

航空電子

JAE Global Slogan

Technology to Inspire Innovation

当社の開発する技術が、お客様の独創的な商品開発に新しい扉を拓きます。

コネクタの製造販売



JAE 弘前航空電子株式会社

〒036-8666 弘前市清野袋5-5-1

TEL: 0172(33)3111(代) FAX: 0172(39)1490

<http://www.hae.jae.co.jp>

E-mail : haeinfo@hae.jae.co.jp

当社インフォメーションは…

弘前航空電子

検索

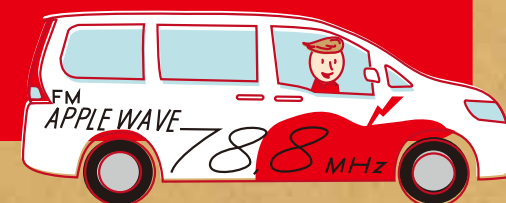
ぜひ1度
クリック!

FM
APPLE WAVE
78.8 MHz

FM アップルウェーブ

防災

H A N D B O O K 2 0 1 7



災害時…



テレビから情報が
得られなくなる

災害で停電が発生すると、テレビから
の情報が寸断されます。



ラジオは使える

非常時に正しい情報を得る手段として、ラジオは威力を発揮します。
停電でも使える、電池式のラジオを常備しましょう。
車の中で被災した場合は、カーラジオから情報を入手しましょう。
まずはラジオのチャンネルをFM78.8に。



携帯電話、スマートフォンは
つながりにくくなる

災害時、携帯・スマートフォンなどの
モバイル機器はアクセスが集中し
つながりにくくなります。



「FMアップルウェーブの防災ハンドブック」は
“やさしい日本語”の音声ガイドでもご覧いただけます。

FMアップルウェーブの
ホームページにアクセス



発刊にあたって

アップルウェーブ株式会社
代表取締役社長

清藤 哲夫

日頃より、FMアップルウェーブをご聴取いただき誠にありがとうございます。

弊社は、平成12年3月4日の開局以来、「地域の防災」「地域の活性化」「市民情報の共有」を経営理念とし17年間放送を続けてまいりました。これも偏に市民の皆様や関係各位のご協力の賜と深く感謝しております。

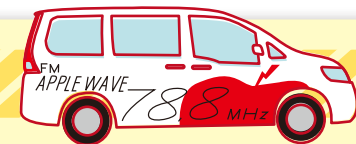
コミュニティ放送局は、阪神淡路大震災の際、被災者に寄り添ったきめ細かな情報提供を行ったことから注目を集め、全国的に災害時に有効な貴重な情報伝達手段として、純民間、第三セクター、公設民営など様々な形式で設立が続いております。特に、北国特有の高気密高断熱の住宅の多い地域では、災害時の広報手段である防災無線の音声が届きにくいという状況がありますが、コミュニティ放送は、室内のラジオ、スマートフォンやパソコンなどで手軽に聞くことが可能であり、かつ放送エリアごとのきめ細かい情報を提供することができることから、益々その重要性が注目されています。

当社では、災害発生時などの緊急時でもきめ細かに情報を収集し放送を維持できるよう、スタッフの数、情報協力会や情報特派員という独自の情報収集体制などを維持しながら、緊急時に即座に対応できるように準備を整えています。

このハンドブックは「地域の防災」を経営理念に掲げる弊社として、市民の皆様の防災意識啓蒙の一助になればとの思いから、協賛各社の深いご理解とご協力を賜り発行することとなりました。災害の被害を軽減するためには、普段からの市民一人ひとりの防災意識の向上と備えが重要です。そのためにこのハンドブックをご家族でご覧いただき、いざという時のためにお役立ていただければ幸いです。



目次



- 発刊にあたって 1
- 「防災ハンドブック」の活用法について 2
- FMアップルウェーブで市内の情報をチェックしよう! 3-4

災害を知る・災害に備える

- 水害への備え 5-6
- 土砂災害への備え 7-8
- 暴風への備え 9-10
- 竜巻への備え 11
- 雷への備え 12
- 台風への備え 13-14
- 火山噴火への備え 15-18
- 火災への備え 19-20
- 地震への備え 21-23
- 停電への備え 24-26
- 雪害への備え 27-28

日頃の防災対策

- 災害時の指定避難所 29-32
- 非常持出品リスト 33
- 備えて便利な日用品 34
- 地域で進む防災活動 35
- スマートフォン・携帯電話の活用 36
- 緊急時の連絡先 37
- ご協賛一覧 38

家族全員で確認しておこう

- いざという時の備忘録 35

「防災ハンドブック」の活用法について



POINT 1 過去の災害を知り もしもの時に備えましょう

- 災害別に、FMアップルウェーブの取材・中継実績をベースに、弘前市で過去に発生した災害や、今後の被害想定を示しています。
- 災害への日頃の備え、発生前の切迫時や発生時の行動について説明しています。

弘前で起こりうる被害を理解し、今やるべき備えを進めましょう。

POINT 2 災害時に役立つ情報を集約

緊急時の連絡先や情報収集法、非常持出品リスト、市内の指定避難所など、日頃の防災対策として備え、覚えておきたい項目をまとめました。

安全・安心な暮らしのために、ぜひ目を通し、実践しましょう。

インデックス(見出し)表示で 災害別にガイドします

ページの右端の部分に、災害別にインデックス(見出し)表示をしています。

見たい項目や必要な情報が簡単に見つかります。



水害

土砂災害

暴風

竜巻・雷

台風

火山

火災

地震

停電

雪害

FMアップルウェーブで 市内の情報をチェックしよう!

FMアップルウェーブは弘前市内で災害が発生した場合、通常の番組内容を緊急放送に切り替え刻々と変わる状況を現場からいち早く、リアルタイムでお届けします。



災害現場から中継の役割を果たすアップル号



災害現場で取材した様子をレポートするパーソナリティ

FMアップルウェーブが伝える防災情報

⚡ 気象情報

気象警報などが発表された時は、随時割り込み放送で内容をお伝えします。河川の増水、道路の冠水や暴風等の気象災害も現場からお伝えします。

🚗 道路交通情報

緊急車両の出動情報、交通事故や火災による道路の通行規制情報、列車の運転見合わせ情報などを現場で取材し、いち早く放送します。

📺 停電情報

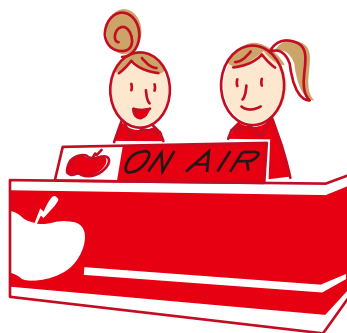
東北電力による市内と周辺地域の停電情報をお伝えします。2011年3月の東日本大震災では、停電情報に加えて店舗や温泉などの営業情報を24時間体制で伝え続けました。

🏠 地震情報

弘前市で震度1以上の揺れを観測した場合は速報でお伝えします。大きな揺れがあった時は、現場から被害状況をレポートします。

🚶 避難・復旧情報

市内避難所の開設、避難勧告・指示などの情報をお伝えします。また、現場取材を通して、災害復旧状況を随時放送します。



FMアップルウェーブ情報協力会

FMアップルウェーブは、平常時や緊急時、市民に必要な情報を伝えるため、市内の行政団体、ライフライン企業、公共交通機関、報道機関などによる「アップルウェーブ情報協力会」を組織しています。災害などの緊急時には各団体から提供された情報を、いち早く放送に反映しています。(2017年3月4日現在64団体)

FMアップルウェーブ情報特派員とは?

市民に市内の様々な話題や情報を共有してもらうことを目的に、リスナーの皆さんで構成されています。災害などの緊急時には、道路情報や河川の増水、気象情報などを提供していただいています。(2017年3月4日現在63名)



パソコンやタブレット、スマートフォンでFMアップルウェーブが聴ける! インターネットラジオ

① アップルウェーブのホームページへアクセス!

<http://www.applewave.co.jp>

FMアップルウェーブ 🔍

② ホームページ画面中央にある青いバナーをクリック!



③ 再生ボタンをクリック!



弘前の最新情報を動画で見よう! インターネット動画サイト「アップルストリーム」



弘前ライブニュース

アップルストリーム

Hirosaki Live News applestream.jp

<http://applestream.jp>

弘前 アップルストリーム 🔍



災害等の緊急時には、市内各地からの映像をライブ配信! スマートフォン、タブレット、パソコンで市内の状況をリアルタイムで見ることができます。無料の会員登録をすると、災害時の気象・防災情報をメールでお届けします。

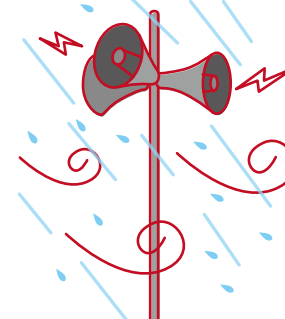
いざという時に聞こえますか? 防災行政無線

弘前市が市内全域に整備している防災行政無線は、災害などの緊急時に屋外スピーカーから気象情報や避難関連情報を放送します。

しかし、災害が迫っている時、窓を閉めきった屋内にいる人にとって防災行政無線の放送が聞こえにくいことがあります。特に気象災害では、スピーカーからの音声は大雨や強風の音でかき消され、過去に全国で発生した豪雨災害でも「自治体が放送した避難情報が聞き取りにくかった」という報告があります。

ラジオは気象の変化に左右されにくく、安定して情報を入手することができます。FMアップルウェーブは、弘前市と「災害時における放送に関する協定」を結んでおり、弘前市が発表する災害情報や避難関連情報を、いち早くお伝えします。

緊急時、情報入手の早さが自分の命を守ります。 いざという時は、まずラジオ!



沢田内科医院

院長 沢田 美彦

〒036-8261 弘前市茂森新町1丁目6の4

TEL 0172-37-7755 FAX 37-7788



季節を問わず発生する水害の発生要因を知っておこう

水害への備え

過去の主な被害

1977年8月5日

寺沢川・土淵川はん濫

要因 低気圧・前線

死者9名、住家全半壊90棟、
床上浸水2,051棟、床下浸水3,178棟



寺沢川のはん濫で浸水被害を受けた住家
写真提供：弘前市

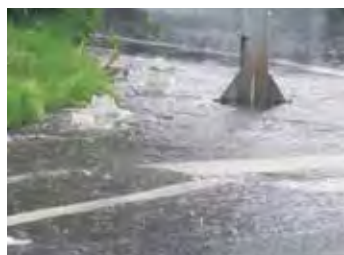
2013年7月2日

1時間90mm

(気象庁レーダー解析)の集中豪雨

要因 上空の寒気

樹木・豊原・取上・南大町地区で道路冠水



激しい雨で排水が追いつかず、道路が冠水した樹木地区

2015年4月3日

岩木川融雪洪水

要因 雨による雪解け

雨で雪どけが進み、三世寺地区でりんご園が冠水、管理用道路が決壊



りんごの木や枝が水に浸かった三世寺地区の園地

弘前市の被害想定

岩木川等の洪水により、河川沿いを中心に最大5m(2階まで水没)の浸水が想定されます。

床上浸水

10,699棟

避難者数

18,723人(市全体の10.2%)

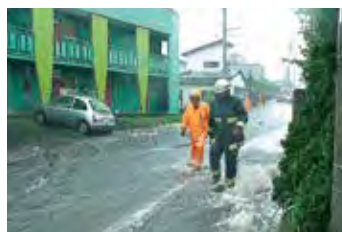
弘前市防災カルテより

FMアップルウェブの取材実績による市内の主な冠水注意エリア

- 城東3丁目 豊田跨線橋そば交差点付近
- 城東北3丁目 城東第5児童公園北側
- 富田町 取上交差点付近
- 土手町 土手町十文字バス停付近
- 南大町2丁目 南大町バス停前交差点付近
- 松原東2丁目 松原児童公園付近
- 樹木4丁目 若葉1丁目バス停前交差点付近
- 清富町 土淵川そば弘盛橋西側
- 富士見町 富士見町交差点南側
- 東和徳町 和徳ガード下付近



大雨で冠水する和徳(わとく)ガード下



側溝から水があふれ、冠水する清富町(きよとみちょう)付近

弘前地区消防事務組合消防本部 確認

発生前の備え

気象情報、河川関連情報の入手

注意報、警報レベルで降る雨の強さを知りましょう。



大雨・洪水注意報

1時間25mm以上の雨

どしゃ降り。ワイパーを速くしても見づらい。側溝の水があふれる。



大雨・洪水警報

1時間40mm(山沿い45mm)以上の雨

バケツをひっくり返したように降る。道路が川のようになる。



融雪注意報

冬から春にかけて、雪どけによる被害が予想される場合。

指定河川洪水予報(岩木川・旧大峰川・平川・土淵川)

はん濫の恐れがあるとき「〇〇川はん濫注意情報」のように発表されます。発表されたら、河川の近くにお住まいの方は避難の準備をしましょう。



高杉地区で大鉢川がはん濫し、避難できない住民をボートで救助に向かう消防隊員(2013年9月)



台風による大雨で、収穫前のりんごが水に浸かった(2013年9月)

Check

河川情報はこれでチェック!

<http://www.kasensabo.bousai.pref.aomori.jp>

青森県河川砂防情報提供システム 県内の雨量、河川の水位、洪水予報などが地図や一覧で確認できます。

側溝はきれいに

排水をスムーズにするため、自宅近くの側溝は定期的に清掃しましょう。

避難は早めに

避難は、雨が激しくなる前に完了しましょう。避難所までのルートに道路冠水の恐れがないか、事前にチェック!

土のうの準備

低い土地にお住まいの方は、雨が強まる前に土のうを準備しましょう。

土のうの無料配布

問 弘前市役所 道路維持課
0172-32-8555

弘前市では水害等に備えて、希望する人に土のうを無料で配布しています。事前に天気予報を確認し、大雨による浸水の恐れがある場合は早めに準備をしましょう。
※すぐに配布できない場合があるので、事前にお問い合わせください。



水害発生時の行動

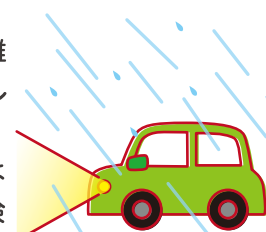
- ☑ 増水した河川には近づかない
- ☑ ガード下、地下道など、冠水しやすい道路の利用は避ける
- ☑ 夜間は周囲の状況がわかりにくいので、不要な外出は控える
- ☑ 雨が激しい時は外への避難は避け、建物の2階など高い場所に待機



POINT

車の運転にも注意が必要です!

雨が降って路面が濡れていると、ブレーキを踏んでから車が停止するまでの距離(制動距離)が長くなります。また水がたまっている路面を高速走行すると、ハンドルがきかなくなる「ハイドロプレーニング現象」が起こりやすくなります。雨の中で運転するときは、速度を落として車間距離をとり、水たまりやわだちらは極力避けて走行しましょう。特に水深が深いと思われる所に進入するのは危険です。ライトを点灯して、後続車に存在を知らせることも必要です。





土砂災害

過去には多くの人命が奪われました 土砂災害への備え

過去の主な被害

1975年8月6日 岩木山土石流災害

死者	22名
重軽傷者	45名
住家全半壊	37棟

豪雨により蔵助沢で発生した土石流の土砂や巨岩が百沢地区を直撃し、家屋を約500m押し流した。



土石流が民家を巻き込みながら流れた後の百沢地区(1975年8月)
写真提供:弘前市

土砂災害の種類

がけ崩れ

雨や雪どけ水などがしみ込み、斜面が突然崩れ落ちる現象



〈資料〉NPO法人土砂災害防止広報センター

土石流

山や谷底の石や土砂が、大雨や雪どけ水などと一緒に一気に流れ出る現象。



地すべり

ゆるい斜面の地盤に雨がしみこみ、浮いたような状態でゆっくりと斜面を下る現象。



弘前市の被害想定(弘前市防災カルテより)

市内の土砂災害危険箇所

土砂災害警戒区域	604ヶ所(急傾斜地227ヶ所、土石流347ヶ所、地すべり30ヶ所)
土砂災害特別警戒区域	227ヶ所(急傾斜地160ヶ所、土石流67ヶ所)

警戒区域内の建物戸数

戸数	2,299棟	避難者数	4,023人(市全体の2.2%)
----	--------	------	------------------

危険箇所は、岩木山南側の県道3号弘前岳鯉ヶ沢線に沿って多く分布しています。また上岩木橋より上流の岩木川流域、相馬川流域に点在しています。

発生前の備え

土砂災害は、発生してから逃げるのが困難です。事前の備えはしっかりと

気象情報の入手

注意報、警報で想定される被害の規模を知りましょう。

大雨注意報 1時間25mm以上の雨	小規模のがけ崩れが始まる
大雨警報 1時間40mm(山沿い45mm)以上の雨	山崩れ・がけ崩れが起きやすくなり避難の準備が必要

土砂災害警戒情報

土砂災害の危険度が高まったときに、住民の自主避難の参考になるよう発表されます。斜面の近くにいる人は、発表されたら避難の準備をしましょう



大雨で民家の裏のがけが崩落した西茂森地区(2013年9月)
写真提供:弘前市

Check こんな前兆現象に注意!

前兆現象を見たら弘前市からの避難勧告指示を待たずに避難しましょう。

- 崖から水が湧き出す
- 雨でも川の水位が下がる
- 沢の水が濁り流木が混じる
- 斜面に亀裂ができる
- 小石が転がってくる
- 異様な臭いがする



避難が遅れて自宅に留まった場合は、建物の2階以上や、斜面から離れた部屋などに移動しましょう。

POINT

土砂災害は大雨以外の要因でも発生します!

なだれ

春先、雪どけによって大量の水分が土の中にしみこむと、なだれとともに土砂崩れが発生することがあります。山沿いでは、天気予報で「なだれ注意報」が発表されたら注意が必要です。

大きな地震

地震(過去の事例では震度5強以上)が原因で、土砂崩れが発生することがあります。東日本大震災では、仙台市内の住宅地で地すべりが発生しました。強い揺れを感じたら、斜面から離れましょう。



水害

土砂災害

暴風

竜巻・雷

台風

火山

火災

地震

停電

雪害

季節を問わず発生しライフラインにも被害をもたらします 暴風への備え

近年の主な被害

2015年10月2日
最大瞬間風速20.5m/s

要因 低気圧発達

住家等被害4件、種子・青女子・十腰内地区487戸停電



樹木が根こそぎ倒れ、住宅にもたれかかる(高杉地区)

2016年4月17日
最大瞬間風速31.4m/s

要因 低気圧発達

ケガ人1名、住家63棟破損、農業用ハウス33棟全壊
弘前さくらまつり直前、弘前公園周辺のぼんぼりが壊れる



暴風発生の翌日、壊れたぼんぼりの修復作業が急ピッチで行われた(弘前公園外濠)

風の強さと吹き方・被害(気象庁HPより)

風の強さ(予報用語)	平均風速(m/s)	主な影響・被害	注意報・警報など
やや強い風	10~15	●傘がさせない	強風注意報 風雪注意報
強い風	15~20	●風に向かって歩けない ●トタン板が外れ始める	暴風警報 暴風雪警報 台風の強風域
非常に強い風	20~30	●ビニールハウスが破れる ●看板が落下する	台風の暴風域
猛烈な風	30以上	●走行中のトラックが横転する ●樹木や電柱が倒れる	

発生前の備え

気象情報の入手

注意報・警報と想定される被害を知りましょう。

Check 9ページ表参照

強風に対する気象情報を見聞きしたら?

飛ばされそうなものは固定するか家の中へしまいましょう。



風が強まる前に、建物の見回りや補強をしましょう。



避難が必要な時は、早めに頑丈な建物へ移動しましょう。



停電対策

懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話
スマートフォン、充電器などは、
すぐに持ち出せるように準備しておきましょう。

Check 24~26ページ

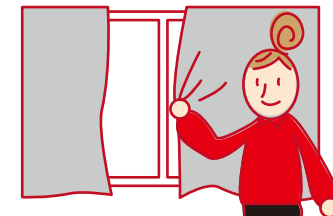


暴風発生時の行動

不要、不急の外出は控えましょう。



外からの飛来物から身を守るため、カーテンを閉め、窓から離れましょう。



テレビ・ラジオ等で最新の気象情報を入手しましょう。



ドアや扉が急に開閉します。指を挟まないように注意しましょう。



運転中はハンドルをしっかりと握りスピードを落としましょう。



トタン屋根のはがれ、倒木など見つけたら119番通報をしましょう。





避難行動の早さが命を守ります

竜巻への備え

近年の主な竜巻被害

2012年7月5日 **檜木・鬼沢地区**

幅200メートル・長さ1.8キロメートルにわたって集落や農地を通過。
りんごの落果や倒木など、農業被害も多く発生しました。



写真提供：弘前市

発生前の備え

気象情報(竜巻注意情報)の入手

竜巻注意情報が発表された場合には、まず周囲の空の状況に注意を払ってください。

Check 前兆(前ぶれ)現象を知る

これらの現象を感じた時は、早めに避難場所を確保してください。

- 空気がひんやりとしてきた
- 黒い雲が近づいてきた
- 耳鳴りがする

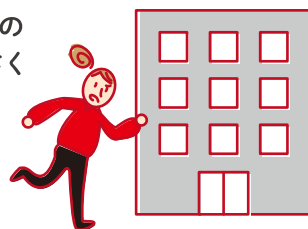


- 大粒の雨やひょうが降り出す
- 雷の音や光を見聞きする



竜巻を目撃したら？

- 頑丈な建物の中に避難し、1階の窓がない部屋に移動する。カーテンを閉め、ガラスの飛び散りを防ぐ。
- 屋外では頑丈な建物の物陰に入り、身を小さくする。



ひょうにも注意！

大気の状態が不安定になると、ひょう(直径5mm以上の氷粒)が降り、車や農作物に被害をもたらすことがあります。



アップルロード沿いの大沢地区では、直径約1cmのひょうが降った(2014年9月)



落雷は命に危険を及ぼします！停電対策も万全に！

雷への備え

落雷は場所や季節に関係なく発生し、樹木や建物など、高いものを通して落ちる傾向があります。グラウンドやゴルフ場などの開けた場所、山頂や山の尾根などの高いところでは、人に落雷する危険性が高まります。

発生前の備え

気象情報(雷注意報) 落雷情報の入手

落雷の状況をリアルタイムで確認できます。

Check 落雷情報はこれでチェック！ 東北電力落雷情報
<https://www.tohoku-epco.co.jp/weather>

停電対策

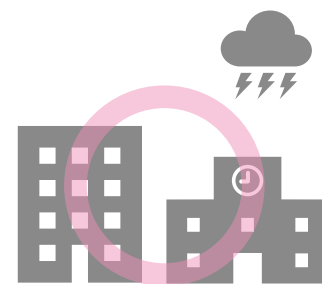
懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話・スマートフォン・充電器などは、すぐに持ち出せるように準備しましょう。パソコンなどの電子機器は落雷で故障する恐れがあります。雷が近づいたらコンセントから抜きましょう。

Check 24～26ページ

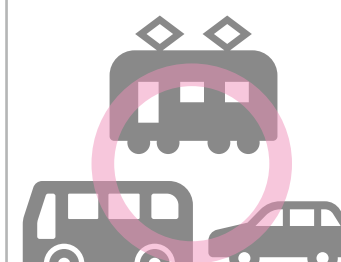


雷に遭遇したら

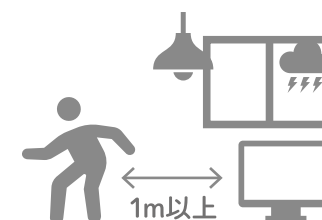
鉄筋コンクリート建築



自動車・バス・列車の中(オープンカーはダメ)



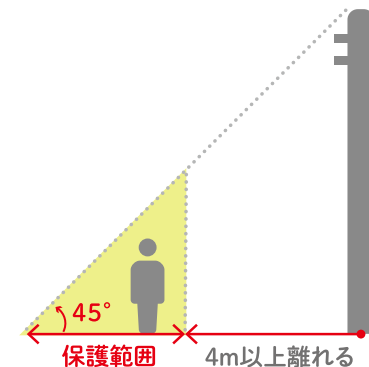
木造建築の中は電気器具や壁から1m以上離れて



安全な空間に避難できない場合は？

電柱、建築物などの高い物体のてっぺんを45度以上の角度で見上げ、その物体から4m以上離れたところに退避します。

高い木の近くは危険！木の全ての幹、枝、葉から2m以上離れてください。姿勢を低くして、持ち物は体より高く突き出さないようにしましょう。



資料：気象庁



水害・土砂災害・暴風など複数の災害を伴います

台風への備え

過去の主な被害

1991年9月28日 台風19号(りんご台風)

黒石市で最大瞬間風速62m/sを観測。
死者5名、重軽傷者15名、家屋被害5,720棟



“りんご台風”により収穫前のりんごが落ちた市内の園地
写真提供:弘前市

2013年9月16日 台風18号

弘前市観測地点(和田町)で雨の降り始めからの総雨量202.5mmを観測。大川・三世寺・上中畑地区を中心に住家188棟が床上・床下浸水。がけ崩れにより西茂森・乳井地区の一部に避難勧告・避難指示を発令しました。



西茂森地区:がけ崩れが発生し、住民に避難指示が出された
写真提供:弘前市

東北地方への台風接近数(2012~2016年)

台風の発生・接近は9月がピークですが、その年によってばらつきがみられます。
2016年は8月に4つの台風が接近。岩手県や北海道に大きな被害が出ました。

	6月	7月	8月	9月	10月	年間
2012年	1	0	0	1	1	2※
2013年	0	0	0	1	2	3
2014年	0	1	1	0	2	4
2015年	0	0	0	0	0	0
2016年	0	0	4	0	0	4

※接近は2ヶ月にまたがる場合があり、各月の接近数と年間の接近数は必ずしも一致しません。

資料:気象庁

台風接近前の備え

大雨による水害・土砂災害、暴風竜巻など、想定される災害全てへの備えを!

Check 5~12ページ



台風が接近したら

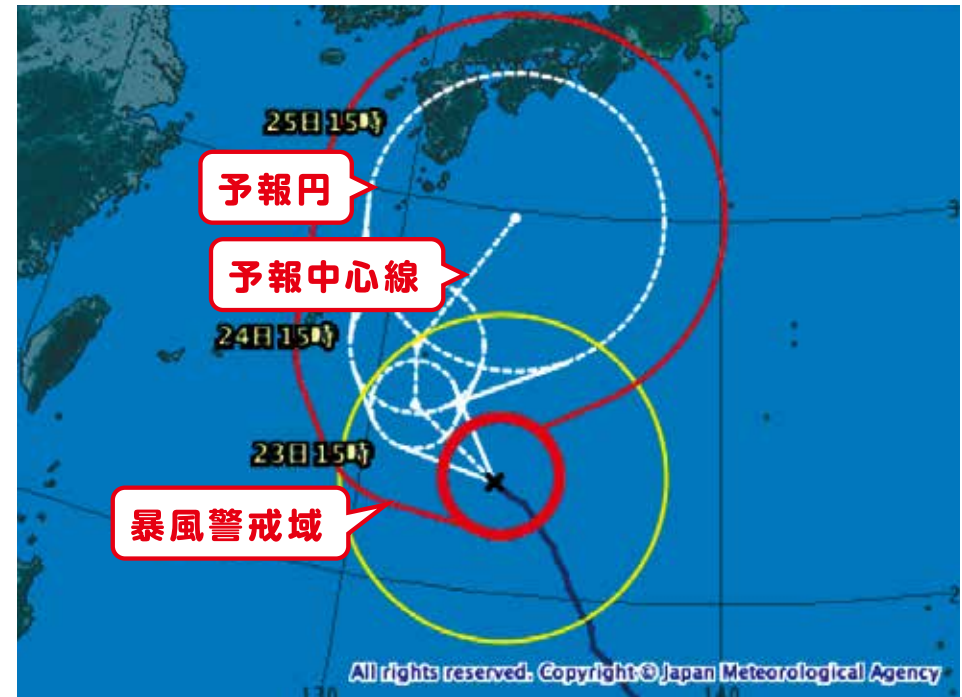
- ✓ 避難は早めに
不要不急の外出は避ける
- ✓ 大雨を伴う場合は、建物の2階以上に移動する(垂直避難)

Check

最新の台風情報入手しよう

気象庁は台風情報を3時間ごと、日本列島に接近しているときは1時間ごとに発表しています。常に最新の情報を入手し、早めの備えを心がけましょう。

台風進路予想図の見方



予報円 (白い点線/円)

「予報円」は、台風が到達すると予想される範囲を示しています。円内に入る確率は70%です。

予報中心線 (白い点線/直線)

「予報中心線」は、予報円の中でも台風の進む可能性が高いコースを示しています。

暴風警戒域 (赤い実線範囲内)

「暴風警戒域」は、台風が予報円に入った場合、暴風域(風速25m/s以上)に入る恐れのある範囲です。

Check

台風情報はここでチェック!

気象庁台風情報

<http://www.jma.go.jp/jp/typh>

お住まいの地域が「暴風警戒域」に入ったら
早急に暴風への備えを始めてください。

※暴風域(風速25m/s以上)の被害は

Check 9ページ

POINT

台風の進路予報がより正確になりました!

気象庁は2017年1月から、台風の進路予報に使っているスーパーコンピュータを改良し、進路を予報する精度がアップしました。これまで予測できなかった進路も、より正確に捉えることができます。

台風の進路予報は、発表するごとに刻々と変化します。台風との距離が遠くても、定期的に情報を手に入れる習慣をつけましょう。





岩木山に、県内の火山で初めて噴火警戒レベルが設定されました

火山噴火への備え

岩木山の噴火警戒レベル (平成28年7月運用開始)

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5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、登山客等のとるべき防災行動がひと目でわかるキーワードを設定しています。

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	想定される現象など
特別警戒	噴火警戒報(居住地域)	居住地域及びそれより火口側	5	避難	居住地域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。	●融雪型火山泥流または火砕流・火砕サージが発生、あるいは切迫している。 ●噴火の規模や位置が特定できない場合に、融雪型火山泥流または火砕流・火砕サージの可能性がある。
			4	避難準備	居住地域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準備等が必要。要配慮者及び特定地域の避難等が必要。	●融雪型火山泥流または火砕流・火砕サージを伴う噴火が予想される。
警戒	噴火警戒報(火口周辺)	火口から居住地域近くまで	3	入山規制	居住地域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。火口から居住地域近くまでの範囲への立入規制等。状況に応じて要配慮者の避難準備、特定地域の避難等が必要。	●マグマ噴火の発生が予想される。 ●融雪型火山泥流及び火砕流・火砕サージが予想されない噴火の発生。 過去事例 江戸時代の噴火(1600年、1618年、1782年冬～83年春、1845年、1863年)
		火口周辺	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。火口周辺への立入規制等。状況に応じて特定地域の避難準備等が必要。	●水蒸気噴火の発生が予想される。 過去事例 1978年の活動:赤倉沢で噴気活発化
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への立入規制等。	●火口内での少量の噴気・火山ガス等の発生

※特定地域とは、警戒範囲に隣接している常盤野町会を指します。噴石、火砕流、火砕サージ、融雪型火山泥流で避難道路などが通行不能となる恐れがある区域では、早期避難等が必要です。

※火口とは、岩木山火山噴火緊急減災対策砂防計画で想定された火口をいいます。

※気象庁資料より抜粋

噴火警戒レベル別 弘前市内の警戒地区と防災対応

(2016年2月 岩木山火山防災協議会資料より)

警戒地区にお住まいの方は、噴火警戒レベルに応じて避難する必要があります。チェックしましょう。

レベル	警戒地区	防災対応	避難所
5	岩木地区、東目屋地区、裾野地区、船沢地区 ※積雪時、融雪型火山泥流が発生すると予想される場合は、相馬地区、高杉地区、新和地区、藤代地区も含む	避難指示(緊急)	警戒範囲外の指定避難所・指定緊急避難場所
4		避難準備 高齢者等避難開始	Check 29～31ページ
3	岩木地区(常盤野町会)	避難指示(緊急)	岩木B&G海洋センター
2		避難準備 高齢者等避難開始	
1	—	—	—

災害につながる主な火山現象

火砕流

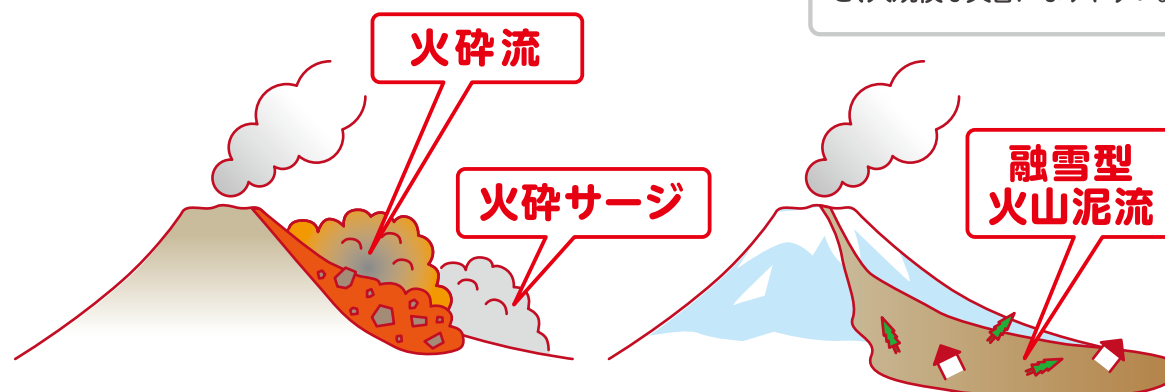
高温の火山灰や岩塊、空気や水蒸気が一体となって急速に山を下る現象。時速は100キロを超えることもあり、通過した範囲は焼失、埋没する。

火砕サージ

火山灰と火山ガスの混合物が一体として急速に山を下る現象。火砕流よりスピードが速く、逃げることは不可能。

融雪型火山泥流

山に積雪がある時期、噴火による火砕流等の熱で斜面の雪が融かされ、大量の水が周辺の土砂や岩石を巻き込みながら高速で流れ下る現象。河川を伝って家屋を破壊するなど、大規模な災害になりやすい。



Check 噴火情報はこれでチェック!

岩木山火山防災協議会

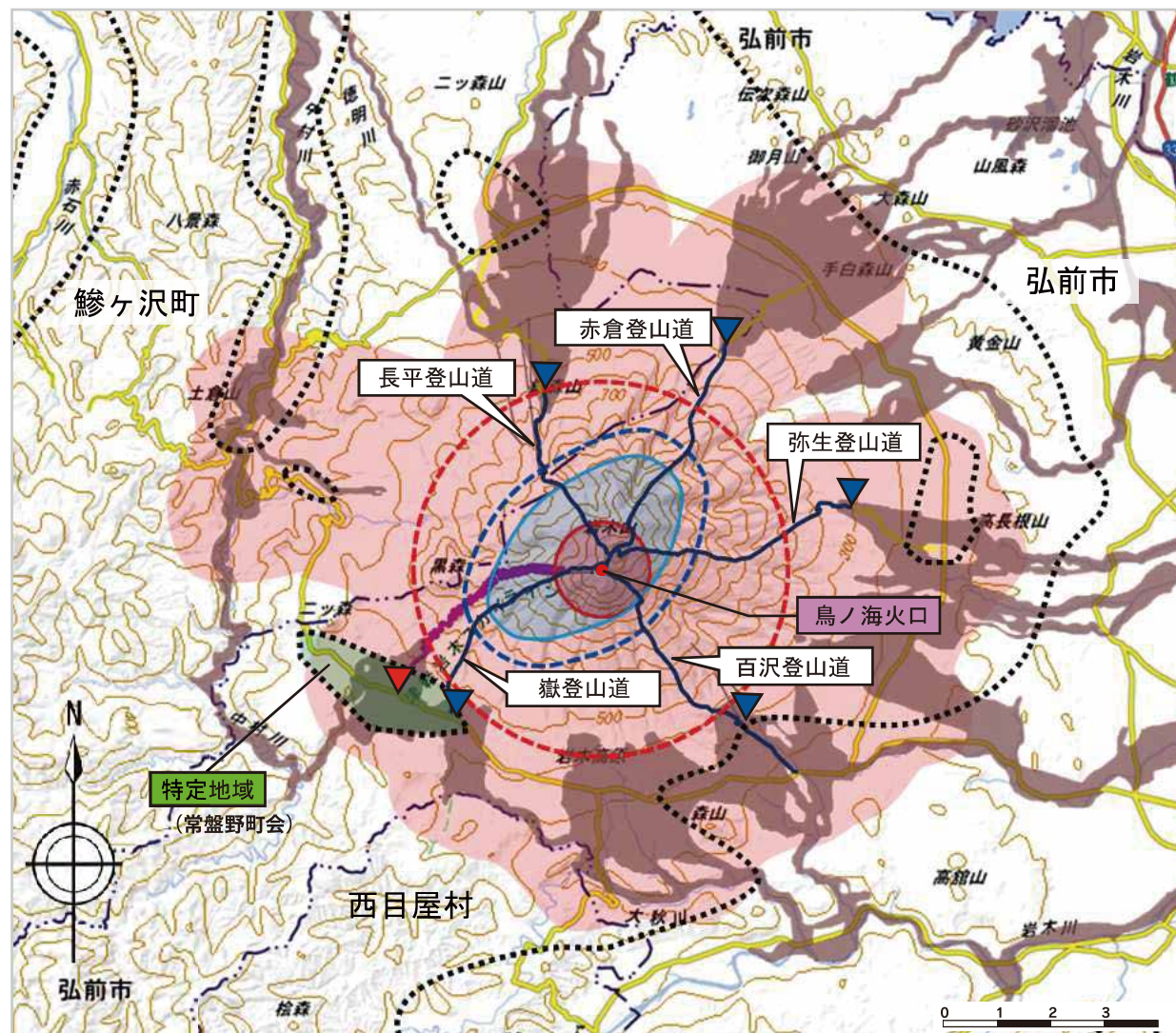
<http://www.bousai.pref.aomori.jp/DisasterFireDivision/council/iwakiAgreement/index.html>



岩木山は県内の火山で初めて、噴火警戒レベルが設定されました

火山噴火への備え

噴火警戒レベルに対応した警戒範囲



- 水蒸気噴火の想定火口
- 水蒸気噴火時の大きな噴石の警戒範囲 (レベル2: 想定火口から約500m)
- 火砕流・火砕サージの警戒範囲 (レベル4・5)
- レベル2以上の時の登山道の規制位置
- 居住地域との境界
- マグマ噴火の想定火口
- マグマ噴火時の大きな噴石の警戒範囲 (レベル3: 鳥ノ海火口から約3.5km)
- 融雪型火山泥流の警戒範囲 (レベル4・5)
- レベル2以上の時の津軽岩木スカイラインの規制位置
- 登山道



地図は気象庁資料より引用

火山噴火への備え

火山のそばに住んでいる人は

避難場所・家族との連絡手段の確認、火山性地震に備えた家具の補強などをしてしましょう。



火山から離れた場所に住んでいる人は

火山灰被害に備えましょう (食料備蓄、ゴーグルやマスクの準備など)



噴火が始まったら

- 安全な場所に避難しましょう (市からの避難勧告・指示に従う)
- 行政機関や報道機関が発表する正確な情報を入手しましょう
- 登山中に遭遇したら岩陰や山小屋に避難
- ヘルメットとゴーグルやマスクを着用しましょう



火山情報をチェック!

火山活動に変化があった場合は、気象庁からテレビ・ラジオ等を通して発表されます。

噴火警報

Check 15ページ

噴火警戒レベル(1~5)に変化があった場合に発表されます。発表された警戒レベルに応じて、警戒範囲や避難行動を確認して下さい。



噴火速報

噴火が発生すると、テレビ・ラジオ等から速報として発表されます。登山中に見聞きしたら、下山する、避難小屋に退避するなど、身を守る行動をして下さい。火山のそばに住んでいる人は、周囲の状況を確認しながら避難を始めて下さい。

Check 岩木山の活動状況は気象庁のホームページで確認できます

火山活動の状況 (岩木山)

http://www.data.jma.go.jp/svd/vois/data/tokyo/STOCK/activity_info/202.html



ちょっとした不注意が人の命や財産を奪います

火災への備え

大規模火災につながる林野火災



2014年 大鰐町(おおわにまち)

人命・財産を一瞬で奪う建物火災



2016年 岩木地区

雪の多い時期は 消火作業が難航する



2017年 東目屋地区

火災になりやすい時期は？

暖房を多く使用する冬期より、4月・5月の件数が多い傾向にあります。
4月・5月は年間でも湿度が低く雨が少ないため、火災発生の条件がそろっています。

弘前市内月別火災発生状況

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
2015年	6	3	3	15	5	4
2016年	5	2	3	6	7	3

	7月	8月	9月	10月	11月	12月
2015年	6	5	3	2	2	2
2016年	2	5	4	4	1	6

弘前市 火災原因ランキング

1位の「たき火」をはじめ、多くの火災は未然に防ぐことができます。

2015年	1位	たき火	2位	電灯・電話等の配線	3位	放火
2016年	1位	たき火	2位	たばこ	3位	石油ストーブ

※2016年は速報値

弘前地区消防事務組合調べ

火災を防ぐために 住宅火災 いのちを守る7つのポイント

3つの習慣

- ☑ 寝たばこは絶対やめる
- ☑ ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ☑ ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消す

4つの対策

- ☑ 逃げ遅れを防ぐために住宅用火災警報器を設置する
- ☑ 寝具・衣類及びカーテンからの火災を防ぐために防災品を使用する
- ☑ 火災を小さいうちに消すために住宅用消火器等を設置する
- ☑ お年寄りや身体の不自由な人を守るために隣近所の協力体制をつくる



必ず守ろう！たき火をする際の注意

野焼き・たき火は、田畑など広範囲を焼き尽くす火災につながります。



必ず守ろう！たき火をする際の注意

周囲に燃えやすいものがない場所で行う



乾燥注意報が出ている時や、風の強いときはやめる



水の入ったバケツ、消火器など、消火の準備をし、火を消すまでその場を離れない



火が燃え広がったら、ためらわずに119番通報！

Check

消火活動への協力も重要です

消防車両が近づいたら？消火作業現場に遭遇したら？

- 運転中に消防車両が近づいたら、交差点を避け、道路の左側に寄って一時停止します。（一方通行で左側に寄ると通行の妨げになる場合は、右側に寄って一時停止します）
- 火災現場付近では、多くの消防車両が消火作業をしています。現場の指示・誘導に従い、作業の妨げにならないようにしましょう。



火災現場付近の道路は作業中通行止めになることがあります

POINT

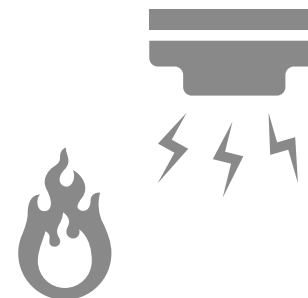
つけてますか？住宅用火災警報器

設置は法令で義務づけられています。

就寝中や仕切られた部屋の中では、火災に気づくのが遅れてしまいます。住宅用火災警報器は、火災により発生する煙や熱をいち早くキャッチし、音や音声で火災の発生を知らせることで、逃げ遅れを防ぎます。

消防法令により、警報器は、基本的に寝室に設置することが必要です。寝室が2階以上にある場合は、寝室のある階の階段上部にも設置が必要です。

設置方法は、警報器本体を天井や壁にネジ等でつけるだけと簡単。お近くのホームセンターや電器店、ガス事業者から購入できます。



問 弘前地区消防事務組合

0172-32-5104

過去の主な被害

1983年5月26日
日本海中部地震

マグニチュード7.7
弘前市の被害：ケガ人1名、住家被害62棟



写真提供：弘前市

弘前市震度5
(弘前大学地震計)

2011年3月11日
東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)

マグニチュード9.0
弘前市の被害：ケガ人15名、全域で停電発生



※写真は岩手県の被害の様子

Photo by ECOCCO PROJECT

青森県で想定される最大規模の地震・津波被害想定(2016年9月更新)

青森県は地震の震源別に被害想定をまとめました。以下は弘前市の被害想定です。

	太平洋側海溝型地震	日本海側海溝型地震
マグニチュード	9.0	7.7～7.9
最大震度	6弱	6弱
死者数	40名	5名未満
負傷者数	1,600名	470名
建物全壊	1,200棟	1,800棟
避難者数	4,200名	4,100名
停電戸数	70,000戸	16,000戸

※人的被害、建物被害および避難者数は、最も被害が大きくなる「冬の深夜」を想定しています。

被害を減らすには、普段からの備えと発生した時の行動が重要です！

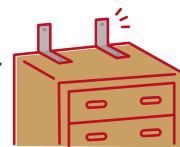
発生前の備え

家具の固定

室内に潜む危険ポイントは早めに対策をし、被害を未然に防ぎましょう。

L字金具

家具と壁を固定し
転倒を防ぎます



つり下げ式 照明器具の補強

チェーンなどで止めて落下を
防ぎましょう

ポール式金具

ねじ止めをせず天井
と家具を固定します



ガラスの 飛散防止フィルム

ガラスが割れてもガラ
ス片の飛散を防ぎます。



防災カーテン

万一火災が発生しても
延焼を防ぎます



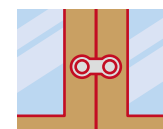
ストッパー式器具

家具の下に挟み込み、重心を後に移動させる
ことで家具が前に倒れにくくなります



開き扉ストッパー

地震の揺れによる扉の開放を
防止し、戸棚の中にある食器
類の飛び出しを防ぎます



非常時の連絡先と避難経路を家族で確認

●家族が離ればなれで被災した場合は、安否確認が必要です。

●被災地では携帯電話やメールがつながりにくくなりますので、NTTの「災害用伝言ダイヤル171」や「災害用伝言板」などの活用方法を知っておきましょう。

Check 37ページ

●自宅から避難所までは実際に歩いて、所要時間や安全なルートをチェック！



備蓄品・非常持出品の準備

Check 33～34ページ

- 備蓄品は最低3日分の水と食料品が目安。定期的にチェック。
- 非常持出品は避難生活に必要な物を。リュック系がベスト。
- 玄関や寝室など、すぐに持ち出せるところに置きましょう。





グラツきたら身を守れ！

地震への備え



グラツきたら？

自宅では

- ☑ 頭を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難する
- ☑ 慌てて外に飛び出さない
- ☑ 無理に火を消そうとしない



屋外では

- ☑ ブロック塀や自動販売機などから離れる
- ☑ 看板や割れたガラスの落下に注意
- ☑ 丈夫なビルの中に避難する
- ☑ 崖の近くでは落石やがけ崩れに注意



車の運転中は

- ☑ 急ブレーキはかけず、緩やかに速度を落とす
- ☑ ハザードランプを点灯し、周りの車に注意を促す



揺れがおさまったら

- ☑ 火の始末をする（揺れている時はやけどの恐れがあります）
- ☑ ドアを開けて出口を確保する
- ☑ ラジオなどで情報収集をする
- ☑ 避難するときは電気のブレーカーを下げる（復旧した時の火災を防ぐため）

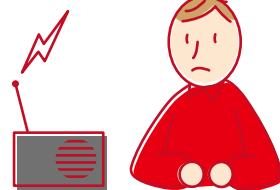


Check

緊急地震速報を見聞きしたら？

緊急地震速報は、気象庁が震度4以上の地震が予想される地域に対して発表します。テレビ・ラジオ・携帯電話・防災行政無線等で情報を入手できます。見聞きしたら、1分程度は安全な場所で身を守りましょう。

※震源に近い場所では、速報より早く揺れが始まる場合もあります。



見聞きしたら、すぐに身を守る行動を！ 突然起きても慌てずに！



突然発生しても慌てないように万全の備えを

停電への備え

過去の主な被害

1991年9月28日 台風19号

市内67,400戸停電 / 4日後ほぼ全面復旧

2011年3月11日 東日本大震災

市内ほぼ全域で停電 / 翌日全面復旧

2015年10月23日 電力施設トラブル

市内・西目屋村11,123戸停電 / 約1時間30分後復旧



2015年10月の停電では、西バイパスを中心に幹線道路の信号機が消えた

このほか、落雷・火災・大雪・交通事故など、様々な要因で発生します。

発生前の備え

懐中電灯、携帯ラジオ、乾電池、携帯・スマートフォン充電器、カセットコンロの準備

場所の確認だけでなく、年に2回は各機器の動作確認をしましょう。寒い時期の停電に備えて、反射式ストーブのチェックも！

日持ちする食料の用意

停電時でも自宅で数日間過ごせるよう、インスタント麺やレトルト食品など、普段食べているもので賞味期限の長い食料を多めにストックしましょう。定期的な入れ替えも忘れずに。



冷凍庫に保冷剤を

普段から冷凍庫に保冷剤を入れておくと、停電時に冷蔵庫内の温度上昇を抑えられます。

ブレーカーの位置をチェック！

ブレーカーが原因で停電することがあります。すぐに復旧できるよう操作方法を確認しましょう。

車の給油はゆとりをもって

東日本大震災のような大規模停電が発生すると、ガソリンの調達が難しくなります。車のガソリンは、目盛りが半分を切ったら給油する習慣をつけましょう。

パソコンはバックアップを

パソコンの使用中に停電が起きると、まれに復旧しないことがあります。定期的にバックアップをとるなどの対策をしましょう。





突然発生しても慌てないように万全の備えを

停電への備え

停電が発生したら？

☑ 熱を発する電化製品のコンセントを抜きましょう

電気ストーブ、アイロン、ドライヤーなどの電熱器具は、電気が復旧した時に火災の原因となります。



☑ 携帯ラジオをつけましょう

停電するとテレビやパソコンなどの情報家電が使えなくなり、スマートフォン等もアクセスが集中すると、情報入手が困難です。
携帯ラジオをつけて、停電の状況や生活情報を入手しましょう。



☑ 灯りをつけましょう

夜間の停電は周りが見えず、移動するとケガの原因になります。
懐中電灯をつけて、周囲と家族の状況を確認しましょう。
スマートフォンのライトも有効です。ただし、ろうそくを使用する際は、火災に十分ご注意ください。

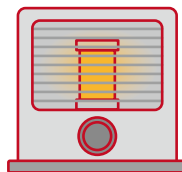


☑ ブレーカーが落ちていないか確認しましょう

外を見て、近所が停電していない場合は、ブレーカーが落ちている可能性があります。
その場合は復旧操作を試みましょう。

☑ 反射式ストーブ、発電機による一酸化炭素中毒に注意！

反射式ストーブを使用する際は、こまめに換気をしましょう。発電機は一酸化炭素を多く排出するため、屋内での使用は絶対にやめましょう。



☑ 避難するときはブレーカーを下げましょう

避難所などへ避難する場合は、ブレーカーを下げて復旧したときの火災を防ぎましょう。

停電時に便利！ガスコンロでのご飯の炊き方

- 鍋にといだお米をいれ、水を入れて蓋をし、30分～1時間浸します。
水量はお米の1.2～1.4倍程度
- コンロにセットし、中火で炊飯を開始して沸騰させます。
- 沸騰したら弱火にして10分～15分、蒸気が出なくなったら消火します。
- 消火後、約10分間そのまま蒸らせば出来上がりです。

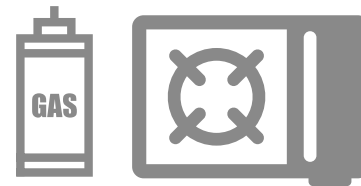


Check

ライフスタイルで変わる！停電の備え「プラスワン」

オール電化住宅では

IH調理器での調理ができなくなります。
停電時の調理用にカセットコンロの準備を！ガスボンベのストックもお忘れなく。年に一度は鍋物をするなど、コンロの動作確認をしましょう。



マンション等 貯水タンクのある高層住宅では

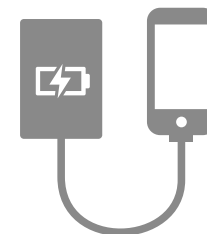
停電と同時に断水も発生します。ミネラルウォーターを多めに備える、トイレ用に風呂水を貯めておくなどの断水対策が必要です。



バケツがあると近隣宅や公園などから水を調達する時に便利です。

スマートフォン・ タブレットを使っている方は

情報収集や連絡手段として活躍するICT機器ですが、バッテリーの消耗が早いのが欠点です。特に通常よりも使用頻度が高くなる停電時、充電器は必須アイテム！
乾電池式やソーラー式など、様々な機種が売られています。旅行用にも重宝するため、1台あると便利です。



主に固定電話を使っている方は

固定電話には、停電時に使える機種と使えない機種があります。また、インターネット回線を使用したIP電話は、停電時は使えません。説明書を確認しましょう。
停電時に使えない場合は、自宅近くにある公衆電話の場所を確認しましょう。



日産リーフは「LEAF to Home」で家庭の蓄電池に。

- 約2日分の電力を蓄電で、非常時にも対応
- 高出力で主要家電を一度に使用可能



日産サテオ弘前

弘前店 0172-28-2332
神田店 0172-34-2332
五所川原店 0173-35-2332
岩木店 0172-82-3223

弘前日産自動車

弘前東店 0172-27-5121
城北大橋店 0172-38-2301
五所川原・柏店 0173-35-2517

主な雪害と対策

大雪

交通障害 除雪時の事故

冬型の気圧配置が続くと、津軽地方では雪が降り続き、大雪となることがあります。注意報・警報に加えて気象台からの降雪量予報を確認し、除雪作業や交通の乱れを考慮した早めの行動を心がけましょう。



暴風雪(ホワイトアウト)

交通障害 飛来物によるけが・破損・停電

低気圧が発達すると、雪が暴風を伴って降ることがあります。気象情報を確認し、飛ばされそうなものは建物の中へ。警報が出たら、不要な外出は控えましょう。



着雪・雪の重みによる被害

交通障害 建物被害 樹木の倒壊・停電

積もった雪は、その後の気温変化によって重くなり、建物などにダメージを与えます。定期的な除雪・雪下ろしで未然に防ぎましょう。停電時の対策も忘れずに。



なだれ・落雪

人的被害 建物被害

真冬の大雪(表層なだれ)、春先に気温が上昇した時(全層なだれ)に発生しやすく、屋根からの落雪もほぼ同じ条件で発生します。気象情報(なだれ注意報)に注意しましょう。山の尾根や屋根からの雪の張り出し(雪庇)は落下が近いサインです。近づかないようにしましょう。



除雪のマナー

弘前市による道路の除排雪がスムーズ行われるように、次のことを守りましょう。

- 路上駐車は、除雪の支障となりますのでやめましょう。
- 除雪後の戸口や歩道の雪は路上に戻さず道路脇に積み上げておきましょう。
- 敷地内の雪は、道路に出さず各自で片付けましょう。
- 屋根雪の道路への落雪は、交通や人命にかかわることがあります。道路に落雪する危険性のある屋根雪は落下防止や雪下ろしなどの対応を。
- 雪を用水路や排水路へ捨てると、水が溢れて道路冠水、住宅浸水の危険があります。消流雪溝や雪置き場を活用しましょう。

弘前市内の雪置き場

搬入時期

12月下旬～2月末日(予定)

- 樋の口雪置き場
(西バイパス岩木橋近く)
- 悪戸雪置き場
(西バイパス悪戸丁字路近く)
- 堀越雪置き場
(国道7号バイパス沿い)
- 紙漉沢雪置き場
(相馬中学校となり)



搬入する雪は、ゴミなど異物が混入しないよう注意しましょう。

消流雪溝について

問 弘前市役所 道路維持課 0172-32-8555

市内には、雪を捨てるための消流雪溝が整備されています。ルールやマナーを守り、事故のないように十分注意して作業しましょう。



事前の備えで除雪作業中の事故は防げる!

雪の多い年は事故が多く、そのほとんどが雪下ろし・除雪作業中に発生しています。

弘前市の雪害事故推移(2012年～2017年) ※2016-2017年は2017年2月17日現在の数字です。

	死者数	負傷者数	最深積雪(cm)	降雪量(cm)
2012 - 2013年	3	32	153	770
2013 - 2014年	1	13	84	635
2014 - 2015年	0	15	140	675
2015 - 2016年	0	4	72	390
2016 - 2017年※	1	9	85	492

弘前地区消防事務組合調べ

Check 除雪作業の安全ポイント



資料:国土交通省

雪下ろし用命綱の貸し出し

問 弘前消防署 0172-32-5199

弘前市は市民に安全に作業を行ってもらうよう、命綱等の貸出をしています。命綱は、屋根の雪止め用金具や立ち木など、強度のあるものに結んで作業しましょう。

※貸出数には限りがあるので、事前に問い合わせをしましょう。

貸出用品 命綱30メートル、安全帯、ヘルメット

貸出場所 弘前消防署、東消防署、西分署、西北分署

動画サイト「アップルストリーム」では、命綱の結び方、安全帯の使い方などを詳しく説明しています。作業する前に動画でチェックしましょう!



弘前ライブニュース
アップルストリーム
Hiroaki Live News applestream.jp

「実践! 雪下ろし用具の使い方」
<http://applestream.jp/android/7868>





自宅・職場から近い避難所をチェック！ルートも確認

災害時の指定避難所

弘前市は、災害時に被災者が一定期間滞在(寝泊まり)できる施設として、小学校区ごとに指定避難所を指定しています。いざという時に避難できるよう、近くの避難所とルートを確認しておきましょう。

ただし、周囲の状況から移動することがかえって危険と思われる場合は、近くのより安全な場所、より安全な建物等へ避難して下さい。

さらに避難することが危険な場合は、屋内のより安全な場所へと移動して下さい。

※補完施設：大規模災害で避難者が多く、指定避難所だけでは足りなくなった場合に避難所の代わりになる施設です。

※浸水(火山)時避難不可：災害によっては避難所として利用できません。他の避難所への避難が必要です。

小学校区別 指定避難所一覧(2017年4月1日現在)

学区	施設名	住所	備考
裾野	裾野小学校	弘前市十面沢字轡293	
	裾野中学校	弘前市十面沢字湯ヶ森40	
	裾野地区体育文化交流センター	弘前市十面沢字轡8-9	
自得	自得小学校	弘前市鬼沢字菖蒲沢109-4	
小友	小友小学校	弘前市小友字宇田野1140	浸水時は避難不可
三和	三和小学校	弘前市三和字川合251-2	
新和	新和小学校	弘前市青女子字桜苅292-4	浸水時は避難不可
	新和中学校	弘前市種市字小島57-2	浸水時は避難不可
	新和地区体育文化交流センター	弘前市種市字木幡387	浸水時は避難不可
高杉	高杉小学校	弘前市高杉字神原7-1	
	北辰中学校	弘前市高杉字五反田191	
	北辰学区高杉ふれあいセンター	弘前市独狐字山辺72-1	
船沢	船沢小学校	弘前市細越字早稲田42	
	船沢中学校	弘前市富栄字浅井名1	
三省	三省小学校	弘前市中崎字野脇142-2	浸水時は避難不可
致遠	致遠小学校	弘前市浜の町北1丁目7-1	
	町田地区ふれあいセンター	弘前市町田1丁目4-1	
	河西体育センター	弘前市石渡1丁目19-1	
	すぱーく弘前	弘前市石渡1丁目19-2	補完施設
城東	城東小学校	弘前市大久保字西田105-40	浸水時は避難不可
福村	福村小学校	弘前市福村1丁目1-1	
	プリンセス・コート	弘前市早稲田4丁目1-3	補完施設
豊田	豊田小学校	弘前市豊田1丁目4-1	
	第五中学校	弘前市川先2丁目4-1	
	克雪トレーニングセンター	弘前市豊田2丁目3-1	
	サンライフ弘前	弘前市豊田1丁目8-1	補完施設

学区	施設名	住所	備考
豊田	青森県武道館	弘前市豊田2丁目3-1	補完施設
	弘前医療福祉大学	弘前市小比内3丁目18-1	補完施設
	弘前東高等学校	弘前市川先4丁目4-1	補完施設
堀越	堀越小学校	弘前市門外1丁目3-3	
	堀越公民館	弘前市門外2丁目3-11	
	泉野多目的コミュニティ施設	弘前市泉野3丁目6-2	
文京	文京小学校	弘前市中野1丁目1-1	
	第三中学校	弘前市豊原1丁目3-3	
	弘前実業高校	弘前市中野3丁目6-10	
	弘前大学第一・第二体育館	弘前市文京町1	補完施設
松原	松原小学校	弘前市松原東2丁目17	
	弘前大学教育学部附属小学校 屋内運動場	弘前市学園町1-1	補完施設
千年	千年小学校	弘前市小栗山字川合119-7	
	南中学校	弘前市原ヶ平字山中20-13	
	千年交流センター	弘前市原ヶ平5丁目1-13	
	千年公民館	弘前市小栗山字川合115-1	
大和沢	大和沢小学校	弘前市狼森字天王12-1	
小沢	小沢小学校	弘前市大開2丁目5-1	
	弘前南高校	弘前市大開4丁目1-1	
	清水公民館	弘前市小沢字御笠見46-10	
青柳	清水交流センター	弘前市大開2丁目1-2	
	青柳小学校	弘前市悪戸字村元7-2	
東目屋	東目屋ふれあいセンター	弘前市中野字中豊田20	
	和徳小学校	弘前市代官町107-3	
和徳	第一中学校	弘前市和徳町363-13	
	ラグリー	弘前市野田1丁目4-1	補完施設
	フォルトーナ	弘前市和徳町140	補完施設
東	東小学校	弘前市城東中央5丁目6-1	
	東中学校	弘前市末広3丁目2-1	
	総合学習センター	弘前市末広4丁目10-1	
	SAPPA-Do	弘前市高田4丁目3-4	補完施設



公益セレモニホール 弘前市南城西 TEL 38-1111



公益セレモニホール 藤崎 藤崎町藤崎村井17-1 TEL89-7233



公益アーバンホール 弘前市松森町 TEL 31-8182



公益フォレストホール 弘前市泉野 TEL 89-2171



弘前市松森町16 0172-34-5180



公益デリーホール 弘前市城東北 TEL 29-2777

ここにしかない、ご葬儀。
大切にしたい想いのカタチ。
これからも「こころ」と「こころ」を紡ぎ続けて
株式会社 弘前公益社



自宅・職場から近い避難所をチェック！ルートも確認 災害時の指定避難所

学区	施設名	住所	備考
時敏	時敏小学校	弘前市宮園1丁目5-1	
	弘前中央高校	弘前市蔵主町7-1	
	弘前市立観光館	弘前市下白銀町2-1	
	弘前B&G海洋センター	弘前市八幡町1丁目9-1	
	弘前文化センター	弘前市下白銀町19-4	
	弘前市民会館	弘前市下白銀町1-6	補完施設
北	北小学校	弘前市青山3丁目15-1	浸水時は避難不可
城西	城西小学校	弘前市新町236-1	浸水時は避難不可
	第二中学校	弘前市平岡町72	
	弘前市民体育館	弘前市五十石町7	
西	西小学校	弘前市茜町3丁目2-1	
大成	大成小学校	弘前市御幸町13-1	
	東北女子短期大学	弘前市上瓦ケ町25	補完施設
三大	第三大成小学校	弘前市富田町47	
	東北女子大学	弘前市清原1丁目1-16	補完施設
朝陽	朝陽小学校	弘前市在府町36	
	弘前市役所	弘前市上白銀町1-1	
桔梗野	桔梗野小学校	弘前市桔梗野2丁目21	
	第四中学校	弘前市樹木5丁目2-6	
	弘前高校	弘前市新寺町1-1	
石川	石川小学校	弘前市石川字庄司川添19-1	
	石川中学校	弘前市石川字庄司川添19-1	
	東奥義塾高等学校	弘前市石川長者森61-1	補完施設
岩木	岩木小学校	弘前市五代字前田451	
	津軽中学校	弘前市五代字早稲田478	
	中央公民館岩木館	弘前市賀田1丁目18-3	
	岩木B&G海洋センター	弘前市兼平猿沢32-11	
	岩木文化センター「あそべる」	弘前市賀田1丁目18-4	
	岩木総合支所	弘前市賀田1丁目1-1	
百沢	岩木B&G海洋センター	弘前市兼平猿沢32-11	
常盤野	岩木青少年スポーツセンター	弘前市常盤野字湯段菰1-2	火山時は避難不可
相馬	相馬小学校	弘前市黒滝字二ノ松本2-4	
	相馬中学校	弘前市紙漉沢字山越48	
	相馬総合支所	弘前市五所字野沢41-1	
	相馬ふれあい館	弘前市相馬字八反田25	
	長慶閣	弘前市五所字野沢44-3	補完施設

Check 弘前市ではこのほか、危険が迫ったときに一時的に避難する「指定緊急避難場所」を災害の種類別に細かく指定しています。

弘前市ホームページ「災害避難所」

検索

問 弘前市防災安全課防災担当 0172-40-7107



慣れない集団生活では「助け合い」の心を忘れずに 避難所での注意点

みんなで協力しましょう

避難所では多くの被災者が集まるため、慣れない集団生活によるストレスで体調を崩す人もいます。みんなで協力し合い、快適に過ごせるよう心がけましょう。



トイレはマナーを守って

避難所のトイレは多くの人が利用します。施設が指示した方法を守り、きれいに使いましょう。



ルールと役割分担を決めましょう

集団生活では、ルール作りが大切です。避難者全員で話し合い、食事作りや掃除などの役割分担をしましょう。少数に負担をかけず、なるべく多くの人が交代で行いましょう。



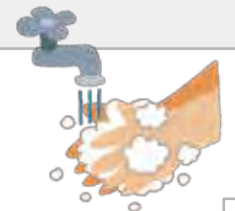
物資の配給

状況によっては、一人分の食料や物資を分け合う場合もあります。われ先にと焦らずに自分の順番を待ちましょう。お年寄りなどへの配慮も忘れずに。



環境変化による体調管理に注意

屋内の避難所でも十分に暖がとれるとは限りません。毛布や衣類調節で体調を整えましょう。また集団生活では感染症・食中毒のリスクが高まります。手洗いなどの対策はしっかりと。



エコノミー症候群を防ぎましょう

避難所で長時間同じ姿勢をしていると、エコノミークラス症候群を引き起こす恐れがあります。2～3時間に1回程度体を動かしてこまめに水分をとりましょう。



水害

土砂災害

暴風

竜巻・雷

台風

火山

火災

地震

停電

雪害



非常持出品リスト

急に避難が必要になった場合に備えて、日頃から非常持出品を準備し、すぐに持ち出せるようにリュックなどにまとめておきましょう。

食料・飲料水

- | | |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水（1人1日3リットルが目安） | <input type="checkbox"/> 保存食（乾パン、缶詰など） |
| <input type="checkbox"/> 主食類（レトルト食品、ラーメンなど） | <input type="checkbox"/> 携帯食（お菓子、栄養補助食品など） |
| <input type="checkbox"/> 調味料（塩、しょうゆなど） | <input type="checkbox"/> 紙製の食器、コップ、ナイフ、割ばしなど |

日用品

- ☐ 安全装備（懐中電灯、軍手、ヘルメット又は帽子）
- ☐ 情報収集（ラジオ、携帯充電器、乾電池）
- ☐ 生活用品（下着などの衣類、雨具、スリッパ、ろうそく）
- ☐ 汎用備品（タオル、ビニール袋やゴミ袋、マッチやライター、ガムテープ）
- ☐ 衛生用品（救急箱、マスク、ティッシュ、ウエットティッシュ、トイレトペーパー、簡易トイレ）

その他（各自の必需品を入れてカスタマイズ）

- ☐ 普段から飲んでいる薬（お薬手帳や処方箋のコピーも）
- ☐ 予備のメガネや老眼鏡
- ☐ 生理用品、子供やお年寄り用紙おむつ、粉ミルクなど
- ☐ 運転免許証、健康保険証など重要書類のコピー

👍 入れ替えを忘れずに！季節で変わる持出品

夏季

- ☐ 速乾性下着・タオル
- ☐ スポーツドリンク、経口補水液（脱水症状に備える）
- ☐ からだ拭きシート、ボディタオル（入浴できない時に便利）

冬季

- ☐ 携帯用カイロ
- ☐ 防寒具（上着のほか、保温性の高い下着も用意）
- ☐ 毛布、アルミ製保温シート

非常品をまとめたら、重さをチェック

実際に背負って、非常時に移動できるかどうかを事前に確認しておきましょう。



備えて便利な日用品

普段使っている日用品も、使い方しだいで防災グッズに早変わりします。非常持出袋の中に入れておくと、いざという時に役立ちます。

ラップ・アルミ箔

- 食器にかぶせて洗い物を減らそう
- 体に巻き付けて、防寒対策に
- インスタント灰皿に

ゴミ袋・レジ袋

- 袋に穴をあけて雨具の代わりに
- 袋を切ってタオルを敷けば、赤ちゃん用のおむつにも
- 段ボールに入れて、簡易トイレに

新聞紙・雑誌

- 折って食器や簡易スリッパに
- 雑誌はたんすの下に挟んで転倒防止グッズに
- 骨折した時は添え木の代わりに

ペットボトル

- お湯を入れて湯たんぽに
- 懐中電灯に乗せると明るさアップ！簡易ランタンに（凹凸のあるボトルほど明るくなります）

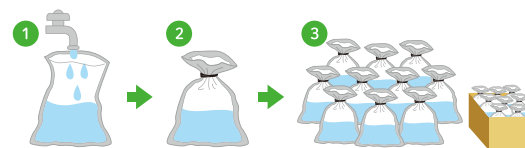
まだまだある！

災害時に役立つ”日用品”で作る便利な防災グッズ

家庭でできる浸水対策！

ゴミ袋に水を入れて
土のうの代わりとして使おう！

- 1 ゴミ袋を二重にして水を半分程度入れます。
 - 2 口をしっかり結び、水がこぼれないようにします。
 - 3 玄関や勝手口の前に隙間なく詰めて置いておきます。
- 段ボール箱の中に入れると、より水の浸入を防ぐことができます。



少量の水を有効活用！

ペットボトルシャワー

準備するもの

ペットボトル1本、
画びょう

（ふたに穴をあけられるもの）



- 1 ペットボトルのふたに画びょうで数ヶ所穴を開けます
- 2 ぬるま湯や水を入れて、ふたを閉めたら出来上がり！



食器を洗ったり、
顔や手、
赤ちゃんのお尻を
洗うのに便利です。



一人ひとりの「力」が私たちの地域を守ります

地域で進む防災活動

自主防災組織

自主防災組織とは、「自分たちの街は自分たちで守る」という「共助」の精神に基づき、地域の人々が自発的に防災活動をする組織です。

自主防災組織の主な活動

平常時

- 防災マップやチラシを作成して住民に配布し、避難所を周知させる
- 避難や救助に必要な資機材を備え、メンバー各自が操作方法を把握する
- 定期的に住民参加の避難訓練を実施し、災害時の行動を身につける 等

災害時

- 被災・安否情報の収集、伝達、お年寄りなど支援が必要な人への避難援助
- ケガ人の救護、初期消火活動
- 避難所での救援物資の分配、炊き出し 等

弘前市には現在66団体(H29.1.1 時点)の自主防災組織があります。28年度は新たに8団体が結成されました。

**三世寺町会、藤内、十腰内町会、
藤代町会、西部仲町、茂森町、
下大川町会、城北町会**



石渡町会では毎年1回「ふれあいの集い」を開き、避難訓練や防災ゲームで住民の防災意識を高めている(H28/9/11「バケツリレー競争」の様子)

あなたの街も自主防災組織を作ませんか？

弘前市は地域の防災力アップのため、自主防災組織の結成を促進しています。

組織を結成した団体には、防災活動に必要な発電機やヘルメットなど、資機材の購入経費を一部補助する制度があります。組織作りに必要な手続きなど、お気軽にお問い合わせ下さい。

問 弘前市防災安全課防災担当

0172-40-7107

いざという時の備忘録 避難所と避難経路を確認しましょう

自宅近くの指定避難所

家族で連絡が取れない時の
待ち合わせ場所

自宅からの避難経路

自宅から避難所までのルートは、実際に歩いて危険箇所がないかを確認しましょう。



災害時の強力な情報ツール

スマートフォン・携帯電話の活用

安否の確認や緊急時の連絡は SNS(ソーシャルネットワークサービス)を活用しよう。

電話がつながりにくくなる災害時でも、Twitter、Facebook、LINEなどはインターネット回線がつながれば、連絡手段として利用できます。

LINEの「既読」機能は、2011年の東日本大震災をきっかけに生まれ、2016年の熊本地震では、安否確認や居場所確認の手段として多く利用されました。緊急連絡用に、家族でグループを作っておくと安心です。

フォローしておく便利な防災関連SNS

弘前市公式サイト

あもり防災情報

首相官邸(災害・危機管理情報)

デマに注意！

災害時、SNSでは誤った情報(デマ)が拡散します。公的機関やマスコミの公式アカウントから情報を入手しましょう。

知って便利な防災関連サイト

「ブックマーク」や「お気に入り」に登録しておきましょう。

気象関連情報

気象庁(気象・地震・噴火情報)

<http://www.jma.go.jp>

落雷情報(東北電力)

<https://www.tohoku-epco.co.jp/weather>

青森県河川砂防情報提供システム

(河川水位情報、洪水予報など)

<http://www.kasensabo.bousai.pref.aomori.jp>

行政・メディア情報

あもり防災情報(県内の災害・防災関連情報)

<http://aomori.cc/bousai/>

生活・ライフライン情報

あもり交通情報

(道路情報、公共交通情報、気象情報)

<http://aomori.cc/traffic/pc/>

あもり医療情報ネットワーク

(医療機関、薬局、助産所情報)

<https://www.qq.pref.aomori.jp/>

停電情報(東北電力)

<https://www.tohoku-epco.co.jp/teideninfo/>

公衆電話設置場所検索(NTT東日本)

<http://service.geospace.jp/ptd-ntteast/PublicTelSite/>

知っておくと安心！



電話がつながりにくい！災害時 ケータイ・スマホで使えるサービス

「災害用伝言板」

震度6以上の地震など、大きな災害が発生した場合
ご自身・ご家族などの安否情報を、登録・確認できるサービスです。

ケータイ会社各社共通対応。事前に、ご家族で利用方法を確認しておきましょう。

docomo

ドコモショップ弘前駅前店

弘前市駅前3-5-1 ☎0120-865-568

au

auショップ弘前西

弘前市城西4-7-10 ☎0800-700-2170



災害が発生！情報収集や問い合わせを確認しよう！

緊急時の連絡先

災害が発生！情報提供や問い合わせ先はここで確認！



緊急・安否確認

災害発生時の行方不明者確認、
交通事故、犯罪に巻き込まれたら

警察 〓110

火事・救急のときは…

消防 〓119

病気、でも病院が開いていない…

**弘前市急患診療所
〓0172-34-1131**

電話がつながりにくい状況でも
家族で安否確認

災害伝言ダイヤル 〓171

下記の
説明を
check



ライフライン関連

停電！切れた電線を発見！

**東北電力コールセンター
〓0120-175-366**

水道から水が出ない！
マンホールから水が溢れている！

**弘前市上下水道部
〓0172-55-6868**

道路の陥没を発見！
倒木や飛来物で通行できない！

道路緊急ダイヤル 〓#9910

ガスが出ない！ガスの臭いを感したら…

**弘前ガス株式会社
〓0172-27-9100**

受話器を取っても
発信音が聞こえない！

電話の故障 〓113

**青森県エルピーガス協会津軽支部
〓0172-32-2288**

災害用伝言ダイヤル(171)

災害用伝言ダイヤルは、地震などの災害発生により、被災地への電話が集中してつながりにくい状態になった場合に提供が開始される、声の伝言板です。

※2016年3月から、携帯電話でも利用できるようになりました。

ご利用方法

171

にダイヤル

録音は 1

再生は 2

被災地の方はご自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。

(0□□)□□□-□□□□

**メッセージの
録音・再生**



ご協賛一覧

ご協賛各社一覧(五十音順/敬称略)

- | | | |
|----------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| ●あいおいニッセイ同和損保
青森支店 弘前支社 | ●沢田内科医院 | ●(株)弘前公益社 |
| ●青い森信用金庫 | ●和食レストラン 佐和家 | ●弘前航空電子(株) |
| ●あおぎんリース(株) | ●(福)三和会 つがる保育園 | ●(協業)弘前合同警備保障 |
| ●(一社)青森県建設業協会
中弘・南黒支部 | ●(福)清光福祉会 城東保育園 | ●弘前商工会議所 |
| ●アサヒ建設(株) | ●(株)伸和産業 | ●弘前電気工事(株) |
| ●(株)石沢工業 | ●(学)専徳寺学園
幼保連携型認定 こども園
弘前大谷幼稚園 | ●弘前天満宮 |
| ●(株)一原社 | ●(有)ダイコン | ●富士建設(株) |
| ●五日市内科医院 | ●(福)高智会 ダビデ保育園 | ●藤盛医院 |
| ●(株)大川地建 | ●嶽開発(株) | ●ブナコ(株) |
| ●(有)大瀬塗装店 | ●玉田内科医院 | ●フラワー観光(株) |
| ●太田印房 | ●東奥日報社 | ●(株)プレーメン |
| ●(株)小山内バッテリー社 | ●東北化学薬品(株) | ●北都防災(株) |
| ●(有)お仏壇の一心堂 | ●(株)豊田工業 | ●北海道レストラン
ルンゴカーニバル |
| ●(株)兼建興業 | ●中林裕雄法律事務所 | ●(株)堀江組 |
| ●川口印刷工業(株)青森営業所 | ●成商ビル管理(株) | ●(株)マルノ建築設計 |
| ●(有)環境プラント | ●(有)二唐刃物鍛造所 | ●豊孟醸造元 三浦酒造 |
| ●創作郷土料理 菊富士本店 | ●(株)西村組 | ●みちのくリース(株)弘前支店 |
| ●北村技術(株) | ●日産サテオ弘前・弘前日産 | ●(株)南建設 |
| ●くどうかんぱん | ●ノバリ(株)呉竹保険 | ●陸奥新報社 |
| ●(医)光成会 西弘前クリニック | ●BHレンタルリース弘前 | ●(株)八木橋薬局 |
| ●(株)弘善商会 | ●(株)弘前ドライクリーニング工場 | ●(株)ゆうネット弘前 |
| ●(株)弘都電気 | ●弘果弘前中央青果(株) | ●吉川建設(株) |
| ●弘南バス(株) | ●(株)ヒロサキ | ●(株)ラグノオささき |
| ●(株)コア | ●弘前駅前整形外科クリニック | ●(福)緑真会 致遠保育園 |
| ●さいとう調剤薬局 | ●弘前ガス(株) | ●藤田学園 若草幼稚園 |
| ●さくら野百貨店弘前店 | ●弘前金融団 | |
| ●覚仙町 佐藤内科医院 | ●弘前建設業協会 | |

『FMアップルウェーブ 防災ハンドブック2017』は
上記の皆さまのご協賛により制作・発行することが出来ました。

ご協力ありがとうございました

〈編集・発行〉アップルウェーブ株式会社

〒036-8788 弘前市土手町31番地 土手町コミュニティパーク 3F
TEL:0172-38-0788 / FAX:0172-38-0790 / MAIL:fm.78.8@applewave.co.jp

ホームページ **FMアップルウェーブ** 🔍