

わが家の防災メモ・緊急連絡先

わが家の避難場所 ・避難所	地震・津波のとき
	洪水・土砂のとき

わが家の集合場所	
----------	--

●家族の情報・連絡先

家族の名前	生年月日	血液型	メモ (病症・病歴・携帯電話番号・勤務先など)
	T・S・H・R 月 年 日 日	Rh (+ / -) 型	
	T・S・H・R 月 年 日 日	Rh (+ / -) 型	
	T・S・H・R 月 年 日 日	Rh (+ / -) 型	
	T・S・H・R 月 年 日 日	Rh (+ / -) 型	

●困ったときの連絡先 親戚や知人・かかりつけ病院などの連絡先を書いておきましょう!

名 前	電 話	住 所	メ モ

●緊急連絡先

消防 119

警察 110

防災に関する
お問い合わせ

北斗市
総務部 総務課

〒049-0192 北海道北斗市中央1丁目3番10号
TEL 0138-73-3111 (代表)
<https://www.city.hokuto.hokkaido.jp/>

北 斗 市
ウェブサイト



北斗市

防災ハンドブック

身を守るために的確な行動を!!

令和5(2023)年
3月作成

保存版



北斗市公式キャラクター
「どーしーほっさー」
©2013 北海道北斗市



地 震



津 波



洪 水・土 砂



備 え

北斗市防災マップ Web版

いつでもどこでも、「北斗市防災ハンドブック」の内容をインターネットで確認することができます!



北斗市防災 WebGIS

津波・洪水・土砂災害に関するハザードマップの情報をパソコンやスマートフォンから閲覧できます。



安否情報を家族や知人に知らせる方法

災害用伝言
ダイヤル 171

大規模な災害が発生し、安否確認等の電話によって電話が繋がりにくい状況でも、被災地内の家族や親戚・知人などと連絡を可能にする「声の伝言板」です。

□ 録音 171 → 1 → □□□□□□□□ → 伝言の録音
案内放送が流れます

○ 再生 171 → 2 → □□□□□□□□ → 伝言の再生
被災地の方の電話番号(市外局番から)

●詳しい内容はNTTのウェブサイトで確認 ウェブサイト <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>

携帯電話災害用伝言板

災害が発生した場合に、各携帯電話会社から提供される災害用伝言板です。携帯電話やスマートフォンから安否情報の登録・確認ができます。

詳しい内容は各携帯電話会社のウェブサイト等で確認してください。

はじめて

避難と備え

地震・津波

洪水・土砂

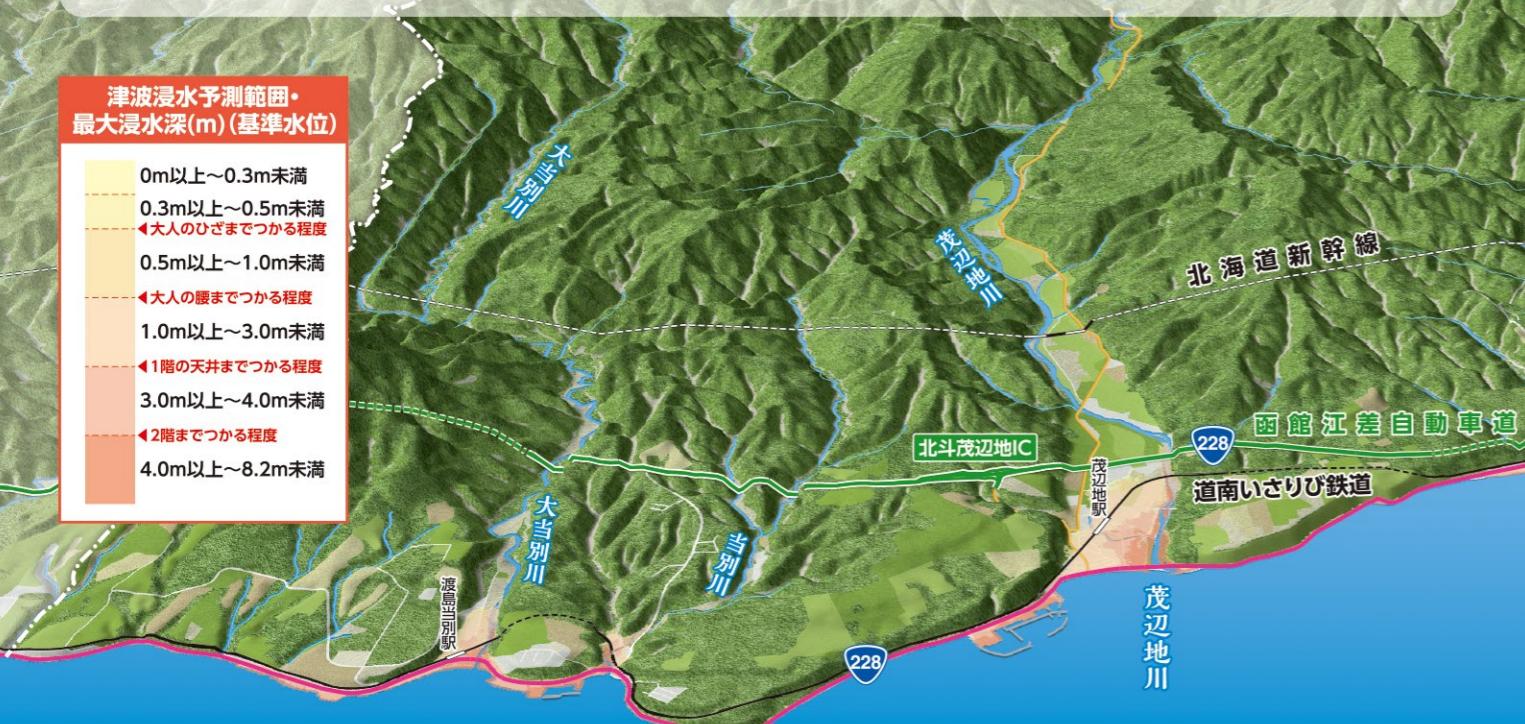
避難先について

災害での被害を減らすためには、日ごろからの「備え」と「心構え」が必要です。

「北斗市防災ハンドブック」には、土砂災害・浸水想定区域・避難所等の災害時に避難を判断する際に必要な情報を掲載しています。自宅や学校・職場など身のまわりでどのような災害が想定されているのかを知り、いざというときに落ち着いて行動できるように日ごろから正しい防災知識を身につけておくことが大切です。本誌を防災・減災について考えるための参考としてご活用ください。

津波浸水予測範囲・最大浸水深(m)(基準水位)

0m以上～0.3m未満
0.3m以上～0.5m未満 △大人のひざまでかかる程度
0.5m以上～1.0m未満 △大人の腰までかかる程度
1.0m以上～3.0m未満 △1階の天井までかかる程度
3.0m以上～4.0m未満 △2階までかかる程度
4.0m以上～8.2m未満



北斗市



北斗市津波浸水鳥瞰図

測量法に基づく国土地理院長承認(使用) R3JHs 251-GISMAP51172号

最新の正確な気象・災害・避難情報を入手する!

災害時は「最新の正しい情報」を入手し、早めに避難行動を起こすことが大切です。

台風や豪雨は他の災害にくらべ進路や規模などを予測できるため、普段から気象などの防災情報に注意しましょう。また、気象や防災に関する情報は下記の「災害・避難情報の伝達方法」により伝達されます。

災害・避難情報の伝達方法



緊急連絡先

連絡先	電話番号
北斗市役所	TEL 73-3111
総合分庁舎	TEL 77-8811
七重浜支所	TEL 49-2356
茂辺地支所	TEL 75-2001
警察署 事件・事故	110
消防署 火災と救急・救助	119

防災行政無線やインターネットなどによる情報の入手先

北斗市防災行政無線

避難情報などをお知らせする屋外スピーカーを整備し、運用しています。

自動音声ダイヤル (無料)

TEL 0800-800-9918



北斗市防災ラジオ

Jアラートや避難に関する緊急情報をFMいるか(80.7MHz)の放送に割り込み、お知らせします。なお、運用の開始時期は、令和5年度中を予定しています。



北斗市防災マップ Web版

北斗市で起る津波や洪水、土砂災害のハザードマップをインターネットで確認できます。イザという時のためにブックマークしておきましょう!

<https://www.city.hokuto.hokkaido.jp/docs/7434.html>



気象情報

気象庁
函館地方
気象台

<https://www.jma-net.go.jp/hakodate-c/>

北海道の防災情報 (警報・注意報/地震/竜巻など)

北海道防災
ポータル

<https://www.bousai-hokkaido.jp/>

道路情報

北海道地区
道路情報

<https://info-road.hdb.hkd.mlit.go.jp/>

雨量・水位情報

国土交通省
川の防災情報

<https://www.river.go.jp/>



コミュニティFMラジオ放送局 FMいるか (地域FM局)

周波数
80.7MHz

地域の生活密着情報を発信!
災害時に地域の細やかな情報を届けます。

<http://www.fmiruka.co.jp/>

Yahoo! 防災速報 アプリ

緊急地震速報など災害の情報をいち早くお知らせする万能アプリ。



NHKニュース・ 防災 アプリ

NHK防災情報や速報をいち早く確認できるおすすめ防災アプリ。



避難するときの注意点

早期避難の重要性

避難の際は、自分の身は自分で守る「自助」、近隣地域で助け合う「共助」を基本とし、余裕を持ったはやめの避難を心がけて、逃げ遅れを防ぎましょう

逃げ遅れ
被害が拡大

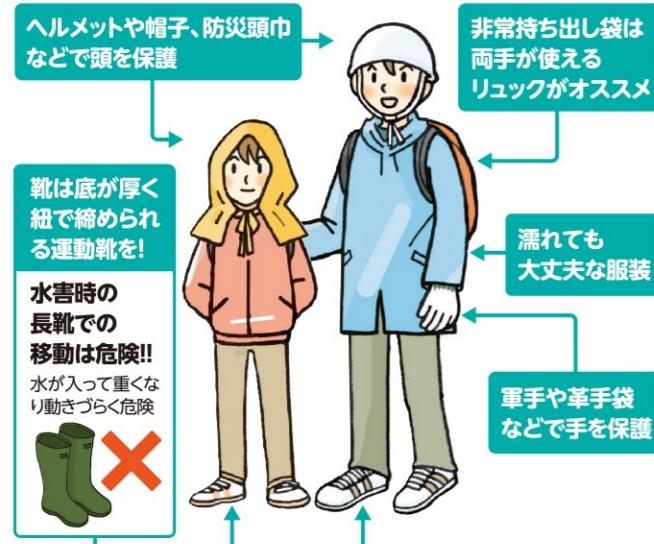
過去の大規模災害において「被害を拡大させた要因のひとつ」が「逃げ遅れ」です。風雨が強まると、避難する際も危険ですので、風雨が強まる前に避難しましょう。早期避難であれば、移動手段の選択肢が増え避難に余裕が生まれます。

特に!
「自分のいる場所は大丈夫」「周りが避難していなかったから」
など、非常時では
心理的要因(正常性バイアス)
が作用するので注意!

避難しても何も起らなかったこともあります、そのときは「何事もなくて良かった」と無事であることを喜び、油断や過信はせずに命を守るために行動をしましょう。

避難時の服装

荷物は少なく、動きやすい服装で避難しましょう。



避難前のこと

自宅の火災を防ぐために、ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めるなど火の元の確認をしましょう。また、家族や知人などに避難することを連絡しておきましょう。



避難は徒歩で、2人以上で避難する

避難は徒歩が原則です。様々な事態が想定されますので、単独や夜間の移動は避け、できるだけ明るい時間に避難しましょう。



要配慮者への思いやりを! (共助)

**高齢者
傷病者**

- 複数で避難支援をする。
- 不安を取り除くように声をかける。
- 手を貸したり、緊急の際はおぶって避難する。

障がい者

- 介助や手助けをする。
- 目が不自由な方には、不安を取り除くようにゆっくり話かける。
- 耳が不自由な方には、筆談や身振りで対応する。

**妊娠婦・
子ども**

- 荷物を持つなどの手助けをする。
- プライバシーに配慮する。
- 子どもがはぐれたり、ケガをしないよう気にかける。
- 通訳を介した、正しい情報を伝えることが大切です。
- 言葉が通じない場合は身振り、絵、スマートフォンの翻訳アプリ等を活用し正しい情報を伝える。

外国人

- 通訳を介した、正しい情報を伝えることが大切です。
- 言葉が通じない場合は身振り、絵、スマートフォンの翻訳アプリ等を活用し正しい情報を伝える。

常時携行品や非常持ち出し品・備蓄品の準備

外出時に災害にあった場合のために、最小限のものを「常時携行品」として持ち歩き、「非常持ち出し品」と「備蓄品」を下記チェックリストを参考に準備しておきましょう。

避難時は両手が使える
リュックサックが便利!!



常時携行品(普段から持ち歩くもの)

外出先での災害に備えて普段から持ち歩こう!

●自分にとっての“最低限必要なもの”を基準に選びましょう

- | | | |
|---|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ(ポケットサイズ) | <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 持病の薬(持ち歩けるもの) |
| <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | <input type="checkbox"/> ポリ袋・レジ袋 | <input type="checkbox"/> ふえ・ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> 小型ライト | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> あめ、チョコレート |



非常持ち出し品

避難するときに最初に持ち出すもので、必要最小限のものを用意しよう!

●自分に必要なものを選び、持って行動できる量にする ※1人分ずつ用意

- | | |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 雨具(レインコートなど) |
| <input type="checkbox"/> 非常食(未調理で食べられるもの) | <input type="checkbox"/> タオル類 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯・ヘッドライト | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 防災ラジオ(小型・多機能型) | <input type="checkbox"/> 救急セット |
| <input type="checkbox"/> 防災グッズ・ヘルメット | <input type="checkbox"/> 筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> 貴重品(通帳や保険証の写し) | <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 |
| <input type="checkbox"/> 着替え(体温調節できるもの) | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> 持病の薬(お薬手帳写し含む) | <input type="checkbox"/> スリッパ(避難用所) |



備蓄品

復旧までの最低3日分~1週間分を目安に備蓄をしておきましょう!

●食料品など

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 飲料水(1人1日3L目安) | <input type="checkbox"/> 食料(お米、アルファ化米、カップ麺、缶詰、レトルト食品など) |
| <input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル | <input type="checkbox"/> 使い捨て食器(コップ・皿など) |



●生活用品

- | | | |
|---------------------------------------|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 燃料(カセットガスなど) | <input type="checkbox"/> 毛布・タオルケット | <input type="checkbox"/> 着替え(上着、下着など) |
| <input type="checkbox"/> ろうそく・ランタン | <input type="checkbox"/> タオル類(バスタオルなど) | <input type="checkbox"/> テント・タープなど |
| <input type="checkbox"/> 各種予備(乾電池など) | | |



●衛生用品

- | | | |
|--|------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 水のいらないシャンプー | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー | <input type="checkbox"/> 常備薬 |
| <input type="checkbox"/> 歯磨きセット(洗口液など) | <input type="checkbox"/> ゴミ袋・ポリ袋 | <input type="checkbox"/> アルコール消毒液 |
| <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ | <input type="checkbox"/> 使い捨てマスク | |



高齢者や女性・乳幼児・アレルギーのある方など

状況に応じて自分に必要なものを備えよう。

●高齢者・障がい者など

- | | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 成人用おむつ | <input type="checkbox"/> 母子手帳 |
| <input type="checkbox"/> 服用中の薬 | <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 |
| <input type="checkbox"/> メガネ | <input type="checkbox"/> ブランケット |
| <input type="checkbox"/> 補助具(つえなど) | <input type="checkbox"/> おむつ・おしりふき |
| <input type="checkbox"/> 入れ歯 | <input type="checkbox"/> 生理用品 |



●乳幼児・妊婦・女性など

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク(粉・液体) | <input type="checkbox"/> おむつ |
| <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> おやつ(ライナー含む) |
| <input type="checkbox"/> ベビーフード | <input type="checkbox"/> おしゃぶり |
| <input type="checkbox"/> ベビーフード | <input type="checkbox"/> スキンケア用品 |



※アレルギー症状をお持ちの方はアレルギーに対応した食料の備蓄をしておきましょう

地震・津波災害での行動と備え

緊急地震速報 / 地震発生から 0~3分

まずはとにかく「身を守る」!!

大きな揺れを感じたら、まず、落下物から身を守りましょう。

屋内では

- 家具・ガラスから離れる
- 頭を守る

慌てて外に飛び出すのは危険です!

屋外では

- ブロック塀や自動販売機などの倒壊に注意する
- 建物のガラス窓、看板などの落下に注意し、身を守る場所に逃げる

自動車運転中は

- ハザードランプをつけ、徐々に減速し、停車する

鉄道・バス乗車中は

- 手すりやつり革につかまる

地震・津波

地震発生から 3分~

「揺れ」がおさまったら…

慌てず、落ち着いて状況を確認しましょう。

火元の点検

ガス器具、ストーブを消す

出口の確保

扉や窓を開けて出口を確保する

状況の確認

家族や周囲の安全確認・確保を行う

情報を入手

テレビやラジオ等で情報を入手する

北海道・三陸沖 後発地震注意情報

すぐに避難できる準備を!

マグニチュード
「日本海溝・千島海溝」沿いでM7クラスの地震が起きた場合、その後の巨大地震の発生に注意を呼びかける情報を「**北海道・三陸沖後発地震注意情報**」といいます。

東日本大震災のときは…

3月9日
M7.3

後日に続けて地盤が発生!

3月11日
M9.0

詳しくは
こちらをまで



津波・大津波警報 / 地震発生から 3分~

大津波・津波警報の発表/避難指示の発令
「すぐに避難」を!!

海岸から「離れて」「警戒区域の外側のより高い場所」に避難しましょう

津波のときの避難行動については7ページ→

地震や津波の危険がなくなつたら
(大津波・津波警報が解除)

地震発生から 数日~
自宅の安全を確認!

自宅の被害がない場合…

自宅に帰宅する

自宅に被害がある場合…

避難所や知人宅へ

避難所の円滑な運営には、自主防災組織、町内会、地域住民の協力が不可欠です。協力して、避難所を運営しましょう。



避難先については15ページ~→を確認

しばらくは、余震や津波に警戒し、防災行政無線やテレビ・ラジオ、インターネットなどから最新の情報を確認する。

地震の揺れと強さについて

「震度」とは地震のゆれの強さを階級分けにしたものです。また、震度によって、被害の大きさも異なります。



電灯が大きく揺れ、眠っている人のほとんどが、目を覚ます。不安定な置物が倒れることもある。



大半の人気が恐怖を覚え、物につかまらないと歩くことが難しい。補強されていないブロック塀が崩れことがある。



物につかまらないと歩くことが難しい。補強されていないブロック塀が崩れことがある。

強い揺れを事前にお知らせ!

緊急地震速報

震源での地震発生と同時に「強い揺れの到達時刻」や「震度」を予測し、可能な限りやすやすく知らせるシステムです。



立っていることが困難になる。固定していない家具が移動、倒れるものや窓ガラスが割れることがある。



はわないと動くことができない。耐震性の低い木造建物は、傾くものや倒れるものが多くなる。

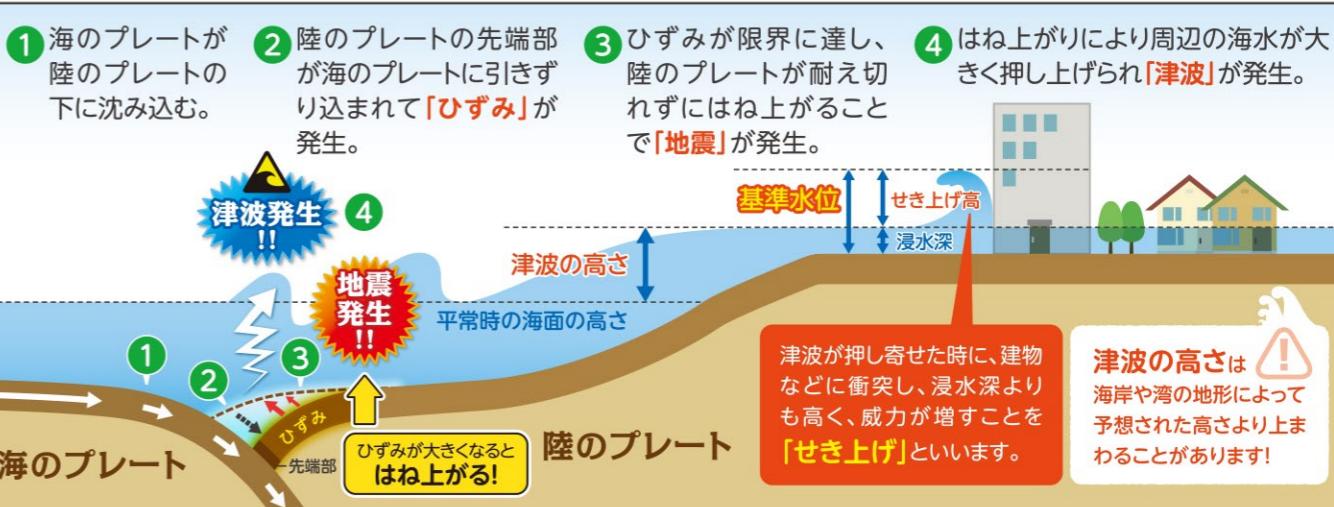


耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。

気象庁震度階級関連解説表より

地震と津波の発生のしくみ

津波は海底で発生した地震に伴う海底の隆起・沈降、地すべり、海底での地崩れ、海底火山の噴火などによって引き起こされます。海底で起きた現象によって、海水が陸地に押し寄せる現象を「津波」といいます。



津波警報・注意報と津波災害時の避難行動

津波による災害の発生が予想される場合には、地震発生後、約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。その後「予想される津波の高さ」、「津波の到達予想時刻」等の情報を発表します。

警報・注意報	予想される津波の高さ 数値での発表(発表基準)	巨大地震の場合の表現	とるべき行動
大津波警報 (特別警報)	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台などの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。
	10m (5m<予想高さ≤10m)		ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう!
	5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	*津波警報の時には、津波ハザードマップの津波浸水予測範囲・最大浸水深(m)(基準水位)が4.0m以上~8.2m未満に着色されている区域の外へ避難してください。
津波注意報	1m (20cm≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	海の中にいる人はただ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づいたりしないでください。

津波災害時の避難行動

すぐに避難! 車は使用しない!

非常持ち出し品を持ってすぐに避難しましょう。



特別な事情があるとき以外は歩いて避難!

道路の渋滞により、車ごと津波の犠牲になることもありますので、地震の時はなるべく車で避難するのはやめましょう。

「警戒区域の外側のより高い場所」へ避難!

津波は予想より高くなる場合があります。「ここまで津波がこない」という想定にとらわれず、可能な限り「より遠く」、「より高い場所」へ避難しましょう。



すぐに海岸や河川から離れる!

搖れが収まりしだい、直ちに海岸や河川から離れましょう。津波は河口から川をさかのぼり、堤防を越えてくるおそれもあります。



逃げ遅れたら頑丈な建物に避難!

万が一逃げ遅れた場合には、付近の津波避難ビルや付近のビルの2階以上や高台へ、一時的に避難しましょう。

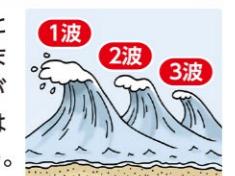


普段から避難できる場所を確認しよう!

津波の注意点

津波は繰り返しくる!

津波は2波、3波と繰り返し襲ってきます。「警報」などが解除されるまでは避難していましょう。



津波の高さに注意!

海岸の地形などによって予想された高さを超える津波が発生する場合があります。



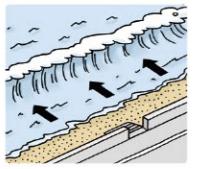
津波のスピードは速い!

津波の速度は時速36km(秒速10m)程度あります。津波に気付いてからでは遅いため地震が起きたら避難しましょう。



引き潮がなくても注意!

津波の前に必ず引き潮があるとは限りません。地震の起こり方や地形によっては引き潮が起らぬ場合もあります。



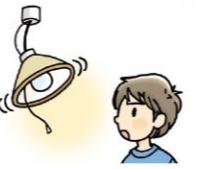
満潮時は要注意!

満潮時は水位が高くなっているので、津波がより大きくなります。



弱い地震でも要注意!

弱い地震でも揺れが長く続いた時などは津波が襲ってくる可能性があります。



備えあれば憂いなし! わが家の地震対策チェック

地震による被害を減らすために自宅の安全対策について点検しましょう。住宅の耐震性に不安がある場合は耐震診断*を行い、補強等を実施するようにしましょう。

屋外

ここもチェック! ブロック塀・フェンス

破損やひび割れ、ぐらつきはありませんか?

ここもチェック! 灯油タンク・プロパンガスボンベ

しっかりと固定しましょう。

ここもチェック! ベランダ

常に整理しておきましょう。

屋内

地震時のケガの原因は家具などの転倒によるものが多く、室内の散乱は逃げ遅れの原因にもつながります。家具の配置や固定具合を見直し、安全対策に努めましょう。

ここもチェック! 支え棒

背の高い家具や本棚は、L型金具や支え棒などで固定しましょう。重い物は下に、軽い物は上に収納しましょう。

ここもチェック! カーテン

出入口や就寝位置と重ならないように家具を配置しましょう。

ここもチェック! カーテンや寝具など

家具の上に割れやすい物を置かないようにしましょう。

ここもチェック! 家具の下に転倒防止

ストッパーを置きましょう。

扉ストッパー

扉にはストッパーを、ガラスには飛散防止フィルムを貼りましょう。

屋根・アンテナ

屋根の破損、アンテナのぐらつきはありませんか?

窓ガラス

飛散防止フィルムを貼りましょう。ガラス飛散対策にはカーテンも有効です!

玄関まわり

避難しやすいように常に整理しておきましょう。

冷蔵庫

ベルト式ストッパーなどで固定しましょう。

テレビ

低い位置に置き、耐震粘着マットなどで転倒防止の対策をしましょう。

暖房機器

周囲に燃えやすい物を置かないようにしましょう。

洪水・土砂災害での行動と備え

台風や大雨による浸水や洪水に注意

台 風

台風は、暴風・大雨・洪水・がけ崩れなどの大きな被害が発生します。台風情報に十分注意し、事前に備えることが必要です。

台風への備え

- ・ハザードマップで避難場所の確認と非常持ち出し品の用意
- ・停電や断水に備える
- ・排水溝や側溝の掃除
- ・窓に養生テープを貼り補強
- ・飛ばされそうなものを固定または家の中に収納

集中豪雨

狭い範囲に数時間に渡って、集中的に大量の雨が降ることです。道路の冠水や浸水、川の急激な増水・氾濫が起こり、山間部では土砂崩れなどの大きな被害が発生します。



洪水(外水氾濫)

台風や大雨で河川の水位が高くなり、想定している水位以上になると、堤防を越えて水があふれたり、堤防を決壊させることで発生します。



内水氾濫

大量の雨が下水道や排水路側溝などに流れ込むことで、街中の排水が間に合わずマンホールや側溝などからあふれ出することで発生します。



避難警戒レベルに注意

災害の危険度

警戒レベル

5災害発生
又は切迫北斗市
が発令

緊急安全確保

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!

4

災害の
おそれ高い北斗市
が発令

避難指示

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。

3

災害の
おそれあり北斗市
が発令

高齢者等避難

避難に時間が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。

2

気象状況悪化

気象庁
が発表

大雨・洪水・高潮注意報

※身の危険を感じたときは警戒レベルに関わらず避難してください。また、必ずしもレベル1から順に発令されるとは限りません。

**警戒レベル5
緊急安全確保** が発令された場合

これまでに経験したことのないような、危険が差し迫った異常な状況にあります
ただちに「命を守る行動」をとってください!

避難時の注意ポイント

最新情報を常にチェック

台風や突然の豪雨等が発生した場合、進路予測や被害予想のより正確な情報をテレビ・ラジオ・インターネット等で収集しましょう。また、避難準備もしておきましょう。



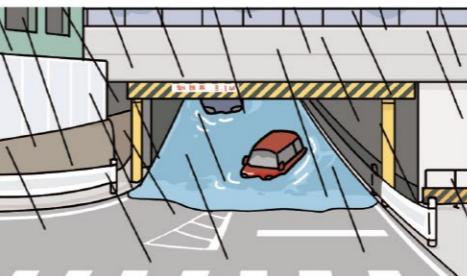
浸水が始まる前に避難

自分が住んでいる地域や近くの川の上流で、豪雨や長雨が続いている場合は要注意です。特に、高齢者や障がいのある方など避難に時間がかかる方は、早めに避難することが大事です。



危険個所に注意!

線路や道路などの下を通る「アンダーパス」はなるべく避けましょう。道路が冠水している場合があります。



足もとに要注意!

道路が浸水していた場合、水面下は水が濁っているため、どんな危険が潜んでいるかわかりません。長い棒や傘などを杖代わりにして水中の安全を確かめながら進みましょう。



暗くなる前に避難

大雨が予想されるときは、明るいうちに避難しましょう。暗くなつてからの避難は視界も悪く、陥没している道路や側溝などに気づかない場合があります。



歩ける深さに注意!

歩行可能な水深の目安は、大人のひざ下くらい(約50cm)までです。浅くとも水の流れが速い場合や、水深が腰まであつたりした場合は無理をせず、高い場所(2階以上)に避難し救助を待ちましょう。



流れが速いと約20cmの深さでも危険です

車が浸水したらすぐ外へ!

水深が30cmに達すると車のエンジンが停止する可能性があり、水深と流される速さが増すと車ごと流される危険もあります。



避難が遅れたら…

もし、避難が遅れ危険が迫ったときは、近くの丈夫な建物のできるだけ高い所に避難しましょう。



雨と風による危険度

気象庁が発表する「雨の降り方」や「風の吹き方」がどんな状況なのかを知っておきましょう。



雨の強さと降り方

やや強い雨 1時間に 10~20mm未満	強い雨 1時間に 20~30mm未満	激しい雨 1時間に 30~50mm未満	非常に激しい雨 1時間に 50~80mm未満	猛烈な雨 1時間に 80mm以上の雨
ザーザーと降る雨。 地面一面に水たまりができる、 地面からの跳ね返りで足元 が濡れ、雨の音で話し声が 聞き取りにくくなります。	どしゃ降りの雨。 傘をさしていても濡れてしま う雨で、側溝や下水、小さな 川があふれ、がけ崩れなど の心配があります。	バケツをひっくり 返したような雨。 河川の氾濫、土石流など が起きやすく、多くの災害が 発生するおそれがあります。	滝のように ゴーゴーと降る雨。 道路が川のようになり、山 崩れ・がけ崩れが起きやす くなります。	息苦しくなるような圧迫 感があり、恐怖を感じる。 雨による大規模災害が発生 するおそれが強くなる。厳重 な警戒が必要となります。



風の強さと吹き方

やや強い風 風速10~15m/s	強い風 風速15~20m/s	非常に強い風 風速20~25m/s	猛烈な風 風速25~30m/s以上
風に向かって歩きにくくなり、樹木全体や電線が揺れ始めます。	看板やトタン板が外れ始め、高所での作業は極めて危険です。	何かにつかまっていると立っていられません。飛来物にも注意しましょう。	木が折れたり、倒れ始めます。屋根や看板が落下・飛散し、道路標識が傾きます。

洪水情報の種類

洪水の危険性が高まった場合に発表される情報について

洪水注意報（気象庁発表）

洪水によって災害が発生する恐れのある場合に、注意を呼びかける予報です。（警戒レベル2）

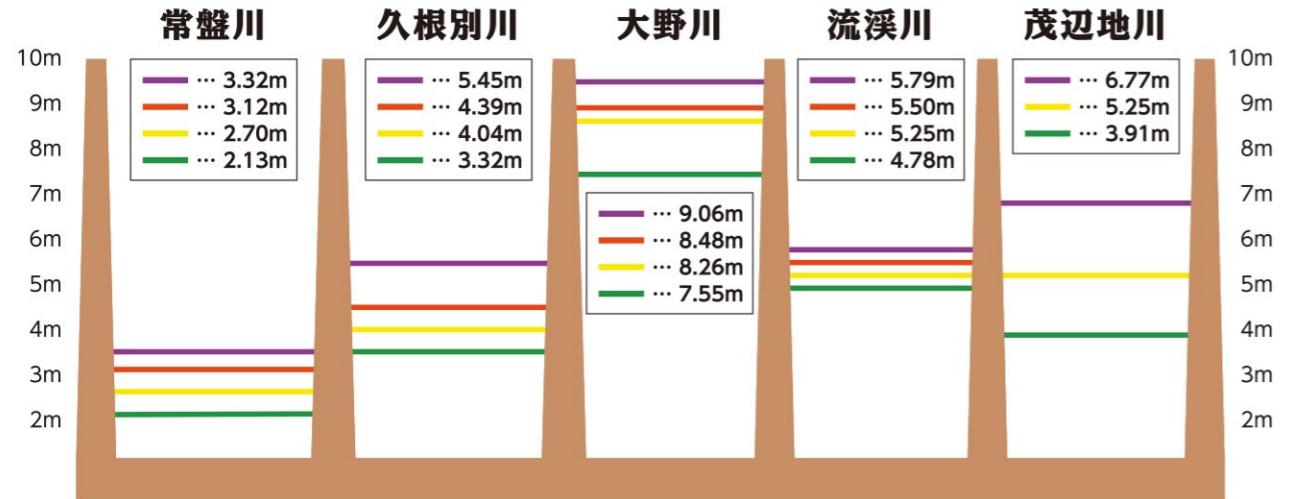
例 河川の増水および堤防の損傷やこれらによる浸水被害

洪水警報（気象庁発表）

洪水によって重大な災害が発生する恐れのある場合に、警戒を呼びかける予報です。（警戒レベル3）

例 河川の増水・氾濫および堤防の損傷・決壊やこれらによる重大な浸水被害

避難情報発令の目安



氾濫危険水位

避難判断水位

氾濫注意水位

水防団待機水位

川の水位については、[川の防災情報 \(https://www.river.go.jp\)](https://www.river.go.jp)*で確認することができます。

*2ページの「情報の入手先」を参照

土砂災害に注意！

土砂災害は、大雨や融雪、さらに長雨や集中豪雨が続いたときに、地中の水分が増して地盤が緩むことで発生するとされています。次のような現象を察知した場合は、直ちに安全な場所へ避難するとともに、関係機関へ通報してください。

土砂災害の種類

地すべり

斜面の一部あるいは全部が、地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象をいいます。一般的に移動土塊量が大きいため、甚大な被害を及ぼします。また一旦動き出すと、これを完全に停止させることは非常に困難です。



急傾斜地 の崩壊 (がけ崩れ)

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れ落ちることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く、被害者の割合も高くなっています。



土石流

山腹・川底の石や土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流されることをいいます。その流れの速さは規模によって異なりますが、時速20~40kmという速度で一瞬のうちに人家や田畠などを壊滅させてしまいます。



普段と違い、少しでも身に危険を感じたら避難するようにしましょう。

土砂災害を事前に予測するには…

雨に注意する



土砂災害の多くは雨が原因で起こります。1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上の降雨量になったら、十分な注意が必要です。



土砂災害警戒情報に注意する

「土砂災害警戒情報」とは、大雨による土砂災害発生の危険度が高まった時、自治体が避難指示等を発令する際の判断や、住民の自主避難の参考となるよう、都道府県と気象庁が共同で発表する防災情報です。

早期避難の判断に役立てください。

北海道士砂災害警戒情報システム

土砂災害警戒情報の発表状況や危険度情報などを見る事ができます。



避難先について

いつどこに避難をするかを知りましょう



指定緊急避難場所

切迫した危険な災害から迅速に命を守るために、**緊急的(一時的)に避難をする場所**です。
災害の種類によって避難先が異なります。

! 長期間の滞在を想定する「指定避難所」とは役割が異なりますので食料や飲料水などの備えはありません。



指定避難所

災害により住居が被害を受け住まいを失った場合や、災害の危険性がなくなるまで**一定期間滞在することを目的とした施設**です。

! 指定緊急避難場所と指定避難所を兼ねる避難所があります。



福祉避難所

災害時に指定避難所での避難生活が困難であると判断された要配慮者(高齢者や障がい者など)を優先して受け入れる施設です。

北斗市が受入を要請し、要請された施設の受入が可能となった場合のみ利用できます。



津波避難ビル

津波から命を守るために、一時的に避難できるよう高さ・耐震性などの条件を満たし、建物の施設管理者の協力を得て北斗市が指定している緊急避難施設です。施設ごとに避難階数やエリアが決められていますので、それ以外の場所に入ってはいけません。

なお、北斗市の津波避難ビルは、**津波が発生または発生する恐れがある時に、お身体の具合により高台への避難が難しい方、要配慮者や避難対象区域外まで避難する時間がなくなった地域住民及び救助活動に従事する者等が、津波からの避難が遅れて、高台への避難が間に合わない場合に、やむを得ず避難できる緊急的・一時的な施設です。**



- 避難スペースが満杯になる場合があるため、いくつかの避難ビルを確認しておきましょう。
- 津波のおそれが去ったときには退去し自宅や指定避難所への移動をお願いします。

福祉避難所の受入対象者「要配慮者」

- ・高齢者や要介護の方
- ・障がいのある方
- ・乳幼児・妊産婦
- ・傷病者など



避難所だけが避難先ではありません！

避難所が過密状態にならないために、「避難所」への避難以外に、「親戚・知人宅」、「ホテルなどの宿泊施設」「車両避難（車中泊※）」、「在宅避難」などさまざまな避難先に、分散して避難することが大切です。
※車中泊は一酸化炭素中毒やエコノミークラス症候群などの健康被害に十分留意することが必要です。

危険性が高い場所にいる場合

避難① 立ち退き避難

指定緊急避難場所・避難所

危険なときは迷わず、
指定の緊急避難場所や
開設されてい
る避難所へ避
難しましょう。



危険性が低い場所にいる場合

避難② 屋内安全確保

在宅避難

避難は立ち退き避難
が基本ですが、自宅
が避難の及ばない安
全な場合のみ可能に
なります。



指定緊急避難場所

指定避難所

津波避難ビル

福祉避難所

一覧表

指定緊急避難場所

NO	施設・場所名	住 所	地震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
1	七重浜住民センター	七重浜2-32-25	○	○	○	○	○	○	○
2	函館水産高校(校舎)	七重浜2-15-3	○	○	○	○	○	○	○
3	函館水産高校(体育館)	七重浜2-15-3	○	○	○	○	○	○	○
4	函館水産高校(グラウンド)	七重浜2-15-3	○				○		
5	浜分ふれあいセンター	七重浜5-11-20	○	○	○	○	○	○	○
6	浜分体育センター	七重浜5-11-20	○	○	○	○	○	○	○
7	浜分小学校(校舎)	追分1-11-31	○	○	○	○	○	○	○
8	浜分小学校(体育館)	追分1-11-31	○	○	○	○	○	○	○
9	浜分小学校(グラウンド)	追分1-11-31	○						
10	浜分中学校(校舎)	追分1-17-1	○	○	○	○	○	○	○
11	浜分中学校(体育館)	追分1-17-1	○	○	○	○	○	○	○
12	浜分中学校(グラウンド)	追分1-17-1	○						
13	追分福祉センター	追分5-14-1	○	○	○	○	○	○	○
14	七重浜ファミリーセンター	七重浜8-3-18	○	○	○	○	○	○	○
15	久根別体育センター	久根別1-18-1	○	○	○	○	○	○	○
16	久根別住民センター	久根別1-29-1	○	○	○	○	○	○	○
17	久根別小学校(校舎)	東浜1-11-1	○	○	○	○	○	○	○
18	久根別小学校(体育館)	東浜1-11-1	○	○	○	○	○	○	○
19	久根別小学校(グラウンド)	東浜1-11-1	○				○		
20	漁村センター	東浜2-18-18	○	○	○	○	○	○	○
21	高規格道路(萩野①)	萩野		○					
22	高規格道路(萩野②)	萩野		○					
23	高規格道路(一本木①)	一本木		○					
24	高規格道路(一本木②)	一本木		○					
25	高台(戸切地陣屋跡)	野崎		○					
26	総合文化センター	中野通2-13-1	○	○	○	○	○	○	○
27	保健センター	中野通2-18-1	○	○	○	○	○	○	○
28	上磯高校(校舎)	中野通3-6-1	○	○	○	○	○	○	○
29	上磯高校(体育館)	中野通3-6-1	○	○	○	○	○	○	○
30	上磯高校(グラウンド)	中野通3-6-1	○				○		
31	上磯小学校(校舎)	中野通200	○	○	○	○	○	○	○
32	上磯小学校(体育館)	中野通200	○	○	○	○	○	○	○
33	上磯小学校(グラウンド)	中野通200	○				○		
34	上磯中学校(校舎)	中野通320-4	○	○	○	○	○	○	○
35	上磯中学校(体育館)	中野通320-4	○	○	○	○	○	○	○
36	上磯中学校(グラウンド)	中野通320-4	○				○		

NO	施設・場所名	住 所	地震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
37	高規格道路(中野通)	中野通		○					
38	飯生住民センター	飯生2-5-1	○	○	○	○	○	○	○
39	林業協業センター	押上1-3-2	○	○	○	○	○	○	○
40	高齢者センター	押上1-3-2	○	○	○	○	○	○	○
41	総合体育馆	押上1-3-1	○	○	○	○	○	○	○
42	添山会館	添山106	○	○	○	○	○	○	○
43	高規格道路(添山)	添山	○						
44	高台(添山地区高台)	添山		○					
45	清川農村センター	清川1604-3	○	○	○	○	○	○	○
46	沖川小学校(校舎)	清川1595	○	○	○	○	○	○	○
47	沖川小学校(体育館)	清川1595	○	○	○	○	○	○	○
48	沖川小学校(グラウンド)	清川1595	○				○		
49	谷好住民センター	谷好3-12-41	○	○	○	○	○	○	○
50	谷川小学校(校舎)	富川2-2-1	○	○	○	○	○	○	○
51	谷川小学校(体育館)	富川2-2-1	○	○	○	○	○	○	○
52	谷川小学校(グラウンド)	富川2-2-1	○				○		
53	富川会館	富川2-6-6	○	○	○	○	○	○	○
54	高規格道路(水無)	水無		○					
55	高規格道路(富川)	富川		○					
56	函館バイコストカントリークラブ	柳沢323-1		○					
57	高台(クリーンおしま)	館野105		○					
58	茂辺地住民センター	茂辺地2-5-56	○	○	○	○	○	○	○
59	茂辺地体育センター	茂辺地3-3-16	○	○	○	○	○	○	○
60	茂辺地小中学校(校舎)	茂辺地3-4-12	○	○	○	○	○	○	○
61	茂辺地小中学校(体育館)	茂辺地3-4-12	○	○	○	○	○	○	○
62	茂辺地小中学校(グラウンド)	茂辺地3-4-12	○				○		
63	茂辺地市の渡農村センター	市の渡84-1	○	○	○	○			

NO	施設・場所名	住 所	地 震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
73	当別(当別東側高台)	当別	○						
74	高台(おしまコロニー)	当別697	○						
75	高台(トラピスト修道院駐車場)	三ツ石392	○						
76	中山会館	中山23	○ ○		○ ○ ○				
77	市渡小学校(校舎)	市渡242	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
78	市渡小学校(体育館)	市渡242	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
79	市渡小学校(グラウンド)	市渡242	○ ○		○				
80	市渡会館	市渡239	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
81	稻里会館	稻里32-3	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
82	大野小学校(校舎)	本町2-12-6	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
83	大野小学校(体育館)	本町2-12-6	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
84	大野小学校(グラウンド)	本町2-12-6	○ ○		○				
85	大野中学校(校舎)	本町554-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
86	大野中学校(体育館)	本町554-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
87	大野中学校(グラウンド)	本町554-1	○ ○		○				
88	北斗市公民館	本郷2-32-5	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
89	スポーツセンター	本郷2-5-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						

指定避難所

NO	施設・場所名	住 所	地 震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
1	七重浜住民センター	七重浜2-32-25	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
2	函館水産高校(校舎)	七重浜2-15-3	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
3	函館水産高校(体育館)	七重浜2-15-3	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
5	浜分ふれあいセンター	七重浜5-11-20	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
6	浜分体育センター	七重浜5-11-20	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
7	浜分小学校(校舎)	追分1-11-31	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
8	浜分小学校(体育館)	追分1-11-31	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
10	浜分中学校(校舎)	追分1-17-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
11	浜分中学校(体育館)	追分1-17-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
13	追分福祉センター	追分5-14-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
14	七重浜ファミリーセンター	七重浜8-3-18	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
15	久根別体育センター	久根別1-18-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
16	久根別住民センター	久根別1-29-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
17	久根別小学校(校舎)	東浜1-11-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
18	久根別小学校(体育館)	東浜1-11-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
26	総合文化センター	中野通2-13-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
27	保健センター	中野通2-18-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
28	上磯高校(校舎)	中野通3-6-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
29	上磯高校(体育館)	中野通3-6-1	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
31	上磯小学校(校舎)	中野通200	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
32	上磯小学校(体育館)	中野通200	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					
34	上磯中学校(校舎)	中野通320-4	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○					

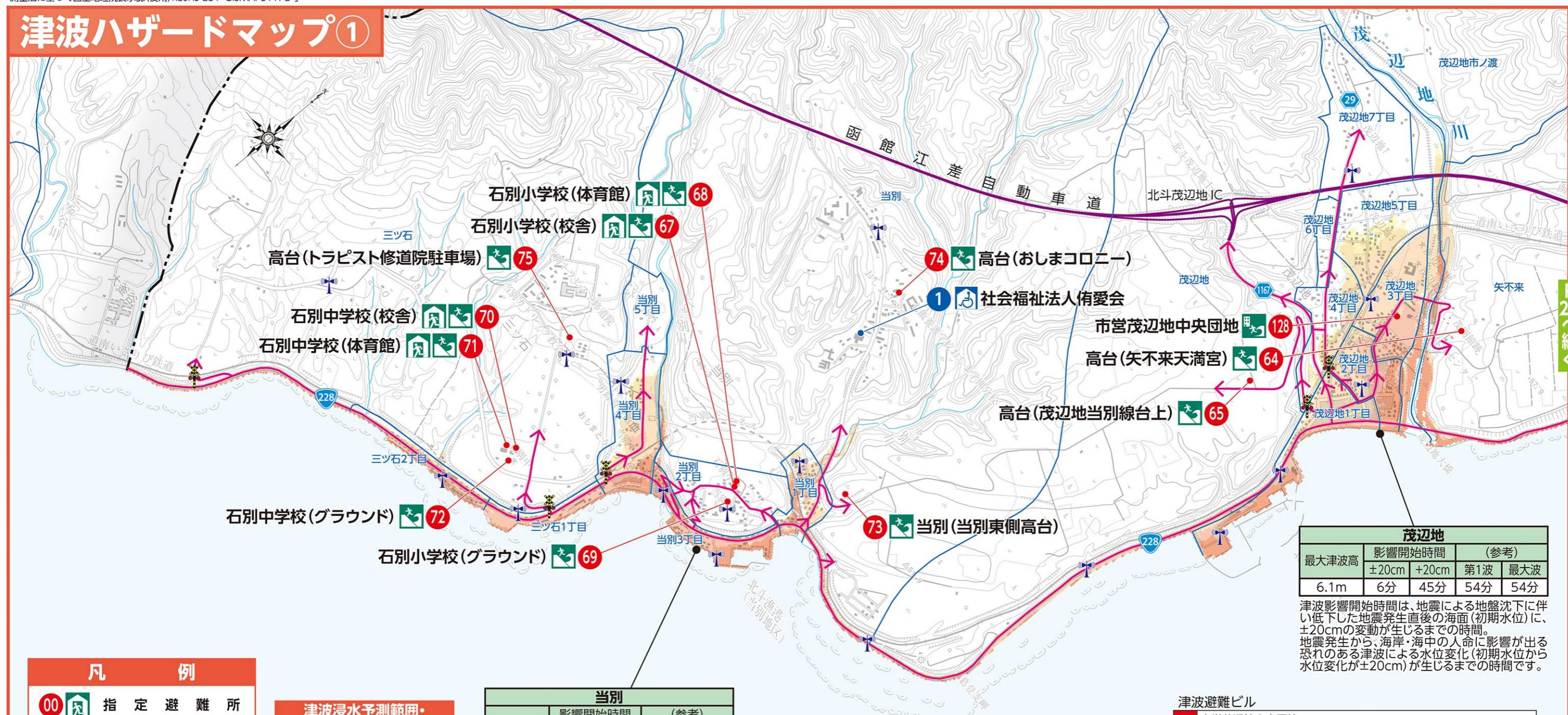
NO	施設・場所名	住 所	地 震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
90	健康センター(せせらぎ温泉)	本町4-3-20	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
91	せせらぎ保健センター	本町4-3-20	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
92	さわやか会館	本町5-3-15	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
93	大野農業高校(校舎)	向野2-26-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
94	大野農業高校(体育館)	向野2-26-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
95	大野農業高校(グラウンド)	向野2-26-1	○ ○		○				
96	向野会館	向野1-10-16	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
97	萩野小学校(校舎)	開発393-9	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
98	萩野小学校(体育館)	開発393-9	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
99	萩野小学校(グラウンド)	開発393-9	○ ○		○				
100	農業振興センター	東前74-2	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
101	島川小学校(校舎)	一本木77-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
102	島川小学校(体育館)	一本木77-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
103	島川小学校(グラウンド)	一本木77-1	○		○				
104	千代田会館	千代田55-6	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
105	一本木会館	一本木134-2	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
106	文月会館	文月228-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						

NO	施設・場所名	住 所	地 震	津 波	洪 水	土 砂	高 潮	火 灾	火 山
78	市渡小学校(体育館)	市渡242	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
82	大野小学校(校舎)	本町2-12-6	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
83	大野小学校(体育館)	本町2-12-6	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
85	大野中学校(校舎)	本町554-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
88	北斗市公民館	本郷2-32-5	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
89	スポーツセンター	本郷2-5-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
90	健康センター(せせらぎ温泉)	本町4-3-20	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
91	せせらぎ保健センター	本町4-3-20	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
92	さわやか会館	本町5-3-15	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
93	大野農業高校(校舎)	向野2-26-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
94	大野農業高校(体育館)	向野2-26-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
97	萩野小学校(校舎)	開発393-9	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
98	萩野小学校(体育館)	開発393-9	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
100	農業振興センター	東前74-2	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
101	島川小学校(校舎)	一本木77-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
102	島川小学校(体育館)	一本木77-1	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						
91	せせらぎ保健センター	本町4-3-20	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○						

津波避難ビル

NO	施設・場所名	住 所
1	七重浜住民センター	七重浜2-32-25
2	函館水産高校(校舎)	七重浜2-15-3
10	浜分中学校(校舎)	千代田55-6
16	久根別住民センター	久根別1-29-1
28	上磯高校(校舎)	中野通3-6-1
34	上磯中学校(校舎)	中野通320-4
107	第3キリンズマンション	七重浜4-18-11
108	道営住宅七重浜団地(2号棟)	七重浜7-2-14
109	道営住宅七重浜団地(3号棟)	七重浜7-2-14
110	道営住宅七重浜団地(4号棟)	七重浜7-2-14
111	道営住宅七重浜団地(5号棟)</td	

津波ハザードマップ①



P 21へ続く

地震・津波

地震・津波

凡 例

00	指定避難所
00	津波避難場所
00	津波避難ビル
00	福祉避難所
↑	防災無線スピーカー
—	高規格幹線道路
—	字界
- - -	市町村界
※	踏切箇所
→	避難路

津波浸水予測範囲・最大浸水深(m)(基準水位)

0m以上～0.3m未満
0.3m以上～0.5m未満 ◀大人のひざまでつかる程度
0.5m以上～1.0m未満 ◀大人の腰までつかる程度
1.0m以上～3.0m未満 ◀1階の天井までつかる程度
3.0m以上～4.0m未満 ◀2階までつかる程度
4.0m以上～8.2m未満

当別

最大津波高	影響開始時間	(参考)
±20cm	+20cm	第1波 最大波
6.2m	8分 44分	54分 54分

津波影響開始時間は、地震による地盤沈下に伴い低下した地震発生直後の海面(初期水位)に、±20cmの変動が生じるまでの時間。
地震発生から、海岸・海中の命に影響が出る恐れのある津波による水位変化(初期水位から水位変化が±20cm)が生じるまでの時間です。

津波避難ビル

128 市営茂辺地中央団地

津波が発生または発生する恐れがある時に、お身体の具合により高台への避難が難しい方、要配慮者や避難対象区域外まで避難する時間がなくなった地域住民及び救助活動に従事する者等が、津波からの避難が遅れて、高台への避難が間に合わない場合に、やむを得ず避難できる緊急的・一時的な施設です。

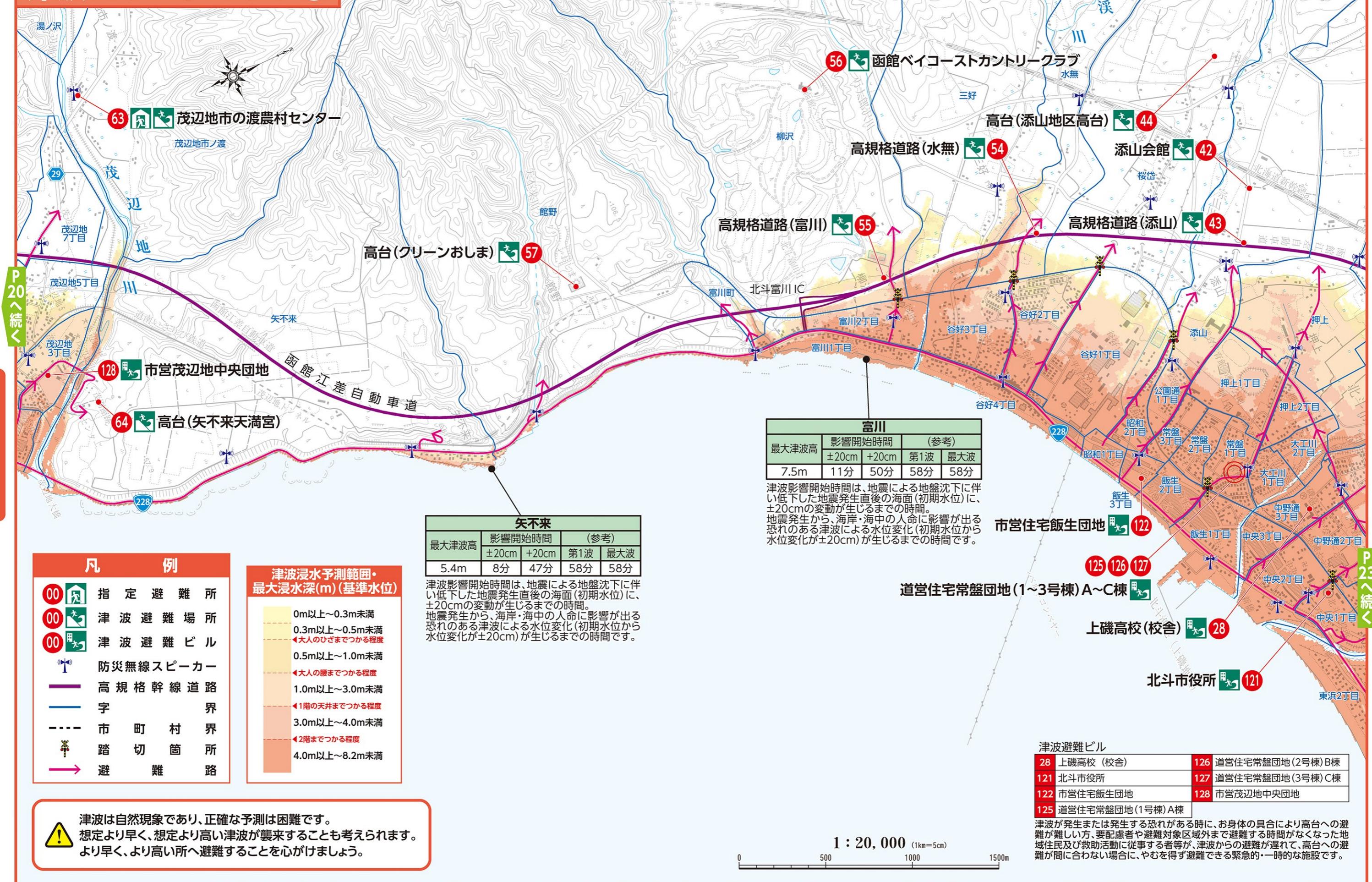
津波は自然現象であり、正確な予測は困難です。
想定より早く、想定より高い津波が襲来することも考えられます。
より早く、より高い所へ避難することを心がけましょう。

津波浸水予測範囲に指定されていない場所でも津波による浸水が発生する可能性があります。

最大クラスの津波が発生した場合に、津波災害警戒区域の外(色のついていない場所)へ避難することを心がけて下さい。

1 : 20,000 (1km=5cm)
0 500 1000 1500m

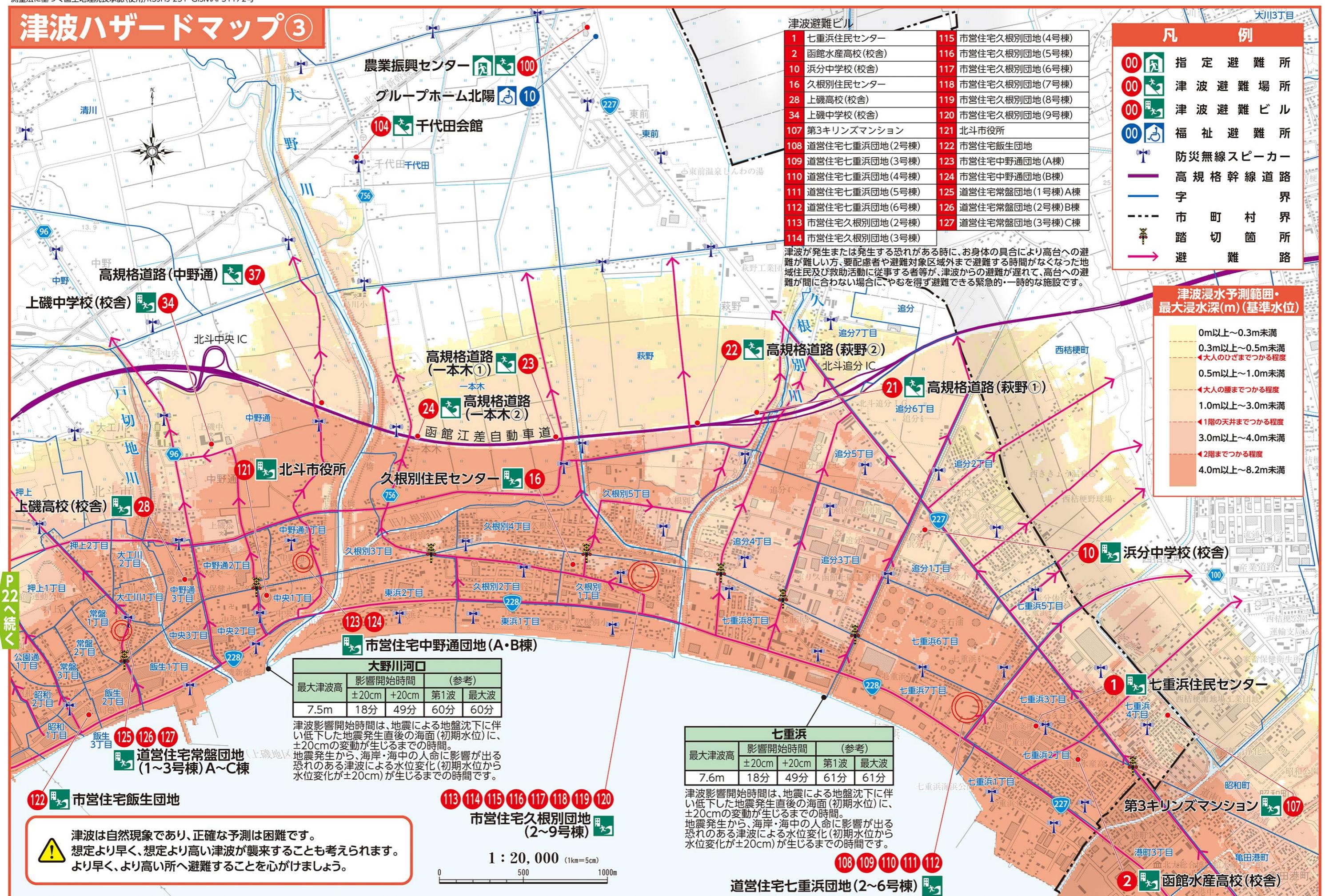
津波ハザードマップ②



津波浸水予測範囲に指定されていない場所でも津波による浸水が発生する可能性があります。

最大クラスの津波が発生した場合に、津波災害警戒区域の外(色のついていない場所)へ避難することを心がけて下さい。

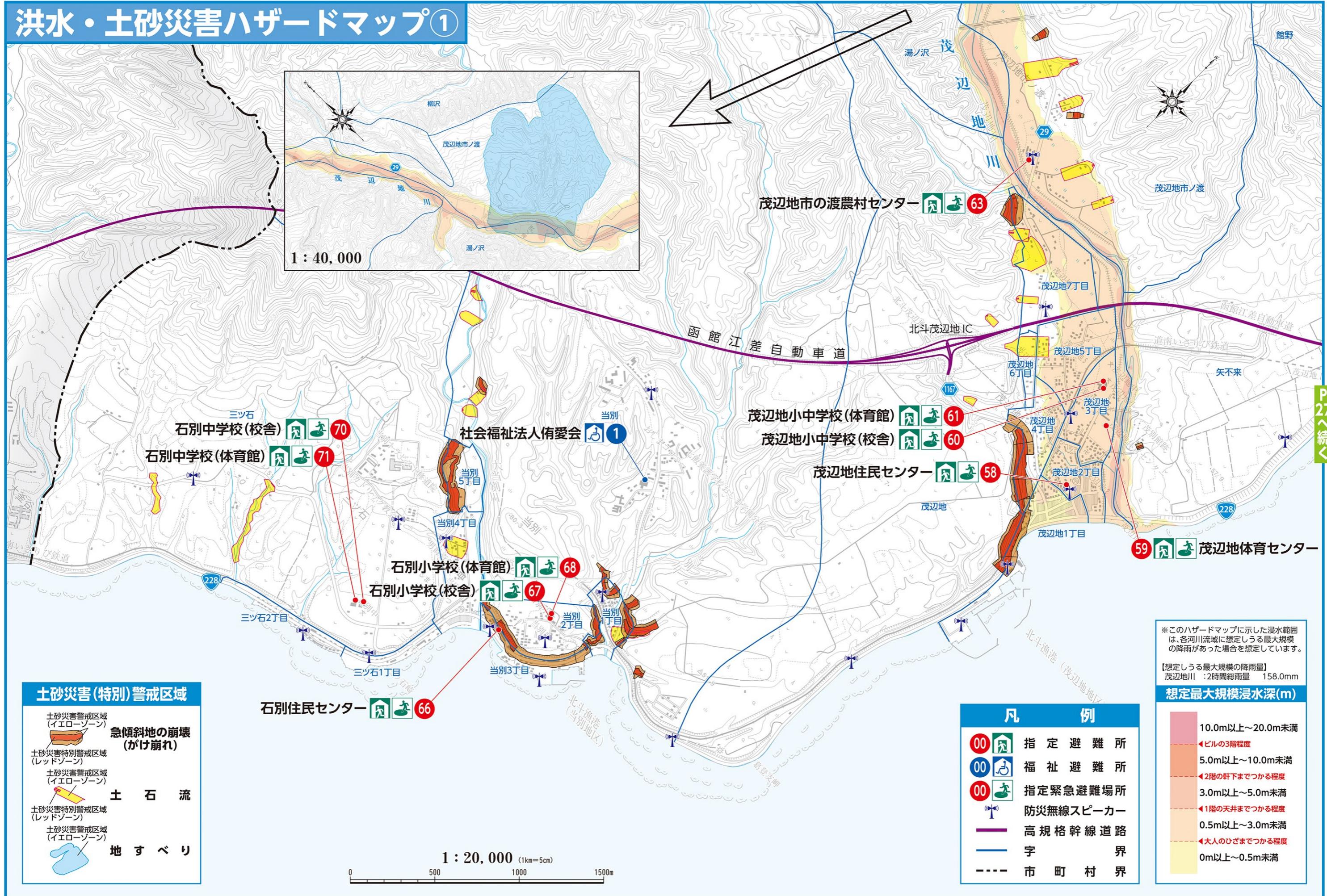
津波ハザードマップ③



津波浸水予測範囲に指定されていない場所でも津波による浸水が発生する可能性があります。

最大クラスの津波が発生した場合に、津波災害警戒区域の外(色のついていない場所)へ避難することを心がけて下さい。

洪水・土砂災害ハザードマップ①



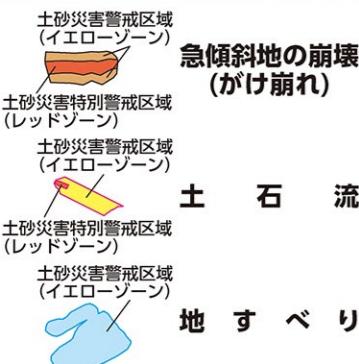
土砂災害(特別)警戒区域に指定されていない場所でも、土砂災害が発生する可能性はあります。

洪水・土砂災害ハザードマップ②

P26へ続く

P31へ続く

土砂災害(特別)警戒区域



洪水・土砂

洪水・土砂

*このハザードマップに示した浸水範囲は、各河川流域に想定しうる最大規模の降雨があった場合を想定しています。

[想定しうる最大規模の降水量]
流氷川 : 24時間総雨量 618.0mm
茂辺地川 : 2時間総雨量 158.0mm

想定最大規模浸水深(m)



1:20,000 (1km=5cm)

0 500 1000 1500m

飯生住民センター

上磯高校(体育館)

上磯高校(校舎)

保健センター

総合文化センター

38

29

28

27

26

31

32

35

34

33

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

36

37

38

39

40

37

38

39

40

41

38

39

40

41

42

39

40

41

42

43

40

41

42

43

44

41

42

43

44

45

42

43

44

45

46

43

44

45

46

47

土砂災害(特別)警戒区域に指定されていない場所でも、土砂災害が発生する可能性があります。

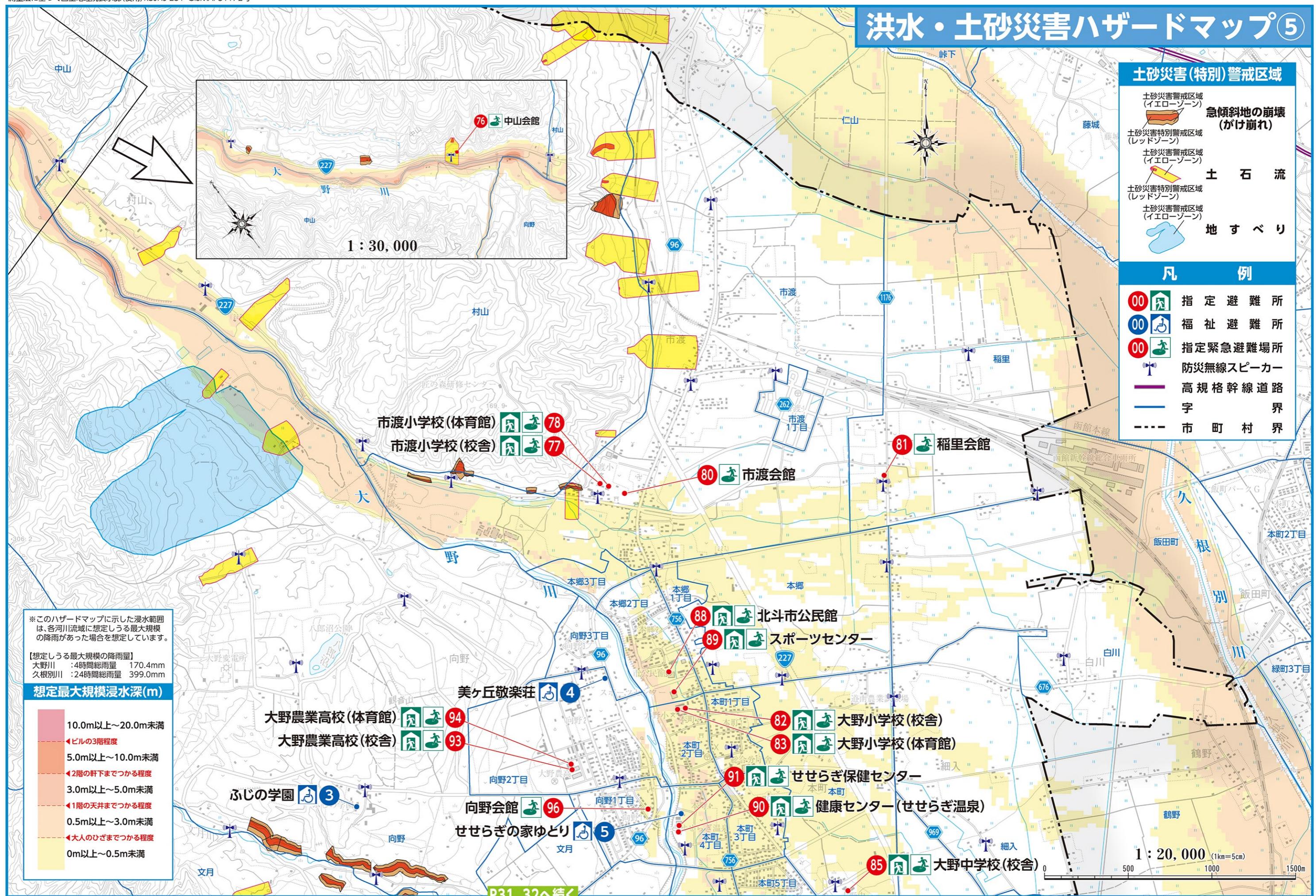
P29へ続く

洪水・土砂災害ハザードマップ③



土砂災害(特別)警戒区域に指定されていない場所でも、土砂災害が発生する可能性はあります。

洪水・土砂災害ハザードマップ⑤



土砂災害(特別)警戒区域に指定されていない場所でも、土砂災害が発生する可能性があります。