

防災情報

災害に備えて

危機管理室 TEL.32-6280

地震、津波、風水害、火山噴火などの災害はいつ襲ってくるかわかりません。市では地域防災計画を策定し、市民の生命および財産を災害の危険から守り、災害に強いまちづくりを行っています。
また、日ごろから一人一人がいざというときに備えることが最も大切です。

▶ 防災ハンドブックが新しくなりました！

これまでの防災ハンドブックを改訂し、令和6年3月に市内全戸配布を行いました。
これまでのものは一部情報が古くなっているため、新しい防災ハンドブックで最新の情報を確認し、もしもの災害に備えましょう。



▶ 防災ハンドブック配布場所

市内全戸に配布していますが、紛失した場合や追加で欲しい場合は、下記の施設で受け取ることができます。
ただし、数に限りがありますので、複数部希望される場合は危機管理室へご相談ください。

市役所1階案内前、市役所2階危機管理室、のぞみコミュニティセンター、豊川コミュニティセンター、住吉コミュニティセンター、沼ノ端コミュニティセンター、沼ノ端出張所、勇払出張所、文化交流センター（アイビー・プラザ）、市民活動センター（ふれあい3・3）

▶ パソコン・スマートフォンでも確認できます

市HPに防災ハンドブックのデータ版を掲載しています。
インターネット環境があれば外出先などいつでも確認することができますので、ブックマークやダウンロードして活用しましょう。
また、併せて災害ごとのハザードマップも確認できます。

防災ハンドブック、各種災害ハザードマップのデータ版はこちら



▶ Web防災マップで自宅周辺を確認しよう

Web防災マップでは新たに“住所検索機能”を追加しました。
防災ハンドブックと同じハザードマップを拡大して確認することができます。
自分の家の危険度や避難経路などを再確認してみてください！

Web
防災マップ



◆パソコン版

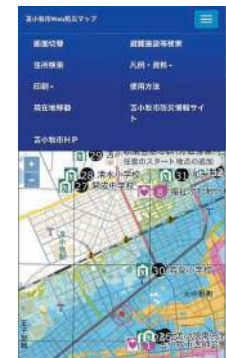


例)津波災害想定時の苫小牧市役所(旭町4丁目)を検索した場合



◆スマートフォン版

※画面右上の☰マークをクリックするとメニューが表示されます



主なメニュー
画面切替：背景地図、防災情報など、避難所・避難場所の表示を切り替えることができます。
住所検索：目的地周辺をピンポイント表示できます。
避難施設等検索：種別ごとに施設検索ができます。
凡例・資料：各種ハザードマップの凡例、防災ハンドブックのPDFデータなどが確認できます。
使用方法：各機能の操作方法を確認できます。

〈広告〉

株式会社 I-TEC ソリューションズ

貴社のDX推進をお手伝いします

- データセンター
- 業務のシステム化
- 業務の自動化
- 業務のアウトソーシング
- DX推進
- IoT

弊社本社ビルは、津波一時避難施設です
〒053-0022 苫小牧市表町1-1-11
☎ (0144)38-2611
☎ (0144)38-5021

商工会議所
市役所
警察署



とまこまい

- とまこまい
- ハクチョウ
- ハナシヨウブ
- ホツキ貝
- ハスカップ

TOA

株式会社 東亜プラント

代表取締役 佐藤 洋

苫小牧市宮の森2丁目10-1
TEL (0144)74-7280
FAX (0144)73-2580

従業員募集中!!
詳しくはお問い合わせください。

株式会社 中島土建

代表取締役 中島 洋司

苫小牧市日新町1丁目10-1
TEL 0144-73-6383
FAX 0144-73-8559

地域の明るい未来に貢献する

特定建設業
北海道知事許可-第603058号

大坪建設株式会社

代表取締役 大坪 優

〒059-1275 苫小牧市字錦岡443-1065
TEL 0144-68-2111 FAX 0144-68-2112
E-mail: ootsubo@seagreen.ocn.ne.jp

避難施設一覧表

災害の種類を確認して避難しよう



指定緊急避難場所
兼 指定避難所

◆指定緊急避難場所

災害の危険から迅速に命を守るために緊急的(一時的)に避難する場所。

◆指定避難所

災害により自宅に戻れない場合、しばらく避難生活をするための施設。



最新の避難施設一覧



学 校 名	住 所	災害の種類						
		洪水	土砂	高潮	地震	津波	大規模火災	内水氾濫
樽前小学校	字樽前102番地	○	○	○	○	新校舎完成後 体育館屋上	○	○
北洋大学	錦西町3丁目2番1号	○	○	○	○	(校舎3・5階)	○	○
北海道苫小牧支援学校	明徳町3丁目10番3号	○	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
錦岡小学校	宮前町2丁目30番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
凌雲中学校	青雲町2丁目15番3号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
苫小牧南高等学校	のぞみ町2丁目1番2号	(校舎2～4階)	○	○	○	(校舎2～4階)	○	○
苫小牧工業高等専門学校	字錦岡443番地	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	○
緑陵中学校	のぞみ町3丁目10番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
澄川小学校	澄川町2丁目4番6号	○	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
啓明中学校	はまなす町2丁目2番2号	○	○	○	○	○	○	○
泉野小学校	川沿町4丁目5番1号	○	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
明倫中学校	日新町3丁目5番13号	○	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
日新小学校	日新町3丁目1番7号	○	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
旧啓北中学校山なみ分校	有珠の沢町3丁目9番7号	(校舎2階のみ)	(校舎のみ)	○	○	○	○	○
豊川小学校	豊川町4丁目7番14号	○	(校舎のみ)	○	○	○	○	○
北星小学校	桜木町3丁目8番6号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
糸井小学校	日吉町4丁目12番6号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
苫小牧中央高等学校	光洋町3丁目13番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
光洋中学校	光洋町2丁目5番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
啓北中学校	啓北町2丁目12番11号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)

学 校 名	住 所	災害の種類						
		洪水	土砂	高潮	地震	津波	大規模火災	内水氾濫
大成小学校	大成町2丁目3番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
苫小牧西高等学校	青葉町1丁目1番1号	(校舎2～4階)	○	○	○	(校舎2～4階)	○	○
北光小学校	北光町3丁目8番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
苫小牧西小学校	矢代町3丁目7番16号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
苫小牧東小学校	旭町1丁目7番10号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
苫小牧東中学校	旭町1丁目7番10号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
開成中学校	清水町2丁目9番2号	○	○	○	○	○	○	○
清水小学校	清水町2丁目10番16号	○	○	○	○	○	○	○
苫小牧東高等学校	清水町2丁目12番20号	○	○	○	○	○	○	○
若草小学校	若草町1丁目4番5号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
和光中学校	双葉町1丁目11番3号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	○
緑小学校	三光町2丁目6番5号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
美園小学校	美園町4丁目26番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	○
苫小牧工業高等学校	字高丘6番地の22	○	○	○	○	○	○	○
駒澤大学附属苫小牧高等学校	美園町1丁目9番3号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	○
明野小学校	明野新町6丁目3番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
明野中学校	明野新町3丁目13番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
苫小牧総合経済高等学校	新開町4丁目7番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	(校舎2～3階)
拓進小学校	拓勇西町3丁目8番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	(校舎2～3階)
青翔中学校	拓勇東町6丁目15番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	○
拓勇小学校	拓勇東町4丁目8番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	(校舎2～3階)
ウトナイ小学校	ウトナイ北3丁目2番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
ウトナイ中学校	ウトナイ北2丁目5番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	○	○	(校舎2～3階)
沼ノ端小学校	東開町6丁目1番1号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
沼ノ端中学校	東開町6丁目1番2号	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎2～3階)	○	(校舎2～3階)
勇払小学校	字勇払149番地	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎3階のみ)	○	(校舎2～3階)
勇払中学校	字勇払132番地	(校舎2～3階)	○	○	○	(校舎3階のみ)	○	(校舎2～3階)
植苗小中学校	字植苗50番地	(校舎2階のみ)	○	○	○	○	○	○

我が家の災害時チェックリスト

非常用持出品

をチェックしましょう

避難するときにまず持ち出すべきものです。非常用持出品に入れ、玄関などに持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

メモしておきましょう

□ 非常食品(3日分)

乾パン、缶詰、栄養補助食品、アメ・チョコレート、飲料水など

□ 避難用具

懐中電灯、携帯ラジオ、予備の乾電池、ヘルメット・防災ずきんなど

□ 救急用具

救急箱、処方箋の控え、お薬手帳、胃腸薬・便秘薬・持病の薬、生理用品など

□ 貴重品

現金・10円玉、預金通帳、印鑑、健康保険証、母子健康手帳、運転免許証など

□ その他



我が家の災害時チェックリスト

備蓄品

をチェックしましょう

備蓄品は、災害復旧までの数日間を自足できるように準備しておくものです。災害後に取りに行けるよう、倉庫や車のトランクなどに分けて備蓄しておくとう便利です。

メモしておきましょう

□ 水(1人1日3リットルを3日分)

□ 食料品

乾パン、缶詰、レトルト食品(ご飯・おかゆ)、インスタント食品(ラーメン・みそ汁)など

□ 生活用品

給水用ポリタンク、カセットコンロ、ティッシュペーパー、簡易トイレ、ビニール袋など

□ その他





福祉避難所

指定避難所での生活が困難な高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児などの要配慮者などを優先して受け入れる施設です。なお、福祉避難所は必要に応じて開設される避難所です。

苫小牧市医師会館	旭町2丁目4番20号
苫小牧看護専門学校	住吉町2丁目10番6号
介護老人ホーム 苫小牧静和荘	松風町2番15号
北洋大学	錦西町3丁目2番1号

豊川コミュニティセンター	豊川町3丁目4番21号
特別養護老人ホーム沼ノ端はくちょう苑	北栄町3丁目19番26号
アシステッド・ハウス沼ノ端	沼ノ端中央3丁目3番12号
福祉ふれあいセンター	双葉町3丁目7番3号



地域避難所

地域の要望で賛同した企業や団体などの協力により、災害時に一時避難施設として利用できる施設です。

苫小牧念法寺	字糸井388番地
認定こども園幼稚園あいか	柳町4丁目9番17号

法華寺	沼ノ端中央4丁目16番8号
北海道石油共同備蓄(株)	字静川307番2



津波緊急避難場所・津波避難ビル

津波警報や大津波警報が発表された際に、住民などがやむを得ず緊急的に一時避難することを目的とした建物です。



津波緊急避難場所および
津波避難ビル一覧は
こちらからご確認ください



我が家の災害時連絡先リスト

家族で防災会議をしましょう

年 月 日

我が家の緊急時の 避難(集合)場所	緊急のときの我が家の 主要連絡先	安否情報を取り次いでくれる人 (遠方の親戚や友人)の連絡先
一時避難所	名前	名前
	電話番号	電話番号
避難所	メール	メール

防災情報の入手

災害時はさまざまな情報が錯綜し、混乱を招く場合があります。大切なのは「最新の正しい情報」を入手し、行動することです。いざという時に備え、どのような情報がどのようにして受信できるのかを確認しておきましょう。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HPなどからも入手できます。

▶ 苫小牧市防災情報サイト

災害時の避難行動などに役立つ情報を一括して掲載した防災専用サイト。気象予測や、各種気象観測情報などを閲覧することができます。

苫小牧市防災情報サイト 検索

<https://tomakomai-city.bosai.info/ui/dashboard>



▶ 苫小牧市防災行政無線

避難情報などをお知らせする屋外スピーカーを市内全域に整備し、運用しています。



▶ 【気象庁】キキクル(危険度分布)

大雨による災害発生の危険度を地図上でリアルタイムに確認できます。



<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>



▶ 【国土交通省】川の防災情報

身近な河川の大雨時の水位と危険性を、リアルタイムで確認できます。



<https://www.river.go.jp/>



▶ 【北海道】防災ポータル

北海道の気象警報の発表や地震・津波などの発生情報、避難情報などを確認できます。



<https://www.bousai-hokkaido.jp/>



▶ Yahoo! 防災速報

現在地の地震速報やアラート、豪雨予報、津波予報などの速報を通知する防災アプリです。



iPhone iPad



Android

▶ FMとまこまい[83.7MHz]



苫小牧市の「今」を届けるラジオ。災害時には苫小牧市に特化した情報をお届けします。

下のアプリで聞くこともできます。



防災通知機能付
ラジオアプリ
Radimo(レディモ)



iPhone iPad



Android

▶ 全国避難所ガイド

現在地周辺の避難所・避難場所を自動検索し、各種ハザードマップを表示する防災情報アプリです。



iPhone iPad



Android



交通安全・防犯

交通事故のないまちは市民の願いです。悲惨な犠牲者を出さないためにも、運転する方はスピードダウンとシートベルト・チャイルドシートの正しい着用を心掛けましょう。また、歩行者や自転車利用の方は道路を横断するときの左右の安全確認など基本的な交通ルール・マナーを守り、交通事故に遭わないよう心掛けてください。

交通安全教室

市民生活課 TEL.32-6287

市交通指導員が子どもたちを中心に正しい道路の横断や自転車の乗り方など交通安全教室を開催し、指導を含めて交通安全の啓発に努めています。

交通安全母の会

市民生活課 TEL.32-6287

「交通安全は家庭から」を合言葉に、各町内会に設けられた交通安全母の会が、ボランティアで地域における交通安全教育・指導活動を行い、子どもから高齢者まで、地域に根ざした交通安全の啓発に努めています。

交通安全センター

旭町3丁目5番20号 TEL.33-1458

地域における交通安全の推進、市民生活の安定に寄与するほか、自動車運転免許の更新時講習を実施しています

防犯

市民生活課 TEL.32-6287

苫小牧市防犯協会では犯罪のない明るい地域社会をつくり、市民生活の安全を図るための防犯思想の普及、高揚、防犯活動の推進に努めています。

- ・市のHP・Facebook・LINEで犯罪発生情報を提供
- ・出前講座による防犯講話
- ・自主防犯パトロール用具の貸し出し
- ・防犯だよりの発行
- ・ながら見守りたい！の実施



災害時緊急連絡先

火事・救急・救助

119 番
(局番なし)

事件・事故

110 番
(局番なし)

海の事件・事故

118 番
(局番なし)

※通報はあわてずに落ち着いて正確に伝えましょう

WARNING WARNING WARNING WARNING WARNING



特殊詐欺

気づいて防ごう！

あれ？と思ったら、詐欺かも…と疑いましょう。

オレオレ詐欺



「鞆を置き忘れた。
小切手が入っていた。
お金が必要だ。」

架空料金請求詐欺

「未払いの料金があります。今日中に払わなければ裁判になります。」などのメールやハガキ



預貯金詐欺

「口座が犯罪に利用されています。キャッシュカードの交換手続きが必要です。」
「医療費などの過払い金があります。手続きをするのでカードを取りに行きます。」



交際あっせん詐欺

「女性紹介」等と雑誌に掲載したり、メールを送りつける



その他の特殊詐欺は、こちらからも確認できます。

警視庁HP

特殊詐欺を未然に防ぐ4カ条

☑ 日頃から家族でよく話し合う

詐欺を見破った人の多くは、「息子(孫)と声や話し方が違った」「話に矛盾があった」といいます。

☑ 電話でお金の話をしないと約束しておく

☑ 家族で事前に「合言葉」を決めておく

☑ 常に「留守番電話」に設定してもらう

出典元：警視庁HP「特殊詐欺とは」ページから、編集・作成

<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/tokushu/furikome/furikome.html>