



増毛町 防災ハザードマップ

災害は突然起こるものです。

いざという時に、あわてず冷静に行動できるよう、
日頃から災害時の対処法を家族でしっかりと話し合いましょう。

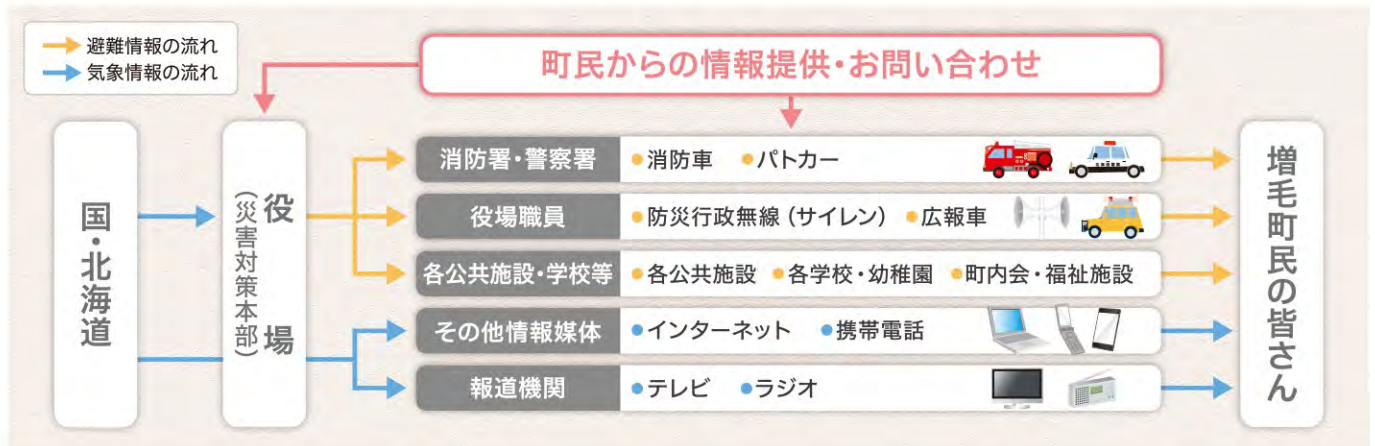




災害情報について

災害情報の伝達経路

状況に応じて、気象情報（大雨・洪水などの注意報・警報や台風・地震・津波についての情報）と避難情報は、下図のように町民の皆さんに伝えられます。



災害による被害が拡大するおそれがあり、住民への危険が迫った時には、状況に応じて町災害対策本部から以下の避難情報が発令されます。避難情報が発令された場合は速やかに行動しましょう。

避難準備
・
高齢者等
避難開始

！避難勧告や避難指示（緊急）を発令することが予想される場合

- 避難に時間を要する人（高齢の方、障がいのある方、乳幼児等）とその支援者は避難を開始しましょう。
- その他の人は、避難の準備を整えましょう。

避難勧告

！災害による被害が予想され、人的被害が発生する可能性が高まった場合

- 速やかに避難場所へ避難をしましょう。
- 外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難をしましょう。

避難指示
（緊急）

！災害が発生するなど状況がさらに悪化し、人的被害の危険性が非常に高まった場合

- まだ避難していない人は、緊急に避難場所へ避難をしましょう。
- 外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難をしましょう。

防災行政無線の情報伝達

増毛町では、災害が発生した場合、災害の規模、災害現場の位置や状況を把握し、いち早く正確な災害情報の伝達手段の確保を目的として、防災行政無線を整備しています。

平常時の
情報伝達

- ▶ 火災予防・交通安全の啓発
- ▶ 気象警報・盗難・防犯への警戒
- ▶ 行政事務・行事の案内・時報のお知らせ

災害時の
情報伝達

- ▶ 危険地域への警報・注意報
- ▶ 避難勧告・誘導情報
- ▶ 災害状況・救援情報

緊急情報を瞬時に伝える
全国瞬時警報システム
（J-アラート）

消防庁で全国的に整備・運用しているシステムにより、弾道ミサイル情報、津波情報、緊急地震速報等、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を人口衛星を用いて国から送信し、市町村の防災行政無線等を自動起動して、住民まで瞬時に伝達します。



日頃の備えと避難時の心得

町から避難勧告や避難指示（緊急）などがあった場合には、ただちにハザードマップに掲載してある避難所に避難しましょう。避難の際は、自分で判断し自分の身は自分で守る「自助」、近隣地域で声をかけあい助け合う「共助」を基本とし、余裕を持って早めの対応を心がけてください。

家族で話し合い



家族で防災についての話し合いをしましょう。家族がバラバラになった時の連絡方法や、集合場所などを決めておいたり、自宅地区の避難所や避難経路を実際に歩き、危険な箇所がないかをチェックしてみましょう。

家の内外を点検



家のまわりに風で飛ばされそうなものはないか、窓や網戸のガタつきはないか、屋根材や壁は傷んでいないか、家具の配置は適切かなど自宅の備えを確認し、日頃から安全・減災対策につとめましょう。

正確な情報収集と自主的避難を



テレビ・ラジオ、緊急速報メールなどで最新の気象・災害情報を入手しましょう。避難勧告や指示がある場合はもちろん、危険を感じた場合にも、自主的に避難準備を始めましょう。

避難する前に



避難時の持ち物は必要最低限とし、非常用持ち出し品は事前に用意しておきましょう。避難する前にガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とし、親戚や知人などに避難する旨を連絡しておきましょう。

車での避難は控える



避難の原則は徒歩です。自動車での避難は緊急車両の妨げや渋滞等のおそれがあるため、できる限り控えましょう。また、自動車を堤防や道路に放置しないようにしましょう。

助け合って避難を

外出先では係員の指示に従う！



できる限り1人だけでの避難は避けましょう。お年寄りや子ども、病気の人などは避難に時間がかかる場合があり、早めの避難が必要です。家族だけではなく、近所の人の避難にも協力しましょう。

安全に避難する



塀ぎわ、狭い道、がけや川のそばは避けて避難しましょう。地震の際は余震に注意し、落下物やガラス片、自動販売機などにも気をつけ、垂れ下がった電線には触れないようにしましょう。

段差や溝にも注意！

大雨・冠水時の避難



冠水した場合、水の流れがなくても歩ける深さの目安は、ひざ下（約30cm）くらいまでです。水の深さが腰まであったり、浅くても水の流れが速い場合は無理をせず、高い場所で救助を待ちましょう。



風水害に備える ①

初夏から秋にかけては、台風や前線の影響で、大雨、洪水、暴風、高潮による自然災害が発生しやすい季節です。しかし台風や豪雨はある程度、進路や規模などを予測できるので、普段から気象情報に十分注意しましょう。気象や防災に関する情報はテレビやラジオのほか、以下のホームページなどから入手できます。

	防災情報全般 (警報・注意報/地震・津波/竜巻など)	北海道防災情報	http://www.bousai-hokkaido.jp/	
			http://i.bousai-hokkaido.jp/	
	気象情報	気象庁	http://www.jma.go.jp/jma/	
		旭川地方気象台	http://www.jma-net.go.jp/asahikawa/	
	雨量・水位情報	国土交通省 川の防災情報	http://www.river.go.jp/	
			http://www.river.go.jp/s/	
	土砂災害警戒情報	北海道河川砂防課	http://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/	
			http://www.njwa.jp/hokkaido-sabou/sp/	

雨風による
危険度を知っておこう

雨の強さと降り方

やや強い雨	強い雨	激しい雨	非常に激しい雨	猛烈な雨
1時間に 10～20mm未満	1時間に 20～30mm未満	1時間に 30～50mm未満	1時間に 50～80mm未満	1時間に 80mm以上の雨
ザーザーと降る雨。 地面一面に水たまりが でき、地面からの跳ね 返りで足元が濡れ、話し 声が聞き取りにくくなり ます。	どしゃ降り。雨。 傘をさしていても濡れて しまうほどの雨で、側溝 や下水、小さな川があふ れ、小規模のがけ崩れな どの心配があります。	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、山崩れ・がけ崩 れが起きやすくなるた め、危険地帯では避難の 準備が必要になります。	滝のように降る雨。 河川の氾濫をはじめ、土 石流などが起きやすく、 多くの災害が発生するお それがあります。車の運 転も危険です。	息苦しくなるような圧迫 感のある雨。 雨による大規模な災害 が発生するおそれが強 く、厳重な警戒が必要と なります。

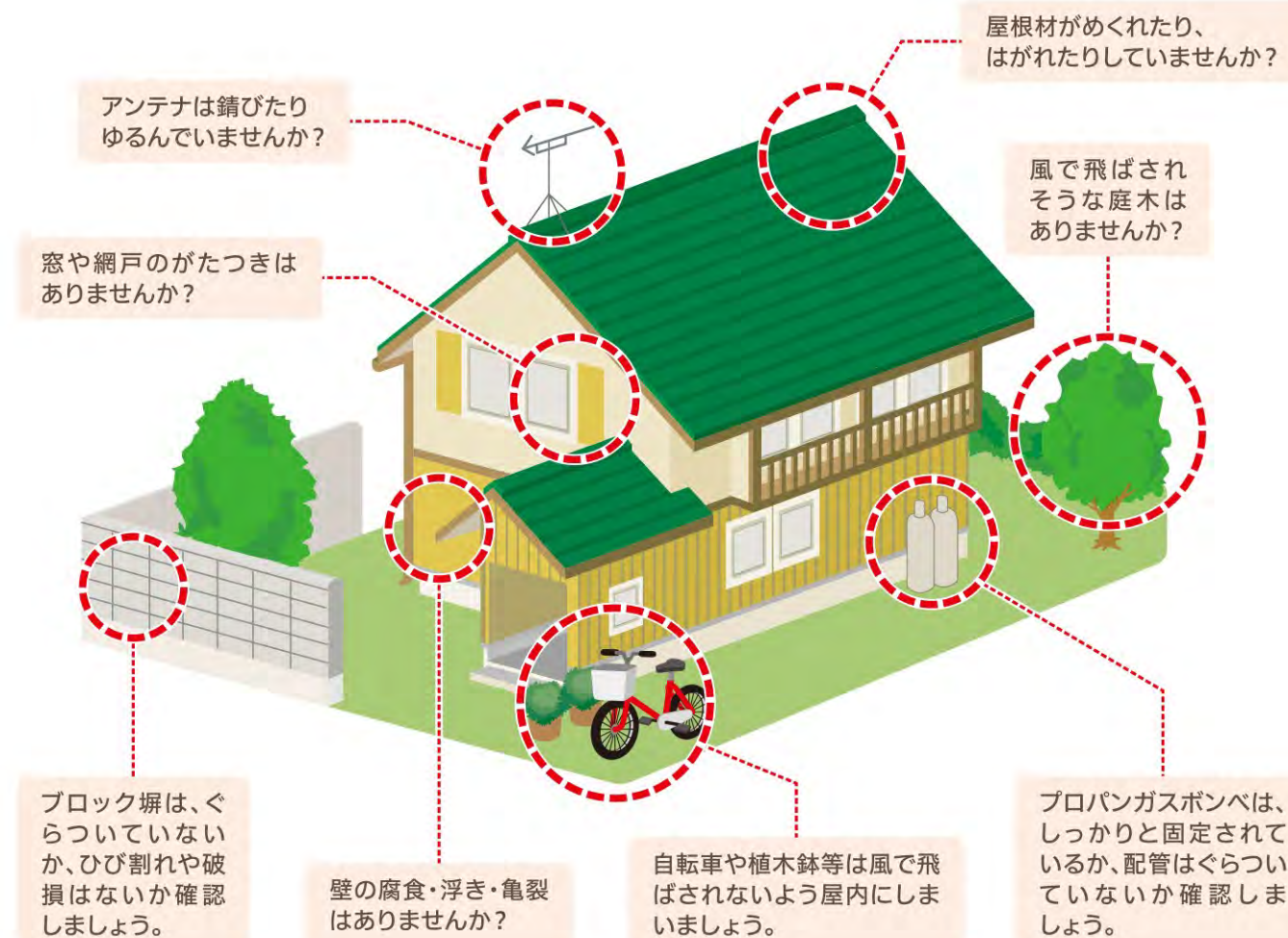
風の強さと吹き方

※風速は10分間の平均風速です。
最大瞬間風速は平均風速の
約1.5倍～3倍以上になることがあります。

やや強い風	強い風	非常に強い風	猛烈な風	
風速10～15m/s	風速15～20m/s	風速20～25m/s	風速25～30m/s	風速30m/s以上
風に向かって歩きにくく なり、樹木全体や電線 が揺れ始めます。高速 運転時は横風に流され る感覚を受けます。	風に向かって歩けなくな り、転倒する人も出ます。 看板やトタン板が外れ始 め、高所での作業は極め て危険です。	何かにつかまっていな いと立っていただけで 通常速度による運転が困 難になり、飛来物による 負傷にも注意しましょう。	細い木が折れたり、根の 張っていない木が倒れ始 め、屋根材や看板が落 下・飛散し、道路標識 が傾きます。	屋外での行動は極めて 危険です。多くの樹木が 倒れ、走行中のトラック が横転したり、倒壊する 住宅も出てきます。

わが家の風水害対策チェック

台風や集中豪雨では強風や激しい雨が降るため、時として家屋への浸水、河川の氾濫、土砂災害など様々な被害が想定されます。風水害に備えて日頃の安全対策をしっかりと行いましょう。



こんな
災害
にも
注意！

集中豪雨



集中豪雨とは短時間に集中して狭い
地域に多量の雨が降る事で「ゲリラ豪
雨」とも言われています。
大気の不安定な状態が続いている時
や台風が近づいている時・上陸した時
などに発生します。台風などと異なり
予測が困難であり、突発的に多量の雨
が降ることから、河川の氾濫や土砂災
害などの被害が起きやすいので、気象
情報に十分注意しましょう。

こんな
災害
にも
注意！

落雷



季節を問わず発生する雷は特に積乱雲
が発達する夏場に多く発生します。
注意報の発令時や発達した積乱雲が近
づいてきた時は外出を控えましょう。

- ⚠ 雷鳴が聞こえたらすぐに避難
- ⚠ 建物の中や自動車へ避難
- ⚠ 木や電柱から4m以上離れる

こんな
災害
にも
注意！

竜巻



竜巻は季節や場所を問わず起こりま
す。いつもと違う雲を見る、急に空が暗
くなる、冷たい風や雪が降ってくるなど
の竜巻の前兆現象を感じたり、警報・
注意報が出ている場合は早めに安全
な場所へ避難しましょう。

- ⚠ 頑丈な建物の中へ避難
- ⚠ 屋内でも、窓や壁から離れる



風水害に備える ②

気象庁から記録的短時間大雨情報が発表されるほどの雨が降ると、浸水被害や崖崩れ、土石流、地滑りなどの土砂災害が発生します。また水の力はとても強く、大雨による浸水被害が起こった場合、人や車は簡単に押し流されてしまいます。大雨が予想される時は水辺に近づかないようにし、気象情報に十分注意してください。

河川氾濫の危険レベル



水防団待機水位 (指定水位)

大雨などにより、この水位をこえると水防関係機関が水防活動の準備に入ります。

氾濫注意水位 (警戒水位)

洪水注意報の基準となり、災害のおそれがある水位です。この水位をこえると水防関係機関が出勤します。

避難判断水位

避難準備・高齢者等避難開始の発令の基準となる水位です。

氾濫危険水位 (特別警戒水位)

避難勧告発令の基準となり、家屋浸水等の被害を生じる氾濫のおそれがある水位です。

歩ける深さは膝下まで!



歩ける水の深さの目安は約30cm!

水かさが増し、水の流れが速くなればなるほど、水の力も強くなり、徒歩での避難が難しくなります。水深が腰まであったり、浅くても水の流れが速い場合は無理をせず、高い場所で救助を待ちましょう。

車が浸水したらすぐ外へ!



水深が30cmに達すると車のエンジンが停止する可能性があり、水深と流速が増すと車ごと流される危険もあります。車が浸水した場合はすぐに外に出ましょう。

避難に遅れたら…



万一、避難に遅れ危険が迫った時には、自宅の2階か近くの頑丈な建物の2階以上に逃げましょう。

避難する時は裸足や長靴は避け、ひもで締められる運動靴などを履きましょう!





土砂災害に注意

一般的に土砂災害は、降雨や融雪で地中の水分が増して地盤が緩み、さらに長雨や強雨が続いた時に発生するとされています。次のような現象を察知した場合は、直後に土砂災害が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ともに、関係機関へ通報してください。

こんな「前ぶれ現象」に注意！

時間的切迫性



● 流水の異常なにごり



● 流木が発生
● 渓流内の転石の音



● 降雨時での水位の急激な低下
● 山鳴り・地鳴り

土石流

山や川の石や土砂が、大雨などにより水と一緒に激しく流れ下る現象。



● 湧水量の増加
● 井戸水のごり



● 亀裂の発生



● 山鳴り・地鳴り

地すべり

雨や雪どけ水が地下にしみこみ、断続的に斜面が滑り出す現象。

※地すべりの予測は技術的に困難であり、土砂災害警戒情報の発表対象となっていないので注意してください。



● 湧水量の増加



● 小石がぼろぼろ落下
● 湧水がにごる



● 小石がぼろぼろ落下
● 亀裂の発生

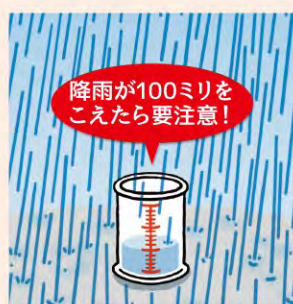
がけ崩れ

雨や雪どけ水、地震などの影響によって、急激に斜面が崩れ落ちる現象。



土砂災害から身を守るためには？

雨に注意する



降雨が100ミリをこえたら要注意！

土砂災害の多くは雨が原因で起こります。1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上の降雨量になったら、十分な注意が必要です。

土砂災害警戒情報に注意する



土砂災害警戒情報が発表されました

「土砂災害警戒情報」とは、大雨による土砂災害発生の危険度が高まった時、町長が避難勧告等を発令する際の判断や、住民の自主避難の参考となるよう、道と気象庁が共同で発表する防災情報です。早期避難の判断に役立ててください。



地震に備える

地震は突然起こります。家族の安全と被害を最小限に抑えるためにも、日頃から自宅の安全対策について点検しておきましょう。住宅の耐震性に不安がある場合は耐震診断※を行い、補強等を実施するようにしましょう。

※1981(昭和56)年5月31日以前に建てられた住宅は耐震性が低いおそれがあります。

わが家の地震対策チェック

■ 屋根・アンテナ



屋根のひび割れ、ずれ、はがれなどがないか確認しましょう。アンテナはしっかりと固定しましょう。

■ 窓ガラス



万一の為にガラス飛散防止フィルムを貼りましょう。カーテンもガラス飛散防止対策になります。

✓ここもチェック!
ベランダ

ベランダから避難することもあるので、常に整理整頓しておきましょう。

✓ここもチェック!
ブロック塀

ブロック塀のひび割れやぐらつきはないか、特に通学路・避難路に面している所はしっかり補強しましょう。

✓ここもチェック!
灯油タンク・プロパンガスボンベ

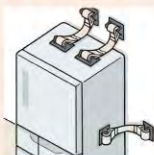
灯油タンク・プロパンガスボンベはしっかりと固定しましょう。

■ 玄関まわり



自転車や植木鉢など避難の支障となるものを置かないようにし、古新聞・古雑誌など引火しやすいものを放置しないようにしましょう。

■ 冷蔵庫



冷蔵庫ストッパーを用いて冷蔵庫の天板、または側板と壁をベルトで固定しましょう。

■ テレビ・パソコン



できるだけ低い位置に置き、金具や耐震マットなどで固定しましょう。

■ 暖房機器



耐震自動消火装置付きのものをを選び、周囲に燃えやすい物を置かないようにしましょう。

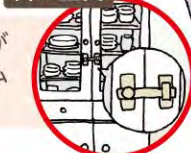
地震時のケガの原因は家具などの転倒によるものも多く、室内の散乱は逃げ遅れてしまう原因にもつながります。家具の配置や固定具合を見直し、安全対策に努めましょう。

背の高い家具や本棚は、L型金具や支え棒などで固定しましょう。タンス・本棚などに収納する時は重い物を下に、軽い物を上に収納しましょう。

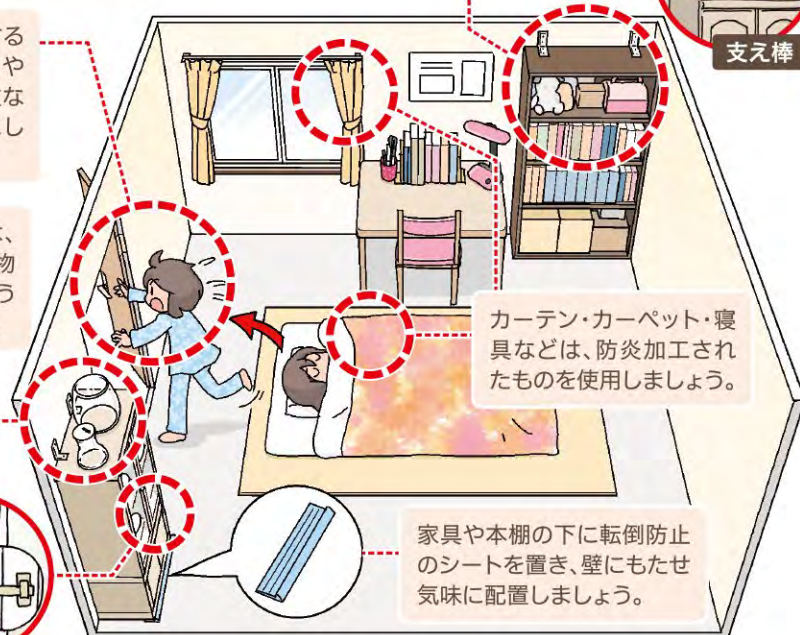
家具を配置する時は、出入口や就寝位置と重ならないようにしましょう。

家具の上には、割れやすい物を置かないようにしましょう。

留め金具



家具は金具などで固定し、扉にガラスが使われている場合は、飛散防止フィルムや留め金具をつけましょう。



支え棒

カーテン・カーペット・寝具などは、防災加工されたものを使用しましょう。

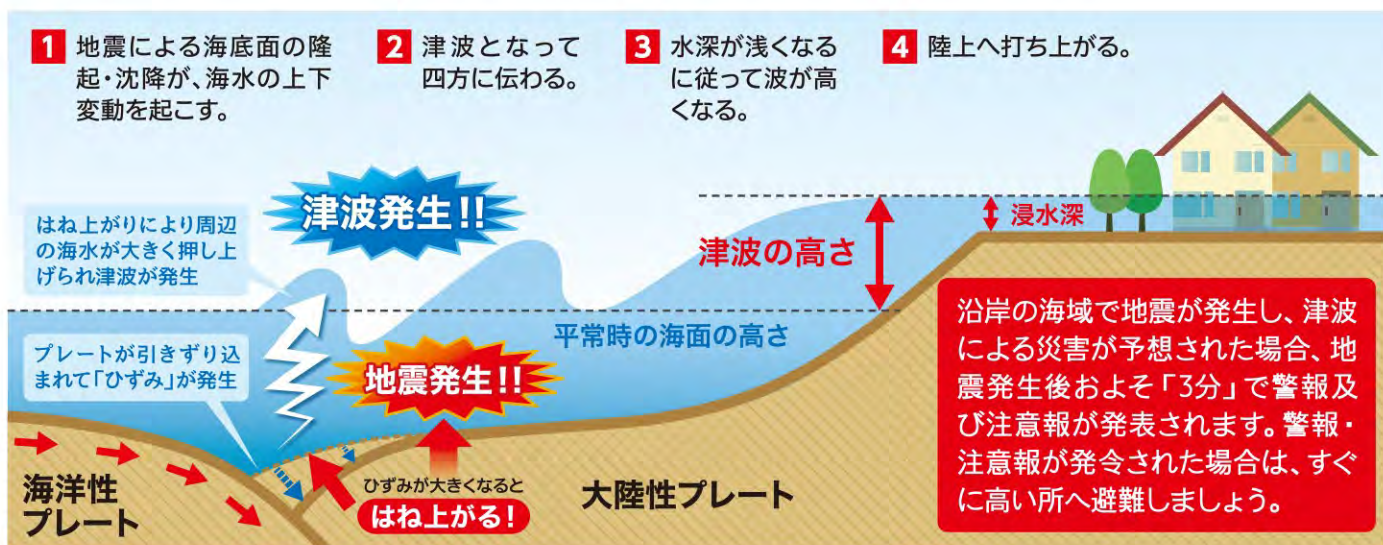
家具や本棚の下に転倒防止のシートを置き、壁にもたせ気味に配置しましょう。



津波について知る

津波は海底で発生した地震に伴う海底の隆起・沈降、地すべりなどにより、海水が上下に変動することによって引き起こされます。また津波は地震だけではなく、海底での地崩れや海底火山の噴火などによっても引き起こされる場合があります。

強い地震（震度4程度以上）を感じた時、または弱い地震であっても長時間ゆっくりとした揺れを感じた時は直ちに海岸から離れ、急いで高台などの安全な場所に避難しましょう。



津波から身を守るために知っておきたい注意点

津波は繰り返し来る!



津波は繰り返し襲ってくることもあり、必ずしも津波の第1波が最大とは限りません。第2波、第3波にも注意が必要です。津波警報・注意報が解除されるまでは警戒してください。

津波のスピードは速い!



津波の速度は海岸付近でも時速36km(秒速10m)程度もあるので、津波を見てから避難をはじめたのでは間に合いません。正しい情報入手し、早めの避難を心がけましょう。

「遠く」よりも「高く」へ!



海岸の地形などによって予想された津波の高さを超える津波が発生する場合があります。すでに浸水が始まっている安全な場所に避難できない時は、高台や津波避難ビルなどの可能な限り高い所へ避難しましょう。

海岸から離れる!



地震を感じなくても津波警報が発表された時は、直ちに海岸から離れ、安全な場所に避難しましょう。

チリ地震津波(1960年)では、津波は地震の震源から18,000kmの距離を約1日で伝わり、日本の沿岸まで到達して大きな被害をもたらしました。

地震・津波災害から身を守るために「とるべき行動」

地震発生から 1分

まずは「身を守る」!!



大きな揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたら、まずは自分の身を守り、周囲の状況に応じて揺れがおさまるまで待ちましょう。

屋内では

- テーブルや机の下に入る
- 座布団や雑誌などで頭を保護する
- 窓や鏡などのガラス、家具から離れる

屋外では

- ブロック塀などの倒壊、看板・ガラスなどの落下物に注意
- 商業施設や公共施設などでは係員の指示に従う

自動車運転中は

- 徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車する
- ハザードランプを点灯し、周りの車に注意を促す

地震発生から 1~5分

落ち着いて「安全確保」と「状況確認」!!

大きな揺れはおおよそ1分程度と言われています。揺れがおさまったら、慌てず落ち着いて行動しましょう。身のまわりの安全確保と状況確認を行い、避難指示が発令されたり、家屋倒壊や津波の危険がある場合は速やかに避難しましょう。

火元の点検

コンロやガス器具、ストーブ、タバコなどの火元を消し、火事などの二次災害を防ぎましょう。



出口の確保

建物の傾きによって閉じ込められないよう、玄関や窓を開け、脱出口を確保しましょう。



状況確認

ガラス片や転倒家具などに注意し、家族や周りの人の安全確認・確保を行いましょう。



室内でも靴や底の厚いスリッパをはく!

情報を入手する

テレビやラジオ、緊急速報メールなどで災害情報、避難情報を入手しましょう。



地震発生から 5分~数時間

津波の危険がある場合は

高台へ避難!!



より高く、より奥へ逃げる
浸水予測外でも安心しない!

海岸から「より遠く」ではなく、「より高い高台」へ避難しましょう。



注意報、警報が解除されるまで海辺や河川には近づかないようにしましょう。

津波の危険がない、または津波の危険がなくなったら

避難・消火・救護活動!!



隣近所も同じように被災しています。安否確認を行い被害が出ている場合は、お互いに協力しあって避難・消火・救護活動を行いましょう。

地域で協力しあって

- 行方不明者、けが人の確認
- 家屋や家具などの下敷きになっている人の救出
- 手助けが必要な方への協力 (高齢者・障がい者・けが人・病人・妊婦・幼児など)
- 火災発生時の消火活動

地震発生から 数日

避難所・自宅待機

しばらくは警戒を!!



非常備蓄品の用意を!

3日間は備蓄品で自活できるよう、日ごろから準備しておきましょう。



引き続き余震に注意しましょう。町からの広報などで災害情報を確認しましょう。

地震の震度 (気象庁震度階級)

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。眠っている人の中には目を覚ます人もいます。	震度 3 	屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。歩いている人の中には揺れを感じる人もいます。眠っている人の大半が目覚めます。
震度 4 	歩いている人のほとんどが揺れを感じ、眠っている人のほとんどが目覚めます。電灯などのつり下げ物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。	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。電灯などのつり下げ物は激しく揺れ、棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。	震度 5強 	大半の人が物につかまらなと歩くことが難しい。窓ガラスが割れて落ちることがある。補強されていないブロック塀が崩れることがある。
震度 6弱 	立っていることが困難になる。固定していない家具が移動し倒れたり、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。	震度 6強 	はわないと動くことができない。壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する建物が多くなる。大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体崩壊が発生することがある。	震度 7 	揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。耐震性の低い建物は傾くものや倒れるものが多くなる。

二次災害に注意!

火災が発生したら



消火のチャンスは3回!!!

①揺れを感じた時 ②揺れがおさまった時 ③出火直後

すぐに大声で知らせる

早く消火する

早く逃げる

火災を発見したら、周りの人に大声で知らせましょう。鍋などを叩いて大きな音を立てるのも効果的です。



出火から3分が自力で消火できる限界です。水や消火器のほか、座布団で叩く、布団を被せて密閉するなどして、消火にあたきましょう。



火が天井に燃え移ったら消火を諦め、速やかに避難を。避難する時は、できるだけ姿勢を低くし、タオルで口を覆うなど、煙を吸わないようにしましょう。





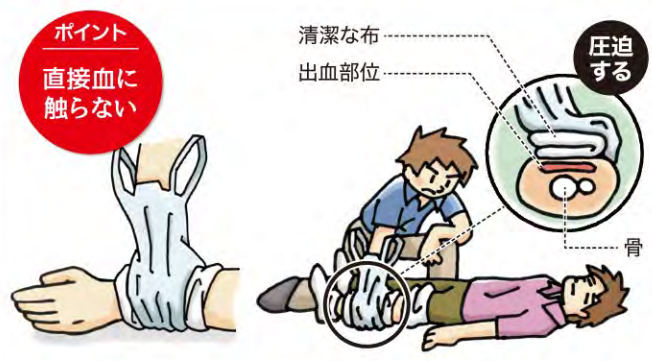
いざという時のための応急処置

突然の災害の時は、公的な救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りません。万が一の際に自力でも対応ができるよう、応急処置の予備知識を身につけておきましょう。

身の回りのモノでできる応急手当

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不足し、入手困難となります。いざという時に備え、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できる応急手当方法を知っておきましょう。

止血の方法 ー直接圧迫止血法ー



- 1 直接血に触れないようにビニール袋などで手を覆う
- 2 傷口に清潔な布を直接当てて圧迫する(使用していないハンカチ、タオルなど)
- 3 手足のケガなら患部を心臓より高い位置に上げる
- 4 最初に当てた布が血に染まってきたら、新しい清潔な布をさらに上からかぶせて圧迫する
- 5 血が止まったら大判のハンカチやネクタイなどを包帯代わりにして、当てた布を固定したうえで病院へ行く

骨折の応急手当

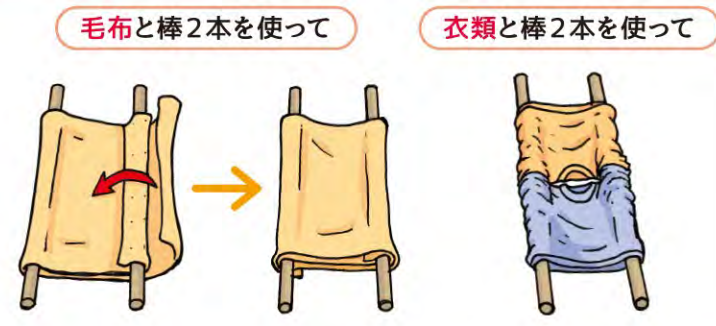


- 1 骨折した箇所を固定する
通常病院では、「添え木」や「ギブス」などの専門の道具で固定しますが、「折り畳み傘」「雑誌」「新聞紙」「ダンボール」などの身の回りにある物を代用します
- 2 添え木(代用品)を骨折した箇所に当て、「大判ハンカチ」や「ネクタイ」などで固定する
- 3 骨折した手を首からつる場合は、大判のスカーフや大きめの「レジ袋」の両サイドを切り裂き、固定した手を横から入れて、持ち手のところを二つ重ねて首からつる(首の後側に持ち手が食い込んで痛くなるのを防ぐために「ハンカチ」や「タオル」を当てる)

毛布や衣類を使って簡易担架を作る

傷病者を移動させたいが担架がない時

けが人が続出して担架が不足した場合に、毛布やシーツなどの大きめの布が担架代わりに活用できます。布の端をくるくると巻き込むと、持ちやすい取っ手ができて使いやすくなります。また、2本の棒と毛布や衣類などで簡易担架を作っても良いでしょう。(使用前には、必ず安全を確認しましょう)



意識がない場合の応急処置

人は心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、心停止から1分ごとに、救命率は7～10%下がります。そのため、現場に居合わせた人が迅速に心肺蘇生を行うことがもっとも大切です。

心肺蘇生法の手順

1 反応(意識)を確認する

傷病者の耳元で「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるか、ないかをみます。

2 助けを呼ぶ

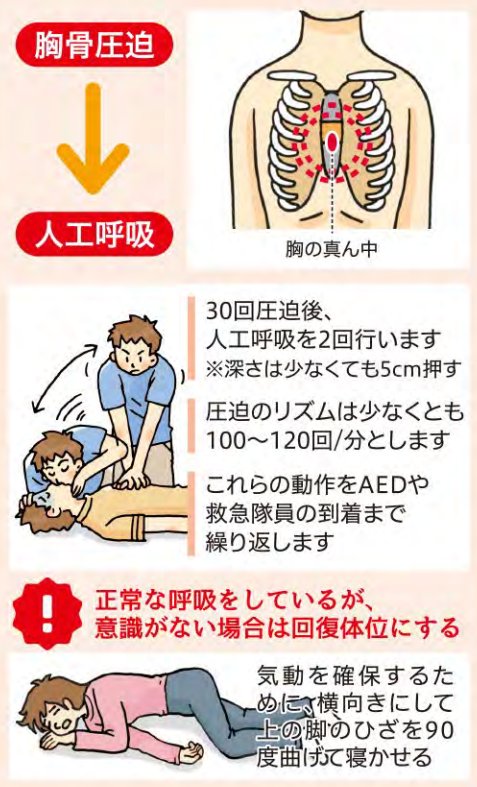
反応がなければ、大きな声で「誰か来て!人が倒れています!」と助けを求めます。協力者が来たら、「あなたは119番へ通報してください」「あなたはAEDを持ってきてください」と具体的に依頼します。

3 呼吸を確認する

傷病者が《普段どおりの呼吸》をしているかどうかを確認します。

4 胸骨圧迫を行う

呼吸がない場合は、まず胸の真ん中に手の平を重ね合わせ、両ひじを伸ばし、体重をかけるようにしながら、まっすぐ下に30回押します。その後、人工呼吸を2回行います。この胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ(30:2のサイクル)を救急隊に引き継ぐまでか、何らかの反応があるまで2分間(5サイクル)を目安に絶え間なく続けることが大切です。



AED(自動体外式除細動器)による救命処置

AED(自動体外式除細動器)は、突然の心停止から、けいれんした心臓に電気ショックを与え、正常な状態に戻すための機械です。付属の電極パッドを傷病者に貼ると自動的に心電図を解析し、除細動が必要な場合のみ電気ショックを加える仕組みで、誰でも安全・確実に除細動が行えます。 ※日頃からAEDの設置場所を確認しておきましょう



AED(自動体外式除細動器)を装着し、音声ガイダンスに従って除細動することは救命に大きな効果があります!



救急車の呼び方

- 1 119番にダイヤル
- 2 (火事ですか?、救急ですか?の問いに)「救急です!」と答える
- 3 「住所」「目印」を伝える
- 4 事故や傷病者の「様子」を説明(いつ・どこで・だれが・どうして・どうなったかを詳しく)
- 5 通報者の「氏名」「電話番号」を伝える
- 6 人手があれば救急車を「誘導」、救急隊「到着」
- 7 傷病者が倒れていた状況、行なった応急処置、容態の変化、AEDによる電気ショックの回数などを正確に報告





指定緊急避難場所・指定避難所 一覧

施設区分	施設名称	所在地
指定緊急避難場所	岩尾温泉あったま〜る駐車場 ※	増毛町岩尾109-1
指定緊急避難場所	旧増毛小学校グラウンド	増毛町見晴町205番地の1
指定緊急避難場所	増毛小学校グラウンド	増毛町南暑寒町2丁目38番地
指定緊急避難場所	町民グラウンド	増毛町見晴町148番地
指定緊急避難場所	湯の沢会館付近	増毛町箸別981番地付近
指定緊急避難場所	箸別跨線橋付近広場	増毛町
指定緊急避難場所	町道朱文別道路線・揚水機場の上	増毛町
指定緊急避難場所	増毛中学校グラウンド	増毛町南暑寒町5丁目123番地
指定緊急避難場所	旧別苅小学校 ※	増毛町別苅148
指定緊急避難場所	旧雄冬自然体験館グラウンド	増毛町雄冬218番地
指定緊急避難場所・指定避難所	オーベルジュましけ	増毛町別苅217番地1
指定緊急避難場所・指定避難所	旧阿分小学校	増毛町字阿分116
指定緊急避難場所・指定避難所	旧舎熊小学校	増毛町舎熊203番地の1
指定避難所	増毛中学校	増毛町南暑寒町5丁目123番地
指定避難所	旧雄冬自然体験館	増毛町雄冬218番地
指定避難所	海音寺	増毛町別苅205番地
指定避難所	岩尾へき地保健福祉館 ※	増毛町岩老171番地
指定避難所	元阿分福祉会館	増毛町阿分226番地の10
指定避難所	笹沼会館	増毛町舎熊1029番地の68
指定避難所	信砂生活改善センター	増毛町信砂581番地の11
指定避難所	大別苅自治会館	増毛町別苅96番地
指定避難所	箸別生活館	増毛町箸別133番地の8
指定避難所	文化センター	増毛町南畠中町2丁目25番地

※津波の際は使用不可

安否情報などを家族や知人に知らせる方法を確認しておきましょう！

災害用伝言ダイヤル

171

大規模な災害が発生し、安否確認等の電話によって電話回線が混雑し、電話が繋がりにくい状況でも、伝言の録音・再生により、被災地内の家族や親戚・知人等と連絡を可能にする「声の伝言板」です。

○ 録音 **171** → **1** → 0□□□□□□□□ → 伝言の録音
▶ 再生 **171** → **2** → 0□□□□□□□□ → 伝言の再生

案内放送が流れます...

...自宅、または連絡を取りたい被災地の方の電話番号(市外局番から)

詳しい内容はNTTのホームページで確認してください

ホームページ

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>

171 または NTT

検索

携帯電話災害用伝言板

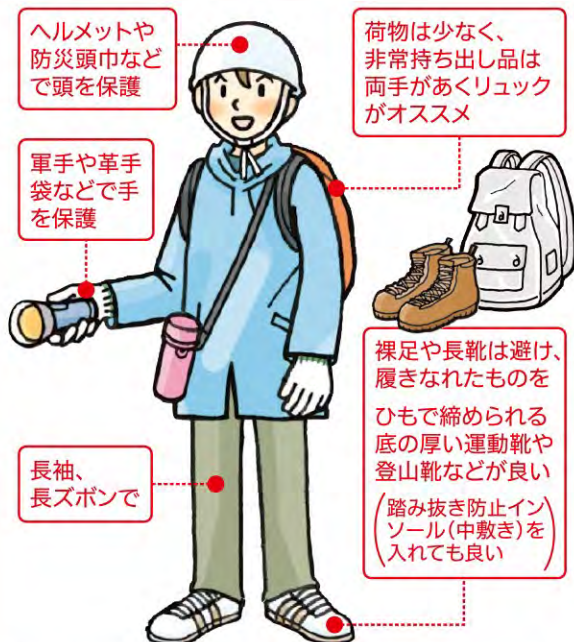


大規模な災害が発生した場合に、各携帯電話会社から提供される災害用伝言板です。携帯電話やスマートフォンから安否情報の登録・確認ができます。

※詳しい内容は携帯電話各社のホームページ等で確認してください



避難時の服装と非常用持ち出し品



動きやすい服装で避難を！

避難する際に必要最低限のものをすぐ持ち出せるように袋に入れて用意しておくのが「非常用持ち出し品」です。中身は自分にとって必要なものを、家族がいる場合は1人分ずつ準備しておくようにしましょう。

☑ 必要なものをチェックしてみましょう！

❑ 貴重品

現金・預金通帳等・印鑑・健康保険証・運転免許証など、重要なものはコピーをとって利用しましょう

❑ 情報収集用品

懐中電灯・携帯ラジオ・筆記用具など、予備の電池や携帯電話・スマートフォンの充電器も忘れずに

❑ 救急・衛生用品

絆創膏・包帯・消毒液・常備薬・持病薬・ビニール袋・ティッシュ・アルコール除菌・生理用品など

❑ 非常食・飲料水

飲料水・乾パン・ビスケット・ゼリー飲料・栄養補助食品など避難行動時のエネルギー補給ができるもの

❑ 衣料品・防寒対策用品

雨具・レジャーシート・使い捨てカイロ・防寒具など、雨などに濡れた場合に備えて着替えは1セット分を用意

❑ 個別必要品

予備メガネ・コンタクトレンズ・補聴器・入れ歯・携帯用杖・紙おむつ・おしり拭き・粉ミルク・哺乳瓶・ベビーフードなど



わが家の防災メモ

緊急時連絡先一覧表



警察

事件・事故は → **110**

留萌警察署 増毛駐在所

Tel. 0164-53-1036

留萌警察署 舎熊駐在所

Tel. 0164-54-2100

留萌警察署 別荘駐在所

Tel. 0164-53-1224



役 場

増毛町役場

Tel. 0164-53-1111 (代表)



医療機関

増毛町立市街診療所

Tel. 0164-53-1811



消 防

火災と救急・救助は → **119**

増毛町消防署

Tel. 0164-53-2175



停電等に関すること

北海道電力 留萌営業所 (停電情報) Tel. 0120-235-121

(電気がつかないとき) Tel. 0120-060-174

いざという時に
備えて、書き込んで
おきましょう



わが家の指定緊急避難場所

わが家の指定避難所

家族の名前	生年月日	血液型	メモ(病症・病歴、携帯電話番号、勤務先など)
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	
	大・昭・平 年 月 日	型 Rh(+/-)	