

災害から大切な命を守るために



十勝沖地震(昭和43年5月16日)
倒壊した家屋/旧市役所庁舎での給水

台風19号(平成33年9月)
暴風で飛ばされた屋根/落下したリンゴ

災害はいつやってくるかわかりません。
しかし、備えなくして災害を乗り越えることはできません。

「いつかやってくる災害」から
自分や家族などの「大切な命」を守るためにも、
まずはリスクを知るところから、
少しずつ備えていきましょう。

☎危機管理課(☎017-734-5059)

東日本大震災(平成23年3月11日)
地震直後の旧市役所庁舎

Check 1 リスクを知る

自宅や勤務先には、どんな災害リスクがあるの？

- ◆ハザードマップを使って避難場所や避難経路を見付けましょう！
実際に避難経路を歩いてみるのが大事です。リスクがないか、歩くとどれくらいの時間がかかるのか試してみましょう。
- ◆避難は、災害リスクがない地域へ移動する水平避難が原則！
一方で、水平避難が間に合わない切迫した状況においては、建物の上階に避難する垂直避難が必要です。平時から、水平避難や垂直避難する避難先を決めておきましょう。

〈青森市津波ハザードマップ〉



色が塗られているところは
浸水が想定される地域。
色が塗られていない
ところへ水平避難しよう！



—各ハザードマップ配布場所—

- 本庁舎2階 危機管理課
- 駅前庁舎 総合案内
- 柳川庁舎 守衛室

Check 2 情報を取る

市が発令する「避難情報」や
「避難所開設情報」ってどうすれば分かるの？

テレビやラジオ、インターネット、市メールマガジン、
市公式SNS、防災アプリなどから情報を入手しましょう！



災害情報の
発信方法

NEW 青森市避難情報電話・FAXサービス

市からの避難情報などをご自宅の電話・FAXにお知らせします。
携帯電話やスマートフォンがないかたなど、ぜひご利用ください。

- 申請方法
- 電話 017-734-5059
 - FAX 017-734-5061
 - 郵送・直接持参 〒030-8555 危機管理課宛
 - Eメール kikikanri@city.aomori.aomori.jp



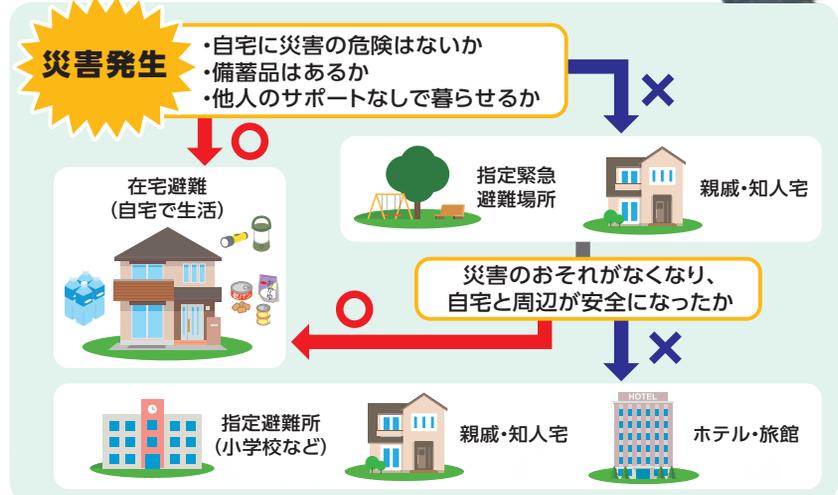
申込用紙は、危機管理課、市役所各庁舎、支所・情報コーナー、市民センター、
浪岡地区公民館、福祉館、総合福祉センター、福祉増進センター、浪岡総合保健
福祉センター、健康の森 花岡プラザなどに備付け、市ホームページ掲載

Check 3 避難を決断する

いつ避難すればいいの？

災害発生または発生のおそれがある場合には、テレビ
やラジオ、インターネットなどから気象情報や災害情報を入
手し、自分のいる場所が危険な状況か確認しましょう。
市から高齢者等避難や避難指示が発令された場合は、速
やかに避難しましょう！

避難の際は、躊躇なく！
みんなと一緒に
早めに避難しましょう！



Check 4 日頃の備えを忘れない

災害への備えて何をするべき？ (チェック☑してみよう)

- 火災を初期段階で消火できるよう消火器の用意(使用期限確認)
- 自宅を離れて避難する場合の非常持出品の用意
- 自宅で避難生活(在宅避難)する場合の非常備蓄品の用意
- 自宅の耐震性や家具の配置・固定、窓ガラスの飛散防止フィルム貼付け
- 家族・親族との連絡手段や集合場所の確認

〈非常持出品の一例〉



令和6年度 青森市総合防災訓練

今年度の青森市総合防災訓練は、
大規模地震・津波を想定し実施します。

時9/28(土) 8:00~12:00
所カクヒログループスーパーアリーナ(青森市総合体育館)
因・町会などの地域住民参加型の避難訓練
・青森市総合体育館における避難所開設訓練
・大規模地震と津波を想定した関係機関との共同訓練
・災害広報訓練 など

～災害広報訓練にご理解を～

訓練当日は、市メールマガジンを活用した災害
広報を行います。あくまでも訓練として配信する
ものですので、お間違いのないようお願いいたします。

「災害への備えを万全に！」



近年、大規模地震や大雨などの自然災害が
多く発生し、防災意識が高まっています。その
基本は防災の三助である「自助」(自分で自分や
家族を守る)「共助」(地域や事業者が助け合う)

青森市長 西秀記

「公助」(自治体などの公的支援)です。それぞ
れの役割分担を考えて定期的に内容を見直
すことも重要です。詳しくは、右の二次元コー
ドからも確認してみてください。

防災について
詳しくはこちら



市ホームページ
防災・消防