

石狩市 地区防災 ガイド

『自分の命は自分で守る』
令和8年3月改訂版

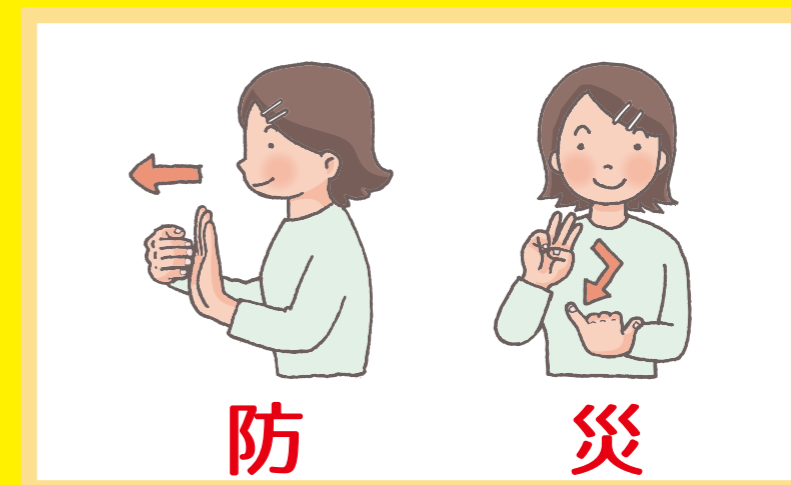
ご協力ありがとうございました

地区防災ガイド策定会議参加者
石狩市防災マスター連絡会
石狩市視覚障がい者協会瞳会
特定非営利活動法人石狩聴力障害者協会
石狩市身体障害者福祉協会
石狩大地の会
石狩朗読ボランティアの会
石狩市校長会

- ・本冊子はより多くの人が見やすいよう、配慮して作られています。
- ・掲載の情報は令和8年3月時点のものです。
- ・実際の災害時には必ずしも本冊子の記載のとおりになるとは限りません。
- ・本冊子掲載の図の無断複製、転載・複写・借用などは、著作権法上の例外を除き禁じます。

火災保険や地震保険などに加入しておくと安心です。

発行元：石狩市総務部危機管理課



二次元コードを読み取ると、
このページの内容を
手話動画で確認できます。

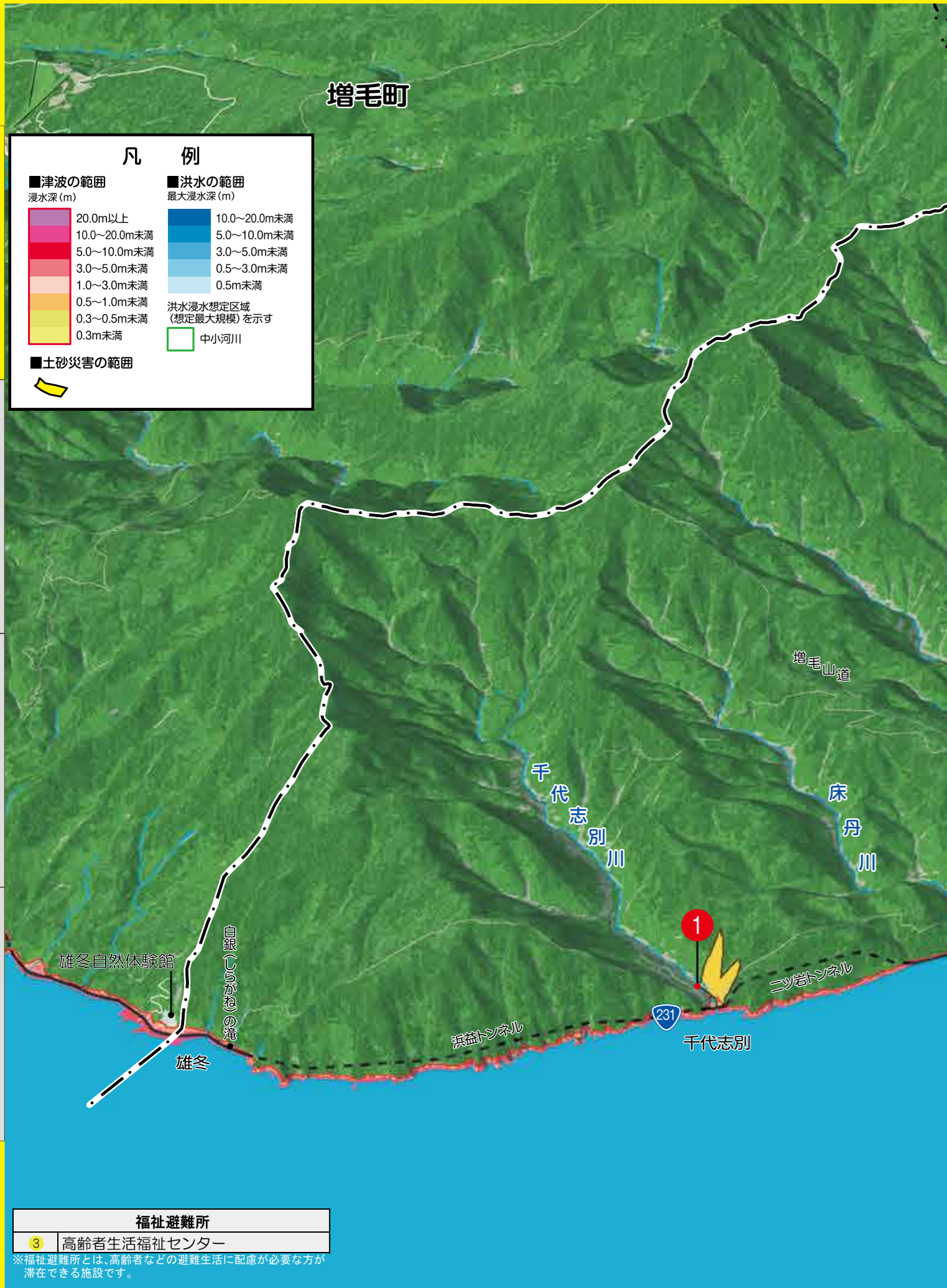


Ishikari Disaster Prevention Guide
石狩市防災指南

Руководство по предупреждению стихийных бедствий г.Исикари



危険な場所と避難先を知ろう



知ろう
備えよう
学ぼう
支えよう

福祉避難所	
③	高齢者生活福祉センター

※福祉避難所とは、高齢者などの避難生活に配慮が必要な方が滞在できる施設です。

※津波の範囲は、平成 29 年 2 月 9 日に北海道が設定した日本海沿岸の津波浸水想定を加工して作図したものです。
 ※この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の 2 万 5 千分の 1 地形図を使用しました。(承認番号 平 28 情使、第 307-GISMAP40104 号)

地区防災マップ

地図
Map / 地图 / Карта

左手のひらに人差し指を出した右手を乗せゆらしながら前に出す。



付 録

切りとって地区防災マップに貼ると自分だけの地区防災マップになります！

自宅 職場 学校

避難所 病院 避難の時に注意する場所

この地区防災ガイドは、災害時の自助と共助を可能にするため、皆さまの声を反映して作られました。

【地区防災ガイド策定会議の状況】



地区防災マップは、地区防災ガイドの一部であり、以下の地区に区分し、災害想定や避難所などを分かりやすくまとめた地図です。
 皆さまがお住まいの地区の地図がポケットに入っています。

【地区防災マップ一覧】

- 旧石狩市域 花川北 / 花畔 / 花川東・緑苑台 / 花川南 / 樽川 / 新港 / 生振 / 本町 / 右岸
- 厚田地域 厚田・別狩 / 発足・下発足 / 古潭・嶺泊 / 望来 / 聚富・虹が原・緑ヶ原 / 安瀬・濃昼
- 浜益地域 浜益 / 川下・柏木 / 実田・御料地 / 毘砂別・送毛・濃昼 / 幌・群別 / 雄冬・千代志別・床丹

みんなで支えよう

大丈夫

All right /没关系 /
Все в порядке

右手指先を左胸と
右胸に順に当てる。



避難の時に支援が必要な方がいます

目の不自由な方や高齢の方など、自分で避難をすることがむずかしい方々があります。日頃から声をかけあって、円滑な避難ができるよう支援しましょう。

心配りを覚えよう

目の不自由な方

- 声をかけて、どんなお手伝いができるか尋ねる
- 誘導する際は、ひじをつかんでもらい、階段などの段差に気を配りゆっくり歩くなど

耳の不自由な方

- 筆談や手話、身振りなどで適切な情報を提供する
- 口の動きで言葉を理解できることもあるため、大きく口を開けて話す
- 停電の際には、懐中電灯で自分の口元を照らして話すなど

音声言語障がいの方

- 相手の言葉を注意深く聞き取るよう心がける
- メモなどを活用して情報の提供に努めるなど

手足の不自由な方

- 行き先などを伝えながら安全な方法で避難の支援をする
- 避難時に必要なもの(車椅子など)は、すぐに使える場所においてもらうなど

判断能力が不十分な方

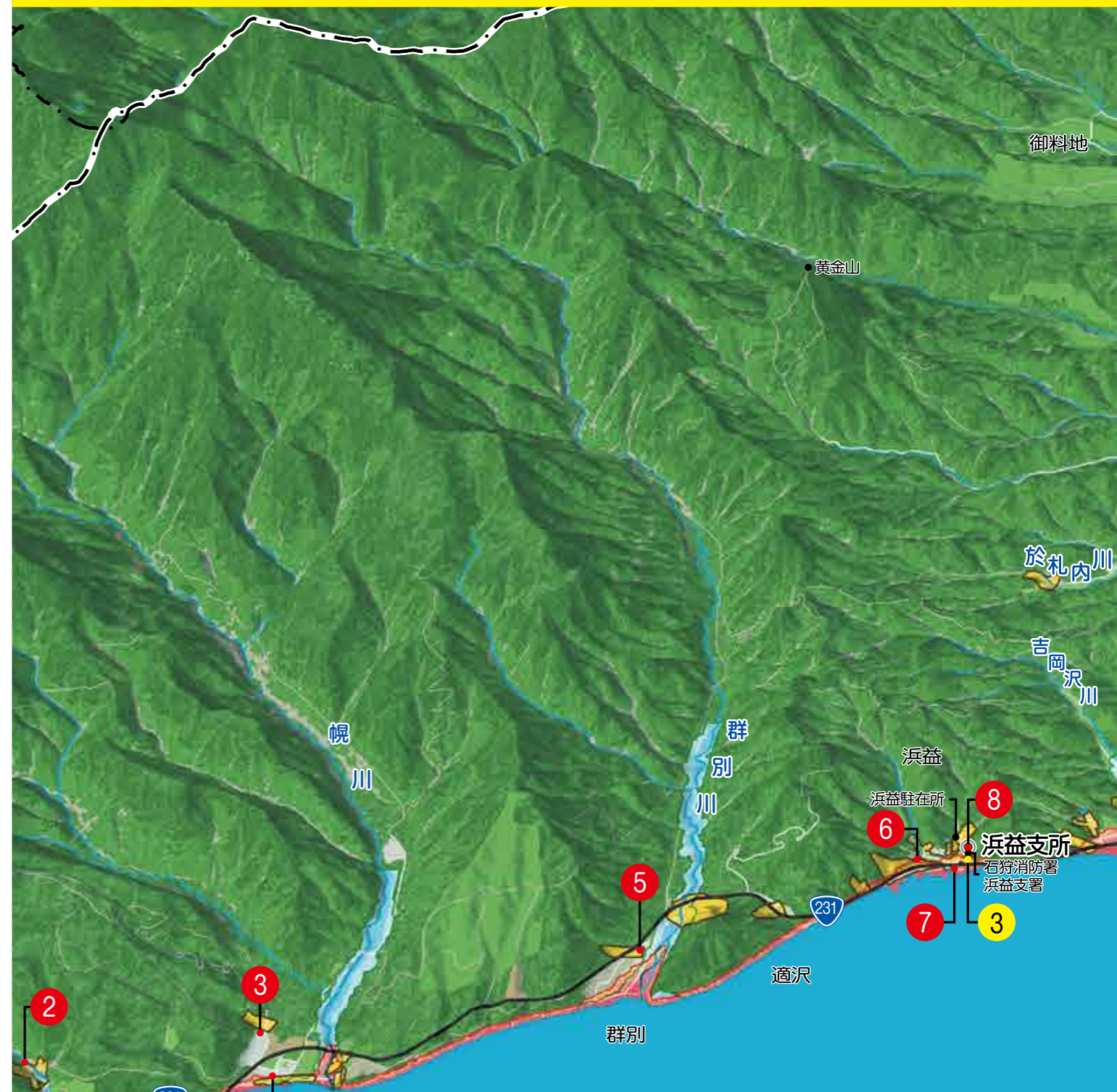
- 精神的な動揺を極力和らげてあげるよう、安心できる言葉をかけ続ける
- 具体的に何をしないとイケないのか、分かりやすい言葉で説明するなど

高齢・病気により介護が必要な方

- 担架の準備や簡易担架の作り方を覚えておく
- 普段から見守り合える関係を培うなど

主要な手話を覚えよう

耳の不自由な方は、周りで何がおこっているのかわかりにくく、災害のときなどは不安になることがあります。ほんの少しの手話が安心につながります。



指定緊急避難場所	災害の種類						指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	
① 旧千代志別小学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	×
② 旧床丹小学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	×
③ 旧幌中学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	×
④ 幌会館	×	○	○	○	○	○	×
⑤ 浜益スポーツセンター	△	○	○	○	○	▲	×
⑥ 浜益学園	△	○	○	○	○	×	×
⑦ 浜益学園前庭	○	○	○	○	○	×	×
⑧ 浜益支所	△	○	○	○	○	○	×

※幌川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった、幌川水系幌川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※群別川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった、群別川水系群別川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※吉岡沢川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった、浜益川水系吉岡沢川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
 ※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたものを示す。▲：2階以上の避難について現象に対応できるものを示しています。」
 ※土砂災害の範囲は、北海道が指定した土砂災害特別警戒区域及び土砂災害警戒区域を加工して作図したものです。

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

知ろう

備えよう

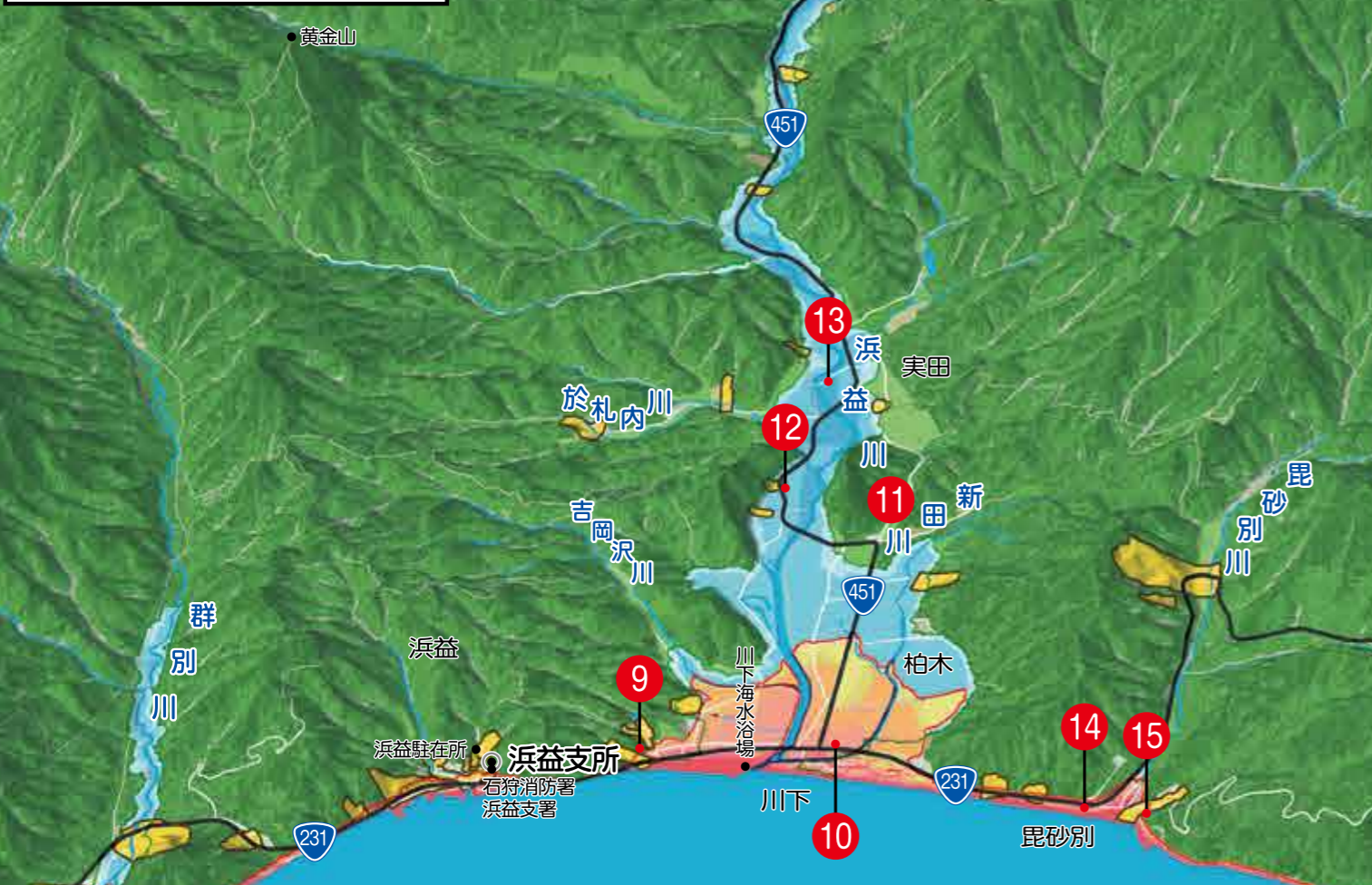
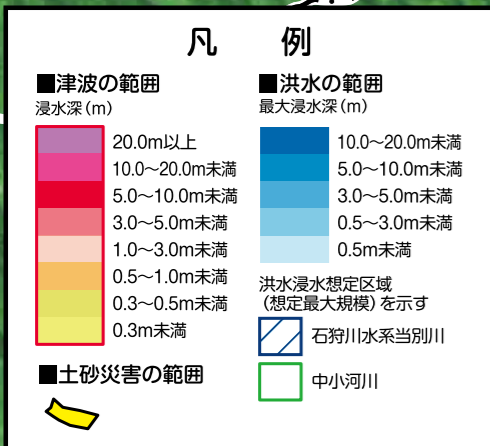
学ぼう

支えよう

危険な場所と避難先を知ろう

※群別川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった群別川水系群別川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※吉岡沢川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった浜益川水系吉岡沢川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※浜益川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった浜益川水系浜益川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※新田川の洪水の範囲、平成30年12月に北海道から提供のあった浜益川水系新田川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。

新十津川町



指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
9 旧はまます保育園	△	○	○	○	○	○	×	○
10 旧はまます保育園園庭	○	×	○	×	○	○	×	
11 摺鉢山会館	△	○	○	○	○	○	×	○
摺鉢山会館駐車場	○	○	○	○	○	○	×	
12 石狩市浜益保養センター(浜益温泉)	△	○	○	×	○	×	×	○

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
 ※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲：2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

※津波の範囲は、平成29年2月9日に北海道が設定した日本海沿岸の津波浸水想定を加工して作図したものです。
 ※この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用しました。(承認番号 平28情使、第307-GISMAP40104号)

土砂災害を学ぼう

雨
Rain/雨/
Дождь

軽く開いた指先を下に向け両手を繰り返し下におろす。

土砂災害は、大雨や地震によってがけ崩れや地すべりなどがおこる災害です。家の近くにかげや山沿いの沢がある場合は十分な注意が必要です。

土砂災害の種類

土砂災害の兆候を見つけたときは、すぐにその場から避難しましょう。また、土砂災害の兆候などについて、警察や消防に連絡しましょう。

災害の種類	どんな災害?	どんな兆候?
がけ崩れ	<p>地面にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、弱くなった台地の急斜面や切り土斜面から突然崩れ落ちる現象のことをいいます。突発的に起こり、瞬時にして崩れ落ちるので、逃げ遅れる人も多く、被害が大きくなります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 小石がばらばら落ちてくる ● がけに亀裂が入る ● がけから水が噴き出る ● 地下水や湧き水が止まる ● がけから木の根が切れる音がする など
地すべり	<p>比較的ゆるやかな斜面において、地中の粘土層などの滑りやすい面が地下水などの影響で、ゆっくりと動き出す現象のことをいいます。一度に広範囲で発生するため、住宅や道路、鉄道などに大きな被害を及ぼします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● がけや斜面から水が噴き出る ● 地面がひびわれたり、陥没する ● 井戸や沢の水がにごる ● 家や擁壁に亀裂が入る ● 樹木や電柱が傾く など
土石流	<p>谷や斜面にたまった土や石、砂などが大雨による水と一緒に一気に下流に押し出される現象のことをいいます。破壊力が大きく、また、流れる速度も速いため、大きな被害をもたらします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 山鳴りがする ● 急に川の水がにごり、流木が混ざり始める ● 雨が降り続けているのに川の水位が下がる ● 腐った土のにおいがする ● 立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえる など

知ろう
備えよう
学ぼう
支えよう

知ろう
備えよう
学ぼう
支えよう

風水害を学ぼう

洪水
Flood / 洪水 /
Наводнение



左手の指先を前に向け、その上を右手で越える。




風水害は雨や風が強くなることで、洪水や建物被害などがおこる災害です。天気予報などで、しっかりと事前の情報収集を行いましょう。






※気象庁ホームページ: <https://www.jma.go.jp/jma/index.html>







雨の降り方と風の吹き方について

テレビやラジオの天気予報の中では、雨や風の強さを下記のような言葉で表現しています。

◆ 雨の降り方に関する基準 (1時間雨量)

やや強い雨 (10～20mm)	強い雨 (20～30mm)	激しい雨 (30～50mm)	非常に激しい雨 (50～80mm)	猛烈な雨 (80mm以上)
				
ザーザーと降り、地面からの跳ね返りで足元が濡れる。	土砂降り。傘をさしていても濡れ、車ではワイパーを早くしても見づらい。	バケツをひっくり返したような雨。道路が川のようになり、高速走行時にはブレーキが効かなくなることがある。	ゴーゴーと降り続き、滝のような印象を受ける。視界が悪くなり、車の運転は危険。	息苦しくなるような圧迫感があり、恐怖を感じるレベルとなる。

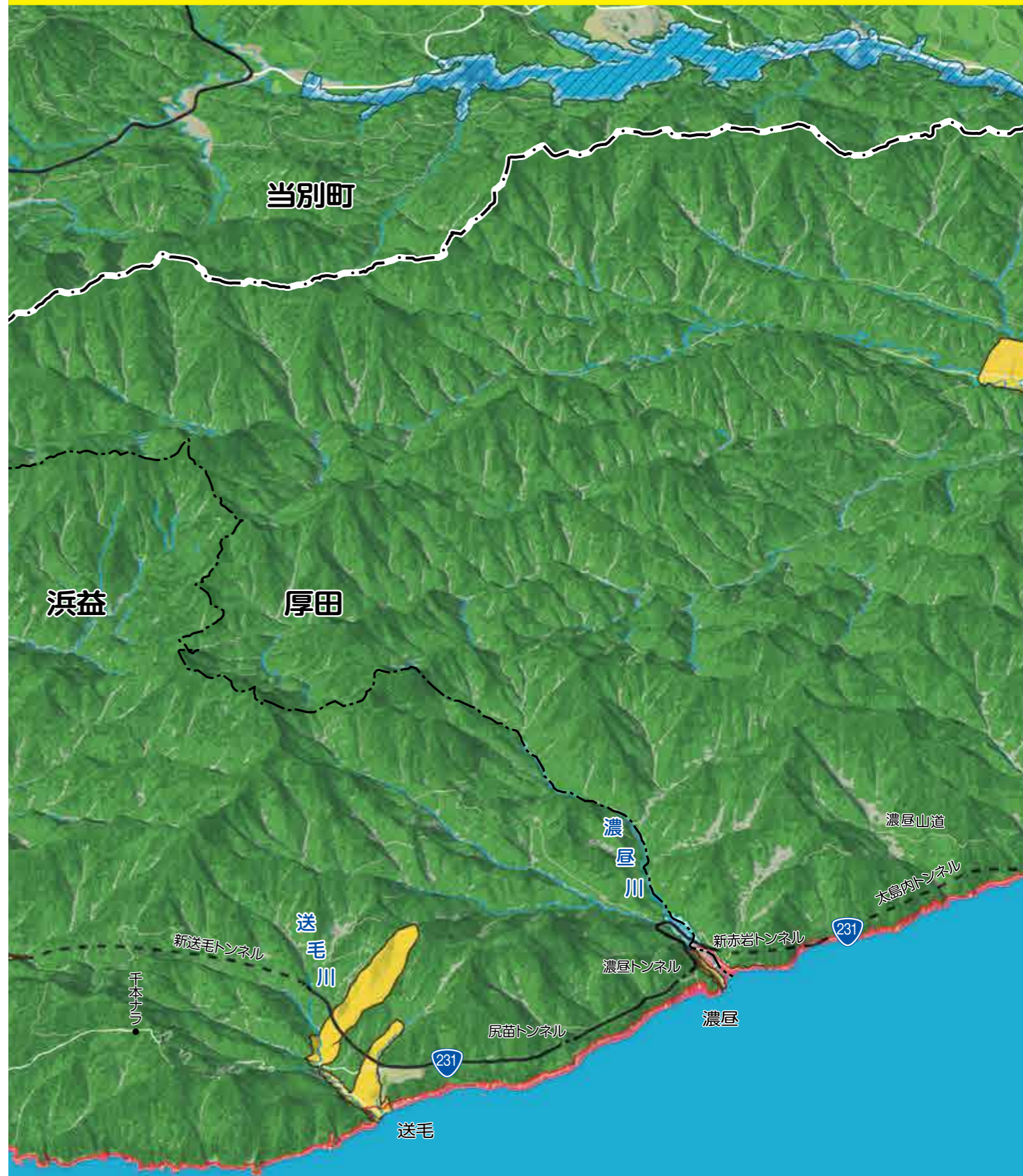
◆ 風の吹き方に関する基準 (平均風速)

やや強い風 (10～15m/秒)	強い風 (15～20m/秒)	非常に強い風 (20～30m/秒)	猛烈な風 (30m/秒以上)
			
風に向かって歩きにくくなる。樹木全体が揺れ始め、高速運転中では横風に流される感覚を受ける。	風に向かって歩けなくなり、高所での作業は極めて危険になる。電線が鳴り始め、高速運転時では横風に流される感覚が大きくなる。	何かにつかまっていなくて立ってられなくなる。看板が落下する恐れがある。車では、通常で速度で運転するのが困難に。	屋外での行動は極めて危険になる。多くの樹木が倒れ、走行中のトラックが横転する可能性がある。風速40m/秒になると、倒壊する住宅も出る。

※気象庁「雨の強さと降り方」「風の強さと吹き方」をもとに作成

注目!

冬季の暴風は、雪を伴った暴風雪となり、屋外での視界が悪くなります。暴風雪の時は、不要な外出は控えましょう。



指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
13 実田会館	△	○	○	×	○	○	×	○
13 実田会館駐車場	○	○	○	×	○	○	×	
14 毘砂別会館	×	×	○	○	○	○	×	○
15 毘砂別神社下市道	○	×	○	○	○	×	×	

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
※表中の記号は、「○: 現象に対応できるもの ×: 現象に対応できないもの △: 施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲: 2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

※土砂災害の範囲は、北海道が指定した土砂災害特別警戒区域及び土砂災害警戒区域を加工して作図したものです。
※濃尾川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった、濃尾川水系濃尾川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で浸水範囲を概略で示しています。

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

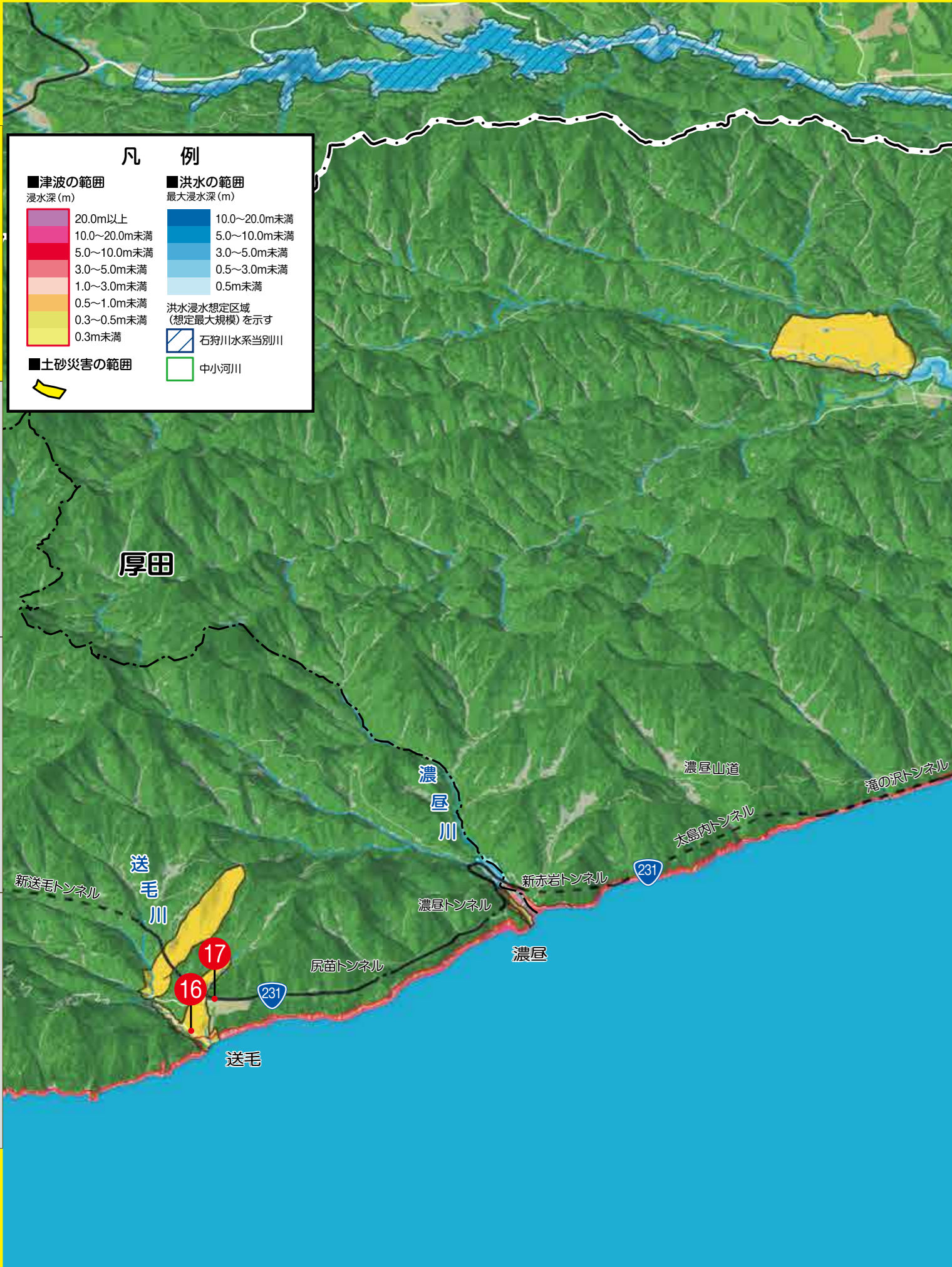
知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

危険な場所と避難先を知ろう



※濃屋川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった、濃屋川水系濃屋川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で浸水範囲を概略で示しています。

※津波の範囲は、平成29年2月9日に北海道が設定した日本海沿岸の津波浸水想定を加工して作図したものです。

※この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用しました。(承認番号 平28情使、第307-GISMAP40104号)

津波を学ぼう

津波
Tsunami / 海啸 / Цунами

水平においた左手の上を右手で乗り越えて、前方に出す。



津波は地震と同様にいつおきるかわかりません。自分の判断で率先して避難することが求められます。あらかじめ、身近で安全な高い場所を確認しておきましょう。

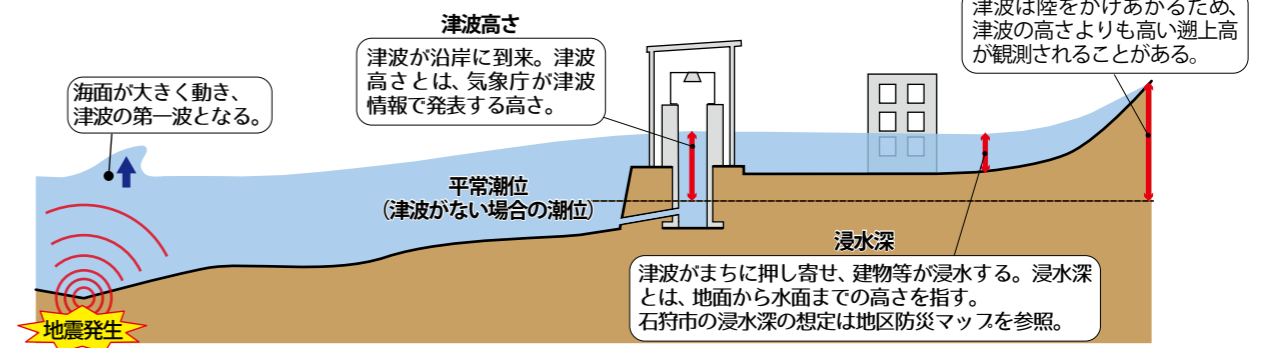
「津波フラッグ」は津波警報等が発表されたことをお知らせする旗です。

津波フラッグを見たらすぐに上げて！

※気象庁ホームページ参照

津波の起こり方

海の底で地震がおきたときに津波がおきます。「津波高さ」とは、海岸付近の海面がどのくらい高くなるかをいいます。津波が陸地と川をかけ上がることを「遡上」といい、この高さを「遡上高」といいます。



津波警報・注意報の種類は？

地震がおきた後、3分後には津波警報などの情報が発表されます。

※津波警報・注意報を発表した場合は、予想される津波の高さも津波情報で発表します。この時、通常5段階で発表しますが、巨大地震に対しては地震の規模をすぐに精度よく求められないため、予想される津波の高さを「巨大」などの言葉で表し、まずは非常事態であることを伝えます。

種類	数値での発表	巨大地震の場合の発表	取るべき行動
大津波警報	10m超 (10mを超過した津波がくる)	巨大	沿岸部や川沿いなど、津波被害が想定される場所にいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難する。
	10m (5m超過 10m以下の津波がくる)		
津波警報	5m (3m超過 5m以下の津波がくる)	高い	海の中にいる人は、ただちに海から上がり海岸から離れる。
	3m (1m超過 3m以下の津波がくる)		
津波注意報	1m (0.2m超過 1m以下の津波がくる)	—	

※気象庁ホームページをもとに作成

災害伝言ダイヤルとは？

大規模な地震や津波の災害がおきたときは、電話がつながりにくくなります。被災した方が安否情報等を録音することができる「声の伝言板」です。

※詳しい内容は NTT のホームページで確認してください。

伝言を録音する時 **伝言を聞く時**

171にダイヤル

ガイダンスに従い①をダイヤル ガイダンスに従い②をダイヤル

市外局番から電話番号をダイヤル

- 被災地の方 : 自宅の電話番号
- 被災地以外の方 : 安否確認したい人の電話番号

伝言を録音 **※30秒以内** 伝言を聞く(新しい伝言から再生)

地震を学ぼう

地震
Earthquake / 地震 / Землетрясение



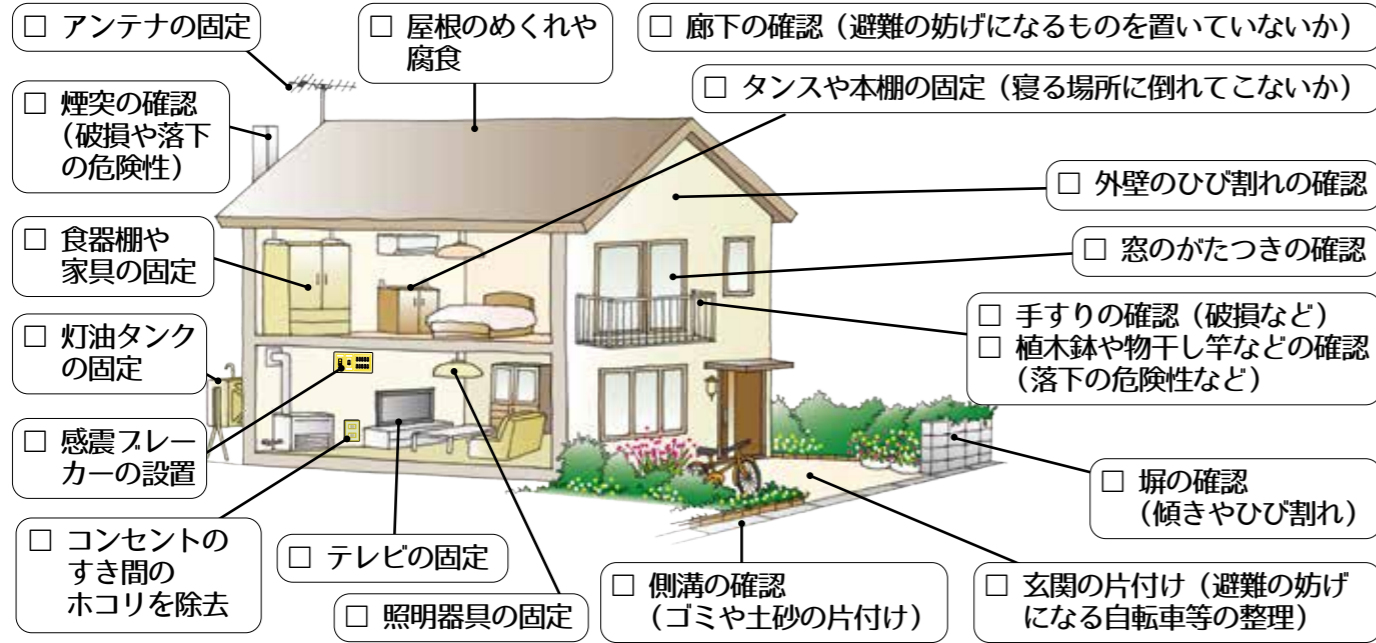
手のひらを上に向けた両手を同時に前後に揺らす。




地震はいつおきるかわかりません。日ごろから大きな揺れに備えましょう。地震がおきたら、「自分の身は自分で守る」という強い気持ちをもって、あわてずに行動しましょう。

家の点検をしよう

地震のとき、家具や家電等が倒れたり動いたりすると、ケガの原因になったり、避難の妨げになる可能性があります。事前に家の点検をしましょう。



マグニチュードと震度

マグニチュードは、地震そのもののエネルギーの大きさを表し、震度は、それぞれの場所での揺れの強さを表したものになります。

- 震度0** 地震計では観測できるが、人は揺れを感じない。
- 震度1** 屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。
- 震度2** 屋内で静かにしている人の大半が揺れを感じる。
- 震度3** 屋内にいるほとんどの人が揺れを感じる。
- 震度4** ほとんどの人が驚く。電灯などのつりさげ物は大きく揺れる。
- 震度5弱** 大半の人が恐怖を覚え、物につかまらなると感じる。棚にある食器類や本が落ちることがある。
- 震度5強** 物につかまらなると歩くことが難しい。固定していない家具が倒れることがある。
- 震度6弱** 立っていることが困難になる。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。
- 震度6強** はわないと動けない。固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。
- 震度7** 耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが増える。

※気象庁「震度とゆれの状況」をもとに作成

緊急地震速報とは？

地震の発生直後に、震源近くで弱い揺れ(P波：初期微動)をキャッチし、地震の起きた場所・規模・予想される揺れの強さを自動計算し、地震による強い揺れ(S波：主要動)が到達する前に気象庁がお知らせする情報です。最大震度5弱以上を予想したときに、震度4以上を予想した地域に対して発表され、テレビ・ラジオ・携帯電話・スマートフォンなどで、専用の報知音とともに伝えられます。ただし、直下型地震のように震源に近い場所では、間に合わないことがあります。



福祉避難所	
2	厚田学園

※福祉避難所とは、高齢者などの避難生活に配慮が必要な方が滞在できる施設です。

指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
16 送毛会館	△	○	○	○	○	×	×	○
17 送毛入口バス停	○	○	○	○	○	○	×	
18 道の駅石狩「あいろーど厚田」	△	○	○	○	○	○	×	
道の駅石狩「あいろーど厚田」 駐車場	○	○	○	○	○	○	×	
19 厚田学園	△	○	○	○	○	○	×	○
厚田学園グラウンド	○	○	○	○	○	○	○	
20 発足会館	△	○	○	○	○	×	×	○
発足会館駐車場	○	○	○	○	○	×	○	
21 株式会社新厚商事	△	○	○	○	○	○	×	○

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
 ※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲：2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

※土砂災害の範囲は、北海道が指定した土砂災害特別警戒区域及び土砂災害警戒区域を加工して作図したものです。
 ※厚田川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった厚田川水系厚田川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。

危険な場所と避難先を知ろう

訓練
Training / 训练 / Подготовиться

両こぶして胸を同時に2回たたく。



☑ 避難の時に持ち出すもの（非常時持出品）

避難の時はすぐに持ち出せるよう、あらかじめ大事なものをまとめておきましょう。特に、薬などの個人で用意するものや貴重品は忘れないようにしましょう。

- | | |
|---|--|
| <p>重要
◎ 貴重品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 携帯電話・スマートフォン(充電器も必要) <input type="checkbox"/> 家や車の鍵 <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 印鑑、通帳 <input type="checkbox"/> マイナンバーカード・運転免許証、健康保険証、お薬手帳、母子手帳 <input type="checkbox"/> 家族の写真(はぐれたときの確認に) <input type="checkbox"/> 住所録 <p>重要
◎ 個人として必要なもの</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> メガネ、コンタクトレンズ <input type="checkbox"/> 入れ歯(洗浄液も必要) <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> 大人用おむつ <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> アレルギー対応食、離乳食など <input type="checkbox"/> 粉ミルク、ほ乳びん、紙おむつ <input type="checkbox"/> 杖やストーマ装具等 <input type="checkbox"/> ペット用品 <p>食料品等</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 飲料水(目安は1人1日3ℓ) <input type="checkbox"/> 非常食 <input type="checkbox"/> 食器類(スプーン、はし、カップ) | <p>情報収集品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 筆記用具、ノート(情報をメモするため) <p>清潔・健康のためのもの</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 洗面具(歯ブラシ、タオル、石けん等) <input type="checkbox"/> 衣類(下着、ジャンパー、雨具、手袋など) <input type="checkbox"/> 救急セット <p>便利品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 懐中電灯、ランタン <input type="checkbox"/> ナイフ、缶切り <input type="checkbox"/> ライター、マッチ、ロウソク <input type="checkbox"/> ヘルメット、安全帽 <input type="checkbox"/> ホイッスル(笛) <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> レジャーシート、ロープ <input type="checkbox"/> スリッパ、上靴 <input type="checkbox"/> 毛布または寝袋 <input type="checkbox"/> カイロ <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー、トイレットペーパー、ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
|---|--|

冬の避難所は冷え込みます。十分な寒さ対策をしましょう。

💡 訓練しよう

いざというとき、スムーズに避難できるようにしておきましょう。

- ◆ **自分だけの地区防災マップを完成させよう**
住んでいる場所の地区防災マップ(巻末資料)を家族と一緒に確認して完成させよう。
 地区内の危険をチェックしよう。(津波・洪水・土砂災害など)
 自分の家をチェックしよう。
 いつも通っている場所をチェックしよう。(学校・職場・病院など)
 近くの避難所をチェックしよう。
 家やいつも通っている場所からの避難ルートを書いてみよう。



- ◆ **訓練に参加しよう**
町内会や自治会の自主防災組織で行われる防災訓練に参加してみよう。石狩市防災マスターや地域の消防団員が優しく指導してくれます。
 防災訓練に参加して、地域の方とふれあおう。
 たくさんの種類の防災訓練を経験しよう。
 防災訓練について、わからないことがあったら市に相談しよう。(石狩市総務部危機管理課まで)

指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
22 戸田記念墓地公園(礼拝堂ほか)	△	○	○	○	○	○	×	
23 聚富会館	△	○	○	○	○	○	×	○
聚富会館駐車場	○	○	○	○	○	○	×	

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
 ※表中の記号は、「○: 現象に対応できるもの ×: 現象に対応できないもの △: 施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲: 2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。
 ※望来川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった望来川水系望来川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※正利冠川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった正利冠川水系正利冠川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※旧知津狩川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった旧知津狩川水系旧知津狩川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※知津狩川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった石狩川水系知津狩川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※津波の範囲は、平成29年2月9日に北海道が設定した日本海沿岸の津波浸水想定を加工して作図したものです。
 ※この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用しました。(承認番号 平 28 情使、第 307-GISMAP40104 号)

知ろう
備えよう
学ぼう
支えよう

知ろう
備えよう
学ぼう
支えよう

日頃から備えておこう

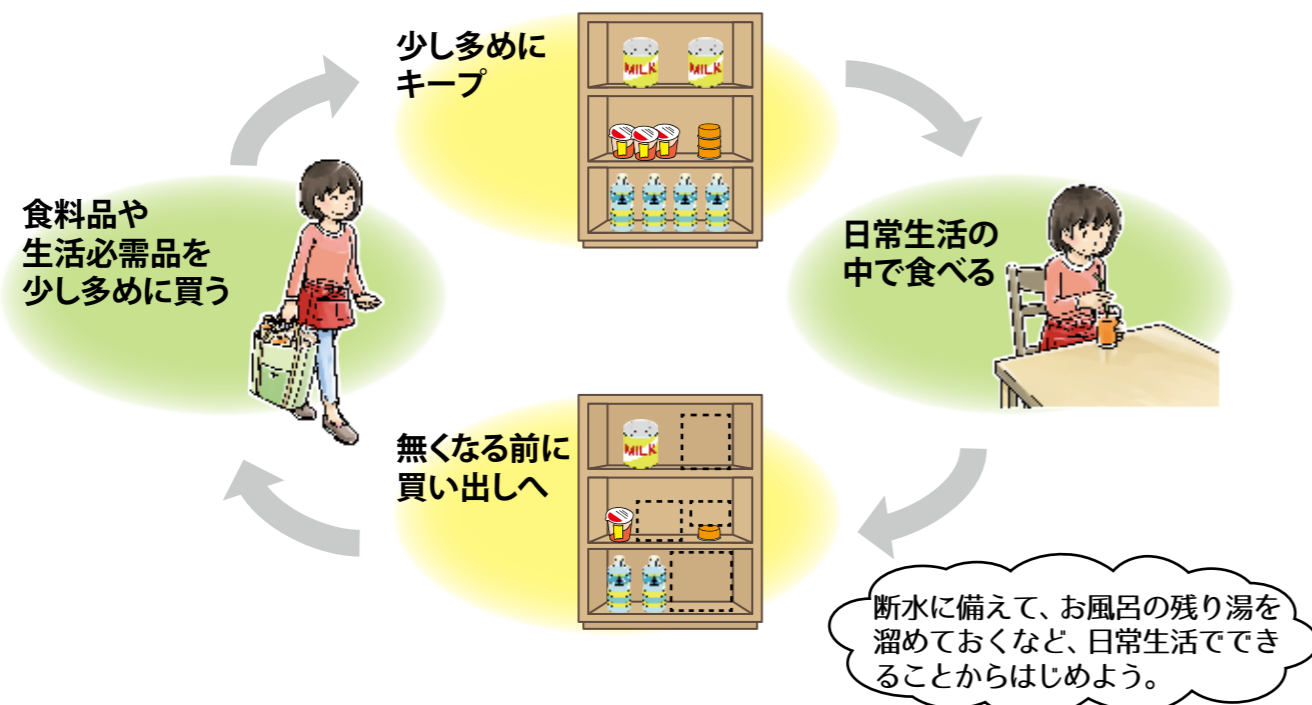
備える
Prepare / 防備 /
Оборудовать

向かい合わせた
両手を左から右
へ動かす。

災害で、電気・ガス・水道などがストップしても暮らせるように、自宅に必要なものを備えておくことはとても重要です。

💡 日常備蓄からはじめよう！

日頃利用している食料品や生活必需品を少し多めに買っておきましょう。



☑ 備蓄しておくもの（非常時備蓄品）

備蓄するものは、それぞれが自分にあったものを考えて備えましょう。
自宅での避難も考えられることから、消耗品は最低3日分、できれば1週間分を用意しておきましょう。

個人として必要なもの

- 大人用おむつ
- 生理用品
- アレルギー対応食、離乳食など
- 粉ミルク、ほ乳びん、紙おむつ

食料品等

- 飲料水（目安は1人1日3ℓ）
- 非常食
- 食器類（スプーン、はし、カップ）

清潔・健康のためのもの

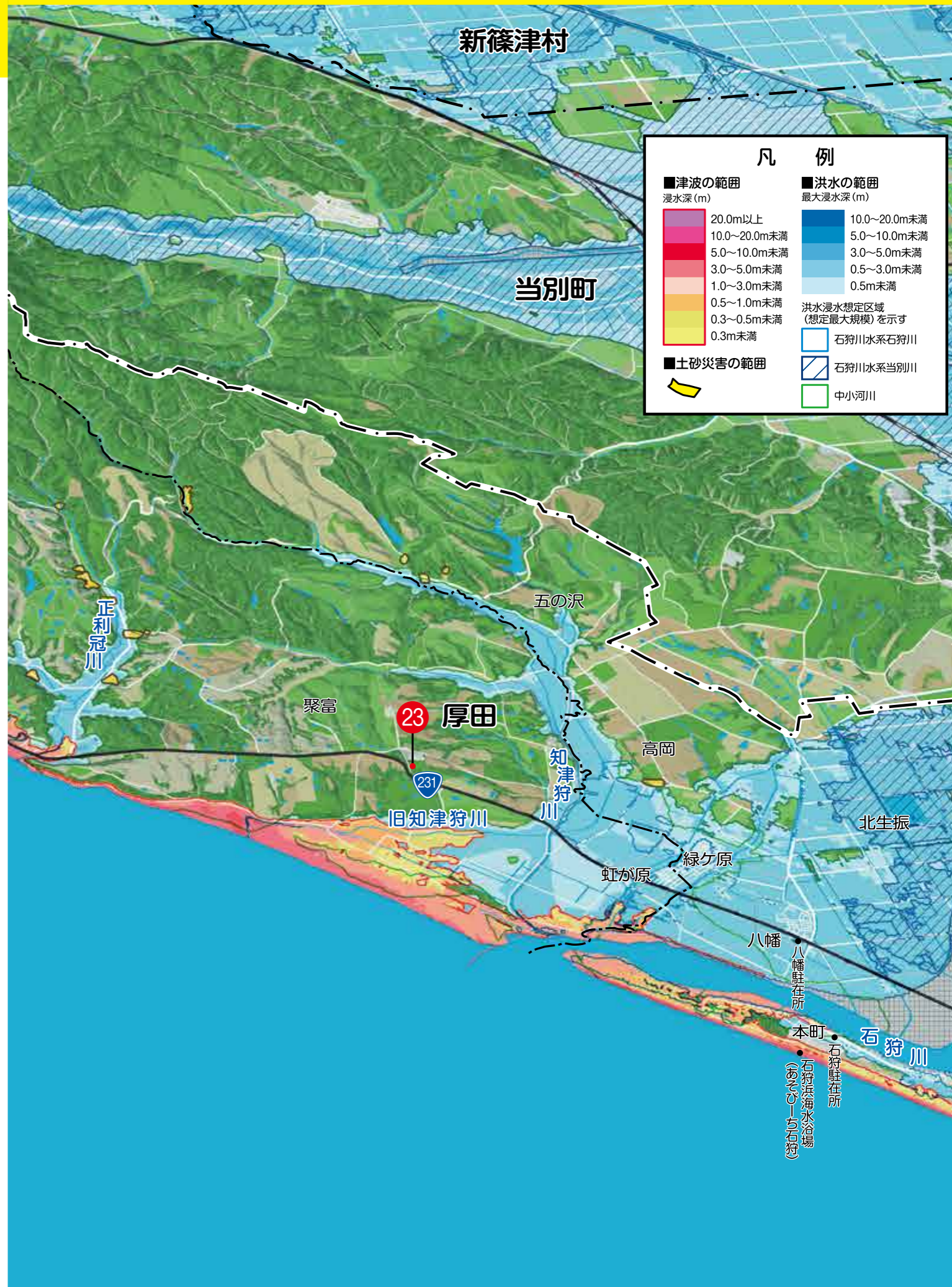
- 洗面具（歯ブラシ、タオル、石けん等）

便利品

- 乾電池
- カセット式コンロ、スベアガス
- 消火器
- ランタン
- レジャーシート、ロープ
- カイロ
- ティッシュペーパー、トイレトペーパー、ウェットティッシュ
- ビニール袋
- ラップ（食器に敷くと節水に）
- バケツ（水の運搬などに）
- 簡易トイレ

小さな子どもがいる家庭では、子どもが好きな食べ物（フルーツ缶詰等）を備えておくと便利です。

※上記リストを参考にしながら、各家庭に合ったものを備えましょう。



※土砂災害の範囲は、北海道が指定した土砂災害特別警戒区域及び土砂災害警戒区域を加工して作図したものです。
※石狩川の洪水の範囲は、平成29年3月7日に国が指定した、石狩川水系 石狩川下流洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

危険な場所と避難先を知ろう



指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
24 高岡ふれあい研修センター	△	○	○	○	○	○	×	○
25 八幡コミュニティセンター	△	○	○	×	○	○	×	○
26 石狩八幡小学校	△	○	○	▲	○	○	×	○
石狩八幡小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○	
27 北生振ふれあい研修センター	△	○	○	×	○	○	×	○
28 公民館美登位分館	△	○	○	○	○	○	×	○
29 旧石狩小学校	△	○	○	○	○	○	×	○
旧石狩小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○	
30 石狩中学校	△	○	○	○	○	○	×	○
石狩中学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○	
31 石狩市防災ひろば	○	○	○	○	○	○	○	
32 生振小学校	△	○	○	○	○	○	×	○
生振小学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○	

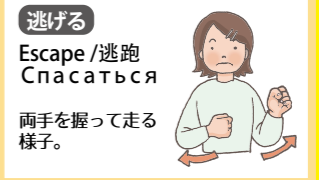
※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
 ※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたものの ▲：2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

津波避難場所	建物等	高さ
1 市営住宅本町団地	4階	3階：6.8m、屋上：12.8m
2 石狩消防署石狩湾新港支署	2階（一部5階）	2階：5.5m、5階：16.4m、屋上：17.3m
3 石狩市防災ひろば	築山	15m

※津波避難場所とは、津波の時に避難できる場所です。
 ※正利冠川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった正利冠川水系正利冠川洪水氾濫危険区域を加工して作成したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※旧知津狩川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった旧知津狩川水系旧知津狩川洪水氾濫危険区域を加工して作成したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※知津狩川の洪水の範囲は、平成30年12月に北海道から提供のあった知津狩川水系知津狩川洪水氾濫危険区域を加工して作成したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。

※津波の範囲は、平成29年2月9日に北海道が設定した日本海沿岸の津波浸水想定を加工して作成したものです。
 ※この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用しました。（承認番号 平 28 情使、第 307-GISMAP40104 号）

避難の仕方を知ろう



⚠️ 地震・津波

地震・津波はいつおきるかわかりません。身を守る方法や避難の仕方を確認しておきましょう。

- 地震発生！
 - 身の安全を確保しよう
 - ・机やテーブルの下に避難しよう
 - ・大きな家具や窓から離れよう
- 揺れが止まったら
 - 情報の収集と点検をしよう
 - ・テレビやラジオをつけよう
 - ・火の始末をしよう
 - ・家の中の点検をしよう（玄関ドアの開閉など）
 - ・家の外を点検しよう（近所の火災など）
- 家の近くに火災などの危険があったら
 - ただちに指定緊急避難場所へ避難しよう
- 家で生活できないときは
 - 指定避難所へ移動しよう

強い揺れ（震度4程度以上）又は弱くても長時間の揺れの場合は、身の安全確保の後、すぐに行動を！

津波情報を確認したら
 ただちに安全な高い場所へ避難しよう
 ・海や川にちかづかない
 ・できるだけ高いところへ避難
 ・海岸から遠いところへ避難

※津波は繰り返し襲ってきます。

⚠️ 風水害・土砂災害

雨や風によっておこる風水害・土砂災害は、天気予報などでしっかりと情報を収集して行動しましょう。

- 大雨・暴風が予想されたとき
 - 情報の収集と避難の準備をしよう
 - ・テレビやラジオをつけよう
 - ・持ち出し品の確認をしよう
- 市が避難情報を発令したら
 - ただちに市が開設した指定緊急避難場所へ避難しよう（立ち退き避難：水平避難）
- もしも、逃げ遅れたときは
 - 外に出る事が危険なときは、家の中でもより安全な場所へ移動しよう（屋内安全確保：垂直避難または待避）

災害の兆候を見つけたときは、すぐにその場から離れ、警察や消防に連絡を！
 消防：119
 警察：110

※避難の時は動きやすい靴を履こう。
 ※大雨時の避難は崖や傾斜地沿いの道路は通らない。

注目！

各指定緊急避難場所に対応できる災害の種類を事前に確認しておきましょう。（1ページから12ページを参照）
 災害発生時は、その時々状況に応じて最寄の避難所を利用しよう。



知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

正しい情報を得よう

情報
Information / 信息 /
Информация

開いた両手を交互に
耳に近づけながら聞
ける。

「自分の身は自分で守る(自助)」「近くの人と助け合う(共助)」
災害の時に大切なこの2つの行動をとるためには、正しい情報が必要です。

情報を得る方法について

災害のときは、市から8つの方法でお知らせします。

<p>行政情報ポータル「いしポ」災害情報等をお知らせします。</p> <p>インストールはこちらのQRコードを読み取って下さい。 ※インストール画面では「ライブジョン」と表示されます。</p> <p>Android iPhone</p>	<p>「緊急情報電話配信サービス」自宅の固定電話・FAXへ緊急情報をお知らせします。</p>	<p>テレビ・ラジオ・携帯電話等の緊急エリアメールを通じてお知らせします。</p>	<p>LINEへ災害情報等をお知らせします。</p> <p>こちらのQRコードを読み取るとLINEの友だちに追加されます。</p>
<p>携帯電話等のメールでお知らせします。(事前登録が必要です)</p> <p>石狩市メール配信サービスの登録はこちらのQRコードを読み取り空メールを送信してください。</p>	<p>エックス(旧ツイッター)でお知らせします。(アカウント@bousai_ishikari)</p>	<p>防災行政無線でお知らせします。聞き取りにくいときは電話で確認できます。(72-3150)</p>	<p>広報車でお知らせします。</p>

※市からのお知らせは、上記8つを基本としていますが、災害の規模や状況に応じて方法が異なる場合があります。

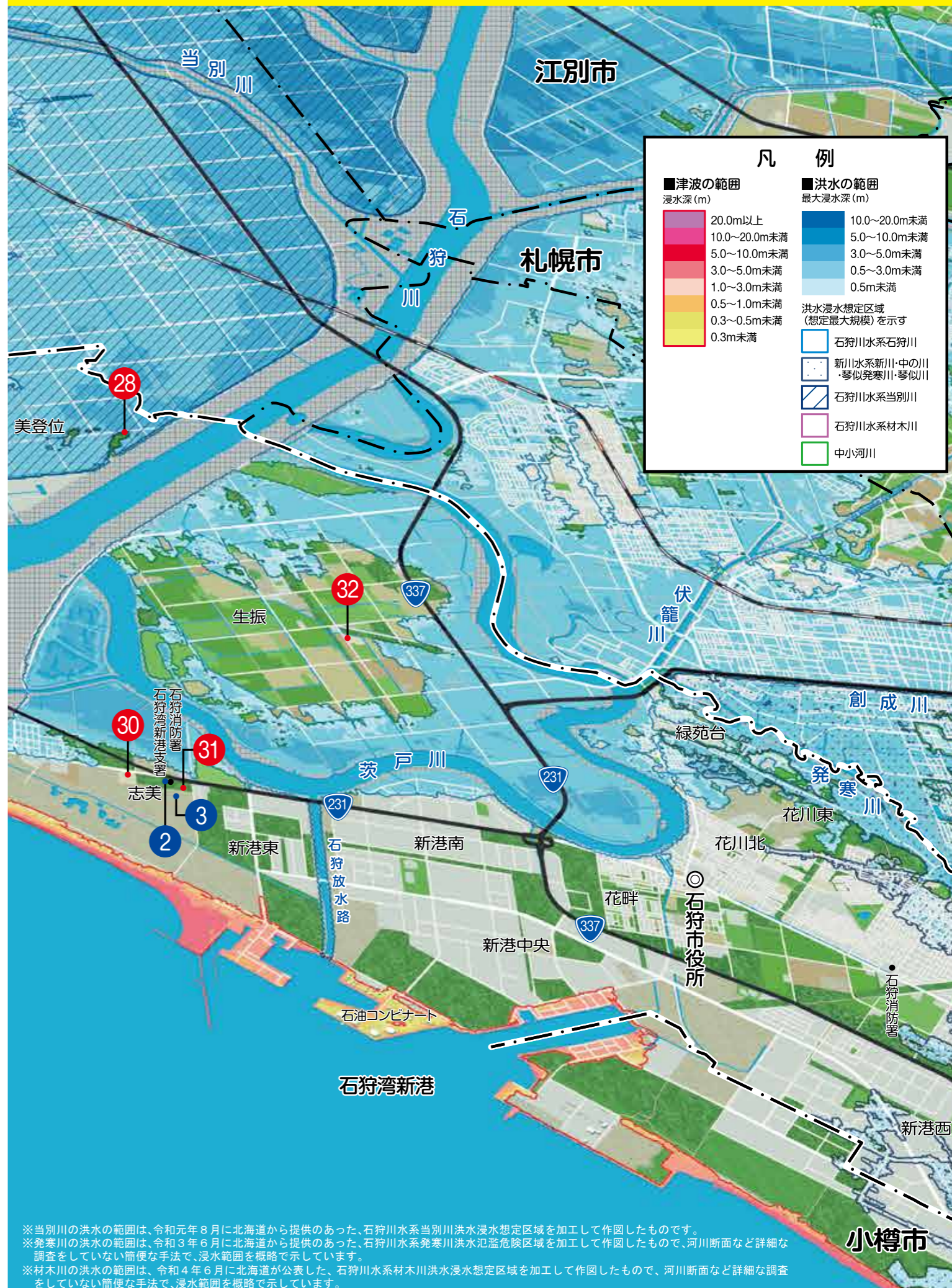
市からお知らせする避難情報について

警戒レベル	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル5
避難情報	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保
取るべき避難行動	<input type="checkbox"/> 災害の発生するおそれがあります。 <input type="checkbox"/> 危険な場所にいる高齢者の方などは、避難を開始しましょう。	<input type="checkbox"/> 災害の発生するおそれが高い状況です。 <input type="checkbox"/> 危険な場所にいる方は、全員避難しましょう。	<input type="checkbox"/> 災害が発生もしくは切迫している状況です。 <input type="checkbox"/> 命の危険があります。直ちに安全確保してください。
	小	危険度	大

注目!

市から、避難情報を発令するときは、避難先も合わせてお伝えします。

例えば・・・
「大雨による土砂災害の危険性が高まっているため、避難指示を発令しました。
〇〇地区にお住まいの方は△△小学校へ避難してください。」



※当別川の洪水の範囲は、令和元年8月に北海道から提供のあった、石狩川水系当別川洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。
 ※発寒川の洪水の範囲は、令和3年6月に北海道から提供のあった、石狩川水系発寒川洪水浸水想定区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。
 ※材木川の洪水の範囲は、令和4年6月に北海道が公表した、石狩川水系材木川洪水浸水想定区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。

※石狩川の洪水の範囲は、平成29年3月7日に国が指定した、石狩川水系 石狩川下流洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。
 ※新川・中の川・琴似発寒川・琴似川の洪水の範囲は、平成30年3月に札幌建設管理部が指定した、新川水系 新川・中の川・琴似発寒川・琴似川洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

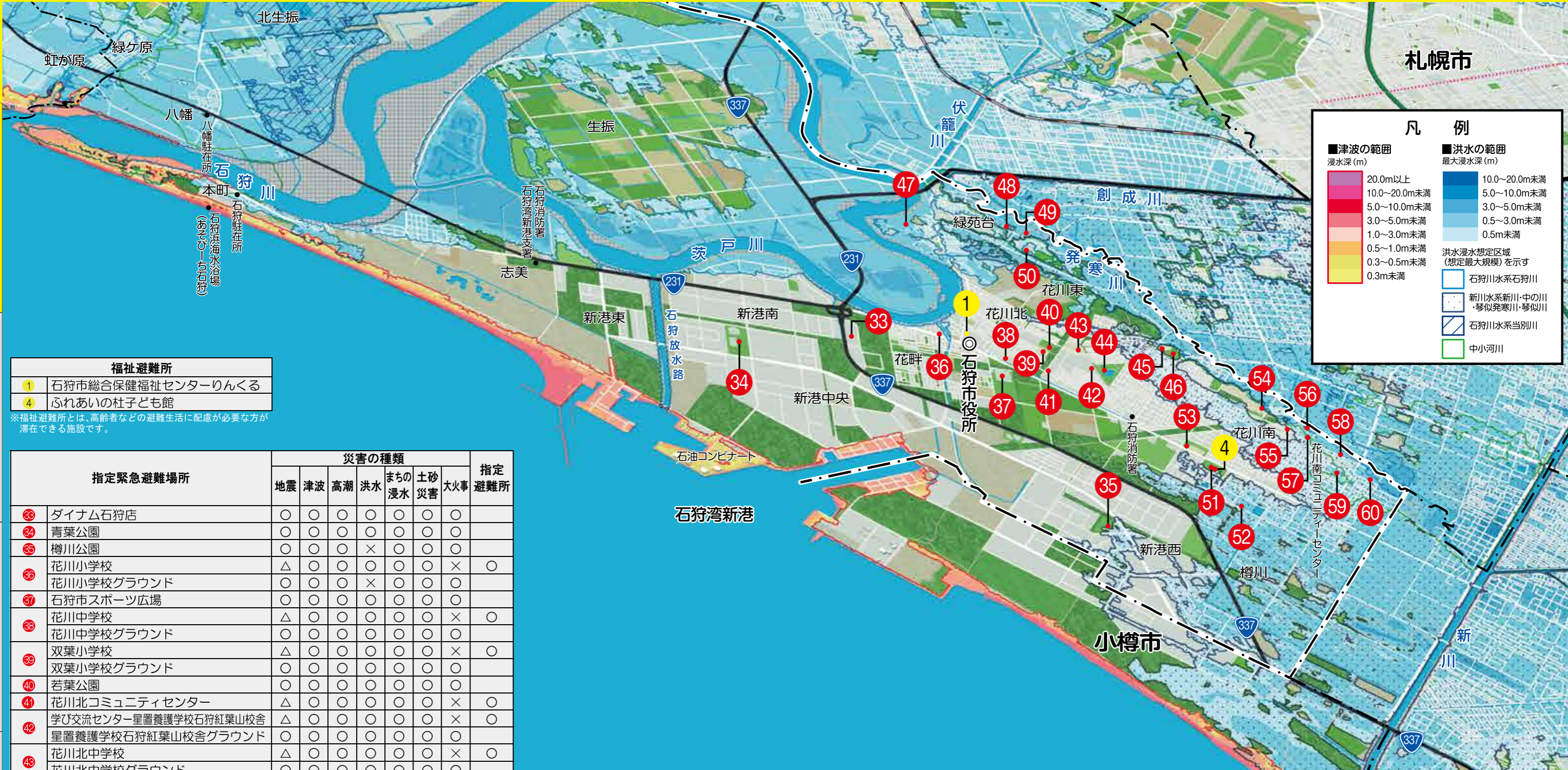
知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

危険な場所と避難先を知ろう



凡例

■津波の範囲
浸水深 (m)

- 20.0m以上
- 10.0~20.0m未満
- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 1.0~3.0m未満
- 0.5~1.0m未満
- 0.3~0.5m未満
- 0.3m未満

■洪水の範囲
最大浸水深 (m)

- 10.0~20.0m未満
- 5.0~10.0m未満
- 3.0~5.0m未満
- 0.5~3.0m未満
- 0.5m未満

洪水浸水想定区域 (想定最大規模) を示す

- 石狩川水系石狩川
- 新川水系新川・中の川・琴似発寒川・琴似川
- 石狩川水系当別川
- 中小河川

福祉避難所

1	石狩市総合保健福祉センターりんくる
4	ふれあいの杜子ども館

※福祉避難所とは、高齢者などの避難生活に配慮が必要な方が滞在できる施設です。

指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
33	ダイナム石狩店	○	○	○	○	○	○	○
34	青葉公園	○	○	○	○	○	○	○
35	樽川公園	○	○	○	×	○	○	○
36	花川小学校	△	○	○	○	○	×	○
36	花川小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
37	石狩市スポーツ広場	○	○	○	○	○	○	○
38	花川中学校	△	○	○	○	○	×	○
38	花川中学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○
39	双葉小学校	△	○	○	○	○	×	○
39	双葉小学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○
40	若葉公園	○	○	○	○	○	○	○
41	花川北コミュニティセンター	△	○	○	○	○	×	○
42	学び交流センター・星置養護学校石狩紅葉山校舎	△	○	○	○	○	×	○
42	星置養護学校石狩紅葉山校舎グラウンド	○	○	○	○	○	○	○
43	花川北中学校	△	○	○	○	○	×	○
43	花川北中学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○
44	紅葉山公園	○	○	○	○	○	○	○
45	紅南小学校	△	○	○	▲	○	×	○
45	紅南小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
46	紅南公園	○	○	○	×	○	○	○
47	石狩翔陽高等学校	△	○	○	▲	○	×	○
47	石狩翔陽高等学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
48	緑苑台小学校	△	○	○	▲	○	×	○
48	緑苑台小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
49	紅葉山南公園	○	○	○	×	○	○	○
50	イオンスーパーセンター石狩緑苑台店	○	○	○	×	○	○	○
51	ふれあいの杜公園	○	○	○	×	○	○	○
52	樽川中学校	△	○	○	▲	○	×	○
52	樽川中学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
53	南線小学校	△	○	○	○	○	×	○
53	南線小学校グラウンド	○	○	○	○	○	○	○

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲：2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

指定緊急避難場所	災害の種類							指定避難所
	地震	津波	高潮	洪水	まちの浸水	土砂災害	大火事	
54	藤女子大学花川キャンパス前庭	○	○	○	×	○	×	○
55	花川南小学校	△	○	○	○	○	×	○
55	花川南小学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
56	花川南公園	○	○	○	×	○	○	○
57	花川南コミュニティセンター	△	○	○	▲	○	×	○
58	石狩南高等学校	△	○	○	▲	○	×	○
58	石狩南高等学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○
59	彩林公園	○	○	○	×	○	○	○
60	花川南中学校	△	○	○	▲	○	×	○
60	花川南中学校グラウンド	○	○	○	×	○	○	○

※まちの浸水とは、降雨量が小河川や下水道等の流れる能力を超えた場合に、建物や道路が浸水することを指します。
※表中の記号は、「○：現象に対応できるもの ×：現象に対応できないもの △：施設の安全が確認された後に使用する屋内施設であり、耐震条件を満たしたもの ▲：2階以上の避難について現象に対応できるもの」を表しています。

※別川の洪水の範囲は、令和元年8月に北海道から提供のあった、石狩川水系当別川洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。
※発寒川の洪水の範囲は、令和3年6月に北海道から提供のあった、石狩川水系発寒川洪水氾濫危険区域を加工して作図したもので、河川断面など詳細な調査をしていない簡便な手法で、浸水範囲を概略で示しています。

※石狩川の洪水の範囲は、平成29年3月7日に国が指定した、石狩川水系 石狩川下流洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。
※新川・中の川・琴似発寒川・琴似川の洪水の範囲は、平成30年3月に札幌建設管理部が指定した、新川水系 新川・中の川・琴似発寒川・琴似川洪水浸水想定区域を加工して作図したものです。

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう

知ろう

備えよう

学ぼう

支えよう