

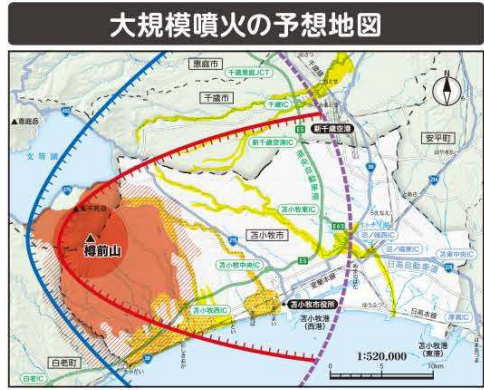
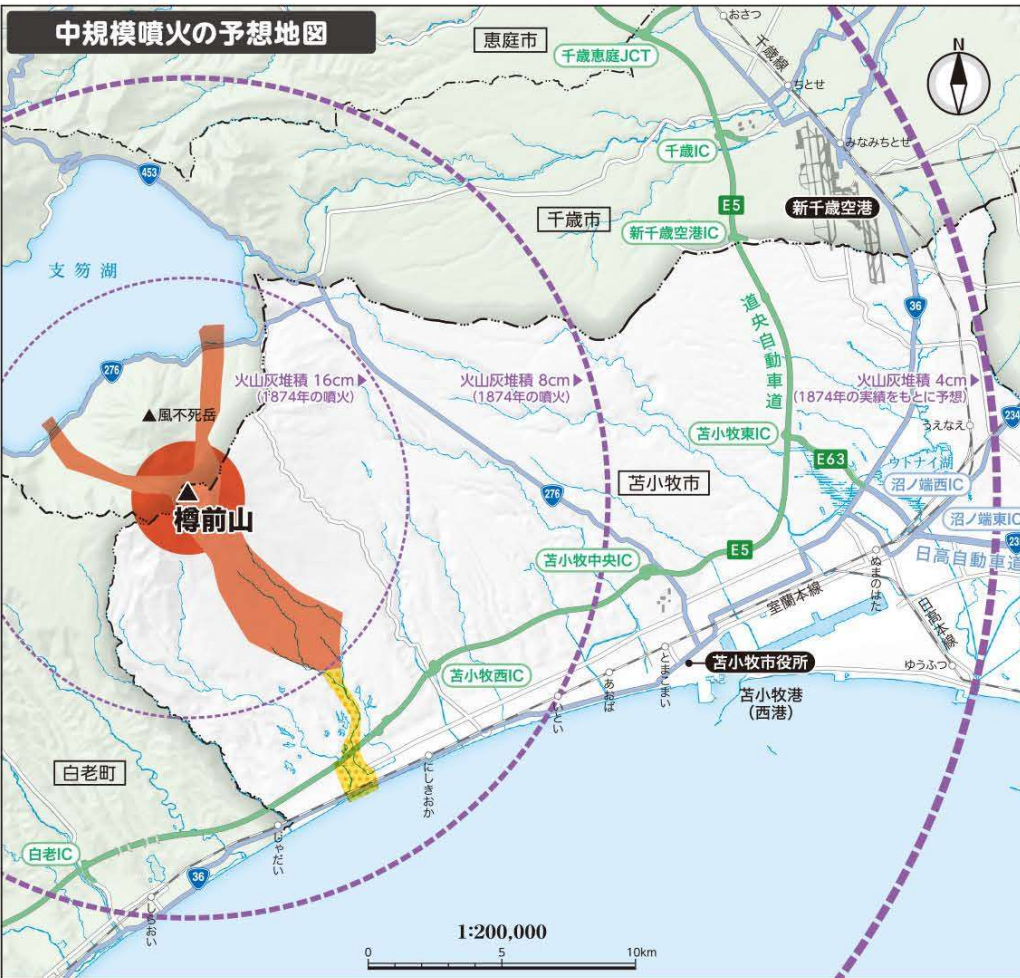


樽前山の火山活動に要注意!!

# 樽前山ハザードマップ

測画法に基づく国土地理院長承認(使用)R5JHs 207-GISMAP56275号

凡 例			
<b>噴石</b>	<b>火砕流</b>	<b>泥流(土石流)</b>	<b>火山灰の降下</b>
<b>危険度重大</b> 直径1.5mの岩が飛んで来る危険性の高い区域	<b>危険度重大</b> 火砕流の本体に襲われる危険性の高い区域	<b>危険度重大</b> 積雪期には… 積雪が火砕流の熱で融かされて発生する泥流が氾濫する危険性の高い区域	<b>危険度大</b> 西風の時 100cm以上火山灰が堆積する危険性の高い区域
	<b>危険度大</b> 火砕サージに襲われる危険性の高い区域	<b>危険度大</b> 火山灰が積もった地域では… (西風の時を想定) 雨の時に泥流(土石流)が氾濫する危険性の高い区域 ※降灰の分布によって危険区域は変わるので、これ以外の谷にも危険性があります。	<b>危険度中</b> 西風の時 25cm以上火山灰が堆積する危険性の高い区域 ※この区域の外にも降灰の可能性があり得る。
			<b>可能性のある区域</b> その他の風向きの時 風向きによっては100cm以上火山灰が堆積する可能性のある区域 ※この区域の外でも25cm以上火山灰が堆積する可能性があります。



## 火山灰から身を守るために!!

**火山灰を吸い込まない**  
ように注意してね!

「噴火警戒レベル2(火口周辺規制)」が発表されると風向きにより火山灰が積もることがあります。火山灰から身を守ることで、災害が起きても、普段の生活を送ることができます。

**火山灰**  
廣瀬ほか(2007)による

**火山灰を吸い込まないために以下の対策で防ぎましょう!**

**積もった火山灰の影響**

①健康被害	③ライフラインへの影響	④農作物への被害
②交通障害	⑤建物・家屋の倒壊	

**降灰予報(降灰量)**

<b>多量</b> 1mm以上 【外出を控える】	①健康な方でも眼・鼻・のどに異常がでる ②視界不良・降灰で自動車が走行できない ③電柱や電力施設に影響がでる ④浄水場や下水管の処理能力が低下 ⑤30cm以上積もると木造家屋に被害が出はじめる
<b>やや多量</b> 0.1mm≦厚さ<1mm 【注意】	①ぜんそく・呼吸器疾患の方は悪化のおそれ ②自動車の走行に影響がでる ③農業に被害がでる
<b>少量</b> 0.1mm未満	①眼・鼻・のどに痛みがでる ②鉄道の運休・航空機の欠航

**眼を守りましょう!**

角膜に傷がつくおそれがありますので、眼がゴロゴロしたら、こすらずに水で洗い流しましょう。コンタクトレンズの方は眼鏡に替えることをお勧めします。

**マスクを着用しましょう!**

火山灰は細かく小さいため、空気と一緒に肺の奥まで入っていき、せきが増えたり、息苦しくなったりします。マスクがない場合は、濡らしたハンカチで鼻と口を押さえます。

**運転に注意!**

多量の降灰により視界不良となる場合があります。また、水を含んだ火山灰は滑りやすくなるため、徐行運転を心がけましょう。

**火山灰の侵入を防ぐ!**

火山灰は小さな隙間から家屋に入り込みます。電子機器に入ると誤動作を引き起こします。窓等の隙間をふさぎ、火山灰の侵入を防ぎましょう。

**樽前山に関する情報を入手しよう!**

樽前山火山避難計画 (樽前山火山防災協議会作成)

最新の樽前山の活動状況 (気象庁ウェブサイトより)



安全・安心に避難するための心得!!

# 避難について

もな 備えて安心!  
ひなん 避難の心得!!



## いざ避難! 避難するときの注意点って何?

災害が起きた場合、避難の判断によって生死が分かれることがあります。テレビやラジオ、行政などからの情報、自分の目と耳で確かめた状況をもとに、避難の判断とタイミングを決めましょう。判断を人任せにせず、「まだ大丈夫」「誰も避難していないし…」という誤った自己判断はやめましょう。

### 災害における避難のタイミング

#### 津波の場合

沿岸の海域で地震が発生し、津波による災害が予想された場合、地震発生からおよそ3分で警報や注意報が発表される。

#### 洪水・土砂災害の場合

気象状況を判断し、避難が必要な場合は苫小牧市から「レベル3高齢者等避難」や「レベル4高齢者等避難」、「レベル5避難」が発令される。

#### 火山噴火の場合

居住地域や火口周辺に影響が及ぶ噴火が予想された場合、「レベル3入山規制」や「レベル4高齢者等避難」、「レベル5避難」が発令される。

#### 「より遠く」「より高い」場所へ避難

津波浸水想定区域から急いで避難。「より遠く、より高い場所」を目指して避難し、時間がない場合は「津波緊急避難場所」や「津波避難ビル」などの緊急的な場所へ避難する。

#### 確認した避難先へ避難

避難情報が発令されたら、前もって確認した避難先へ避難する。避難することに危険を感じたら、自宅の高いところや斜面から離れた部屋などへ移動する。

#### 安全な避難施設へ避難

噴火警戒レベルに応じて避難する。噴火の規模によっては市外への避難が必要となるため、安全な親戚・知人宅への避難なども検討する。

#### 避難先は複数想定しておきましょう!

避難所に行くことだけが避難ではありません。「避難」とは「避ける」こと。下の4つの行動があります。

ひなんはき 避難先は事前に決めておこう!



普段からどう行動するか決めておきましょう!

指定緊急避難場所への避難

親戚・知人宅への避難

安全なホテル・旅館への避難

屋内安全確保(在宅避難)

## 避難所生活について



避難所は、苫小牧市内やその周辺で自然災害などが発生し、自宅での生活が困難な人々のために開設されます。苫小牧市は、市内48か所の小中学校、支援学校、高校及び大学を緊急時の避難所として指定しています。また、福祉会館や集会所などを地域住民の避難先として開設する場合があります。



## 避難所にある備蓄品

食料や飲料水のほか、資機材などを準備し、避難所へ配備しています。

備蓄品について詳しくはこちら→



## 防災訓練に参加しよう

地域で行われる防災訓練では、避難所の開設・運営訓練などが実施されています。積極的に参加してみましょう。



## 避難生活の注意点

なれない避難生活での健康を保つため、病気などの予防方法や知識を身につけましょう。

### 熱中症

気温や湿度が高い状況や栄養補給不足により、うまく体温調節ができない場合に起こります。特に夏は熱中症の危険性が高まるので注意しましょう。

#### 予防法

- こまめな水分補給
- 通気性の良い服を着る
- 冷たいタオルで身体を冷やすなど



### エコノミークラス症候群

狭い場所に長時間座ったまま足を動かさないと、血行不良が起こり血液が固まりやすくなり、血の固まり(血栓)が血管の中に流れ、肺に詰まって肺塞栓などが起こるおそれがあります。

#### 予防法

- こまめな水分補給
- ときどき軽い体操やストレッチを行う
- かかとの上げ下ろし運動やふくらはぎを軽くもんだりする
- ゆったりとした服装
- 眠るときは足を上げる など



### 低体温症

冬だけに限らず、夏でも体が濡れた状態のまま長時間いると起こることがあります。手足が冷たくなったり、冷えて身体が震えたりするときは注意しましょう。

#### 予防法

- 濡れた場合はすぐに着替える
- 毛布などにくるまり体温を保つ
- 温かい食べ物と水分をとるなど



### 生活不活発病

身体を動かす機会が減ると、歩行困難や寝たきり、認知症などの症状につながる生活不活発病が起こりやすくなります。避難先でも、適度な運動を行うことが大切です。

