



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	
	清水交流センター	弘前市大開2丁目1-2	
青柳	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	和徳小学校	弘前市代官町107-3	
	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



弘前公益社 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

水害

土砂災害

暴風

竜巻・雷

台風

火山

火災

地震

停電

雪害



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」



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