

幌西地区連合町内会防災部

自然災害時の「避難と対応」の考え方

2026.3



札幌市ハザードマップ

幌西地区連合町内会防災部の自然災害時の「避難と対応」の考え方

幌西地区連合町内会の自然環境は、豊平川扇状地として形成され、直下型地震が予想される「野幌」・「月寒」・「西札幌」の活断層から比較的離れた地域にあり、札幌市発行のハザードマップによると、幌西地区連合町内会の震災被害予想は「月寒断層地震」でM7の地震が発生した際は、当地域は震度M-6、建物崩壊率は5～10%以内、液状化現象の発生の可能性は少なく全体的に地盤も安定しており、被害の低い地域と想定されております。しかし、地震災害の予測は難しく災害に対する備えが必須です。



札幌市活断層



札幌市ハザードマップ



中央区家屋崩壊率

更に近年、温暖化現象による「降水帯被害」が増加する中、藻岩山山麓地域には「土砂災害警戒地域」に指定された箇所が多数あり、水害に対する備えも不可欠です。

また、最近の集中豪雨による新たな都市型水害「内水氾濫」被害が増加しており、札幌市ハザードマップによると当連合町内会全域でも異常気象によっては警戒を要します。



伏見地区「土砂災害警戒地域」



「内水氾濫」



内水氾濫地域(緑色)

1 災害発生時に対する幌西地区連合町内会防災部の「避難」の考え方

現在、避難所の備蓄品の不足、冬期間の暖房設備の不備等生活環境改善に時間を要する。

収容人員数過剰のため「漂流避難者」の増加が予想される。

避難所の「災害関連死」、犯罪発生、隣人トラブル等の問題発生が多い。

以上の避難所の現状、リスクを鑑み、災害発生時、住居の被害が少なく家族らの健康を維持できる状況の際は、当連合町内会防災部として町内会員の皆さまに「在宅避難」(自主避難)を推奨しております。但し、「在宅避難」は、被災した場合の一つの選択肢であり避難所へ移動することを否定している訳ではありません。

2 避難の判断

「避難所」に移動か「在宅避難」が良いか判断する事項

各自治体、気象庁などが発令する避難警報

レベル3の警報が発令されたら指定避難所へ退避を考慮する。

災害発生時、住居に異常が無くても地域が土砂災害等の危険指定地域の際は警告に従い一時避難を行う。避難経路の安全が確保できない場合は棟内で安全を確保する。また、**家族とは非常時の避難場所を共有**しておく。

住戸の損壊状況

マンション被害

建物の倒壊、「長周期地震動」による斜傾化、排水管の損害、長期停電、給水停止の際は高層階居住の高齢者の方は体力的にも負担が大きく避難所への移動を考慮する。

戸住半壊(天井の破損、壁の亀裂、戸・窓枠の損壊、床下浸水等)の際は、一時避難し、市担当者の居住不可判断を待つ。



マンションの倒壊



戸住の被害

屋外・敷地周辺の状況確認

住居周辺の山や崖、沢地などから聞きなれない音や、崖地・傾斜面に出来た地割れは、土砂崩れ・土石流の前兆の可能性であり、速やかに避難所へ移動する。



土砂災害



崖崩れ

近隣住民の安否確認、移動支援

単身高齢者、高齢者世帯、障害を持つ方々の安否確認、避難支援を日頃から各単町で検討し、避難所への移動支援体制も確立しておきましょう。

3 避難所の現状

指定避難所

当連合町内会地域には指定避難所として、基幹避難所 2 ヶ所(幌西小学校、伏見中学校)、地域避難所 6 ヶ所(幌西会館、こうさい保育園、大光寺、伏見会館、伏見稻荷神社、旭山公園通地区センター)が有り、各所収容人員は 50 ~ 150 名です。

なお、避難所の受入れは地域居住者に関わらず先着順に受付しますので、指定町内会員でも定員オーバーの際は入所出来ません。



東日本大震災時避難所



能登半島地震時避難所



性犯罪防止策

避難所の現状 ~ **避難所はホテルではありません。**

基幹避難所の設備は、屋内体育館を主に弱者(幼児、高齢者、身障者)に対応の分室も設定しております。なお、避難所内は禁酒、禁煙です。

各避難所備蓄品は避難所の規模によって違いがあります。

基幹避難所には寝袋、毛布は収容人員数分確保されていますが、現在、パーティションと段ボールベットは一桁、食料については 2 食分程度の備蓄しかありません。避難所への支援物資の搬送は 3 日以上かかると想定されています。このため避難者は少なくとも 3 日以上分の食料を持参することが懸命です。



基幹避難所内



札幌市のパーティション



段ボールベット

ペットの受け入れについては、避難所設置の指定場所での保護は可能ですが受け入れ出来ない箇所もあるので要確認。

避難所運営は一週間程度を市職員が運営し、その後は避難者代表者の運営になります。

避難所使用者の注意事項

「災害関連死」の増加 ~ 「災害関連死」は、複数の避難所や仮設等移動の際、悪環境、抽選入居による知人との離別、隣人とのトラブルのストレスから不眠、うつ病、孤独の原因が増加、孤独死、自殺等間接的に死に至る病状。

- | | | |
|----------|-------|------------------------|
| * 東日本大震災 | 災害関連死 | 3808 人(自殺者 163 人) |
| * 熊本地震 | 災害関連死 | 226 人(直接死の 4.5 倍) |
| * 能登半島地震 | 災害関連死 | 451 人(直接死の 2 倍、現在も増加中) |

避難所内犯罪発生は東日本大震災から増加し、熊本地震、能登半島地震においても法的犯罪(窃盗・性犯罪・傷害罪)が発生しており注意を要する。

4 「在宅避難」に備えた対応

在宅避難の際は支援物資の供給は最寄りの避難所に求めることになりますが、備蓄保存量の問題から災害直後の供給は困難であると思われます。

このため、日常から「在宅避難」を考え行政支援が実施されるまでの約 10 日間の生活品の備蓄が必要になりますので「ローリングストック」(備蓄品を定期的に交換)を習慣とし日頃からの対応が必要です。なお、一人当たり一日の飲料水は 3ℓが目安です。



非常食はアルファ米、パン、麺類が主食となるが、火を使わず幼児から高齢者まですぐに食べられるお粥を、また、缶詰では果物・飲み物を同時に得る果物の缶詰が有効。

火気備品

カセットガスボンベの備蓄は夏期間 12 本、冬期間 18 本、カセットガストーブ用は一日 4 本。カセットボンベの備蓄は危険性を伴うので備蓄場所に注意が必要です。

乳幼児関係物品の準備

乳幼児使用のミルク品、哺乳器具、オムツは、避難所内にはほとんど備蓄されていないのが現状で、日頃から備蓄が必要です。また、粉ミルクはお湯の供給が無い場合のことを考え、**液体ミルク**を用意し添付カイロ等で温める工夫をしましょう。

節水対策及び照明

衛生管理～断水、節水時の必需品、口内ケア溶液、体の清潔保持には水のいらないシャンプー、ボディシャンプー、大型ウエットティッシュを活用。また、短期間、洗濯対策として消臭液、使い捨て紙製下着を準備しましょう。

節水の際は食器をサランラップで包み洗いを省いたり、汚れの少ない水を洗濯用、トイレ用に使用し節水に心がける。



照明器具は火気注意のため LED ライト(手持ち、ランタン式)、通路用には、人感センサーフットライト、電池不要の庭用ソーラーLED ライトが安価で効果的です。

5 在宅避難及び避難所移動に関わらず常備するもの。

常に使用する日用品

眼鏡、コンタクトレンズ、補聴器、入れ歯など日常生活に必要なもの。

携帯トイレ、生理用品、紙パンツ、パット、携帯トイレは一日5回、7日間(家族分)



簡易トイレ



携帯トイレセット

常に使用している医薬品

内服薬、毎日、定期的服用薬(降圧剤、インシュリン、注射器具等)

外用藥(点眼藥、塗抹藥、膏藥)

非常持ち出し品

身分證明書類

貯金通帳が無くても銀行等に対応可能(マイナンバーカード、健康保険証、運転免許証)

医療関係機関の対応に有効（マイナンバーカード、健康保険証、お薬手帳）

現金（特に小銭類）、停電でクレジットカード類が使用不能の際必要。

情報収集、連絡機器類(スマートフォン、ポータブルTV、ラジオ、ソーラー充電)

在宅避難であっても、住宅の災害状況把握、整理作業に必要品(ヘルメット、軍手、マスク、ゴーグル、ライト)

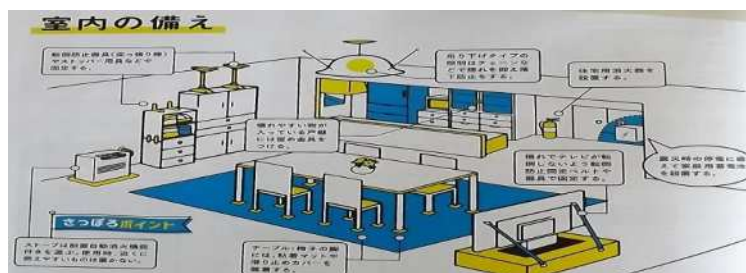
6 在宅避難に備えた住居整備

出来れば人命安全のため住居内に「耐震シェルター」、「耐震ベット」の設置が望ましい。耐震シェルター値段約 40 万～160 万円(補助金制度あり)

(2) 家具の配置～倒れた家具が部屋、玄関入り口をふさがないように、寝床に家具が倒れないよう配置する。大きな家具は寝室以外の部屋に置く。

家具類の固定

家具は壁や天井面と金具、固定装置で止め、家具の前側底に楔をかませ家具を後傾にする。引出や扉のある家具はストッパーを備え付ける。



札幌市「さっぽろ防災ハンドブック」

部屋、玄関の扉～被災時にはすぐに開放して避難路を確保する。日常的に避難路には障害物となるものは置かない。

暖房対策～停電の際、床面からの冷氣対策として銀膜シート、毛布、段ボール、小型テントを活用、また、ガスカセットストーブを備える。

その他

停電に備え枕元に、携帯電話、懐中電灯、靴、避難袋等を常備する。

窓ガラスの飛散に備え、飛散防止フィルムを寝室及び避難経路側の窓ガラスに貼る。

避難時の防火対策～「通電火災」への対応

「通電火災」いわゆる電源ブレーカーの切り忘れ、安易な入電操作が原因の火災。退室時、退去時の際はブレーカーを落とす。帰宅したらコードに損傷がないか確認、大型家電は故障を避けるため一度コンセントを外し、ブレーカーを上げた後入れなおす。



阪神淡路大地震では火災原因の6割が「通電火災」



玄関付近にあるブレーカー

7 災害におけるマンション住民の注意事項

大地震後の排水問題

震度4以上の地震発生においては、排水管の破損による破水発生の可能性があり、全階での排水を一時停止し、各階の点検を行い安全を確認した上で、防火管理者の指示により1階各室から排水確認を行う。



札幌市災害ブック掲載

ゴミ処理対応

災害後はゴミ収集が長期間停止することが有るので、ゴミは各室でベランダなどにカラス対策をして一時保管する。また、生ゴミは新聞紙で水分を取り圧縮、発泡スチロール容器は細かく切る等細少量に工夫する、特にトイレ使用禁止の際の汚物ゴミの処理も燃えるゴミ扱いとなるので、匂い破損等取り扱いに注意を要する。

火災報知器の定期点検の徹底

一居室の火災発生は周辺居室に生命や甚大な被害を起こす可能性があり、常設報知器の定期検診は必ず責任をもって行う。

ベランダ排水口の清掃

最近、集中豪雨によるベランダからの室内浸水が発生している。原因は排水溝の遺物詰りで各室の日常の清掃が必要。

災害時のエレベーターの停止

地震発生時エレベーターは、揺れの震度、地盤により変化はあるが、概ね M 4 以上で停止の恐れがあり、地震発生直後の使用は避ける。

エレベーターの復旧作業は、救急施設優先になるため回復に一週間以上要する時もある。

共用備蓄及び緊急対策用具の必要性

- * 飲料水の集団備蓄の不可、備蓄場所の設定(地下、物置、屋上)
- * 物資昇降機の設置(エレベーターの長期停止による高所階への物資搬送具)
- * ソーラー発電、充電機の購入(携帯対応)
- * 車椅子の購入(高齢者、災害負傷者の救急、避難用)
- * 脱出用具(バール、カケヤ、油圧ジャッキ等)の設備。

災害対策におけるこれらの事項は、各マンションの付加価値を高めることになります。

8 災害における個人宅対策

居住確認の選定、半壊住宅居住アドバイス

倒壊家屋の判定～行政で判定し、黄紙、緑紙添付は居住可能となる。

- * 赤紙～完全倒壊、立入り、居住禁止
- * 黄紙～半壊、補修後居住可、立入り可
- * 緑紙～居住可



全壊家屋



赤紙



半壊住宅(黄色紙)

支援物資の配給

建物の安全性を確認して居住。個人宅には支援物資の配給は不可の可能性があるので避難所に出向き配給を受ける。

トイレ

個人宅では、敷地内に仮設トイレ設置や汚物処理が可能。(注)汚物を直接地中に埋める際は、バクテリア対応策として深さは 30 ㌢以内に埋没する。

暖房、火力

個人住宅では、庭、車庫などで防火に気をつけながら石油缶を活用した簡易焚火、また、ロケットストーブ(手作りストーブ～石油缶の中に煙突をL字型に通し周りに防火砂を入れ、煙突内で点火、燃料は廃材、松ぼっくり、新聞紙等万能で火力も強い)をお勧めします。



野外トイレ用テント



手作り段ボールトイレ



ロケットストーブ

ゴミ対策

夏期間で有れば、生ゴミ処理は敷地内でコンポストを活用して処理が可能、また、冬期間はカラス防止のため、かまくら等雪中に一時保管する。

9 幌西地区連合町内会防災部の防災活動及び今後の活動

幌西地区連合町内会防災部では現在、近年の自然災害の発生、懸念される大震災災害予想を鑑み、実務的防災研修、避難訓練に取り組んでいます。

避難所運営、避難訓練事項につきましては、例年月に一度札幌市福祉課等担当者と「避難所運営委員会」を開催、避難所環境、備蓄品等の改善協議を行い、避難訓練では基幹避難所を中心に学校関係者及び地域消防署、消防団との協議を重ね年2回の避難訓練を継続実施しています。

最近では、避難所体制向上のため参加者の枠を広め障害がある方、地域滞在外国人の皆さんに参加を呼びかけたり、参加者に当防災部オリジナルの手づくり段ボールトイレの制作、備蓄食品の料理方法の指導を行うなど現実的に対応出来る訓練をしており、参加された方から避難所の実態をよく把握できたとの評価をいただいております。

今後の具体的避難訓練としまして、より厳しい冬季宿泊避難訓練、大規模炊き出し等を検討しております。更に、防災知識の理解と高揚のため町内会員、児童、マンション・個人宅別住民を対象とした防災研修を呼び掛けるとともに、各単町の防災部、防犯部、福祉部等を中心とした独自の防災体制(安否確認、避難誘導、日常防災活動)が出来るよう各単町の協力を得て協議をし、幌西連合町内会防災体制の強化を図るよう取り組みたいと思いますので、今後とも町内会員皆様方のご協力をお願いいたします。

以上

＜幌西地区連合町内会の指定避難所＞

基幹避難所：幌西小学校（南 10 条西 17 丁目 1-1）

伏見中学校（南 16 条西 17 丁目 1-35）



地域避難所：幌西会館 （南 11 条西 14 丁目 1-20）

こうさい保育園 （南 12 条西 16 丁目 1-5）

大光寺 （南 12 条西 17 丁目 2-1）

伏見会館 （南 14 条西 18 丁目 6-30）

伏見稲荷神社 （伏見 2 丁目 2-17）

旭山公園地区センター（南 9 条 18 丁目 1-32）

作成:2026 年 5 月

幌西地区連合町内会 防災部

監修:災害支援ボランティアコーディネーター 吉崎 文浩

防災士 佐藤 仁人

ハザードマップ : 札幌市資料

掲載写真提供 : 吉崎 文浩 氏 所蔵資料