

防災入門

災害時に必要な行動や備えについて、
タッピーと一緒に考えよう

タッピーと
考える



防災は日ごろの
備え
心のかまえ

1

身を守る

大災害が起こったとき、おちついて安全確保のための行動をとることが大切です。自分の身は自分で守りましょう。

2

助けあう

大災害が起こっても、消防車や救急車がすぐに駆けつけられるとは限りません。みんなで力をあわせて助けあいましょう。

3

備える

災害の被害を少なくできるよう、日ごろから安全対策を行い、災害に対する心かまえを身につけて、災害に備えましょう。

4

お役立ち 情報

1

身を守る

地震のとき 地震はいつおこるかわかりません。ゆれたそのとき、まず自分の身を守り、家族やとなり近所の安全を確認しましょう。

身を守れ！ 日々の備えと 訓練いかして



時間経過	行 動
緊急地震速報 (数秒～数十秒前) 地震発生	<ul style="list-style-type: none">・落ち着いて、家族に大声で知らせる・火の始末をする・安全な場所へ移動する <p>※速報は、震源が近いと間に合わないこともあります。</p>
地震発生直後 (0～1分)	<ul style="list-style-type: none">・テーブルの下などで自分の身を守る・出入口を開けて逃げ道を確保する 
ゆれがおさまったら (1～5分)	<ul style="list-style-type: none">・素早く火の始末をする・火元を確認する (ガスの元栓を閉め、ストーブなどの火元を確認)・出火を大声で知らせ消火器で消火する・家族の安全を確認する・靴をはき、割れたものに注意する 
(5～10分)	<ul style="list-style-type: none">・ラジオなどで情報を確認する

●東区は市内で最大のゆれになる

これまでの研究により、札幌市に大きな影響が想定される活断層が存在することがわかっています。東区では、震度7という激しいゆれが起こることが示されています。

大災害が起こったとき、おちついて安全確保のための行動をとることが大切です。
自分の身は自分で守りましょう。

風水害のとき

風水害は、天気の変化をある程度予測して準備できる時間があります。
情報を集めて、家での待機や避難の準備をしましょう。

あらしなら むやみに出かかず 家にいて



強い風で物が飛んでくることもあります。道路に水があふれていると、穴があいていてもわかりません。冠水した道路の走行は自動車が故障する可能性があるため避けましょう。

思わぬ事故やけがにあわないよう、むやみに出かけないことが大切です。

水のそば 低いところに 近づかない



強い雨がふったら、川が急激に増水することがあります。川には絶対に近づかないようにしましょう。

地下街や地下室、地下歩道には水が流れ込むことがあるので、浸水の危険があるときは、早めに避難しましょう。

どうなるの？ ラジオ・テレビで お天気確認



ラジオやテレビで、天気はどう変わっていくのか、情報を集めて、停電に備えたり、場所によっては避難を考える必要があります。

危ないと思ったら、早めに親戚や知人宅などに避難することも必要です。

●東区では何度も水害が起こっている

東区の地形は平坦で山がなく、西側に創成川、東側に豊平川及び石狩川に囲まれ、中央部には伏籠川、篠路新川が流れているため、**何度も洪水被害が起きています。**

また、最近では、短時間に大量の雨が降って、マンホールや下水から水があふれる「**都市型水害**」が発生しています。どこでも起こる可能性があり、**低い土地や建物では特に注意が必要です。**

2

助けあう

火事やけが あわてず対応 ワザ生かす



火災が発生したら、すぐに119番通報をし、初期消火作業を手伝いましょう。手に負えないと感じたら、無理をせずに逃げましょう。

けがの手当や救出・搬送方法を訓練していますか？手近にある資材を使い、あわてず対応しましょう。

大丈夫？ まわりに声かけ 早めの避難



風水害では、天候の悪化が見込まれ、大雨などで浸水の被害の恐れがあるときは、早めに避難しましょう。その時には、となり近所にも声をかけましょう。

地震のときにも、被害のようすや、けががないか、となり近所に声をかけましょう。

おとなりさん みんないるかな 安否の確認



避難先では、となり近所も無事に避難しているか、逃げ遅れている人がいないか、確認しましょう。

避難所は みんなおんなじ 助けあおう



避難所では、みんなが同じ立場です。町内会の役員も、役員でない人も、助けあって避難所を運営しましょう。

大災害が起こっても、消防車や救急車がすぐに駆けつけられるとは限りません。
みんなで力をあわせて助けあいましょう。

あいさつする 日ごろのつきあい よりどころ



災害が起きたとき、最初にようすを見にいけるのは、となり近所の範囲です。となり近所と顔の見える関係ができていますか？普段から、あいさつや声かけを心がけましょう。

おせっかい？ いいえ！

声かけて 心細いの とんでいけ

災害が起きたとき、みんなが心細い気持ちになっています。遠慮せずにおたがいに声をかけあいましょう。

特に、災害時に手助けが必要な人たちには、積極的に声をかけましょう。また、手助けが必要な人は、周りの人に助けを求めましょう。

手助けが必要な人は
近くにいませんか？



外国人など日本語の不自由な人



幼児連れや妊産婦



内臓疾患などがある人



移動が困難な人

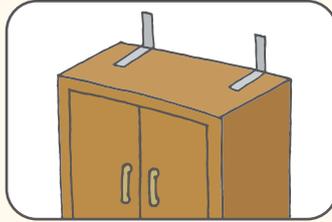
自力での移動が困難な人や、情報を得にくい人は、自分から声をあげて、となり近所に声をかけてくれるようお願いしておきましょう！

●観光施設へのお客さまにも気づかいを

東区にはビール博物館やモエシ沼公園など、多くの観光客が訪れる施設があります。災害時に行き場を失ってしまう観光客への手助けも必要です。

地震の備え

- 建物を耐震化する
- 家具を固定する
- 配置を考える
- はきものや懐中電灯を近くに置く

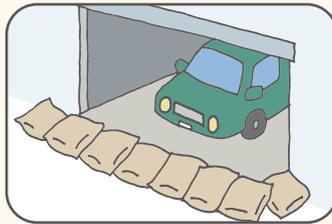


けがをしないように、家具を固定したり、倒れても安全な配置を考えましょう。

われたものなどでけがをしないための厚底のくつ、停電に備えた懐中電灯を手近に用意しておきましょう。

風水害の備え

- 家の周りを片付ける
- 土のうや止水板で浸水防止をする
- くみ出し用 ポンプを用意する



強風に備えて、家の周りの飛びそうなものを片付けましょう。

浸水に備えて、土のうを積んだり、入ってきた水をくみ出す用意をしておきましょう。

3日間を過ごす備え

<主なもの>

- 水（1人1日3リットル）
- たべもの
- 衣類（着がえ、防寒着）
- 救急セット（薬、けがの手当）
- 貴重品・お金
- その他
（ラジオ、懐中電灯、充電池…）

災害が起きたとき、十分な支援物資がすぐに避難場所へ届くとは限りません。自分で3日間を過ごすことのできる備えをしておきましょう。

人それぞれ必要なものがちがいます。赤ちゃんのミルク、老眼鏡、薬など、必要なものを持ち出す準備をしましょう。家族分に少しの余裕があると、周りの人と分けあうこともできます。

水は一人1日3ℓをめやすに用意しましょう。



災害の被害を少なくできるように、日ごろから安全対策を行い、災害に対する心がまえを身につけて、災害に備えましょう。

災害時にいきる心がまえ

日ごろやっていないことは、いざというときにはできません。大切なことは、日ごろから確認しておきましょう。

訓練が いざというとき役に立つ



地域の防災訓練に参加して、避難の時の行動や自分で身を守る方法、となり近所で助けあう方法などを身につけておきましょう。

また、ご近所のみなさんとながりを深め、地域の防災力をアップしましょう。

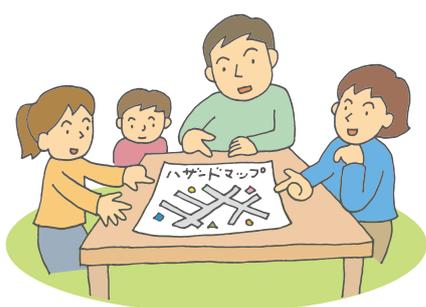
すぐ収集 正しい情報 ラジオやネットで



地震のとき、被害のようすはどれくらいか、どうやって確認しますか？風水害が起こりそうな悪天候のとき、天候の見通しはどうやって調べますか？

情報の収集先を確認しておきましょう。

無事にげる 家族信じて 命の約束



災害が起きたとき、家族はバラバラかもしれません。自分のいる場所が危険なとき、避難する先を知っていますか？市立小中学校などの避難場所（基幹避難所）や経路を確認しておきましょう。

災害時は電話もつながりにくなります。災害用伝言ダイヤル「171」の利用方法を確認しておきましょう。また、毎月1日と15日は、「171」の体験利用ができますので、利用方法を事前に確認しておくといでしょう。

●災害用伝言ダイヤル ^{イ ナ イ} 1 7 1

大きな災害が起こって、電話がつながりにくくなった地域で利用できます。無事を伝えたり、避難場所を連絡したり、メッセージを録音・再生できます。

携帯電話にも同様のサービスがありますので、各社の取扱方法をご確認ください。

1 7 1 を押す

録音のときは 1 再生のときは 2

電話番号 ×××-〇〇〇-△△△△
(固定電話の番号)

4 お役立ち情報

東区地域防災活動手順書

個人や地域での防災活動に役立つ「東区地域防災活動手順書」を作成しております。詳しくは区役所総務企画課へお問い合わせください。

パンフレットで調べる

以下のパンフレットを、区役所総務企画課などの窓口でお配りしています。これ以外にも、防災に関するパンフレット等をご用意していますので、ご相談ください。

さっぽろ防災ハンドブック



災害についての知識やご家庭での備えを紹介！

マンション防災のしおり



高層住宅特有の地震被害や備えを紹介！

地震防災マップ



札幌市で起こる最大の地震被害想定などを紹介！

洪水ハザードマップ



水害の危険性の高い地域などを示した地図です。

※研修会等でご活用いただける『札幌市防災 DVD』の貸出も行っています。

防災センターで学ぶ

札幌市民防災センターは、地震体験や消火体験など各種災害の体験ができる施設です。家族やご近所でぜひご利用ください。

団体で見学する時は事前に申込をおねがいします。

〒003-0023 札幌市白石区南郷通6丁目北

電話番号：011-861-1211 時間 9:30～16:30



東区地域防災活動手順書 概要版「タッピーと考える 防災入門」平成25年7月発行(平成30年1月一部修正)

編集：東区/声かけあい、支えあう、安心安全なまちづくり区民協議会 防災部会

発行：東区 市民部 総務企画課 地域安全担当(東区役所3階20番窓口)

札幌市東区北11条東7丁目1-1 TEL 011-741-2409 FAX 011-723-2691

