!

防災関連施設等
浸水予測範囲
土砂災害警戒区域等
この防災ハザードマップに載っています。

テレビから入手する方法

- 1 デジタル放送でNHK(チャンネル3)に合わせる
- 2 リモコンの **d** ボタンを押す(データ放送が表示)
- 3 リモコンの **赤** **青** **緑** ボタンで見たい情報を選択する

- 情報 入手できる
- 赤 ボタン → 気象情報、警報注意報
 - 青 ボタン → 最新地震情報
 - 緑 ボタン → 地震・津波情報

● 便利ポイント ●
地域設定をしておく、設定している市町村の天気予報や防災情報が常に表示されます。地域設定はお住まいの地域の郵便番号等で設定できます。

携帯電話から入手する方法

| 機関名 | 見られる情報 | URL |
|-----------------|--------------------------------|---|
| 気象庁 | 防災情報 | https://www.jma.go.jp/ |
| | 天気 | |
| | キキクル(危険度分布) | |
| | 大雨・台風 | |
| | 地震・火山 | |
| 北海道土砂災害警戒情報システム | 土砂災害警戒情報を補足する情報を提供します | https://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/ |
| 川の防災情報 | 河川の水位や降雨の情報など、水災害に関する情報を紹介 | https://www.river.go.jp/index |
| 道路情報提供システム | 道路の規制情報や路面情報などドライバーのための情報提供 | https://www.road-info-prvs.mlit.go.jp/ |
| 北の道ナビ | 北海道の道路情報総合案内 | https://www.northern-road.jp/navi/ |
| 北海道防災ポータル | 北海道の被害防止や軽減に必要な災害・避難・気象情報などを提供 | https://www.bousai-hokkaido.jp/ |
| Yahoo!防災速報 | アプリの登録で様々な防災情報を携帯電話に通知 | https://emg.yahoo.co.jp/ |
| ハザードマップポータルサイト | 防災リスク情報等を地図に自由に重ねて表示 | https://disaportal.gsi.go.jp/ |
| 三笠市 | 洪水及び土砂災害ハザードマップ、避難場所一覧 | https://www.city.mikasa.hokkaido.jp |

行政がすぐに支援できない場合に備え、まず「自分で」「地域で」対策をとりましょう！

災害の被害を軽減するためには、「自助・共助・公助」の取組みが不可欠です。この3つの連携が円滑なほど、被害は軽減できます。

自助

自分で自分や家族を守る

- 日頃から家族で話し合っておくこと
- 周辺地域の危険箇所と避難所
 - 安全な避難ルートと移動時間
 - 災害時の情報収集手段
 - 災害時の連絡方法
 - 食料・水の備蓄と非常時の持出品
 - 家具などの転倒・落下防止 など

共助

地域や事業者が助け合う

- 具体的な取組み
- 自主防災組織の結成
 - 行政との連携
 - 災害時の役割分担
 - 要支援者の避難 など

公助

行政による防災・減災対策

- 具体的な取組み
- 災害に強いまちづくりの推進
 - 地域や事業所との連携 など



自主防災組織で災害に備えましょう！

自主防災組織とは、「自分たちのまちは自分たちで守る」という地域住民が自主的に連携して結成する防災組織のことです。大きな災害では広範囲に被害が発生するため、公共機関の救助活動にも限界があります。

東日本大震災では、自主防災組織が機能し、住民を高台避難所まで避難させ、全員助かったという事例もあります。

今後も『災害に強いまちづくり』を目標に、自主防災組織を結成し、防災力を高めていきましょう。

- 自主防災組織の活動 (平常時)
- 緊急連絡網の作成
 - 防災マップを活用した避難訓練
 - 防災研修会の企画・実施
 - 地域住民への声かけ
 - 地域の災害危険の把握
 - 防災資機材の整備と点検 など

- 自主防災組織の活動 (災害発生時)
- 地域の被災者の救出・救護
 - 避難誘導や支援
 - 災害情報の収集と連絡網による迅速な伝達
 - 出火防止と初期消火
 - 給食・給水 など

もくじ

- 1 自助の取組み ①頁
- 2 もくじ・用語説明 ②頁
- 3 洪水・土砂災害 ③・④頁
- 4 地震 ⑤・⑥頁
- 5 三笠市防災ハザードマップ ⑦・⑧頁

- 5 三笠市街 ⑨・⑩頁
- 5 岡山・萱野市街・幾春別市街 ⑪・⑫頁
- 5 中央地区 ⑬・⑭頁
- 5 西部地区 ⑮・⑯頁
- 5 東部地区 ⑰・⑱頁
- 防災メモ 裏表紙



重要！おぼえておこう 防災に関する用語

| 用語 | 凡例 | 説明 |
|-------------|----|--|
| 指定緊急避難場所 | | 一時的に避難するための最寄りの公園・広場など。 |
| 指定避難所 | | 避難者を収容するための施設。給食、物資運搬が容易にできる場所。 |
| 福祉避難所 | | 避難生活において一定の支援を要する方を対象とする避難所。 |
| 河川の浸水想定区域 | | 洪水ハザードマップとは、川の水位が上昇し、川の水が氾濫した場合の浸水状況を地図上に表したものです。この地図には、幾春別川、三笠市内川、弥生盤の沢川、奔別川、市来知川、志文三の沢川において、想定しうる最大規模の大雨により浸水が想定される区域を示しています。大雨の規模は下記のとおり。 ●幾春別川[72時間総雨量438mm] ●三笠市内川[1時間総雨量129mm] ●弥生盤の沢川[1時間総雨量125mm] ●奔別川[2時間総雨量150mm] ●市来知川[2時間総雨量159mm] ●志文三の沢川[1時間総雨量125mm] |
| 土砂災害特別警戒区域 | | 警戒区域のうち、建築物に損壊が生じ住民の生命また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で、一定の開発行為の制限や居室を有する建築物の構造が規制される区域。 |
| 土石流・急傾斜地の崩壊 | | がけ崩れが発生する危険性がある傾斜や、隣接する土地。多くの被害をもたらす可能性がある箇所。 |
| 土砂災害警戒区域 | | 土砂災害が発生した場合に居住者等の生命又は身体に危害が生ずるおそれがあり、警戒避難体制を特に整備すべき区域。 |
| 土石流 | | 大雨で崩れた土石が川の流れと一体となって一気に流下する。速度が非常に早く、甚大な被害が生じる。この土石流が発生するおそれがある箇所。 |
| 急傾斜地の崩壊 | | 雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちる。突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く死者の割合も高い。がけ崩れが発生する恐れがある箇所。 |
| 地すべり | | 斜面が塊となって滑り落ちる。ゆっくりした動きを示すことが多く、移動する土砂量が大きいため甚大な被害を及ぼす。この地すべりが発生するおそれがある箇所。 |
| 避難行動要支援者 | | 災害時に自ら避難することが困難であり、特に支援を必要とする方々。 |



重要！おぼえておこう 市役所などから発令される避難情報と取るべき行動

| 警戒レベル | 状況 | 住民がとるべき行動 | 避難情報等 | 雨の情報や河川水位 (警戒レベル相当情報) |
|--------------------------|--------------|--|--------|--------------------------|
| 5 | 災害発生又は切迫 | 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です。必ず発令される情報ではない、「緊急安全確保」の発令を待ってははいけません。 | 緊急安全確保 | ・大雨特別警報(土砂災害) ・氾濫発生情報 |
| 警戒レベル4までに必ず避難すること | | | | |
| 4 | 災害のおそれ高い | 危険な場所から全員避難 立ち退き避難に必要な時間や日没時間などを考慮して発令される情報です。発令されたら必ず避難する必要があります。 | 避難指示 | ・土砂災害警戒情報 ・氾濫危険情報 |
| 3 | 災害のおそれあり | 危険な場所から高齢者等は避難 障害のある人や避難を支援する人も含みます。高齢者等以外でも、必要に応じ、自主的に避難するタイミングです。 | 高齢者等避難 | ・大雨・洪水警報 ・氾濫警戒情報 |
| 2 | 気象状況悪化 | 自らの避難行動を確認しておく | | ・氾濫注意情報 |
| 1 | 今後気象状況悪化のおそれ | 災害への心構えを高める | 早期注意情報 | |

※市町村は、河川や雨の情報(警戒レベル相当情報)のほか、地域の土地利用や災害実績なども踏まえ、総合的に避難情報等(警戒レベル)の発令判断をすることから、警戒レベルと警戒レベル相当情報が出るタイミングや対象地域は必ずしも一致しません。