

もくじ

はじめに	1-1
1 地震が起きたら	1-2
2 近隣の被害状況を確認	1-3
2-1 被害状況チェック項目	1-4
3 要配慮者の安否を確認	1-5
3-1 要配慮者の安否確認方法	1-6
3-2 要配慮者の安否が確認できない場合	1-7
無事カード	1-8
4 避難所を確認	1-10
5 確認結果の共有	1-11
5-1 各種連絡先	1-12
6 マンションの場合	1-13

はじめに

このカードは、平時より確認し、

- ・ 西区内で震度5弱以上の地震が発生したとき
- ・ 地域の自主防災関係者が
- ・ 自分や家族の安全を確保した後に

とるべき基本的な行動をまとめています。

このカードで行うこと

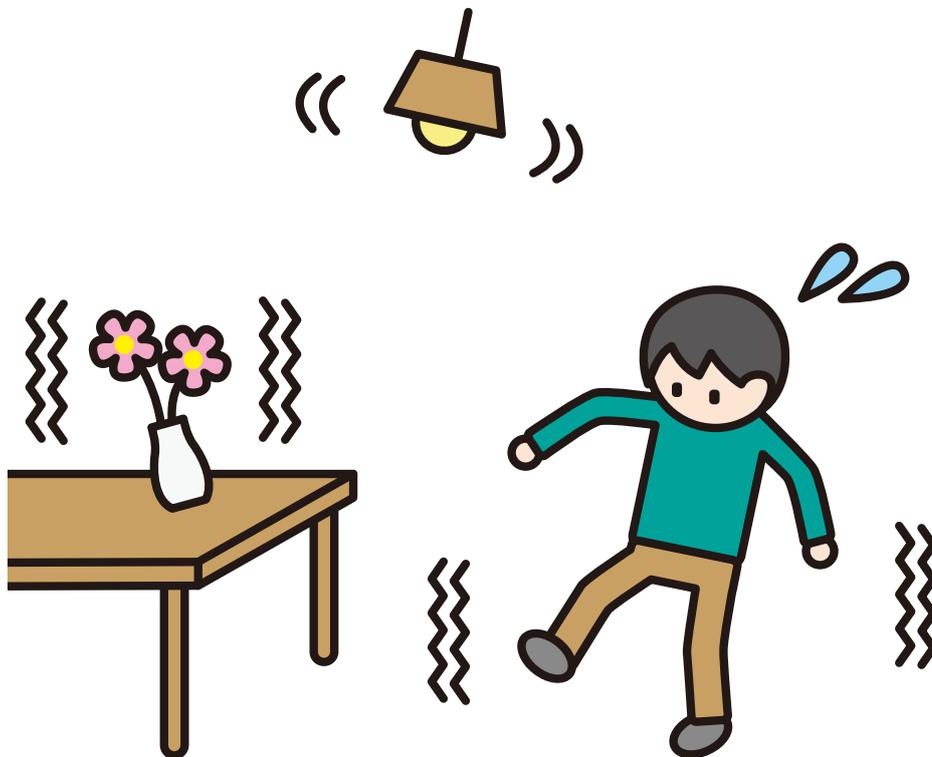
- ・ 近隣の被害状況の確認
- ・ 要配慮者（※）の安否確認

※要配慮者とは
高齢者、障がいのある方、妊産婦など災害時の避難などに
手助けが必要な方のこと。

使用者 地域の自主防災関係者など
(町内会の役員、区長、班長、支援協力者など)

1

地震が起きたら



行動は揺れが収まってから！

- ・ **テレビ・ラジオ・携帯電話**で災害情報を確認
- ・ **停電時は携帯電話・ラジオ（電池式）**で
- ・ 窓などから周囲の火災・停電などの状況を確認

確認したら**2**へ ▶

2

近隣の被害状況を確認



・ 班ごとなど、歩いて見て回ることができる範囲で被害状況を確認する

いざという時すぐに動けるように
あらかじめ担当区域や分担を決めておくとよい

被害状況の確認チェック項目は **2-1** へ

2-1

被害状況チェック項目

被害がある場所では、近づかず安全な場所から確認する

<input type="checkbox"/> 建物	<input type="checkbox"/> 道路
外壁や塀、柱などの倒壊、傾斜、沈下はないか 	ひび割れや液状化、倒木はないか 
<input type="checkbox"/> ライフライン	
<input type="checkbox"/> 水道 地下水などによる氾濫はないか <input type="checkbox"/> ガス管 ガス臭くないか <input type="checkbox"/> 電柱・電線 倒壊や断線はないか	
<input type="checkbox"/> 山／がけ／河川【注意】	
雨や余震がある場合、がけ、山、川など危険な場所には近づかない（被害状況を見に行かない）	

画像出典：災害写真データベース

確認したら **3** へ ▶

3

要配慮者の安否を確認



・ 同じ班内や隣近所など、できる範囲で
要配慮者の安否を確認する

いざという時すぐに動けるように
あらかじめ担当区域や分担を決めておくとよい

要配慮者の安否確認方法… **3-1**へ ▶

確認したら **4**へ ▶

3-1

要配慮者の安否確認方法

・ 主な確認の方法

- ・ 直接訪問
- ・ 電話
- ・ 無事カードなど目印の確認
- ・ その他（



)

- ・ 災害時は支援者自身もすぐに動けないときもある
- ・ 普段から双方で取り決めをしておくスムーズ

【安否確認の取り決め例】

- ・ もし支援者からの安否確認がない場合、要配慮者は○時間以内に支援者へ電話
- ・ 要配慮者自身が『無事カード』を玄関に掲示する

3-2

要配慮者の安否が 確認できない場合

・ 建物に被害がないなど、安否確認を 続ける場合

- ・ 「声が聞こえたり姿が見えるか？」
- ・ 「部屋の電気がついているか？」
などできる範囲で安否を確認する

・ 建物が倒壊しているなど、 急いで安否確認をする必要がある場合

消防または警察に安否確認を要請

- ・ 消防（119番、もしくは西消防署 011-667-2100）
- ・ 警察（110番、もしくは西警察署 011-666-0110）

※建物の倒壊によりがれきの下に要救助者がいる
場合は [消火・救出・手当編](#)へ

家の中にいるものは

無事です

確認した機関はチェックしてください

町内会・民生委員・警察・消防・区役所

月 日 時 分

無事カードの使い方

このカードは、災害時
自分や家族が無事な場合に、
玄関などに貼り付けておきます



▲安否確認に来た人がすぐに判断することができ、
何度も訪問する必要がなくなります

4

避難所を確認



・ 近くの避難所へ行ってみる

避難所が開設されているか？

外で待っている避難者はいないか？

気温や気象状況等からこのまま待つことは可能か？

などを確認

・ すぐに避難所を開けることが必要な時は

[避難所編](#)へ

被害状況、要配慮者の安否、
避難所等を確認したら **5**へ ▶

5

確認結果の共有

被害状況・安否確認をした人

必要に応じて状況を報告

町内会長や防災部長など

町内の情報の把握・集約

まちづくりセンター

各地域のまちづくりセンターで情報の把握・集約

西区役所

災害時の各種連絡先や連絡網は **5-1** へ ▶

基本行動編

5-1

各種連絡先

まちづくりセンター

八軒	011-611-2221	西野	011-663-0360
琴似二十四軒	011-621-2508	山の手	011-613-1929
西町	011-661-2591	発寒	011-664-6411
発寒北	011-661-6262	八軒中央	011-615-9588

西区役所

011-641-2400

(つながらない場合)011-641-6926 〈地域振興課直通〉

西警察署

011-666-0110

西消防署

011-667-2100

※アクションカードと併せて町内会や自主防災組織の**連絡網**を保管してください。

マンションの場合

- ・ 要配慮者の安否確認のほか、管理組合と連携して警報、機械設備、建物等の被害を確認する

管理人室などに集合

各種警報を確認

機械設備を確認

建物の被害を確認

基本行動編

警報の主なチェック項目

- 管理人室などの警報監視盤を確認
- 火災が発生していないか

機械・設備の主なチェック項目

- 停電していないか
- エレベーターは停止していないか・閉じ込められた人がいないか
- 機械室の周辺に水漏れはないか
- 非常用発電機は動いているか(設置している場合)
- ボイラーやポンプなどの機械設備に異常がないか
- 排気ファンなどの空調設備に異常がないか
- 下水管・汚水管の異常がないか

建物被害の主なチェック項目

〈構造部分〉

- 外壁に異常がないか
- 主要な柱に異常がないか

〈構造以外の部分〉

- 窓ガラスが破損し床に散らばっていないか
- 防火扉の開閉状況(振動で作動している場合がある)