

区長、自主防災リーダー、施設管理者用

一時避難場所への避難の手引き

令和3年11月

総務課防災安全対策室

目 次

1	自助・共助の重要性	1
2	一時避難場所とは	2
3	地震発生時の避難の心得	2
	(1) 避難を開始する前に	3
	(2) 避難（集合）に際して	4
	(3) 一時避難場所に集合したら	4
4	指定避難所が開設されたら	6
	(1) 指定避難所とは	6
	(2) 指定避難所への避難方法	6
参考資料		
資料 1	地震だ！まずは身の安全を確保	7
資料 2	火災発生！初期対応の 3 原則	8
資料 3	消火器の正しい使い方	9
資料 4	非常用持出品チェックリスト	11
資料 5	災害情報等の取得方法	12
資料 6	指定避難所一覧	15

本手引きは、地震等の災害における発災直後から、広場等の一時避難場所への避難（集合）までの重要な処置事項を示し、もって地域の被害を最小限にとどめるために必要となる基本的な対策について取りまとめたものです。

なお、一時避難場所まで向かう避難路、ならびに一時避難場所から指定避難所まで向かう避難路の選定に関しては、地域の実情や災害の程度により、その被災状況は千差万別となるため、各区、各自主防災組織において様々な状況に備えた想定と訓練を行うなど、防災力向上に努めていただきますようお願いいたします。

1 自助・共助の重要性

「自助」とは、自分の命を自分で守ることを言います。また、「共助」とは地域や近隣の人達の命を互いに協力し守ることを言います。

災害の規模が大きくなればなるほど、公的支援が届くまでに時間がかかります。自分達の命を守るため、支援が届くまでの間に重要なのが、この「地域の助け合い」です。高齢の方や障がいのある方は特に手助けが必要となります。

阪神・淡路大震災では、生き埋めや閉じ込められた際に救出された方の約90%が、自力や家族、知人等による救出でした。

普段から地域で声をかけあって行動し、かけがえのない命を災害から守りましょう。

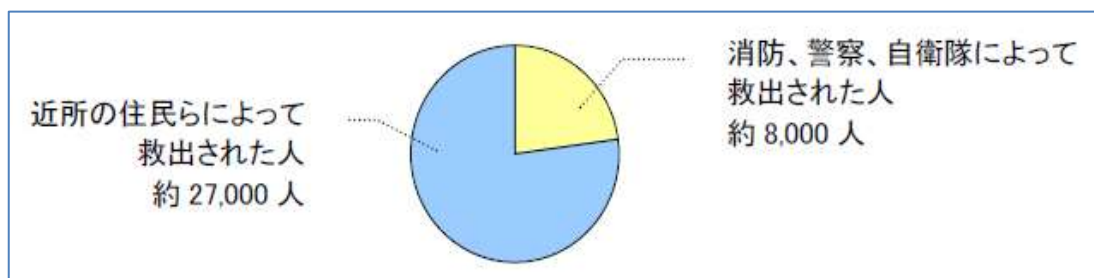


図1 阪神淡路大震災における市民による救助者数と消防、警察、自衛隊による救助者数の対比

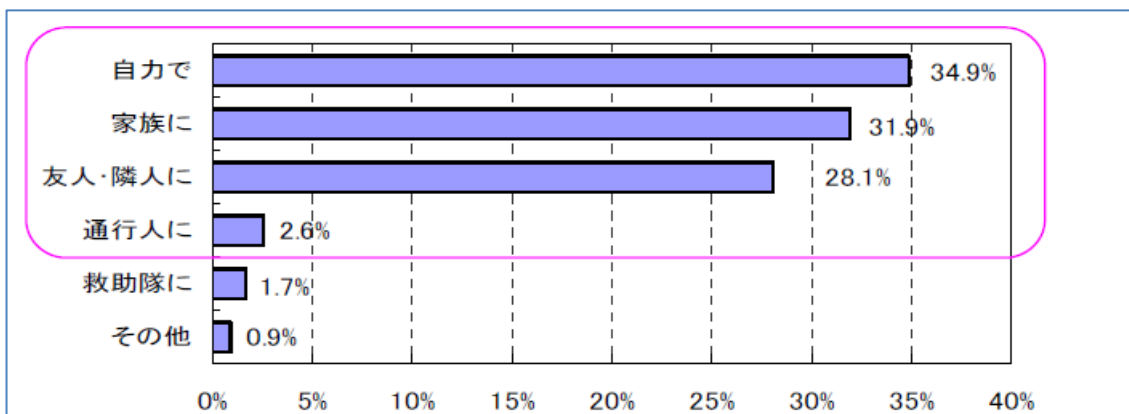


図2 生き埋めや閉じ込められた際の救助

2 一時避難場所とは

一時避難場所とは、災害時の危険を回避するために一時的に避難する場所を言い、公園や広場等が該当します。

一方、自主避難所とは、災害が発生する恐れがある際に、一時的に開設する建物・施設のことを言い、区民館等が該当します。

各区で定める一時避難場所及び自主避難所につきましては、各自主防災会で定めることとなっています。

なお、未設定の区や自主防災会がない区につきましては、早急に定めていただきますようお願いいたします。

【一時避難場所開設の主な目的】

- ①住民の一時的な安全確保
- ②集落による地震等の災害状況の掌握及び救出、救護、初期消火の実施

3 地震発生時の避難の心得

大地震による災害を最小限にできるかどうかは、日頃の備えとともに、どれだけ適切な行動が取れるかにかかっています。いざというときのために、地震時の心得を頭に入れておきましょう。[資料1](#)

(1) 避難を開始する前に

避難を開始する前に以下のことに注意しましょう。

①身の安全の確保

揺れを感じたら、丈夫な机やテーブルなどの下に身を隠しましょう。

揺れがおさまるまで、その場にとどまりましょう。

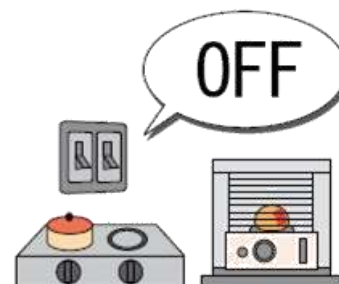


②火の始末、電気ブレーカーの断

揺れがおさまったら、使用中のガス器具やストーブなどの火を消しましょう。

火の元を確認し、出火していたら初期消火しましょう。

電気のブレーカーをきり、ガスの元栓も締めておきましょう。[資料2](#)、[資料3](#)



③避難準備

窓や戸を開け出口を確保しましょう。

避難する時は、動きやすい服装で必ず徒歩で避難しましょう。

ヘルメットがある場合は必ず着用し、携帯品は必需品のみにして、背負うようにしましょう。

非常用持出品チェックリストにつきましては [資料4](#) を参照ください。



(2) 避難（集合）に際して

避難に際しては、以下のことに注意しましょう。

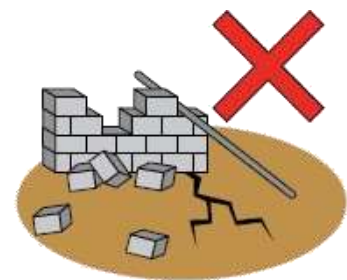
①隣近所の安否確認

隣近所の安否確認を行いながら避難しましょう。また、二人以上で避難することが重要です。

②危険箇所の回避

狭い路地や門、塀ぎわは、瓦の落下やブロック塀等の倒壊の危険があるので近づかないようにしましょう。

あわら市防災ガイドブックや洪水ハザードマップ等を確認し、土砂災害警戒区域等は避けて避難しましょう



(3) 一時避難場所に集合したら

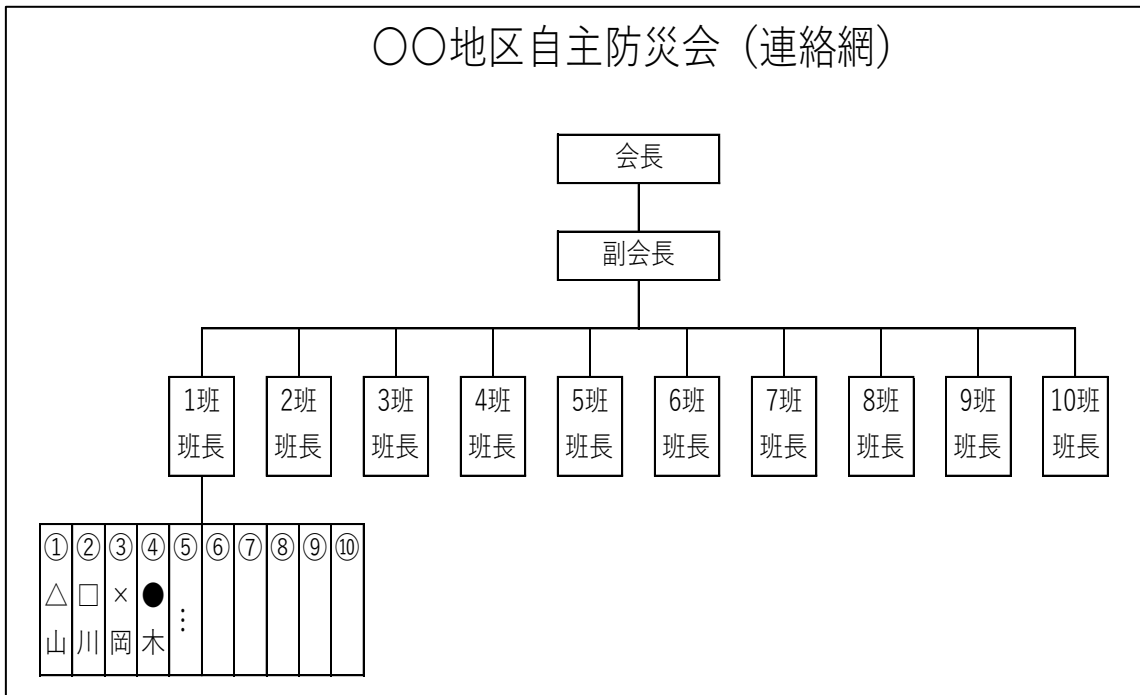
一時避難場所に集合したら、自分達の集落の状況を掌握し、全員で情報共有しましょう。

①安否確認

各区、班で安否確認を行いましょ。

1人が確認できる人数は概ね10人までと言われています。

1班が10人以下となるようなピラミッド型の安否確認体制を作ることをお勧めします。



②救出、救護、初期消火の実施

倒壊家屋、要救助者の情報を共有し、地域ぐるみで協力して救出、救護、初期消火を行いましょう。



③正しい情報の取得

テレビやラジオの報道に注意して、正しい情報を取得しましょう。
災害情報等の取得方法につきましては 資料5 を参照ください。

4 指定避難所が開設されたら

(1) 指定避難所とは

指定避難所とは、避難者が一定期間滞在し、生活環境を確保できる場所として市が指定する避難所のことを言います。

指定避難所は、避難者が寝泊まりするだけでなく、食料等物資の供給や医療部隊の拠点にもなります。

指定避難所の一覧については **資料6** のとおりです。

(2) 指定避難所への避難方法

一時避難場所から、指定避難所への避難は、区や班単位で行いましょう。区長や防災リーダーが先導となり避難することが望ましいです。

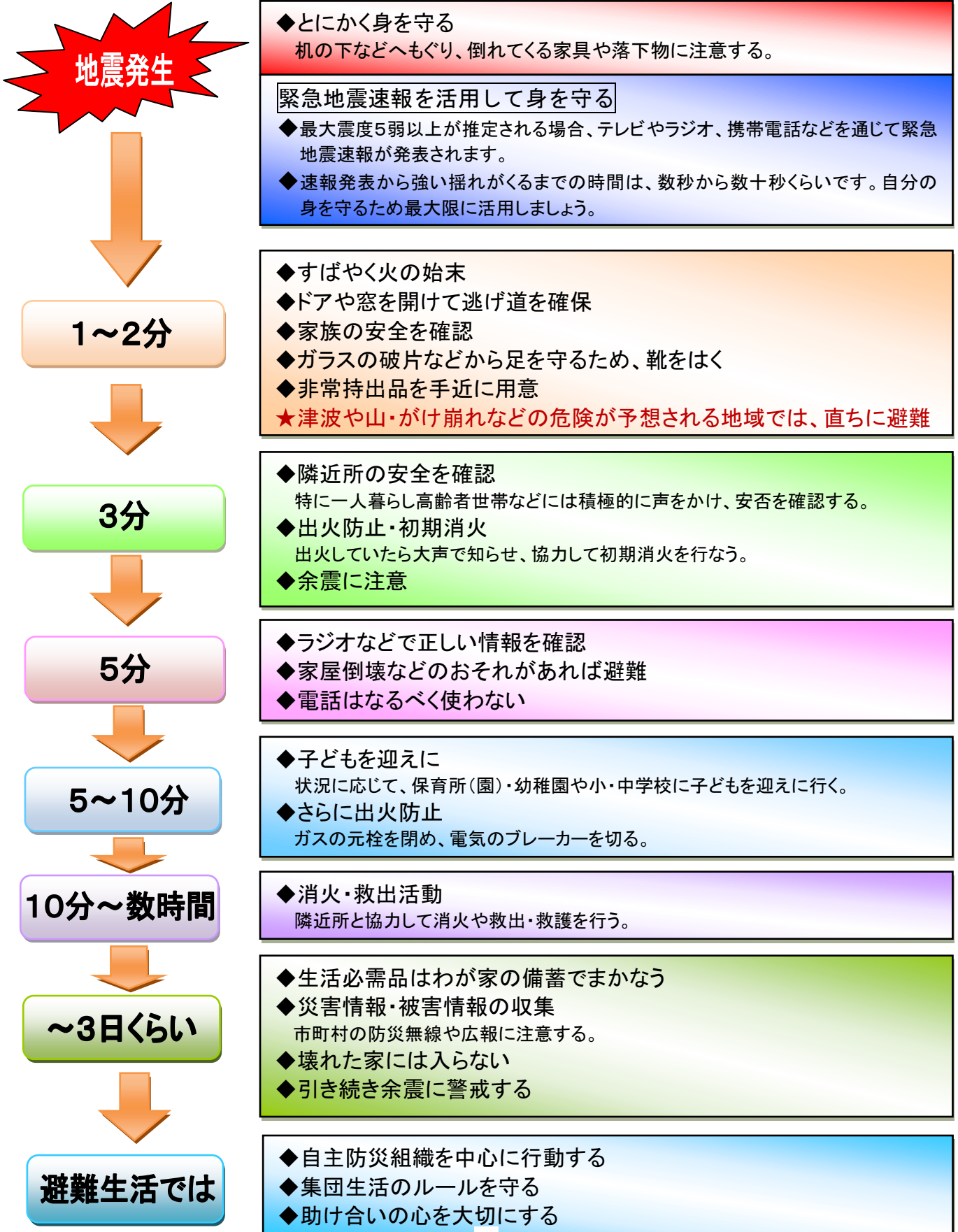
また、高齢者等、災害時要援護者については、特に医療措置等が必要となる方が多いです。災害時要援護者で移動が困難な方は、リアカー等で避難所まで連れていくようにしましょう。

避難経路については、土砂災害警戒区域や狭い道路等を避けることが望ましいですが、地域の実情や災害の程度により、その被災状況は千差万別となりますので、普段から避難ルートを各区で予め選定し、現地を歩いてみるなど、様々な想定での訓練を行うことが大切です。

各区での防災出前講習や防災訓練につきましては、市総務課防災安全対策室でサポートを行っています。

地震だ！まずは身の安全を確保

あわら市・坂井市が作成した地震や津波に関するハザードマップなどを参考に、避難場所や避難場所までのルート、家族の連絡方法なども事前に確認しておきましょう！



火災発生！ 初期対応の3原則

出火に居合わせたら、「通報」「初期消火」「避難」の順に行動することが基本です。しかし、状況によっては優先順位が異なりますので、逃げ遅れないように冷静な判断を心掛けましょう。

① 大声で知らせる！

- 「火事だ！」と大声で叫び、隣近所に知らせる。声が出ない場合は、非常ベルを鳴らすか、物を叩くなどして異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火にあたり、近くの人に通報を頼む。

② 初期消火する！

- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩くなど手近なものを最大限に活用する。
- 火が小さいうちは消火可能ですが、火が天井にまで燃え移っていたら消火を諦める。

③ 早く逃げる！

- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断する。
- 煙を吸い込まないように、一気に走りぬける。

安全に避難する7つのポイント

初期消火限界

1 天井に火が燃え移ったら、すぐ避難。

優先順位

2 高齢者、子ども、病人を優先。

命が大切

3 服装などにこだわらず、できるだけ早く避難。

有毒ガス

4 ためらいは禁物。一気に走り抜ける。

低い姿勢

5 煙の中を逃げるときは、できるだけ姿勢を低く。

死亡危険大

6 いったん逃げ出したら、再び中には戻らない。

命が大切

7 逃げ遅れた人がいたら、消防隊にすぐ知らせる。

消火器の正しい使い方

※ 消火器の使い方

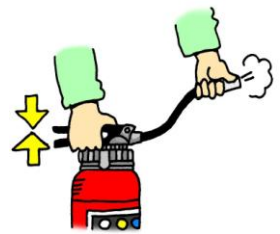
◎ いざというときのために、家庭に消火器を備え、正しい使い方を身につけましょう。



①安全ピンに指をかけ、上に引き抜く。



②ホースをはずして火元に向ける。

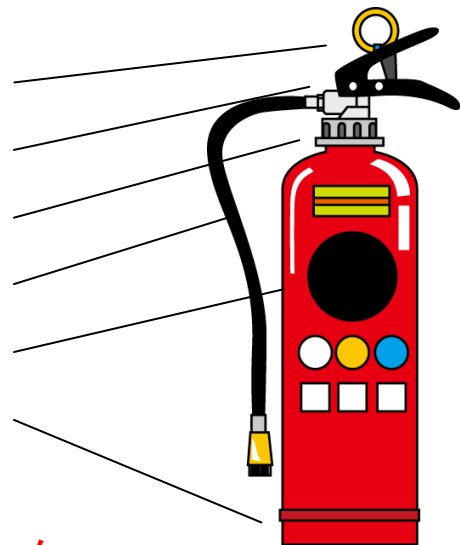


③レバーを強く握って噴射する。

※ 消火器の各種名称と点検箇所

◎ 消火器を使用の際に、破裂事故やけがなどしないように次の箇所を点検しましょう。

安全ピン	変形や損傷はないか、封印されているか
レバー	変形や損傷はないか
キャップ	変形やゆるみはないか
ホース	亀裂や劣化ゆるみはないか
本体	変形やサビはないか
底部	変形やサビはないか



※ 消火器に表示してある3つの色、マーク



A 火災【普通火災】

木材、紙、繊維などが燃える火災

B 火災【油火災】

石油、その他の可燃性液体、半固体油脂類

C 火災【電気火災】

変圧器、配電盤など電気設備の火災

- ・ 防火講習会や防災訓練等に参加し、消火器を実際に使用し、使い方を身につけましょう。
- ・ 保管場所については、高温多湿を避けて設置し、家族みんなが消火器のある場所を知っておこう。
- ・ 火元に近すぎるとヤケドのおそれがあります。距離をおいて消火活動をしてください。
- ・ 消火器の耐用年数はおおむね8年となっています。耐用年数内であってもサビ、腐食、変形やキズなどが見られる消火器は強度上危険です。また、不要消火器の廃棄は、最寄りの消火器販売業者にご連絡ください。

※ 消火器を入れ替える際には、「蓄圧式」を推奨しています。

非常用持ち出し品チェックリスト（一般向け）

	品目		備考
一般的な 持ち出し 品	非常用持ち出しバッグ	<input type="checkbox"/>	
	飲料水	<input type="checkbox"/>	車中泊の場合、エコノミークラス症候群、熱中症対策として多めに用意
	食料	<input type="checkbox"/>	アルファ米、乾パン、缶詰、インスタント食品、調味料等
	現金	<input type="checkbox"/>	
	キャッシュカード	<input type="checkbox"/>	
	預金通帳、印鑑	<input type="checkbox"/>	
	健康保険証	<input type="checkbox"/>	
	懐中電灯	<input type="checkbox"/>	
	ラジオ	<input type="checkbox"/>	
	電池	<input type="checkbox"/>	
	毛布、タオルケット	<input type="checkbox"/>	
	洗面用具	<input type="checkbox"/>	
	調理器具	<input type="checkbox"/>	缶切り等
	食器	<input type="checkbox"/>	割りばし、紙製の皿・コップ等
	衣類	<input type="checkbox"/>	下着、上着、靴下等の着替え、防寒着
	軍手	<input type="checkbox"/>	
	応急医薬品	<input type="checkbox"/>	ばんそうこう、ガーゼ、包帯、消毒薬等
	常備薬	<input type="checkbox"/>	
	お薬手帳	<input type="checkbox"/>	
	簡易トイレ	<input type="checkbox"/>	
感染予防 のための 物品	マスク	<input type="checkbox"/>	※可能なならばサージカルマスク
	体温計	<input type="checkbox"/>	
	石けん	<input type="checkbox"/>	
	消毒液	<input type="checkbox"/>	
	ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/>	
	手拭きタオル・ハンカチ	<input type="checkbox"/>	
	オーラルケア用品 (うがい薬等)	<input type="checkbox"/>	

※避難所にマスクや消毒液、体温計があるとは限りません。

※いつでも持ち出せるようにしましょう。

※車中泊に備え、車の中にも非常用持ち出し品を用意しましょう。



1 防災関係の情報の入手先

日頃から防災の意識を高め、防災に関する情報の収集を心がけましょう。

分類	ホームページ名	URL 等
総合	福井県 危機対策・防災情報ポータルサイト	http://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kikitaisaku/portalsite.html
気象	福井地方気象台	http://www.jma-net.go.jp/fukui/
地震	気象庁 地震情報	http://www.jma.go.jp/jp/quake/
津波	気象庁 津波情報	http://www.jma.go.jp/jp/tsunami/
洪水・土砂災害	福井県 河川・砂防総合情報	http://ame.pref.fukui.jp/
情報提供	あわら市防災メール登録方法	http://www.city.awara.lg.jp/mokuteki/cityinfo/kouhou/mailmagazine/p003209.html
	嶺北消防組合 災害情報テレホンサービス	0776-51-2000

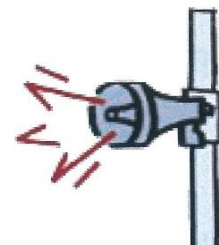
2 災害情報テレホンサービス

あわら市では、緊急時に防災行政無線による放送を行っていますが、放送が聞こえづらいという方のために「災害情報テレホンサービス」を行っています。

このサービスは、**防災行政無線の放送内容を電話で確認できる**サービスです。ぜひご利用ください!(通話料がかかります)

【災害情報テレホンサービスの電話番号】(自動案内)

 **0180-99-7000**



3 緊急速報「エリアメール」、「緊急速報メール」

あわら市では、NTTドコモが提供する緊急速報「エリアメール」、ソフトバンク及びKDDIが提供する「緊急速報メール」のサービスを活用して、災害情報を配信します。

緊急速報「エリアメール」・「緊急速報メール」とは、あわら市内にある携帯電話に対して、一斉に情報を配信するサービスです。対応している携帯電話ならば、登録は不要で、市民の方でなくてもメールを配信いたします。月額使用料のほか通信料も含め一切無料です。



配信する情報

- ・避難情報(高齢者等避難開始、避難指示)、その他緊急かつ重要な情報
- ・緊急地震速報 など

注意事項

- ・受信するには、お持ちの携帯電話が対応機種であって、受信設定等が完了している必要がありますので、各携帯電話事業者のホームページでご確認ください。

4 Yahoo!防災速報アプリ

ヤフー防災速報とは、ヤフー株式会社が提供している、緊急地震速報や避難情報、豪雨予測などをお知らせしてくれるサービスです。



Yahoo! 防災速報アプリ



Android 用



iOS 用

5 防災情報配信システム（防災メール）

あわら市では、暮らしの安全や安心に関する情報をホームページに掲載しています。防災メールに登録いただいた方には、新しい情報が掲載されたことをメールでお知らせしますので、災害などの緊急時にも最新の情報を入手することができます。

また、防災行政無線で放送する内容は、同時にメールでもお知らせしますので、是非ともご登録をお願いします。

登録ページへのアクセス方法

携帯電話、スマートフォン・PC用の「QRコード」または「URLの直接入力」により登録ページにアクセスし、メールアドレスの登録を行ってください。

	URL を直接入力する	QRコード
携帯電話の アクセス方法	https://service.sugumail.com/awara/	
スマートフォン・ PCの アクセス方法	https://service.sugumail.com/awara/member/	

登録上の注意

- ・メールアドレスを変更した場合には、再度メールアドレスの登録を行ってください。
- ・メールのドメイン指定受信やアドレス指定受信などの「受信拒否」の設定を行っている場合は、次のアドレス2件を受信できるように設定してください。

t-awara@sg-m.jp
info@city.awara.lg.jp

6 災害時の連絡（災害用伝言ダイヤル、携帯電話災害用伝言板）

大災害発生時は、電話がつながりにくい状況が数日間続くことがあります。このような場合は、「災害用伝言ダイヤル」、「携帯電話災害用伝言板」が開設されます。

これは、「声の伝言板」（安否情報）の役割をする電話サービスです。被災地内やその他の地域の人々との間で伝言の録音・再生（確認）をすることができます。

災害用伝言ダイヤルの使い方（音声録音・再生）

「171」をダイヤルし、ガイダンスにしたがって、伝言を録音・再生してください。



携帯電話災害用伝言板の使い方（文字入力・閲覧）

各社のトップメニューから「災害用伝言板」を開き、伝言の登録・確認を行います。



※スマートフォンの場合は、機種によりアプリのダウンロードが必要です

No	指定避難所名	所在地	電話番号	対象地区
1	金津中学校	市姫 1-5-1	73-0149	新、東、六日、北稻越
2	金津高等学校	市姫 4-5-1	73-1255	古、新用、馬場、榛ノ木原
3	金津小学校	花乃杜 1-20-1	73-0044	新富、天王、水口、十日、脇出、 上八日、八日、下八日、坂ノ下、 稲荷山、千束、向ヶ丘、若葉台、 新みどり
4	金津こども園	春宮 3-24-20	73-1228	春日、中央、高塚
5	トリムパークかなづ	山室67-30-1	73-7272	旭、桜ヶ丘、矢地、菅野、山室
6	細呂木小学校	滝63-8	73-5700	滝、青ノ木、宮谷、坂口、 蓮ヶ浦、細呂木、橋屋、樋山、 指中、沢、細呂木駅前
7	多目的共同利用施設 さくらセンター	柿原36-20	73-2414	清王、山西方寺、柿原、山十楽、 嫁威、日の出
8	伊井小学校	清間13-24	73-0251	伊井、古屋石塚、桑原、清間、 南稻越、河原井手、池口
9	金津東小学校	中川18-10	74-1020	中川、東田中、瓜生、南疋田、 北疋田、次郎丸、御簾尾、北野、 北、前谷、笹岡、上野
10	熊坂農村 環境改善センター	熊坂42-20	-	熊坂、下金屋、畝市野々、 牛ノ谷、名泉郷
11	劔岳公民館	桐18-10	74-1849	東山、後山、清滝、鎌谷、桐、 権世、権世市野々
12	吉崎小学校	吉崎 8-55	75-1901	吉崎 1、吉崎 2
13	芦原中学校	舟津 2-75	77-2007	舟津温泉、二面温泉
14	武道館	舟津 2-81	77-3331	舟津、松影
15	芦原小学校	田中々 2-25	77-2101	田中温泉、東温泉、西温泉、 重義、番田、田中々、堀江十楽、 布目
16	農業者 トレーニングセンター	国影23-1	77-3511	二面、牛山、国影、新成、 井江葭、横垣、宮王、桜
17	本荘小学校	下番 7-1	77-2610	轟木、新田、東善寺、谷畠、 上番、根上り、仏徳寺、翠明、 光明、御鷹、中番、下番、玉木
18	新郷小学校	中浜 1-1	77-2614	河間、河水苑、宮前公文、 北本堂、角屋、中浜
19	北潟小学校	北潟35-11	79-1300	北潟東、北潟西、富津
20	北潟公民館	北潟150-1	79-1100	赤尾
21	浜坂区民館	浜坂 4-5	79-1844	浜坂
22	波松小学校	波松25-1	79-1200	波松、城、城新田、番堂野、十三

【問合せ先】

住 所：〒919-0692 福井県あわら市市姫三丁目 1-1

あわら市総務部総務課 防災安全対策室

T E L : 0776-73-8040

F A X : 0776-73-1350

E-mail : soumu@city.awara.lg.jp