

# 風水害に備えよう 防災行動計画(マイ・タイムライン)シート

|                       |                |  |
|-----------------------|----------------|--|
| 日頃からの備え               | ① 自宅(周辺)の状況    | <input type="checkbox"/> 川の浸水のおそれあり(浸水の深さ _____ m)自宅は… <input type="checkbox"/> 区域の中 <input type="checkbox"/> 区域の外   |
|                       |                | <input type="checkbox"/> 土砂災害のおそれあり( <input type="checkbox"/> がけ崩れ <input type="checkbox"/> 土石流 <input type="checkbox"/> 地すべり ) <input type="checkbox"/> 区域の中 <input type="checkbox"/> 区域の外                  |
|                       | ② 避難する場所       | 優先① _____ (避難の方法: <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> 徒歩 _____ ) (避難にかかる時間: _____ 分)<br>優先② _____ (避難の方法: <input type="checkbox"/> 車 <input type="checkbox"/> 徒歩 _____ ) (避難にかかる時間: _____ 分) |
|                       | ③ 避難の目安(タイミング) | _____ とき   |
| ④ 非常持出品(避難の時に持っていくもの) |                |  |

| 時間経過        | 警戒レベル | 気象情報<br>町からの避難情報                  | なにをする?               |             |
|-------------|-------|-----------------------------------|----------------------|-------------|
|             |       |                                   | 地域の動きや注意すること         | わたし(と家族)の動き |
| 2~5日前       | 1     | 台風・大雨に関する気象情報(週間天気予報など)<br>早期注意情報 | 災害への心構えを高める          |             |
| 1日前~大雨当日    | 2     | 大雨・洪水注意報                          | 自らの避難行動を確認           |             |
| 雨が強まる(数時間前) | 3     | 大雨警報・洪水警報<br>氾濫警戒情報<br>高齢者等避難     | 危険な場所から避難に時間のかかる人は避難 |             |
|             | 4     | 土砂災害警戒情報<br>氾濫危険情報<br>避難指示        | 危険な場所から全員避難          |             |
| 災害発生        | 5     | 大雨特別警報<br>河川氾濫/土砂災害発生!<br>緊急安全確保  | 命の危険<br>直ちに安全確保!!    |             |

《警戒レベル 4 までに必ず避難!》  
《もし避難できていなかったら何ができる?》

## 緊急の際は

● 火事・救急・救助 **119**

● 警察 **110**

● 災害用伝言ダイヤル **171**

# 防災ガイドブック

令和6年3月



## 緊急時連絡先

上富良野町役場 ☎45-6400 上富良野町立病院 ☎45-3171  
上富良野交番 ☎45-2039 上富良野消防署 ☎45-2119

上富良野町

# 防災ガイドブック作成の目的

上富良野町防災ガイドブックは、上富良野町の災害リスクと災害への備えに関する情報などを一冊にまとめています。自然災害は、いつ、どこで発生するか分かりません。「自分の命は自分で守る」という意識を持ち、日頃から「自分でできること」、「家族ができること」、「ご近所と力を合わせてできること」などについて考え、災害に備えておくことが大切です。

このガイドブックを活用し、状況に応じた適切な行動をとりましょう。事前に防災ガイドブックで災害リスクを確認するとともに命を守る避難行動がとれるよう、家族や友人などと話し合ってください。

## 目次

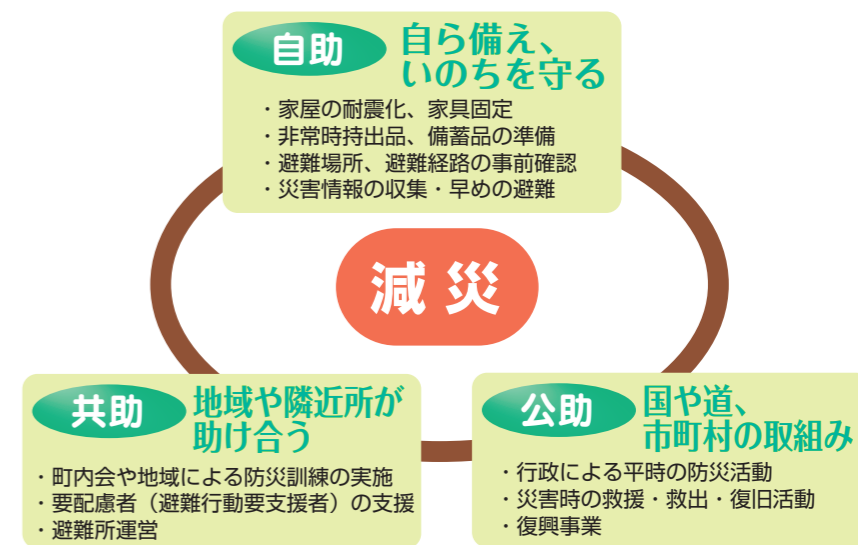
|                     |    |                           |    |
|---------------------|----|---------------------------|----|
| <b>地震災害編</b>        |    | <b>雪害・火災</b>              |    |
| 地震が起きたら 他           | 3  | 暴風雪への備え                   | 19 |
| 室内の安全対策             | 4  | 火災から身を守るには                | 20 |
| 地震の震度               | 5  | <b>洪水ハザードマップ</b>          |    |
| 上富良野町 揺れやすさマップ      | 6  | 上富良野町全域版                  | 21 |
| <b>火山災害編</b>        |    | 拡大版1                      | 23 |
| 噴火のメカニズム            | 7  | 拡大版2                      | 25 |
| 噴火警戒レベルと対応          | 8  | 拡大版3                      | 27 |
| 十勝岳火山防災マップ 上富良野町全域版 | 9  | <b>災害への備え編</b>            |    |
| 十勝岳火山防災マップ 市街地版     | 11 | 指定緊急避難場所・指定一般避難所一覧        | 29 |
| <b>その他災害編</b>       |    | 指定福祉避難所一覧                 | 31 |
| <b>風水害・土砂災害</b>     |    | 家族と災害時のルールについて話し合う        | 32 |
| 風水害の基礎知識 他          | 13 | 「非常持出品」 & 「備蓄品」 チェックリスト 他 | 33 |
| 土砂災害の種類 他           | 14 | 非常持出品と避難時の服装 他            | 34 |
| 風水害の備え 他            | 15 | 避難所での感染症対策                | 35 |
| 風水害時の心得 他           | 16 | いざという時の応急処置               | 36 |
| 浸水深の目安 他            | 17 | 自主防災組織や消防団の地域防災活動 他       | 37 |
| 雷災害への備え             | 18 | 災害に関する情報の入手 他             | 38 |

# 防災の心得

## 自助・共助・公助の協働による「減災」を！

現在の科学技術では、自然を完全に制御して災害が起こらないようにすることはできません。また、大規模な災害が発生してしまった時には、町が町民一人ひとりの安全と生活を守ることは限界があります。

したがって、上富良野町の防災対策では、「減災」の視点で人命を失わないことを第一とし、町や防災関係機関が行う「公助」とともに、町民一人ひとりが自らや家族の安全を確保する「自助」、避難時の支え合いや避難所での共同生活などを円滑に行うための地域での「共助」のどれもが欠くことのできない重要な柱になります。



## もし災害が発生してもすぐに救援が来るとは限りません！

- 災害の規模が大きくなるほど、以下のような支障が生じることがあります。
  - 道路が不通になり、防災機関の活動が困難になります。
  - ライフラインが止まり、通報や救援要請が行えなくなります。
  - 同時に多数の被害が生じ、防災機関の活動が分散します。
- まずは、自らが自分の家族を守るために必要な行動をすることが最も重要かつ有効です。

## 防災のための3ステップ

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>自助</b> <b>1</b> 自分や家族は自らが守る！  | <b>共助</b> <b>2</b> 次に地域で共に助け合う！   | <b>公助</b> <b>3</b> 公的機関に支えてもらう！  |
| <p>まずは、自分や家族が助かることが最優先です。</p> <p>しかし、いきなり災害に直面してもできることは限られます。</p> <p>日頃から災害備蓄品や非常持出品を準備したり、自宅の耐震化や家具の固定、避難場所や連絡方法を家族と話し合っておくなど、「いざという時」のための備えをしておいてください。</p> | <p>過去の災害では、近所の人による「声かけ」「初期消火」「救出・救護」「避難誘導」「避難所運営」などの助け合いで多くの命が繋ぎ止められてきました。そして、地域の被害を少なくすることが、その後の自らの暮らしを守ることとなります。</p> <p>地域で自主防災組織を結成するなど、日頃から地域で災害時の役割や支えが必要な方の把握などを話し合っておいてください。</p> | <p>町や防災機関は、災害時の円滑な災害情報伝達や住民避難、被害軽減等に向けた整備や取り組みを行っています。</p> <p>災害時は「自助」「共助」が原則ですが、被災者の救助・救出や災害情報の収集伝達など、避難者や被災者に重要な組織的かつ専門的な支援を行います。</p> <p>災害の危険が迫った時や災害時に、どのような支援を受けることができるか日頃から知っておいてください。</p> |

## 地震が起きたら…

地震が起きたとき、とっさの判断は難しいものです。日頃からいざという時の行動を確認しましょう。



### まず、身を守る

- ・落ち着いて、まずは自分の身を守りましょう。
- ・揺れが続いている場合は、テーブルや机の下で安全を確認しましょう。



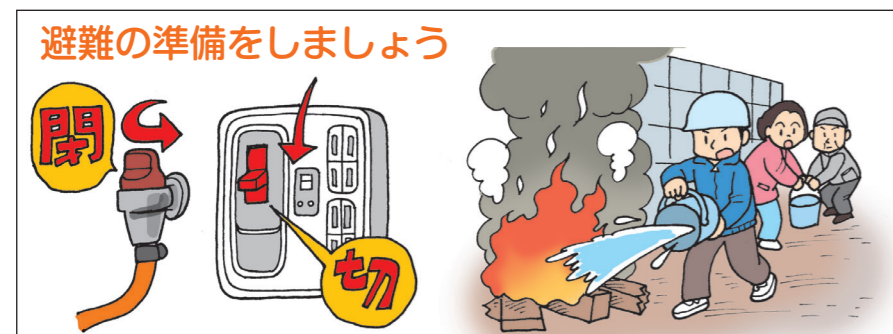
### 安全を確保して火の始末

- ・揺れが治まったら落ち着いて火の始末をしましょう。
- ・家族全員の安全を確認しましょう。
- ・ドアや窓を開けて出口を確保しましょう。



### 正しい情報を収集

- ・余震に注意しながら行動しましょう。
- ・テレビやラジオ、携帯電話等で正しい情報を収集しましょう。

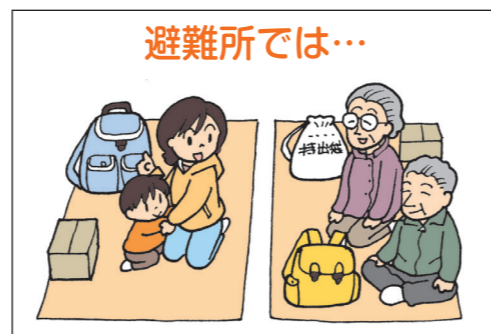


### 避難の準備をしましょう

- ・避難する際はガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落としましょう。



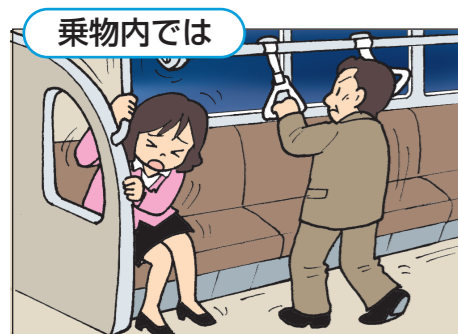
- ・隣近所の安全を確認し、状況に応じて消火活動や救出活動を行いましょう。
- ・家屋の倒壊や火災の延焼などの恐れがあれば避難しましょう。



### 避難所では…

- ・生活必需品は備蓄でまかないましょう。
- ・避難所生活では、集団生活のルールを守り、助け合って生活しましょう。
- ・壊れた家には戻らないようにしましょう。

## 外出中に地震が起きたら



### 乗物内では

- ・吊革や手すりにしっかりとつかまり、転倒しないように注意しましょう。
- ・電車、バス、列車は停車しますが、勝手に降車しないで乗務員の指示に従いましょう。



### 車の運転中では

- ・道路左端に停車し、緊急車両を優先させるようにしましょう。
- ・ラジオで情報を収集し、車外に出る時はキーをつけたままにしておきましょう。

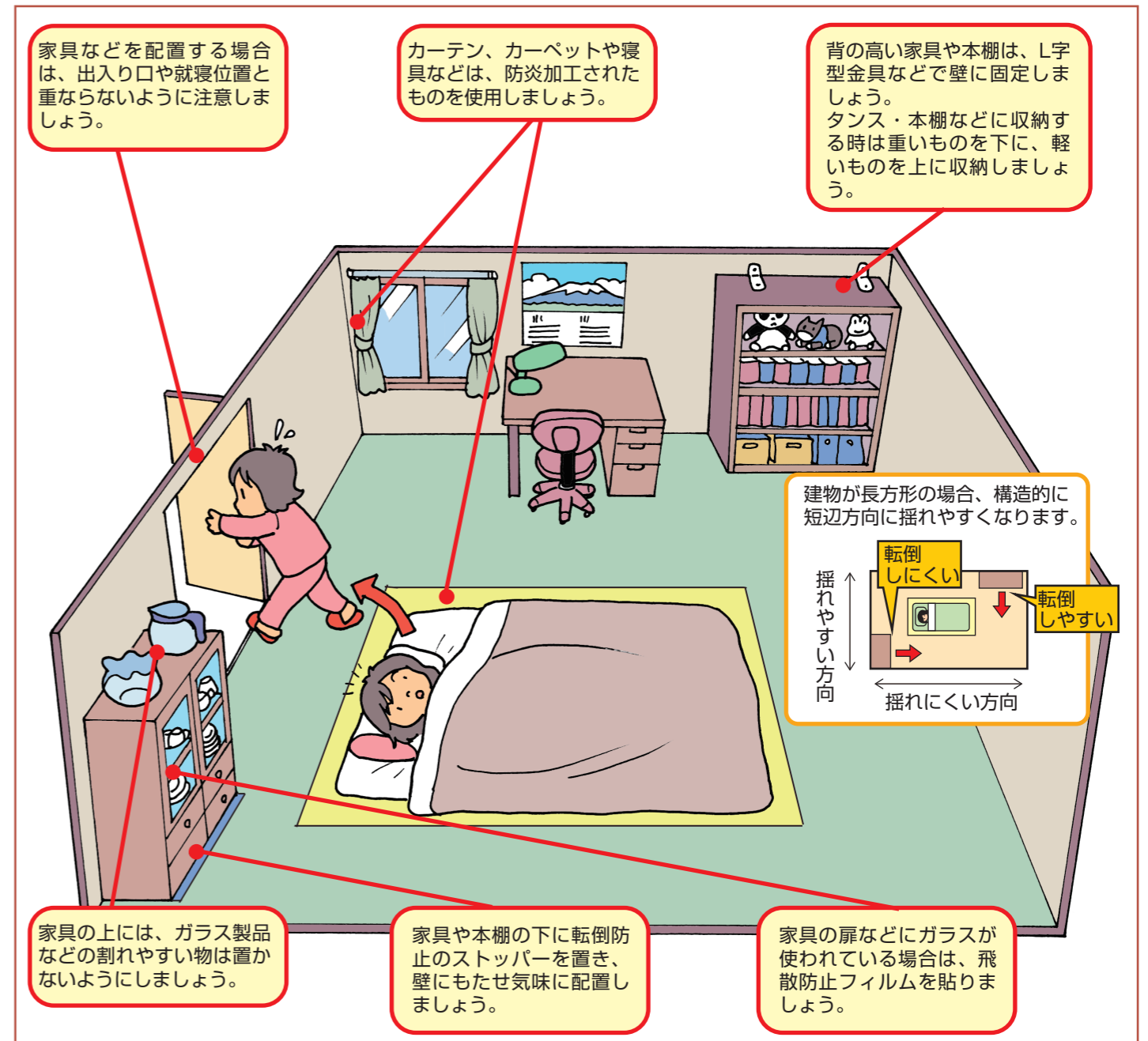


### 路上では

- ・窓ガラスや看板などの落下物から、頭を保護し、広場などに移動しましょう。
- ・ブロック塀や自販機などの倒れそうな物や垂れ下がった電線に近付かないようにしましょう。

## 室内の安全対策

地震時の怪我の原因は、家具の転倒によるものもとても多く、室内が散乱することにより逃げ遅れてしまう原因にもつながります。家具などの配置や固定を見直してみましょう。



| 棚・タンスの固定             | 照明の固定               | テレビの固定           | 冷蔵庫の固定            |
|----------------------|---------------------|------------------|-------------------|
|                      |                     |                  |                   |
| L型金具や支え棒で壁の桎や柱に固定する。 | 複数のチェーンで天井に止めて固定する。 | 粘着マットなどを使い、固定する。 | 上部を転倒防止用ベルトで固定する。 |

## 地震の震度

各震度に対応して発生する現象や被害の状況をできるだけわかりやすく表現しています。

### 震度0



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



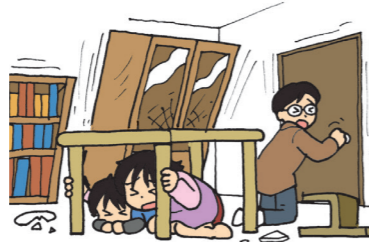
屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。

### 震度4



- ・ほとんどの人が驚く。
- ・電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。
- ・座りの悪い置物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。
- ・ドアが開かなくなることがある。
- ・壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。
- ・耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。



### 震度5弱



- ・大半の人が恐怖を覚え物につかまりたいと感じる。
- ・棚にある食器類や本が落ちることがある。
- ・固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。

### 震度6強



- ・はわないと動くことができない。飛ばされることもある。
- ・固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- ・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。
- ・大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。

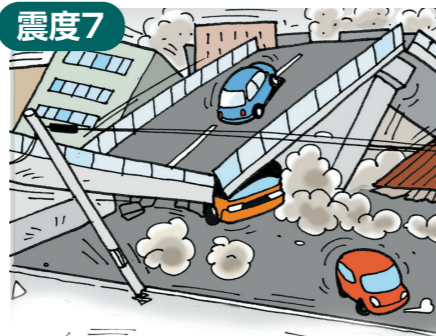


### 震度5強

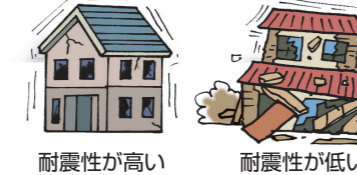


- ・物につかまらなると歩くことが難しい。
- ・棚にある食器類や本で落ちるものが多くなる。
- ・固定していない家具が倒れることがある。
- ・補強されていないブロック塀が崩れることがある。

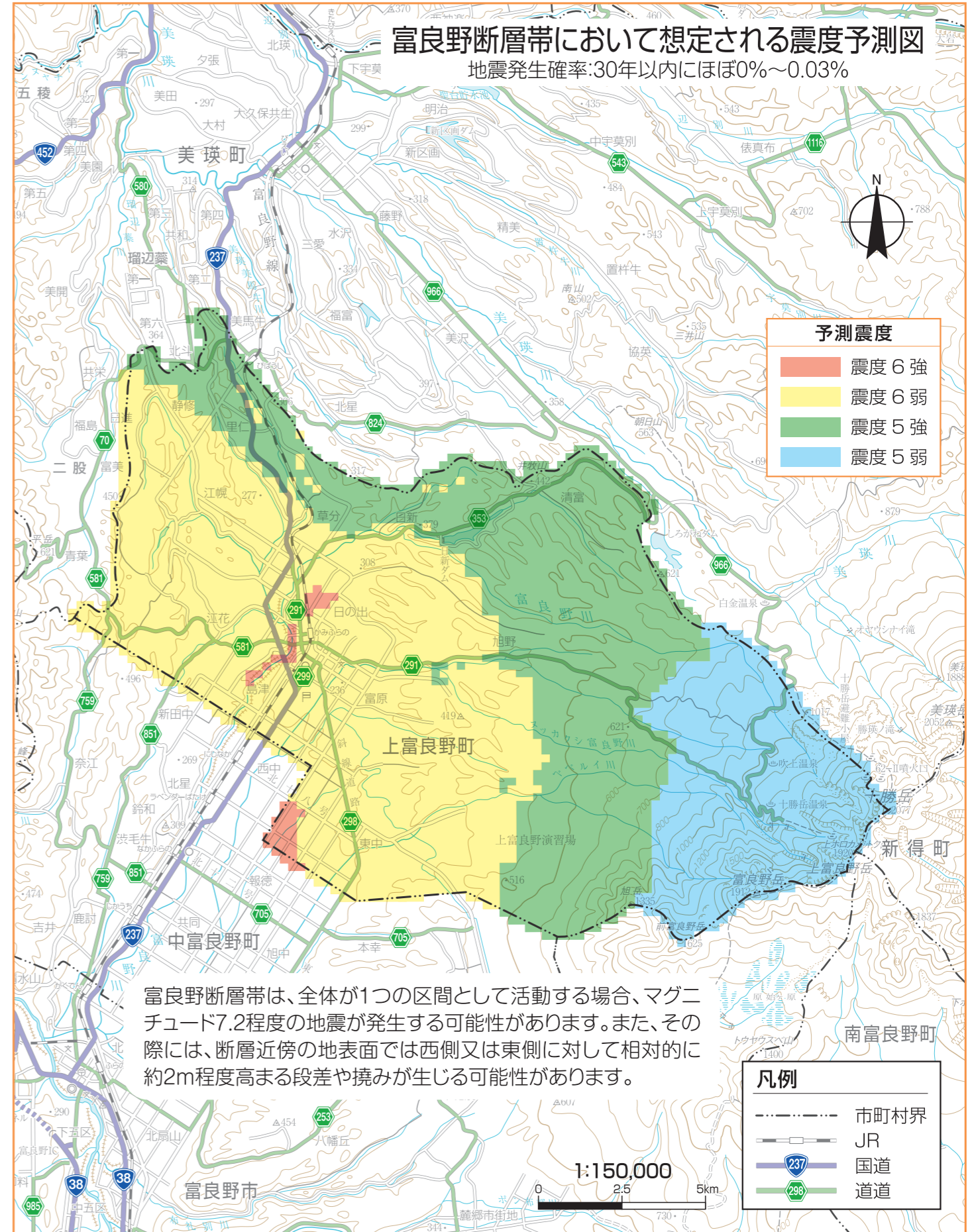
### 震度7



- ・耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに多くなる。
- ・耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。
- ・耐震性の低いコンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。



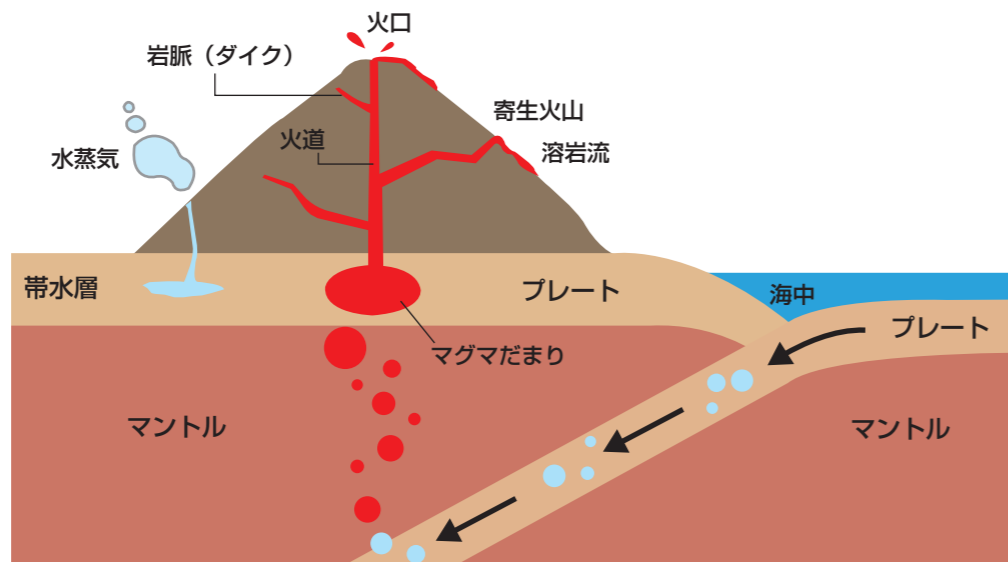
## 上富良野町揺れやすさマップ (震度予測図)



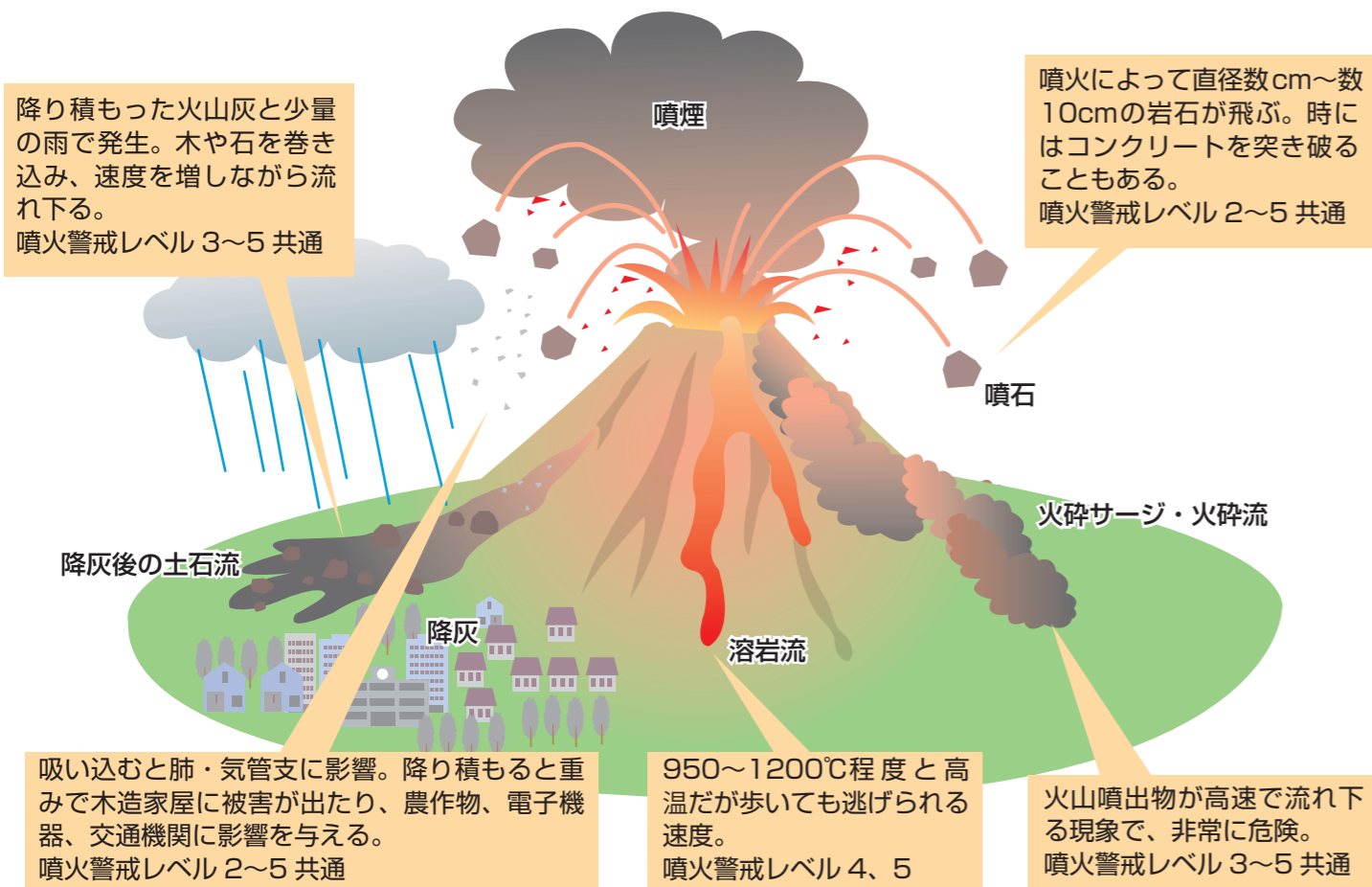
わが国は世界有数の火山国であり、その数は111にのぼります。  
その一つ十勝岳は、過去に何度も噴火を繰り返し、今も活発に活動する活火山です。

## こうして起こる、噴火のメカニズム

- 火山噴火は陸や海のプレートや地下のマントルの動きと深く関わっています。(右図参照)
- 地下深くにあるマントルは、温度が高い岩で出来ていますが、その一部が溶けて「マグマ」となります。
- 地球の表面を覆うプレートが、大陸の下に沈み込むときに、マントルの一部が溶けてマグマができるといわれています。
- マグマは、周辺の岩石よりも比重が軽く、高温な液体のため、地表から5～10kmの場所まで上昇して留まります。これをマグマだまりといいます。
- マグマに溶けていた水が水蒸気に変化するとき、体積は約1700倍に増えます。これが膨大な噴火のエネルギーを生み出します。



## 火山活動に伴う主な被害



## 噴火警戒レベルと対応 (避難行動)

### 火山に関する情報を正しく理解し、落ち着いて行動しましょう

- 気象庁は、平成19年12月1日から、噴火警報及び噴火予報の発表、噴火警戒レベル(下表参照)を導入しました。気象庁から発表される火山に関する情報や市町村から提供される避難情報等に十分留意し、落ち着いて行動しましょう。

### 「噴火警戒レベル」とは?

- 「噴火警戒レベル」とは、噴火時などに危険な範囲や必要な防災対応を、レベル1からレベル5までの5段階に区分したものです。
- 各レベルには、火山の周辺住民、観光客、登山者等の取るべき防災行動が一目で分かるキーワードを設定しています。

### 【十勝岳の噴火警戒レベル】

| 種別   | 名称                 | 対象範囲         | レベル(キーワード)      | 火山活動の状況  | 住民等の行動及び登山者・入山者等への対応  |
|------|--------------------|--------------|-----------------|--|---|
| 特別警報 | 噴火警報(居住地)又は噴火警報    | 居住地及びそれより火口側 | 5 (避難)          | 居住地に重大な被害を及ぼす噴火が発生、あるいは切迫している状態にある。                          | 危険な居住地域からの避難等が必要。   |
|      |                    |              | 4 (高齢者等避難)      | 居住地に重大な被害を及ぼす噴火が発生すると予想される(可能性が高まっている)。                      | 警戒が必要な居住地域での避難の準備、要配慮者等の避難等が必要。   |
| 警報   | 噴火警報(火口周辺)又は火口周辺警報 | 火口から居住地域近くまで | 3 (入山規制)        | 居住地の近くまで重大な影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。 | 住民は通常の生活(今後の火山活動の推移に注意)。状況に応じて高齢者等要配慮者の避難の準備等。登山禁止や入山規制等危険な地域への立ち入り規制等。 |
|      |                    |              | 2 (火口周辺規制)      | 火口周辺に影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。       | 住民は通常の生活(今後の火山活動の推移に注意)。火口周辺への立入規制等。                                    |
| 予報   | 噴火予報               | 火口内等         | 1 (活火山であることを留意) | 火山活動は静穏。火山活動の状態によって、火口内で火山灰の噴出等が見られる(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)。  | 状況に応じて火口内及び近傍への立入規制等。   |

注)「大きな噴石」とは、おおむね20～30cm以上の、風の影響をほとんど受けずに弾道を描いて飛散するものをいう。

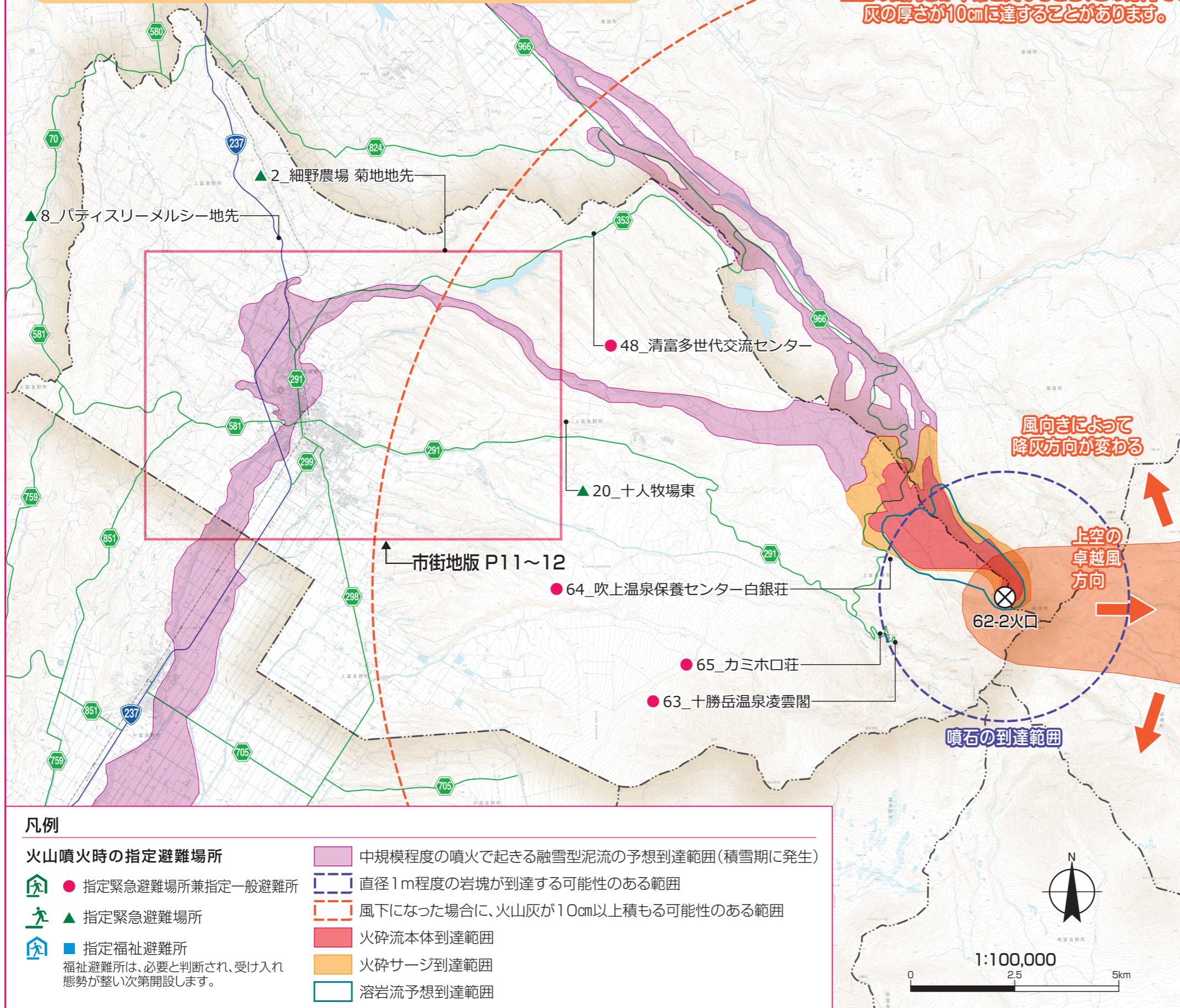
# 上富良野町 十勝岳火山防災マップ

## 上富良野町全域版

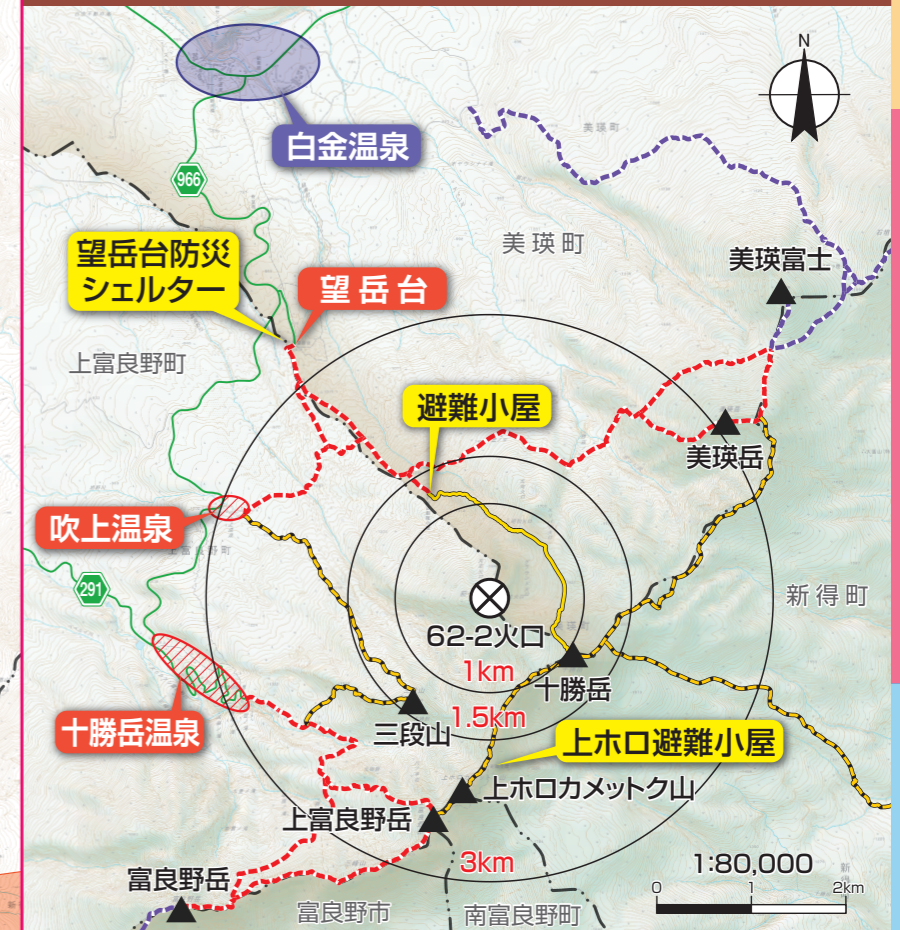
本マップは想定であり、実際とは異なる場合があります。  
噴火が発生したときには、実際の状況に合わせた対応が重要となりますので、状況の注視が必要です。  
なお、砂防施設の建設により泥流が到達する範囲が変わっています。

積雪期：融雪型火山泥流対策  
非積雪期：降灰・火砕流・火砕サージ・溶岩流・噴石対策

上空の風向きが平常と異なるとき、この方角でも灰の厚さが10cmに達することがあります。



### 十勝岳 噴火警戒レベルに対応した規制範囲



■ この図は62-2火口※1 周辺で噴火した場合の噴火警戒レベル2(火口周辺規制)および3(入山規制)の規制範囲を示しています。  
※1 1962年に噴火した火口で、現在も活発な噴気活動が続いている火口です。  
■ レベル2は、活動状況に応じて規制範囲が変わります。  
■ 居住地域まで影響が及ぶ場合はレベル4(高齢者等避難)・5(避難)となります。  
■ 特定地域の十勝岳温泉、吹上温泉はレベル3(入山規制)で防災対応が必要です。

### 凡例

- 主な登山道
- 主な道路
- 居住地域
- 特定地域※2
- ⊗ 62-2火口(想定火口)
- 市町村界

※2 特定地域：居住地域よりも想定火口に近いところに位置する温泉等の施設が含まれる地域をさし、居住地域より早期に避難等の対応が必要になる場合があります。

### 登山道の規制範囲

- レベル3：火口から概ね3km以内
- レベル2：火口から概ね1.5km以内(グラウンド火口周辺)
- レベル2：火口から概ね1km以内(避難小屋から上部、その他山頂へ通じる登山道)

### 凡例

#### 火山噴火時の指定避難場所

- 指定緊急避難場所兼指定一般避難所
- ▲ 指定緊急避難場所
- 指定福祉避難所  
福祉避難所は、必要と判断され、受け入れ態勢が整い次第開設します。

- 中規模程度の噴火で起きる融雪型泥流の予想到達範囲(積雪期に発生)
- 直径1m程度の岩塊が到達する可能性のある範囲
- 風下になった場合に、火山灰が10cm以上積もる可能性のある範囲
- 火砕流本体到達範囲
- 火砕サージ到達範囲
- 溶岩流予想到達範囲

凡例

火山噴火時の指定避難場所

指定緊急避難場所兼指定一般避難所

指定緊急避難場所

指定福祉避難所

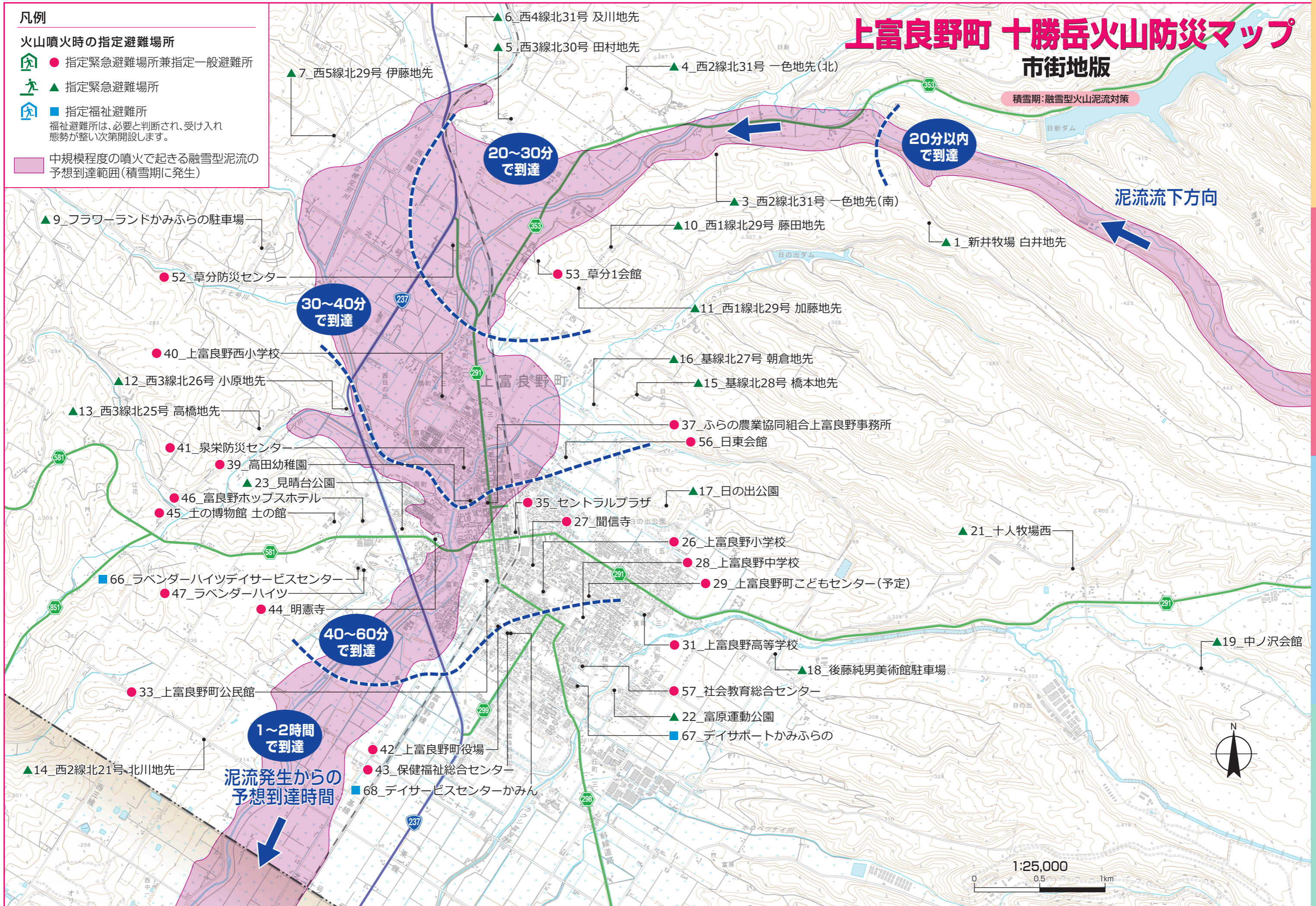
福祉避難所は、必要と判断され、受け入れ態勢が整い次第開設します。

中規模程度の噴火で起きる融雪型泥流の予想到達範囲(積雪期に発生)

# 上富良野町 十勝岳火山防災マップ

## 市街地版

積雪期:融雪型火山泥流対策



20~30分  
で到達

20分以内  
で到達

30~40分  
で到達

40~60分  
で到達

1~2時間  
で到達

泥流発生からの  
予想到達時間

泥流流下方向

地震

火山

その他災害

災害への備え

風水害の基礎知識

雨の強さの影響

|   |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
| <p><b>やや強い雨</b><br/>(1時間に10~20mmの雨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●地面からの跳ね返りで足元がぬれる</li> <li>●地面一面に水たまりができる</li> </ul> | <p><b>強い雨</b><br/>(1時間に20~30mmの雨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●傘をさしてもぬれる</li> <li>●小規模の崖崩れが始まる</li> </ul> | <p><b>激しい雨</b><br/>(1時間に30~50mmの雨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●道路が川のようになる</li> <li>●崖崩れが起きやすくなり、下水管から雨水があふれる</li> </ul> | <p><b>非常に激しい雨</b><br/>(1時間に50~80mmの雨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●傘は役に立たない</li> <li>●車の運転は危険</li> </ul> | <p><b>猛烈な雨</b><br/>(1時間に80mm以上の雨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●息苦しくなるような圧迫感がある</li> <li>●大規模災害が発生するおそれ強い</li> </ul> |
|---|--|---|---|--|

風の強さの影響

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>やや強い風</b><br/>平均風速 (10~15m/s)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●風に向かって歩きにくい</li> <li>●傘がさせない</li> </ul> | <p><b>強い風</b><br/>平均風速 (15~20m/s)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●転ぶ人も出る</li> <li>●看板やトタン板が外れ始める</li> <li>●高所での作業は極めて危険</li> </ul> | <p><b>非常に強い風</b><br/>平均風速 (20~30m/s)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●看板が落下、飛散する</li> <li>●飛来物で負傷のおそれがある</li> <li>●通常の数倍の速度での運転が困難になる</li> </ul> | <p><b>猛烈な風</b><br/>平均風速 (30~40m/s) 平均風速 (40m/s以上)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●屋外での行動は極めて危険</li> <li>●電柱や街灯で倒れるものもある</li> <li>●住宅で倒壊するものもある</li> <li>●鉄骨構造物で変形するものもある</li> </ul> |
|---|--|---|---|

浸水深と避難行動

●浸水深が大きくなると、歩行や自動車の走行に支障をきたし、避難行動が困難になります。

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>歩行が困難になる水深</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>成人男性70cm</li> <li>成人女性50cm</li> <li>子ども・高齢者20cm</li> </ul> | <p><b>ドアが開かなくなる水深</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>成人男性40cm</li> <li>成人女性35cm</li> <li>子ども・高齢者30cm</li> </ul> | <p><b>車が止まってしまう水深</b></p> <p>車種によってはタイヤの半分くらいでエンジンが止まることもある</p> |
|--|---|---|

外水氾濫と内水氾濫

|   |   |
|---|---|
| <p><b>外水氾濫</b></p> <p>大雨により河川の水量が増え水位が上昇し、堤防が決壊したり、堤防を越えて水があふれ出す氾濫。</p> <p>大雨や雪解けによって、川の水量が増え、水かさ上がり始めます。</p> | <p><b>内水氾濫</b></p> <p>一時的に多量の降雨が生じた場合に、下水道や排水施設などで排水が困難となり、小さな川やマンホール、側溝から水があふれる氾濫。</p> <p>街などに降った雨は、下水道(雨水管)を通して川に排水されません。</p> |
|---|---|

土砂災害の種類

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>土石流</b></p> <p>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現象のことをいいます。</p> | <p><b>がけ崩れ(急傾斜地の崩壊)</b></p> <p>地中にしみ込んだ水分により斜面が不安定になり、雨や地震などの影響によって急激に崩れ落ちることをいいます。</p> | <p><b>地すべり</b></p> <p>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のことをいいます。</p> |
|---|---|--|

こんな前ぶれ現象に注意!

次のような現象を察知した場合は、土砂災害が直後に起こる可能性があります。直ちに周りの人と安全な場所へ避難すると共に、関係機関へ通報してください。

|               |                            |                        |                     |                    |                   |
|---------------|----------------------------|------------------------|---------------------|--------------------|-------------------|
| <p>山鳴りがする</p> | <p>雨が降り続けているのに川の水位が下がる</p> | <p>川の流が濁り流木が混ざり始める</p> | <p>小石がパラパラ落ちてくる</p> | <p>地面にひび割れができる</p> | <p>斜面から水がふき出す</p> |
|---------------|----------------------------|------------------------|---------------------|--------------------|-------------------|

安全に避難するために

土砂災害の危険がある場所、避難場所や避難経路を日ごろから確認しておきましょう。

土砂災害では、流れる方向に対して直角方向に逃げましょう。

土砂災害の警戒種別

○土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)とは  
土砂災害が発生した場合に住民等の生命又は身体に危害が生ずるおそれがあると認められる土地の区域のことです。

○土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)とは  
土砂災害が発生した場合に建築物に破損が生じ、住民等の生命又は身体に著しい危害が発生す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及び居室を有する建築物の構造の規制をすべき土地の区域のことです。

|        |   |   |   |
|--------|---|---|---|
| 該当する凡例 | 土 | 石 | 流 |
| 警戒区域特別 | が | け | 崩 |
|        | 地 | す | べ |
|        |   | り |   |

土砂災害警戒情報について

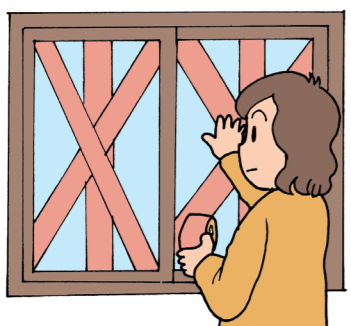
大雨による土砂災害の危険性が高まったときに、避難の判断の参考となるよう、北海道と旭川地方気象台が共同で発表する防災情報です。この情報の発表いかんにかかわらず、危険を感じた場合は速やかに自主避難してください。

## 風水害への備え

近年、異常気象により記録的な大雨や集中豪雨が発生しており、過去に発生したことのない場所でも風水害が起こる危険性が高まっています。

雨や風は事前に予測できるものなので、いざという時にあわてないように、日頃からの備えが重要になってきます。

### 家の外は天候が悪化する前に対策を



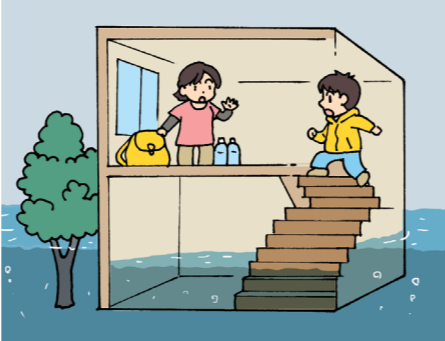
窓や雨戸の補強、側溝などの掃除、風で飛ばされそうな物は固定するか家の中へ。

### 天気予報や気象情報に注意



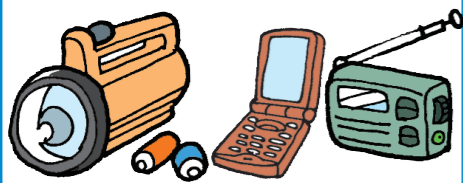
テレビやラジオなどで、気象情報に充分注意する。

### 大切なものはできるだけ高いところへ



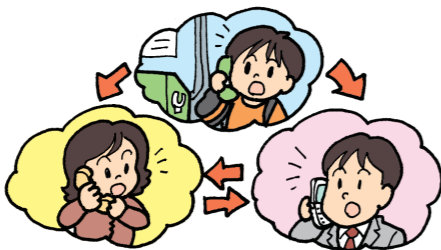
大切な家財道具は、高い安全な場所へ移動させる。

### 懐中電灯、携帯ラジオなどの準備



予備の電池などもあらかじめ準備しておく。

### 早めに帰宅し、外出を控える



家族と連絡をとり、早めの帰宅を。無理な外出は控える。

### 非常持出品を準備しておく



避難するとき持ち出す携帯品を準備しておく。

## 防災行動計画（マイ・タイムライン）の確認



防災行動計画（マイ・タイムライン）とは、いざという時にあわてることがないように、一人ひとりが避難に備えた行動をあらかじめ決めておくものです。

家族で話し合って適切な避難行動を事前に整理し、防災行動計画（マイ・タイムライン）（裏表紙）に記入しておきましょう。

## 風水害時の心得

近年、全国各地で台風や集中豪雨などによる洪水や土砂災害が発生しています。集中豪雨や暴風雪などによる災害はいつ起こってもおかしくありません。

上富良野町でも過去幾度も大雨による被害を受けており、注意が必要です。

### 被害を減らす心得

- 日頃から気象情報を見て、天候の変化に注意しましょう。
- 屋外と屋内の大雨・強風対策をしましょう。
- 避難指示などが発令されたときや、危険を感じたときはすぐに避難しましょう。
- 浸水など状況によっては建物内に待機するほうが安全な場合もあります。状況により判断しましょう。

### 避難するときの注意

危険を感じたら自己判断で避難することも必要です。浸水や土砂災害が起こる前に、安全に避難するようにしましょう。

- 警報などが発表されなくても、危険を感じたら早めに避難しましょう。
- 避難は複数人で、基本は徒歩で行いましょう。
- 長靴での避難は避け、履きなれた靴で行いましょう。
- 浸水しているときは、足元などを棒で注意しながら側溝や水路に注意しましょう。
- 子どもはロープなどでつなぎ、はぐれないようにしましょう。
- 浸水の状況によっては、頑丈な建物の2階以上へ避難しましょう。
- 警報や注意報が解除されるまで、警戒を続けましょう。



## 気象庁の注意報・警報

大雨や強風などにより災害が起こるおそれのあるときは「注意報」、重大な災害が起こるおそれのあるときは「警報」、重大な災害が起こるおそれが著しく大きいときは「特別警報」が発表されます。



### 注意報

最新情報に注意し、災害に備えて早めに準備しましょう。



### 警報

町が発表する避難情報に注意し、必要に応じ速やかに避難しましょう。



### 特別警報

避難情報に従い直ちに避難！外出が危険なときは、家の中でも安全な場所へ！

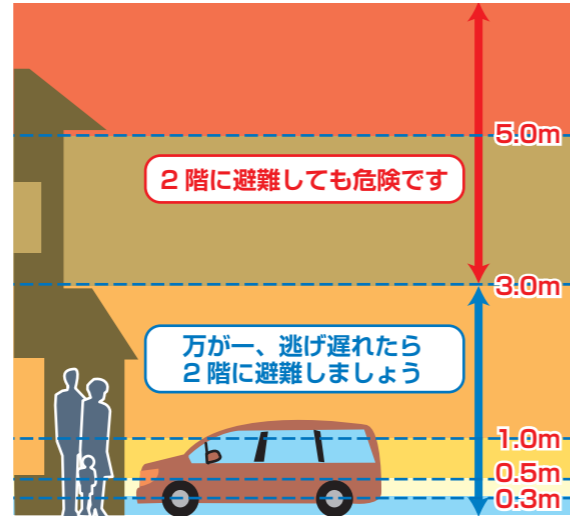


浸水深の目安

洪水(河川の氾濫)によって市街地や家屋、畑が水で覆われることを浸水といい、その深さを浸水深といいます。(道路や農地が水で覆われることを冠水ということもあります。)

一般の家庭では、浸水深が0.5m未満の場合は床下浸水、0.5m以上になると床上浸水するおそれがあり、3m以上では2階も浸水するおそれがあるため、2階への避難ができません。

ハザードマップにより、自宅が浸水するか、浸水深がどのくらいか、避難ルートは浸水するかなどを確認しておきましょう。



河川の水位と警戒レベル

| 雨の強さ | 洪水情報   | 警戒レベル | 避難情報等            | 防災気象情報(気象庁発表)   | 住民の皆さんにとるべき行動   |
|------|--|-------|------------------|-----------------|---|
| 強    | 災害発生危険がある場合、避難指示等の情報を発令します。それぞれの情報に応じて適切な行動をとってください。<br>河川の水位<br>氾濫の発生<br>○○川氾濫発生情報<br>すでに河川が氾濫している情報です。 | 5     | 緊急安全確保(上富良野町が発令) | 大雨特別警報          | 命の危険<br>直ちに安全確保!<br>災害が発生している可能性があるため、避難建物の2階など、より高い階にある山の反対側の部屋で待機して身の安全を確保してください。                           |
|      | 氾濫危険水位<br>○○川氾濫危険情報<br>いつ氾濫してもおかしくない状態です。  | 4     | 避難指示(上富良野町が発令)   | 土砂災害警戒情報        | 警戒レベル4までに必ず避難!<br>危険な場所から全員避難<br>この避難情報が発令されたら、必ず安全な場所へ避難してください。<br>※安全な場所とは、町が指定した避難場所、安全な親戚・知人家、安全なホテル・施設など |
|      | 避難判断水位<br>○○川氾濫警戒情報<br>氾濫の危険がある状態です。   | 3     | 高齢者等避難(上富良野町が発令) | 大雨警報(土砂災害) 洪水警報 | 危険な場所から高齢者等は避難<br>避難に時間がかかる高齢者、障がいのある方などとその支援者は、避難を開始してください。そのほかの人は、避難の準備を進めてください。                            |
|      | 氾濫注意水位<br>○○川氾濫注意情報<br>河川の水位上昇が見込まれる状態です。  | 2     | 大雨注意報等(気象庁が発表)   | 大雨注意報 洪水注意報     | 自らの避難行動の確認<br>避難に備え、ハザードマップ等で災害が想定されている区域や避難場所等を確認してください。   |
| 弱    | 水防団待機水位<br>普通の水位   | 1     | 早期注意情報(気象庁が発表)   |                 | 災害への心構えを高める<br>テレビ、ラジオ、インターネット等で大雨や河川の状況を確認し、災害への心構えを高めてください。   |

注意

【警戒レベル5】ではすでに災害が発生または切迫しています。また、必ず発令されるものではありません。  
 【警戒レベル3】や【警戒レベル4】の段階で地域の皆さんで声を掛け合って、安全・確実に避難しましょう。  
 避難に関する情報が発令されていない状況でも、危険を感じた場合には迷わず避難行動を開始してください。

雷災害への備え

【雷の前兆】

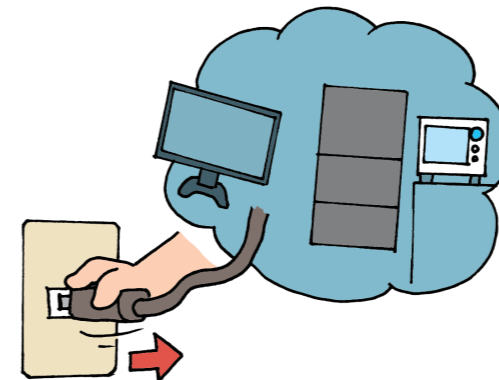
雷の前兆として「急に真っ黒な雲が近づいてくる」「雷鳴が聞こえる」「稲光が見える」といった天候の急変があります。



【屋内での備え】

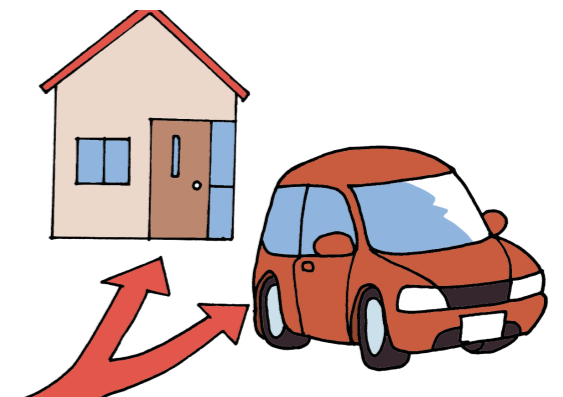


壁や窓から離れて、家の中央に避難



雷が近づいたらコンセントを抜く

【屋外での備え】



雷鳴が聞こえたら建物の中や自動車等の安全な場所に避難



雨宿りで木の下に入るのは危険

## 暴風雪への備え

暴風雪時は  
外出を控えることが  
重要です

豪雪や猛吹雪の際には、視界不良などによる自動車の多重衝突や、深い雪による立ち往生などが発生しやすくなります。気象情報をチェックし、雪に伴う警報や注意報が発表された時は、外出を控えるようにしましょう。また、積雪による家屋や自動車の排気筒の埋没に注意しましょう。

| 大雪注意報           | 大雪警報            | 風雪注意報                  | 暴風雪警報                  |
|-----------------|-----------------|------------------------|------------------------|
| 25cm/12h<br>の降雪 | 40cm/12h<br>の降雪 | 10m/s<br>(雪による視程障害を伴う) | 18m/s<br>(雪による視程障害を伴う) |

### 1.安全な装備で行う(最重要!)



- 安全な装備は、屋根からの転落などの事故を未然に防ぎます。
- 安全帯は、腰全体を支えるハーネス型や体全体を支えるフルハーネス型を使用しましょう。
- 命綱は、ザイルロープ等丈夫なものを屋根の上で止まる長さで正しく結びましょう。
- 命綱の一端は、アンカー（無い場合は雪下ろしをする屋根の反対側の柱や固定物）にしっかりと固定しましょう。

### 2.はしごは固定する



- はしごが転倒することがあるため、必ずしっかりと固定しましょう。
- はしごは斜めに立てかけず、屋根に対して決められた角度でまっすぐ立てましょう。
- はしごの乗り降りは注意し、はしごから屋根に移動するときは特に注意しましょう。

### 3.作業は2人以上で行う



- 一人での作業は事故が発生した際に、発見が遅れる可能性があります。
- 家族や親戚と一緒に複数人で除雪活動を行いましょう。
- 近所の方や地域コミュニティと協力して作業を行う共助による除雪活動も重要です。

### 4.足場の確認を行う



- 屋根の雪止めの位置を確認してから作業を行いましょう。
- 落雪に巻き込まれないように、屋根から雪を下ろしましょう。

### 5.雪下ろしのときは周りに雪を残す



- 落下した場所に積雪があることで被害を軽減できる場合があります。

### 6.屋根から雪が落ちてこないか注意する



- 屋根から雪が落ちてくる可能性があるため、住宅の周りで除雪する際に軒下では注意しましょう。

### 7.除雪道具や安全対策用具の手入れ点検を行う



- 除雪道具や安全対策用具が古くなり、壊れていないか定期的に点検しましょう。

### 8.携帯電話を身につける



- 携帯電話を身につけることで、緊急時でも家族や緊急医療機関などにすぐに連絡をとることができます。

### 9.無理はしない



- 除雪作業は重労働です。体調が悪い時は、行わないようにしましょう。
- 寒い屋外での重労働による発作などの危険性があるため、無理をしないようにしましょう。

## 火災から身を守るには

火災に気づいたら、すぐ「通報」、「初期消火」、そして「避難」することが大切です。優先順位は状況によって異なるため、慌てず冷静に判断しましょう。

地震発生時には出火していなくても、ガスの元栓を閉める、電気のブレーカーを切るなどの出火防止を行ってから避難しましょう。日ごろから、放火等を防止するため、家の周りに燃えるものを置かないようにしましょう。



### ①通報

- 大声で「火事だ」と叫び、周囲に知らせる。
- 119番通報する。(固定電話・携帯電話)
- 危険が迫れば近所に通報を依頼する。

### ②初期消火

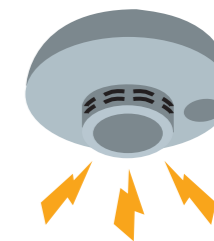
- 屋内では炎が天井に達するまでとする。
- 必ず避難口を背にする。
- 危ない、怖い、無理と思ったらすぐに避難する。
- 屋外であれば風上から行う。

### ③避難

- 日頃から2つ以上の避難できる経路を考えておく。
- 余裕があれば燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断する。
- 煙は吸わないようにする。

## 住宅用火災警報器

住宅火災で亡くなられた方の多くは「逃げ遅れ」が原因です。火災から大切な命を守るため、「寝室」「階段(寝室が2階以上にある場合)」、「台所」への設置が必要です。火災を早期に発見することで、通報や初期消火が早まり、被害の軽減につながります。



### 設置後は適切な維持管理を

- 正常に作動するか、定期的に点検しましょう。(月に1回が目安)
- 10年を目安に本体ごと交換しましょう。(機器の劣化、電池切れの可能性あります。)

### 悪質訪問販売に注意

- 消防署や町役場の職員が住宅用火災警報器等の訪問販売をすることはありません。「怪しいな」と思ったら、最寄りの消防署や富良野市消費生活センター(電話:0167-39-1166)にお問い合わせください。

## 消火器の使い方

### 1.安全栓を引き抜く



### 2.ホースをはずし火元に向ける

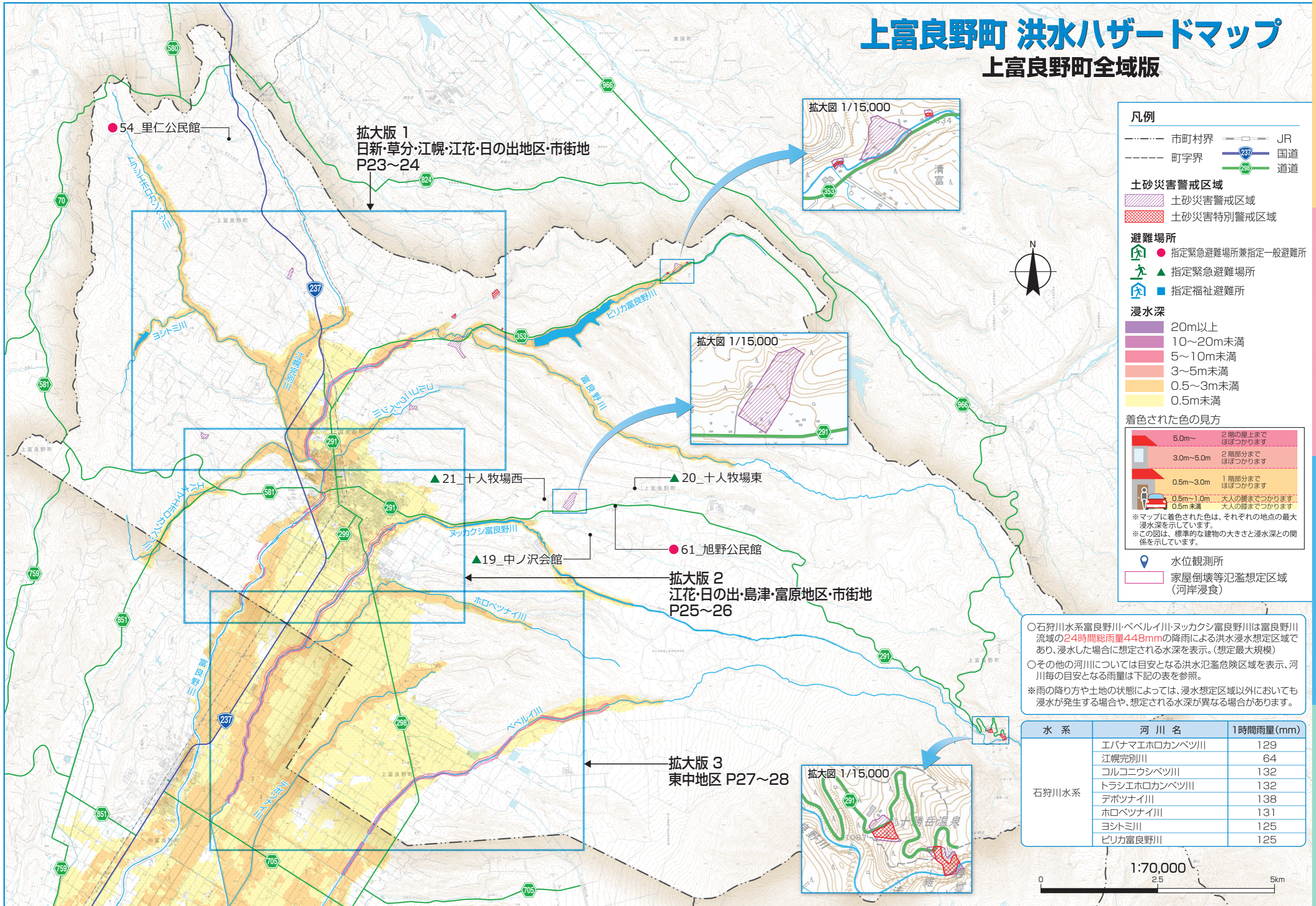


### 3.レバーを強く握って火元に噴射する



# 上富良野町 洪水ハザードマップ

## 上富良野町全域版



**凡例**

- 市町村界
- 町字界
- JR
- 国道
- 道道

**土砂災害警戒区域**

- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域

**避難場所**

- 指定緊急避難場所兼指定一般避難所
- 指定緊急避難場所
- 指定福祉避難所

**浸水深**

- 20m以上
- 10~20m未満
- 5~10m未満
- 3~5m未満
- 0.5~3m未満
- 0.5m未満

**着色された色の見方**

|           |                    |
|-----------|--------------------|
| 5.0m~     | 2階の屋上まで<br>ほぼつかります |
| 3.0m~5.0m | 2階部分まで<br>ほぼつかります  |
| 0.5m~3.0m | 1階部分まで<br>ほぼつかります  |
| 0.5m~1.0m | 大人の腰までつかります        |
| 0.5m未満    | 大人の膝までつかります        |

※マップに着色された色は、それぞれの地点の最大浸水深を示しています。  
※この図は、標準的な建物の大きさと浸水深との関係を示しています。

水位観測所

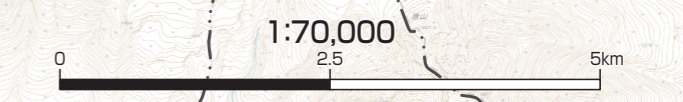
家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸浸食)

○石狩川水系富良野川・ベベルイ川・ヌッカクシ富良野川は富良野川流域の24時間総雨量448mmの降雨による洪水浸水想定区域であり、浸水した場合に想定される水深を表示。(想定最大規模)

○その他の河川については目安となる洪水氾濫危険区域を表示、河川毎の目安となる雨量は下記の表を参照。

※雨の降り方や土地の状態によっては、浸水想定区域以外においても浸水が発生する場合や、想定される水深が異なる場合があります。

| 水系      | 河川名          | 1時間雨量(mm) |
|---------|--------------|-----------|
| 石狩川水系   | エバナマエホロカンベツ川 | 129       |
|         | 江幌完別川        | 64        |
|         | コルコニウシベツ川    | 132       |
|         | トラシエホロカンベツ川  | 132       |
|         | デボツナイ川       | 138       |
|         | ホロベツナイ川      | 131       |
|         | ヨシトミ川        | 125       |
| ピリカ富良野川 | 125          |           |



地震

火山

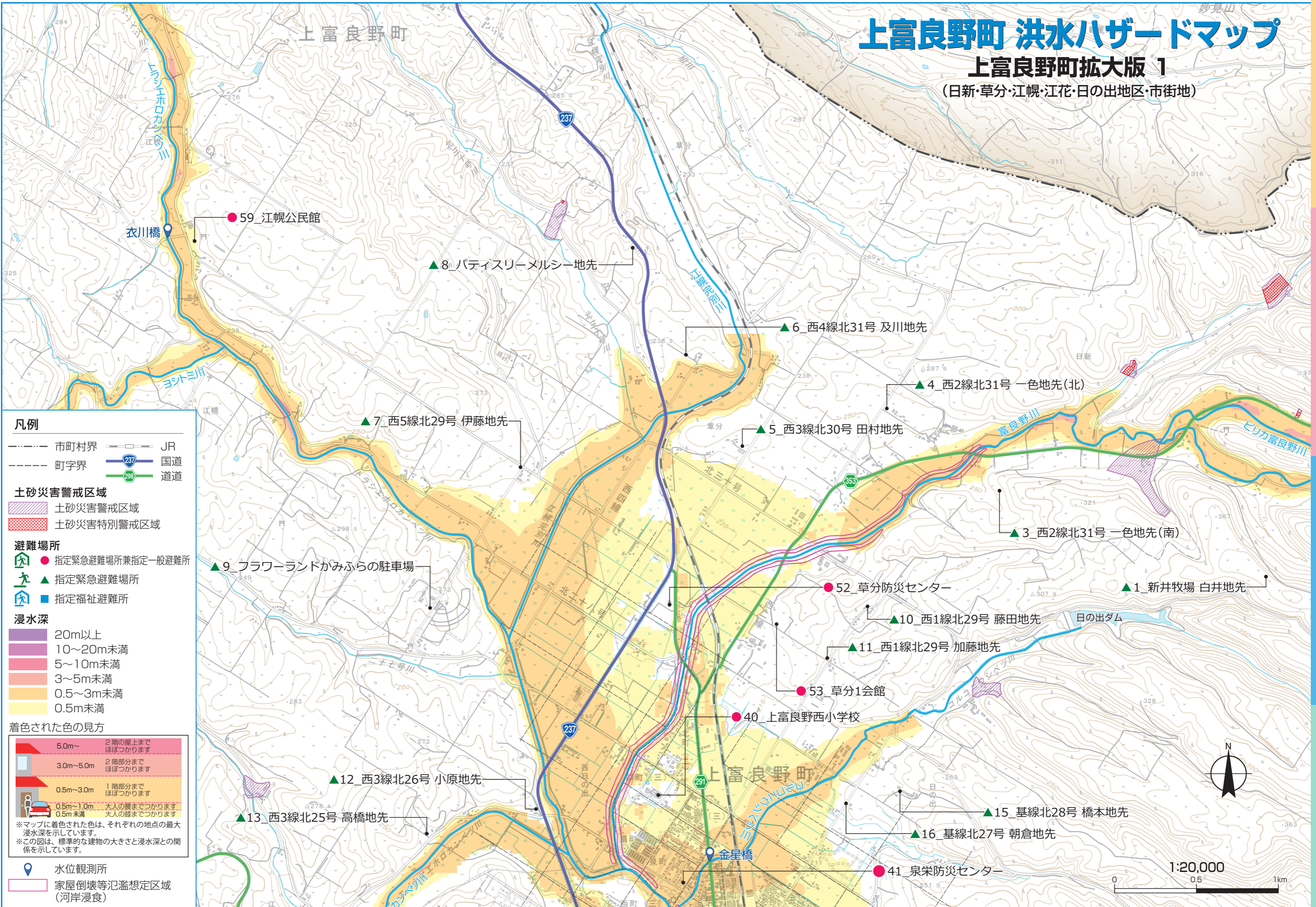
その他災害

災害への備え

# 上富良野町 洪水ハザードマップ

## 上富良野町拡大版 1

(日新・草分・江幌・江花・日の出地区・市街地)



地震

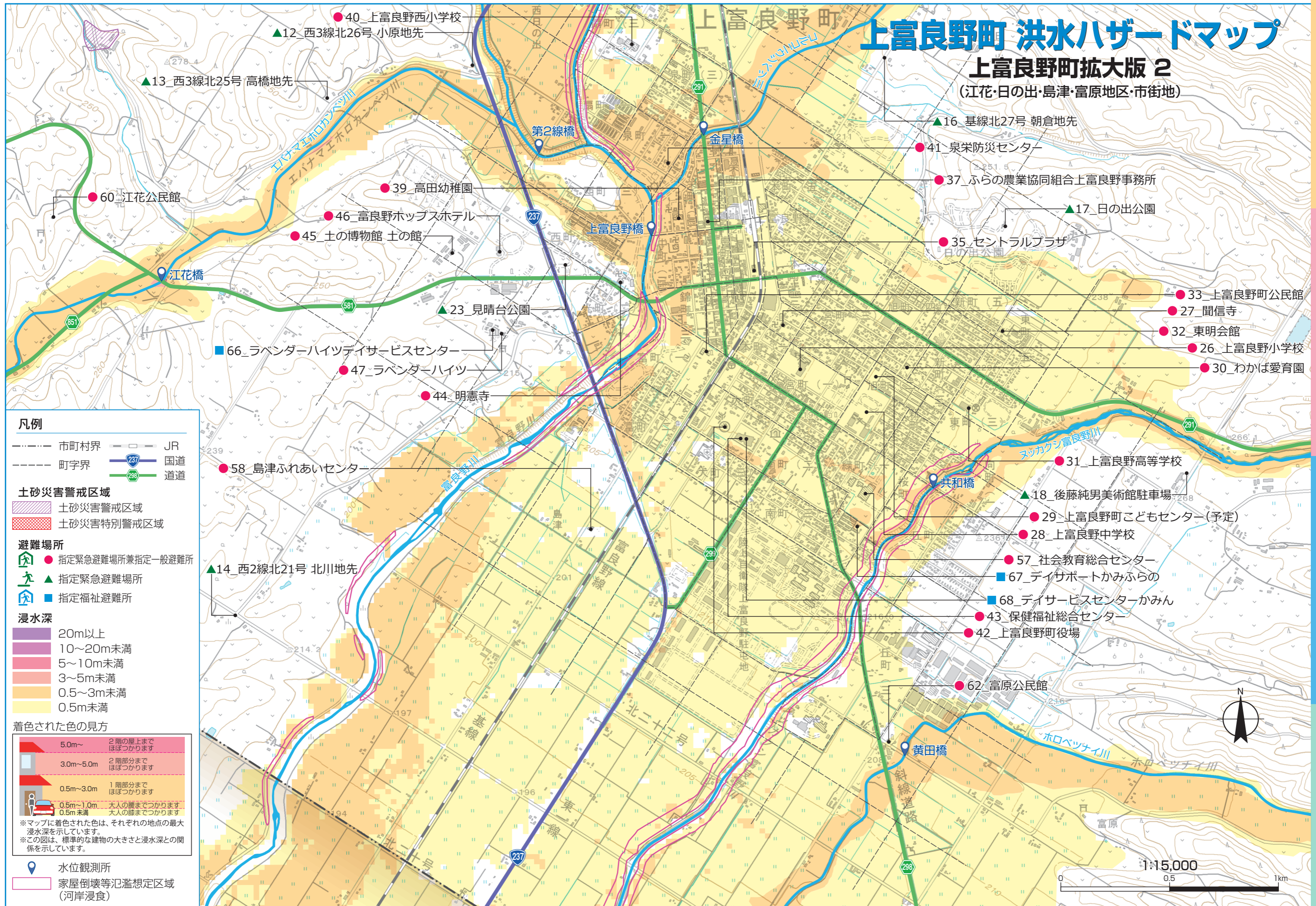
火山

その他災害

災害への備え

# 上富良野町 洪水ハザードマップ

## 上富良野町拡大版 2 (江花・日の出・島津・富原地区・市街地)



**凡例**

- 市町村界
- 町字界
- JR
- 国道
- 道道

**土砂災害警戒区域**

- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域

**避難場所**

- 指定緊急避難場所兼指定一般避難所
- 指定緊急避難場所
- 指定福祉避難所

**浸水深**

- 20m以上
- 10~20m未満
- 5~10m未満
- 3~5m未満
- 0.5~3m未満
- 0.5m未満

**着色された色の見方**

|           |                    |
|-----------|--------------------|
| 5.0m~     | 2階の屋上まで<br>ほぼつかります |
| 3.0m~5.0m | 2階部分まで<br>ほぼつかります  |
| 0.5m~3.0m | 1階部分まで<br>ほぼつかります  |
| 0.5m~1.0m | 大人の腰までつかります        |
| 0.5m未満    | 大人の膝までつかります        |

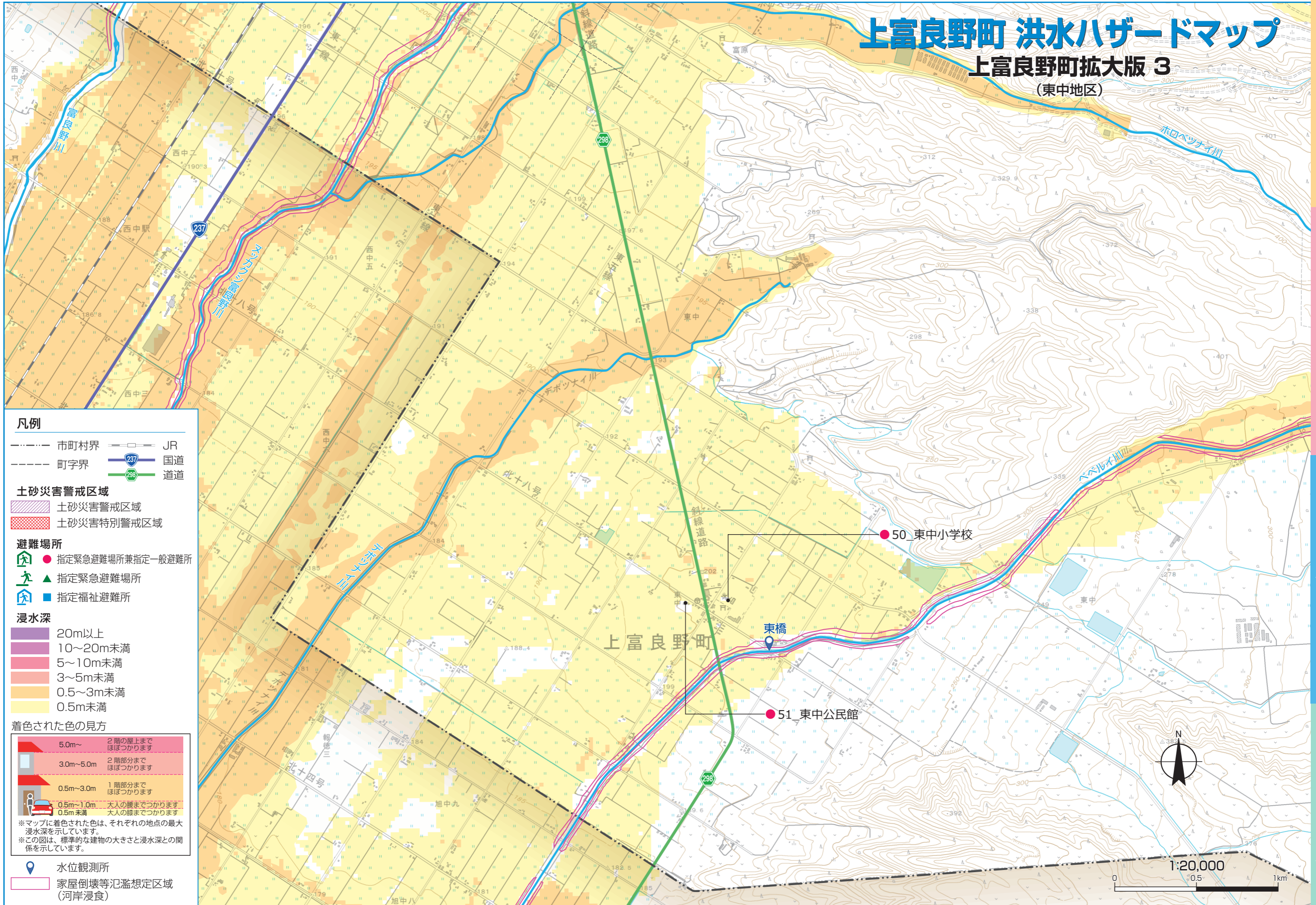
※マップに着色された色は、それぞれの地点の最大浸水深を示しています。  
※この図は、標準的な建物の大きさとの関係を示しています。

- 水位観測所
- 家屋倒壊等氾濫想定区域(河岸浸食)

# 上富良野町 洪水ハザードマップ

## 上富良野町拡大版 3

(東中地区)



### 凡例

- 市町村界
- 町字界
- JR
- 国道
- 道道

### 土砂災害警戒区域

- 土砂災害警戒区域
- 土砂災害特別警戒区域

### 避難場所

- 指定緊急避難場所兼指定一般避難所
- 指定緊急避難場所
- 指定福祉避難所

### 浸水深

- 20m以上
- 10~20m未満
- 5~10m未満
- 3~5m未満
- 0.5~3m未満
- 0.5m未満

### 着色された色の見方

- 5.0m~ 2階の屋上まで ほぼつかります
- 3.0m~5.0m 2階部分まで ほぼつかります
- 0.5m~3.0m 1階部分まで ほぼつかります
- 0.5m~1.0m 大人の腰までつかります
- 0.5m未満 大人の膝までつかります

※マップに着色された色は、それぞれの地点の最大浸水深を示しています。  
※この図は、標準的な建物の大きさと浸水深との関係を示しています。

- 水位観測所
- 家屋倒壊等氾濫想定区域 (河岸浸食)

地震

火山

その他災害

災害への備え

## 指定緊急避難場所一覧

| 番号 | 施設名             | 洪水図面区分  | 火山図面区分 | 災害の種類 |      |    |       | AED設置の有無 |
|----|-----------------|---------|--------|-------|------|----|-------|----------|
|    |                 |         |        | 洪水    | 火山噴火 | 地震 | 大規模火災 |          |
| 1  | 新井牧場 白井地先       | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 2  | 細野農場 菊地地先       | —       | 全域版    |       | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 3  | 西2線北31号 一色地先(南) | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 4  | 西2線北31号 一色地先(北) | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 5  | 西3線北30号 田村地先    | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 6  | 西4線北31号 及川地先    | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 7  | 西5線北29号 伊藤地先    | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 8  | パティスリーメルシー地先    | 拡大版 1   | 全域版    | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 9  | フラワーランドかみふらの駐車場 | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 10 | 西1線北29号 藤田地先    | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 11 | 西1線北29号 加藤地先    | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 12 | 西3線北26号 小原地先    | 拡大版 1・2 | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 13 | 西3線北25号 高橋地先    | 拡大版 1・2 | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 14 | 西2線北21号 北川地先    | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 15 | 基線北28号 橋本地先     | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 16 | 基線北27号 朝倉地先     | 拡大版 1・2 | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 17 | 日の出公園           | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 18 | 後藤純男美術館駐車場      | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 19 | 中ノ沢会館           | 全域版     | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 20 | 十人牧場東           | 全域版     | 全域版    | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 21 | 十人牧場西           | 全域版     | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 22 | 富原運動公園          | —       | 市街地版   |       | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 23 | 見晴台公園           | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 24 | 中央コミュニティ広場      | —       | —      |       |      | ●  | ●     | ×        |
| 25 | 島津公園            | —       | —      |       |      | ●  | ●     | ×        |

## 指定緊急避難場所 兼 指定一般避難所一覧

| 番号 | 施設名              | 洪水図面区分 | 火山図面区分 | 災害の種類 |      |    |       | AED設置の有無 |
|----|------------------|--------|--------|-------|------|----|-------|----------|
|    |                  |        |        | 洪水    | 火山噴火 | 地震 | 大規模火災 |          |
| 26 | 上富良野小学校          | 拡大版 2  | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 27 | 聞信寺              | 拡大版 2  | 市街地版   | ●     | ●    | ●  |       | ×        |
| 28 | 上富良野中学校          | 拡大版 2  | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 29 | 上富良野町こどもセンター(予定) | 拡大版 2  | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |

| 番号 | 施設名              | 洪水図面区分  | 火山図面区分 | 災害の種類 |      |    |       | AED設置の有無 |
|----|------------------|---------|--------|-------|------|----|-------|----------|
|    |                  |         |        | 洪水    | 火山噴火 | 地震 | 大規模火災 |          |
| 30 | わかば愛育園           | 拡大版 2   | —      | ●     |      | ●  |       | ○        |
| 31 | 上富良野高等学校         | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  |       | ○        |
| 32 | 東明会館             | 拡大版 2   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 33 | 上富良野町公民館         | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 34 | わかば中央保育園         | —       | —      |       |      | ●  |       | ○        |
| 35 | セントラルプラザ         | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 36 | 大雄寺              | —       | —      |       |      | ●  |       | ○        |
| 37 | ふらの農業協同組合上富良野事務所 | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 38 | 専誠寺              | —       | —      |       |      | ●  |       | ×        |
| 39 | 高田幼稚園            | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  |       | ○        |
| 40 | 上富良野西小学校         | 拡大版 1・2 | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 41 | 泉栄防災センター         | 拡大版 1・2 | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 42 | 上富良野町役場          | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    |    | ●     | ×        |
| 43 | 保健福祉総合センター       | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 44 | 明憲寺              | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 45 | 土の博物館 土の館        | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 46 | 富良野ホップスホテル       | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 47 | ラベンダーハイツ         | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 48 | 清富多世代交流センター      | —       | 全域版    |       | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 49 | 日新公民館            | —       | —      |       |      | ●  | ●     | ×        |
| 50 | 東中小学校            | 拡大版 3   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ○        |
| 51 | 東中公民館            | 拡大版 3   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 52 | 草分防災センター         | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 53 | 草分1会館            | 拡大版 1   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 54 | 里仁公民館            | 全域版     | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 55 | 静修農業構造改善センター     | —       | —      |       |      | ●  | ●     | ×        |
| 56 | 日東会館             | —       | 市街地版   |       | ●    | ●  | ●     | ×        |
| 57 | 社会教育総合センター       | 拡大版 2   | 市街地版   | ●     | ●    | ●  | ●     | ○        |
| 58 | 島津ふれあいセンター       | 拡大版 2   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 59 | 江幌公民館            | 拡大版 1   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 60 | 江花公民館            | 拡大版 2   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 61 | 旭野公民館            | 全域版     | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 62 | 富原公民館            | 拡大版 2   | —      | ●     |      | ●  | ●     | ×        |
| 63 | 十勝岳温泉凌雲閣         | —       | 全域版    |       | ●    |    |       | ×        |
| 64 | 吹上温泉保養センター白銀荘    | —       | 全域版    |       | ●    |    |       | ○        |
| 65 | カミホ口荘            | —       | 全域版    |       | ●    |    |       | ○        |

## 指定福祉避難所一覧

| 番号 | 施設名                | 対象地域 | 災害の種類 |      |    |           | AED<br>設置の<br>有無 |
|----|--------------------|------|-------|------|----|-----------|------------------|
|    |                    |      | 洪水    | 火山噴火 | 地震 | 大規模<br>火災 |                  |
| 66 | ラベンダーハイツデイサービスセンター | 町内全域 | ●     | ●    | ●  | ●         | ○                |
| 67 | デイサポートかみふらの        |      | ●     | ●    | ●  | ●         | ○                |
| 68 | デイサービスセンターかみん      |      | ●     | ●    | ●  | ●         | ○                |

**前提条件：災害発生時、施設の安全性が確認され、運営が可能となった場合に開設**

| 要配慮者スペース   | 対象地域         | 要配慮者スペース             | 対象地域   |
|------------|--------------|----------------------|--------|
| 上富良野小学校    | 本町・大町・錦町・富町  | 上富良野町公民館             | 富町     |
| 上富良野西小学校   | 扇町・泉町・北町・日の出 | 東中公民館                | 東中     |
| 東中小学校      | 東中           | セントラルプラザ             | 中町・錦町  |
| 上富良野中学校    | 宮町・旭町・新町     | ふらの農業協同組合<br>上富良野事務所 | 栄町     |
| 上富良野高等学校   | 新町・東町        | 日東会館                 | 日の出・本町 |
| 草分防災センター   | 草分           | 高田幼稚園                | 中町・栄町  |
| 泉栄防災センター   | 泉町・栄町        | 清富多世代交流センター          | 清富・日新  |
| 社会教育総合センター | 町内全域         |                      |        |

避難所内の一部スペースを要介護高齢者、障害者、医療的ケアを必要とする者、妊産婦、乳幼児、アレルギー等の慢性疾患を有する者、外国人等の空間として確保

## わが家の防災メモ

▼記入しましょう!

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 |
|----|------|-----|-----|---------------|-----|
|    |      |     |     |               |     |
|    |      |     |     |               |     |
|    |      |     |     |               |     |
|    |      |     |     |               |     |

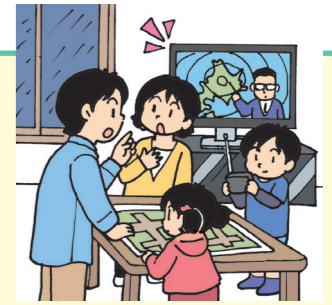
## 家族と災害時のルールについて話し合う

いざという時に備えは万全ですか？

家族への連絡先や連絡方法、集合場所などを決めておきましょう。

### 連絡先・連絡方法を決めておきましょう!

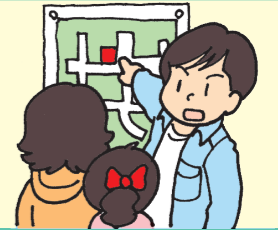
災害が発生した際に家族と連絡が取れるように、いざというときの連絡先、連絡方法、災害用伝言ダイヤル(下記参照)や災害用伝言板サービスなどの使い方について家族で話し合っておきましょう。



### 集合場所を決めておきましょう!

事前に家族で災害時の避難について相談しておきましょう。

- 避難場所までの実際の道順を確認しましょう。
- 目印になるものを、おぼえておきましょう。



### 帰宅困難になった場合に備えましょう!

帰宅が困難になった場合は、無理に帰宅しようとせず、職場や学校、避難所等の安全な場所で待機し、家族や自宅の安全を確認するとともに、テレビやラジオなどから正確な情報を入手するようにしましょう。また、普段から職場には食料や飲料水などを備えておくようにしましょう。

### 指定緊急避難場所が雪により使用できないときは!

屋外は天気や気温の影響を受けやすいことから、可能な限り自宅で待機し、避難が必要な場合には車の通行等に注意して、指定緊急避難場所の近くで待機しましょう。

### 季節や天候によって服装を考えましょう!

災害は季節を問わずに起こります。いざという時のために、雨具や防寒着を準備しましょう。また、衛生面や底冷え対策に、避難所で上靴として使用できるスポーツシューズなどを備えておくとう便利です。

### ご存じですか?災害用伝言ダイヤル

地震などの大きな災害が起きると、家族や知人などに連絡をとるため、多くの方が一斉に電話をかけ、電話がつながりにくい状況になります。そんな時に役立つサービスがNTTの「災害用伝言ダイヤル」です。

災害用伝言ダイヤル **171** で声を残す



伝言を録音するときは **1**

伝言を再生するときは **2**

〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇

- ・被災地の人は自宅の電話番号を、または連絡を取りたい人の電話番号を
- ・被災地以外の方は被災地の人の電話番号を、市外局番から入力する

〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇

➡ 伝言を吹き込む

➡ 伝言を聞く

### Web版 パソコンや携帯電話による確認方法

**Web171  
災害用伝言板**

各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開く

伝言を登録する場合 **登録** を選択し、伝言を入力する。  
伝言を確認する場合 **確認** を選択し被災地の人の携帯電話番号を入力して伝言を見る。

**パソコン・携帯電話(インターネット)のEメールを利用する**

固定電話や携帯電話が使えない状況でも、パソコン(インターネット)や携帯電話を使ったEメールは、比較的届きやすい場合があります。

# 災害への備え編

## 『非常持出品』&『備蓄品』チェックリスト

**非常持出品** 災害時にすぐに持ち出せるように、準備しておきましょう。

|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
| <b>必需品</b><br><input type="checkbox"/> 懐中電灯<br> | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ<br>  | <input type="checkbox"/> 予備電池<br>  | <input type="checkbox"/> 飲料水<br><br><small>(1人1日3リットル目安)</small> | <input type="checkbox"/> 非常食<br>    |
| <input type="checkbox"/> タオル・毛布<br>             | <input type="checkbox"/> 衣類・下着類<br> | <input type="checkbox"/> 救急セット<br> | <input type="checkbox"/> 貴重品<br>                                 | <input type="checkbox"/> 薬・お薬手帳<br> |

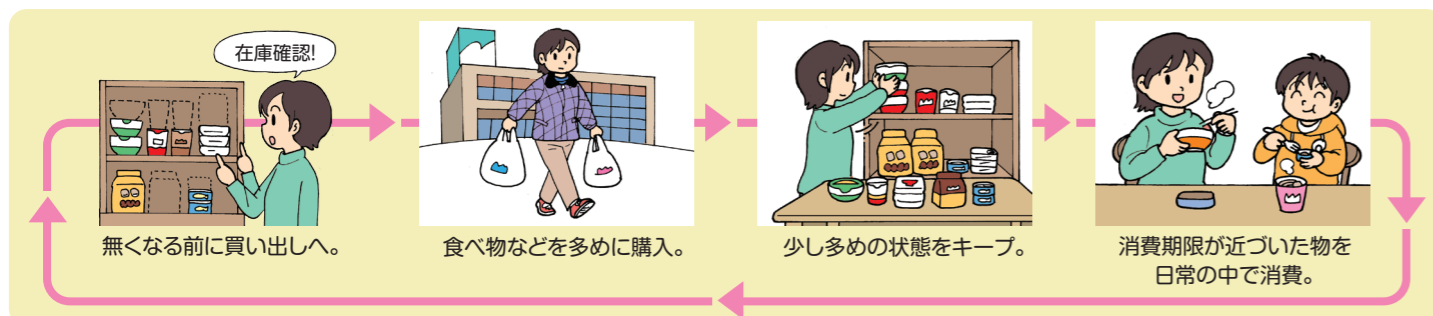
**備蓄品** 最低3日分の準備をしておきましょう。(できれば7日分の備蓄を心がけましょう)

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>燃料</b><br><input type="checkbox"/> 卓上コンロ<br><input type="checkbox"/> ガスボンベ<br><input type="checkbox"/> 固形燃料<br> | <b>非常食品</b><br><input type="checkbox"/> お米 (レトルト・アルファ米も便利)<br><input type="checkbox"/> 缶詰・レトルト食品<br><input type="checkbox"/> 梅干し・調味料<br><input type="checkbox"/> ドライフーズ・チョコレート・飴<br> | <b>必要に応じて準備しましょう</b><br><input type="checkbox"/> ビニール袋・ティッシュ<br><input type="checkbox"/> ろうそく・マッチ・ライター<br><input type="checkbox"/> 洗面用具・生理用品<br><input type="checkbox"/> 大人用紙おむつ・携帯用トイレ<br><input type="checkbox"/> 粉ミルク・ほ乳びん・紙おむつ<br><input type="checkbox"/> メガネ<br><input type="checkbox"/> 携帯電話充電器 (電池式)<br><input type="checkbox"/> 雨具・軍手・使い捨てカイロ<br><input type="checkbox"/> ヘルメット・帽子・マスク<br><input type="checkbox"/> ラップフィルム (お皿に敷くと洗う必要がない) |
| <b>飲料水</b><br><input type="checkbox"/> ペットボトルや貯水した給水用ポリタンク<br><small>1人1日3リットル×3日分</small><br>                     | <b>その他</b><br><input type="checkbox"/> 生活用水 (風呂・洗濯機などに貯水)<br><input type="checkbox"/> 寝袋<br><input type="checkbox"/> 各種アウトドア用品<br><input type="checkbox"/> ポータブルストーブ (電池式)<br>      |   |

## 災害への備え ~日常生活で消費しながら備蓄する~

災害に備え、食料等を備蓄する必要性を感じる方は少なくありませんが、数量の管理や消費期限の確認などを考えると、実際に備蓄を継続するのはなかなか難しいものです。

しかし、普段から利用しているカップ麺やレトルト食品等を少し多めに購入し、日常生活で消費しながら備蓄する「ローリングストック法」であれば、いざという時にも日常生活に近い過ごし方ができます。



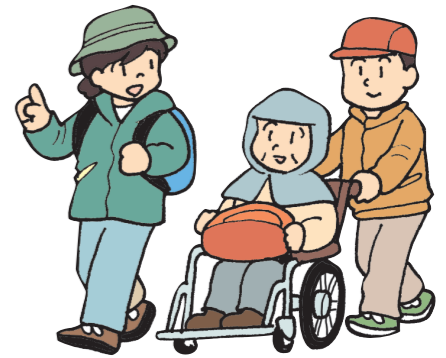
## 非常持出品と避難時の服装

家族構成を考えながら、避難する時に持ち出す非常持出品を予め準備し、災害復旧までの数日間を自足するため、両手が自由になるリュックサックなどに入れて保管しておきましょう。飲料水と食料は、最低3日分の用意が目安です。また、荷物の重さは、男性で15kg、女性で10kgが目安です。



## 避難行動要支援者への助けあい

- ①日頃から地域内でのコミュニケーションを大切にし、どこにどのような人が住んでいるのかを知っておきましょう。
- ②連絡網や役割分担を決めるなど、災害発生に備えてすぐに駆けつけられるような支援体制を整えておきましょう。
- ③避難方法や情報伝達は、避難行動要支援者(災害時に手助けが必要な方)の立場になって考えておきましょう。
- ④避難訓練など防災活動への参加を促しましょう。



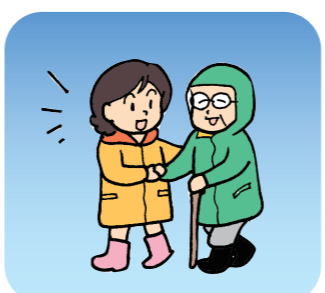
## 避難行動要支援者の誘導方法

### お年寄り・病人など



- ・支援が必要な時は、何人かで対応する。
- ・背負う時は紐などをかけて、ずり落ちないように注意する。

### 目の不自由な人



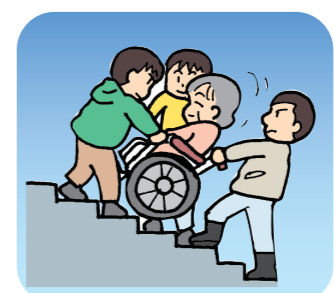
- ・まず声をかけ、周囲の状況を知らせる。
- ・誘導する時は杖を持っていない方のひじのあたりを軽く支えてゆっくりと歩く。

### 耳の不自由な人



- ・手話、身振りなど、可能な限りの方法で情報を伝える。
- ・紙やペンがない時は、手のひらに指先で文字を書いて伝える。

### 身体の不自由な人



- ・その人に適した誘導方法を確認する。
- ・階段での車椅子の介助は、二人以上で行い、昇る時は前向きに、降りる時は後ろ向きにする。

## 災害時における避難所での感染症対策

災害時には、感染症の拡大リスクが高まります。

特に避難所では、衛生状態を保つことが大切です。飛沫感染や空気感染による感染拡大する恐れがあるため、感染症に「自分がかからない」ように手洗いを、かかっても「他人にうつさない」ために咳エチケットなどを行いましょ。

避難所での感染症対策について、下の資料をご活用ください。

### 手洗いで感染症予防

流水で手洗いができない場合はアルコールを含んだ手指消毒液を使用しましょう。



1. 十分な量を手のひらに取ります
2. 手のひらをこすりあわせませす
3. 手の甲を合わせてすりこみます
4. 指先・爪の間にすりこみます
5. 指の間にすりこみます
6. 親指をねじり合わせてすりこみます
7. 手首も忘れずにすりこみます

**乾燥するまでよくすりこんでください。**

特に、食事前や調理前、トイレ使用後には手洗いを!

### 咳エチケットで感染症予防

#### 咳エチケットとは?

咳やくしゃみが出たときに周りの人へ病気をうつさないためのマナーです。



#### マスクがない場合には?

- ① 咳やくしゃみの際はティッシュで口と鼻をおおきましょう。
- ② ティッシュ等がない場合には、二の腕で口と鼻をおおきましょう。

### 感染症の拡大を防ぐために

#### トイレについて

- ・トイレはきれいに使いましょう。
- ・トイレを汚した場合には避難所運営委員にお知らせください。
- ・使用前後には便座を拭きましょう。

#### 手洗いについて

- ・トイレのあとや食事の前には手を洗いましょう。
- ・水が出ない場合にはアルコール消毒液を多めに手に取って手拭き用の紙で拭き取りましょう。

#### 食べ物について

- ・袋入りの食べ物は、手でちぎって食べたりせず、直接食べましょう。

#### その他

- ・嘔吐・下痢・発熱などの症状のある方は、すぐに避難所運営委員または施設管理者等にお知らせください。

### いざという時の応急処置

災害時はたくさんのけが人が同時に発生するため、応急手当や救急救命のための専門の道具が入手困難になります。こうした状況は、今後発生する災害の際にも同様の事態が想定され、そのための準備が必要です。

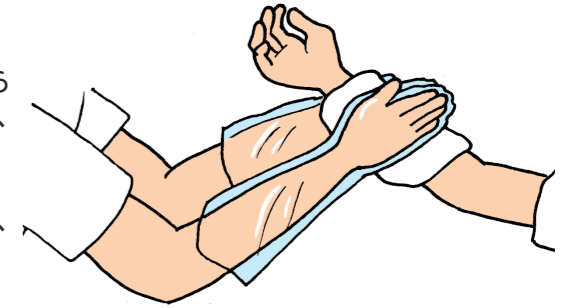
専門の道具が手に入らなくても、身の回りにあるごく一般的な生活雑貨などを使って応急手当が出来る技術を習得しておくことも重要です。次に代表的な対処法をご紹介します。

### 多量の出血があったとき一止血法一

#### 直接圧迫止血法

出血している傷口をガーゼやハンカチなどで直接強く押さえて、しばらく圧迫することで止血を行います。この方法が最も基本的な止血法であり、多くの出血は、この方法で止血できます。

まず直接圧迫止血法を行い、さらに医師の診療を受けるようにします。  
※止血するとき、救助者はできる限りビニール手袋やビニール袋を使用し、感染予防に努めます。

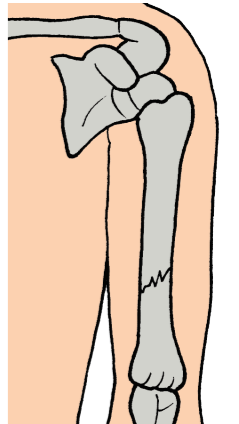


#### 骨折したとき

##### 非開放骨折の場合の手当て

骨折部の皮膚に傷がない、あるいは骨折部が体の表面の傷と直接つながっていない状態の骨折です。

- ・全身および患部を安静にします。
- ・患部を固定します（骨折した手足の末梢を観察できるように、手袋や靴、靴下などを予め脱がせておきます）。
- ・骨折部が屈曲している場合、無理に正常位に戻そうとすると、鋭利な骨折端が神経、血管などを傷つける恐れがあるので、そのままの状態に固定します。
- ・固定後は、傷病者の最も楽な体位にします。腫れを防ぐために、できれば患部を高くします。
- ・全身を毛布などで包み、保温します。



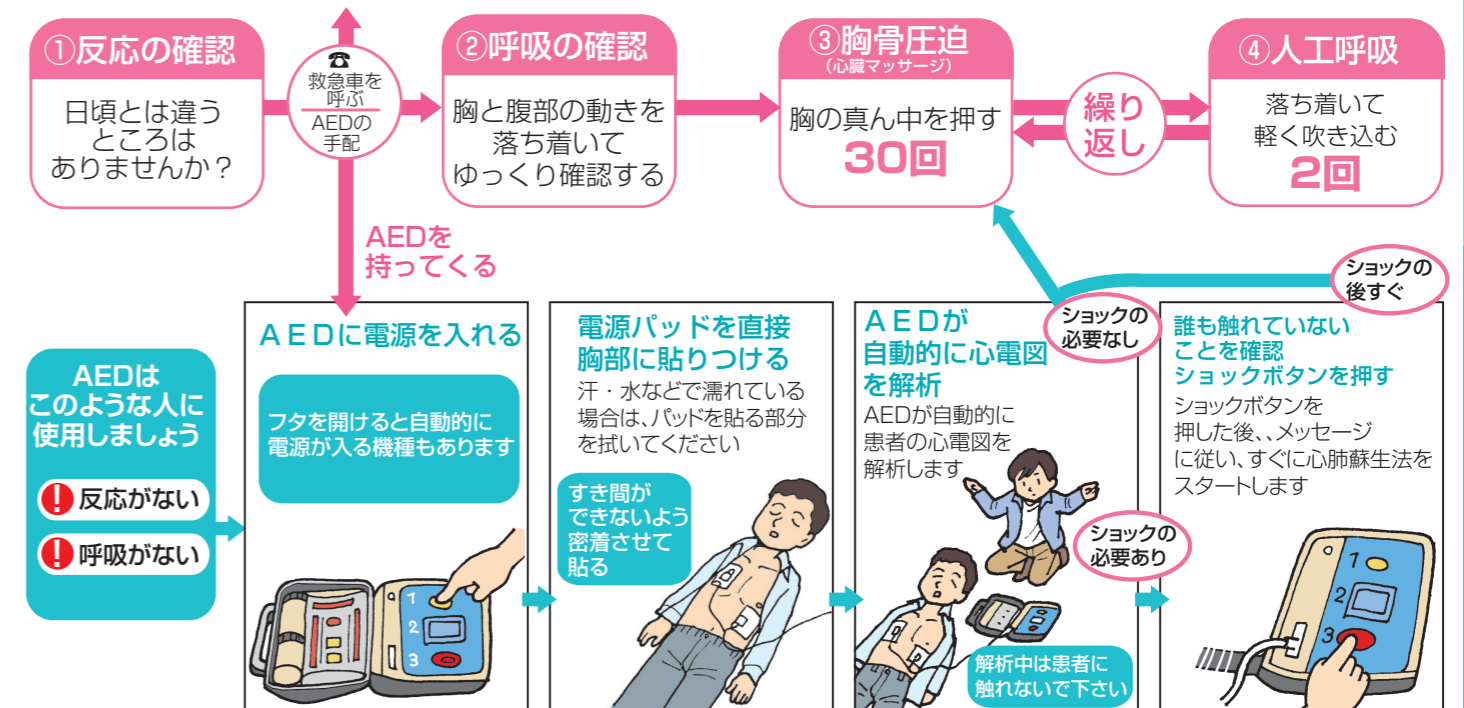
#### 熱傷（やけど）したとき

- ・急いで冷たい水、水道水を注いで痛みが取れるまで冷やします。
  - ・衣類は無理に脱がさず、そのままの状態ですぐ冷やします。
  - ・水ぶくれはつぶさないで、消毒した布か清潔な布で覆い、その上から冷やします。
- ※熱傷範囲が広い場合、全体を冷やし続けることは、体温をひどく下げる危険性があるので、低体温に注意します。特に、こどもや高齢者には注意が必要です。  
※軟膏、油、消毒薬などはめりません（ぬると感染を起こしたり、医師の診療の妨げになります）。  
※広範囲の熱傷や顔・手など熱傷の部位によっては特殊な治療が必要となり、そのような場合は119番通報し、専門の医療が可能な医療機関へ搬送する必要があります。



### AEDの使用方法・心肺蘇生法

防災マップでお住まいの地域のAED設置箇所を確認しましょう。



- ① 反応の確認  
日頃とは違うところはありませんか?
- ② 呼吸の確認  
胸と腹部の動きを落ち着いてゆっくり確認する
- ③ 胸骨圧迫 (心臓マッサージ)  
胸の真ん中を押す **30回**
- ④ 人工呼吸  
落ち着いて軽く吹き込む **2回**

繰り返す

救急車を呼ぶ AEDの手配

AEDを持ってくる

AEDはこのような人に使用しましょう  
❗ 反応がない  
❗ 呼吸がない

AEDに電源を入れる  
フタを開けると自動的に電源が入る機種もあります

電源パッドを直接胸部に貼りつける  
汗・水などで濡れている場合は、パッドを貼る部分を拭いてください  
すき間ができないよう密着させて貼る

AEDが自動的に心電図を解析  
AEDが自動的に患者の心電図を解析します

誰も触れていないことを確認  
ショックボタンを押す  
ショックボタンを押した後、メッセージに従い、すぐに心肺蘇生法をスタートします

ショックの必要なし

ショックの必要あり

解析中は患者に触れないで下さい

ショックの後すぐ

## 自主防災組織や消防団の地域防災活動に参加しましょう

災害が発生した時、交通網の寸断、同時多発火災などにより、消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが、「地域ぐるみの協力体制」です。地域住民が自発的に救出・救助活動をして被害の拡大を防ぎ、その後の復興にも大きな力を発揮します。また、災害発生後の避難生活が長引く場合にも、地域住民が助け合って、さまざまな困難を乗り越えなければなりません。

自主防災組織とは、地域の人々が自発的に防災活動を行う組織です。「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで積極的に自主防災活動に参加し、災害に強いまちづくりを進め、「地域防災・減災力」を向上させましょう。

消防団は、消防署と連携して、火災を始めとした様々な災害への対応や訓練、予防啓発活動などを行う消防組織法に基づいた消防組織です。消防防災活動のリーダーとして地域に密着し、住民の安全・安心を守っています。

災害に備えるための活動を日ごろから行います。

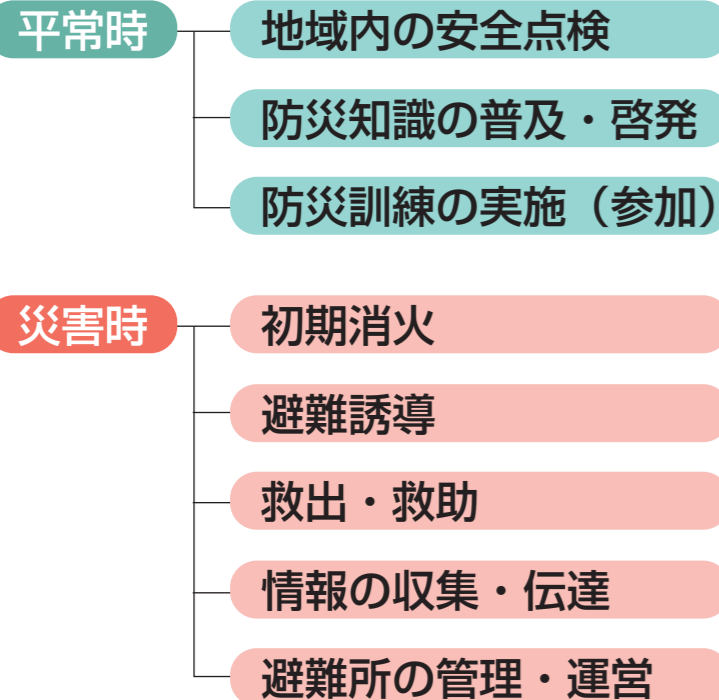


防災訓練

災害発生時に協力し、被害の拡大を防ぐために行動します。



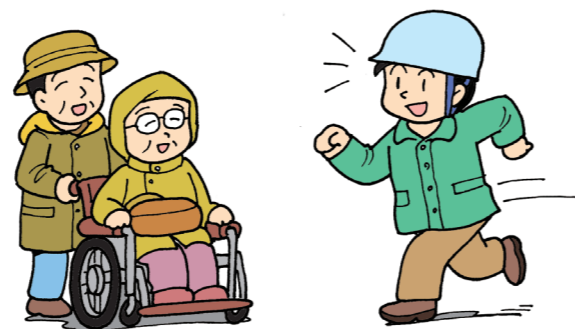
避難誘導



## 避難行動要支援者を支援しましょう

高齢者、傷病者、障がい者、妊産婦、幼児、外国人、旅行者などは避難に時間がかかったり、情報や状況を迅速に把握できない場合があります。

災害時にはそのような要配慮者に気を配り、地域で協力し合って支援しましょう。



## 災害に関する情報の入手

災害が発生したり、発生するおそれがある場合、防災行政無線・緊急速報メール・広報車・テレビ・ラジオ・上富良野町ホームページ・SNSなどで、災害に関する情報を伝達します。正しい情報を入手し、落ち着いて行動するようにしましょう。

### ◆全国瞬時警報システム《Jアラート》

弾道ミサイル情報、緊急地震速報、噴火警報等、対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に、緊急情報が消防庁から人工衛星を使って送信され、防災行政無線から自動的にメッセージが放送されるシステムです。警報が発表された場合は、周囲の状況に応じて、あわてず、まず身の安全を確保しましょう。

#### 国民保護に関する情報

- 弾道ミサイル情報
- 航空攻撃情報
- ゲリラ・特殊部隊攻撃情報
- 大規模テロ情報
- 緊急に住民に伝達することが必要な情報

#### 自然災害に関する情報

- 気象などの特別警報（大雨暴風大雪など）
- 緊急地震速報（震度5弱以上）
- 噴火警報（噴火警戒レベル4-5）

### ◆緊急地震速報

地震による強い揺れを事前にお知らせするための地震動の警報・予報です。テレビ・ラジオ・携帯電話・防災行政無線などで伝えられます。緊急地震速報を見聞きしてから、強い揺れがくるまでの時間は数秒から数十秒しかありません。まわりの人にも声をかけながら、あわてず、まず身の安全を確保しましょう。

### ◆避難に関する情報

火山噴火や風水害などにより、被害が発生するおそれがある場合、町は、防災行政無線・緊急速報メール・広報車・テレビ・ラジオ・町ホームページ・SNSなど、多種多様な情報伝達手段を用いて避難に関する情報を発令します。

屋内にいたり、気象状況などにより防災行政無線が聞き取れない場合は、テレビやラジオ、インターネットやSNS（Facebook・X(旧Twitter)）などを活用し、自ら情報を入手するように心がけましょう。

避難情報が発令された場合は、地域で協力し、適切に避難するようにしましょう。

災害時は、住民一人ひとりが自らの判断で避難行動をとることが原則です。危険を感じた場合などは、避難情報が発令される前でも自主的に安全な場所に避難するよう心がけましょう。

## 防災情報

### 上富良野町のホームページ

<https://www.town.kamifurano.hokkaido.jp>



### 北海道防災情報

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



### キキクル（気象庁）

#### ◆危険度分布がわかります

「危険度分布」は、雨による災害の危険度を5段階で色分けして地図上にリアルタイム表示するもので、活用することにより災害から自分自身や大切な人の命を守ることができる情報です。気象庁ホームページで公開しているほか、テレビの気象情報コーナーや、各社が提供するスマホアプリから届く「危険度通知」にも使われている情報です。

大雨警報（浸水害）の危険度分布



洪水警報の危険度分布

