

# 冬の避難

# 寒さ

冬場は、夏とは道路状況が違い、**路面凍結**や**吹雪**の中、どう避難するかを考えておくことが大切です。そのために、まず、**避難場所を確認**しておき、そこまでの**避難経路**や**避難通路**を**把握**しておきましょう。

冬場は夏と比べて  
歩行速度が **積雪時 2割** **低下** **凍結時 3割** **する**



参考：日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震の被害想定項目及び手法の概要（中央防災会議）

さらに

防寒着を着込む など、避難の準備にも時間がかかる



早めの行動がとれるよう、日ごろから備えておこう！

## 非常持ち出し品の準備

冬は防寒具や加温、保温グッズが必要です。下記を参考にしっかりと準備しておきましょう。

## 避難経路の確保

こまめに道路の除雪を行い、いざという時に人が通れるようにしておきましょう。

## 避難方法の確認

大雪や吹雪の中、車で避難することが必ずしも正しいとは限りません。選択肢を用意しましょう。



## 冬の避難生活はとっても寒い

電気・ガス・水道が使えない想定で準備しましょう！

寒さ対策のポイントは、『加温』と『保温』です！次のポイントを押さえ備えておきましょう！

- ・『加温』を行うために、**使い捨てカイロ**や**湯たんぽ**を用意しておきましょう。
- ・手足の先よりも**首の後ろ**や**脇下**、**胸**など**血管が集まっている場所**をあたためましょう。
- ・マスクは、感染症対策だけでなく、顔の保温効果もあります。
- ・避難所が体育館の場合、床の温度が0℃近くになることもあるので**上履きは必須**です。
- ・冬の避難所は寒く、防寒対策が不十分だと、夜は眠れない可能性があります。
- ・寝袋はあたたかい冬用のものを準備しておきましょう。
- ・避難時の服装は、**帽子**や**手袋**、**靴下**まで**厚手のもの**を着装し、頭からつま先まで、熱が逃げる場所をなくすように『保温』を心がけましょう。

## 冬の避難時の服装と非常用持ち出し袋

冬の避難所は防寒対策が必要になります



## 住宅用火災警報器のアンケートにご協力ください！

釧路市消防本部では、住警器の普及啓発のため、設置率の調査を行っています。右のQRコードからアンケートにお答えください！



釧路市ホームページ  
「冬の避難に備えよう」



釧路市ホームページ  
「非常持ち出し品と備蓄」

# 自分の避難場所把握してますか？

大津波警報又は津波警報が発令された時は「津波一時避難場所」に避難しましょう。

大津波警報と津波警報では避難場所が一部異なるので  
釧路市のホームページやWebハザードマップで事前に  
確認しておきましょう。



こちらから確認できます →



## 【大津波警報】 津波一時避難場所一覧

### 《春採地区》

釧路広域連合清掃工場 高山30-1  
東雲小学校 白樺台3-19-24  
旧桂恋小学校 桂恋172-1  
ア7大空 益浦1-20-20  
はまなす会館 興津2-17-22  
春採生活館 春採1-12-22  
春採中学校 春採5-1-19  
湖畔小学校 武佐2-27-16  
武佐小学校 武佐4-3-42

### 《橋南地区》

湖陵高等学校 緑ヶ岡3-1-31  
清明小学校 緑ヶ岡4-8-7  
青陵中学校 緑ヶ岡6-9-42  
小学校給食センター 貝塚3-7-22  
貝塚配送水ポンプ場 貝塚4-14-77  
城山小学校 城山1-14-35  
教育大学釧路校 城山1-15-55  
児童発達支援センター 住吉2-12-37  
工業高等学校 鶴ヶ岱3-5-1  
幣舞中学校 春舞台1-3  
富士見会館 富士見3-2-1  
生涯学習センター 幣舞町4-28  
釧路シティファミリーホテル 大川町2-5  
釧路サウナハウス 南大通5-1-1  
ブライズ よねまち 米町4-3-16  
釧路小学校 浦見2-2-38  
旧東栄小学校 弥生2-1  
宮本会館 宮本2-12-7

### 《橋北地区》

旭改良住宅 旭町12  
総合福祉センター 旭町12-3  
ユーティアルタウン旭橋 旭町24  
ヤマダ 電機・ビッグハウス旭町店 川上町8-8  
ホテルクラウンヒルズ 釧路 北大通13-1-14  
フィッシャーマンズ 7-FMOO 錦町2-4  
ANAクラウンプラザ ホテル釧路 錦町3-7  
市役所本庁舎 黒金町7-5  
市役所防災庁舎 黒金町8-2  
釧路ロイヤルイン 黒金町14-9-2  
釧路パリスホテル 幸町7-1  
釧路地方合同庁舎 幸町10-3  
道営住宅であえる幸団地 幸町13-2-4  
中央小学校 寿1-2-16  
釧路ガス 寿4-1-2

### 《橋北地区》

マリンボス 浜町3-18  
浜町ポンプ場 浜町6-6

### 《鉄北地区》

北中学校 喜多町1-23  
公住春日グイレッツ(いちい) 春日町7  
公住春日グイレッツ(さくら) 春日町7  
公住春日グイレッツ(ぼぶら) 春日町7  
公住春日グイレッツ(かえて) 春日町7  
北海道職員住宅RC-96-1 若竹町5  
北海道職員住宅RC-97-1 若竹町5  
北海道職員住宅RC-98-1 若竹町5  
青葉小学校 新川町3-7  
公住新川団地(S-2) 新川町17  
公住新川団地(S-3) 新川町17  
公住新川団地(S-4) 新川町17  
公住新川団地(S-5) 新川町17  
駒場団地(S7) 駒場町11  
駒場団地(S8) 駒場町11  
ラスタック ホテル 若松町3-3  
道営住宅川北団地034号棟 川北町1  
新川北団地わかば 川北町2  
新川北団地ふたば 川北町4-67  
釧路製作所 川北町9-19  
共栄小学校 双葉町4-17  
共栄中学校 花園町9-40  
柳町スポーツセンター 柳町1-1  
コーチャフォー 釧路文化ホール 治水町12-10

### 《愛国地区》

光陽小学校 光陽町15-17  
江南高等学校 光陽町24-17  
景雲中学校 東川町16-1  
古川下水終末処理場 古川町7-4  
愛国小学校 愛国西1-25  
明輝高等学校 愛国西1-38  
芦野小学校 芦野1-13  
釧路公立大学 芦野4-1-1  
北海道職員住宅RC-94-4 文苑1-27-2  
北海道職員住宅双鶴寮 文苑1-27-20  
釧路中央IC避難高台広場 愛国191  
コアかきやき 愛国191-5511  
美原小学校 美原4-2-38  
美原中学校 美原4-7-1  
ウインドヒル釧路アリーナ 広里18

### 《鳥取地区》

日本製紙株式会社10号7F 鳥取大通2-2  
釧路7イシアリーナ 鳥取大通3-6-33  
ホテルマッシュラント 鳥取大通5-2-5  
釧路グランド販売 鳥取大通7-2-1  
鳥取団地とっとり 鳥取南3-7  
道新総合印刷釧路工場 鳥取南3-8-2  
鳥取南団地しんよう1 鳥取南4-1  
鳥取南団地しんよう2 鳥取南4-1-78  
北海道職員住宅RC-92-2 鳥取南8-15  
北海道職員住宅RC-93-3 鳥取南8-15  
鳥取小学校 鳥取北3-13-24  
鳥取西小学校 鳥取北7-5-5  
ア7鳥取 鳥取北8-3-10  
鳥取西中学校 鳥取北9-7-1  
北海道職員住宅朋友寮 新富士町4-3-28  
公設地方卸売市場 新富士町16-1-23  
釧路市港湾庁舎 西港1-100-17  
鳥取中学校 昭和町2-5-53  
昭和小学校 昭和中央3-12-2  
イトモル釧路昭和 昭和中央4-18-1  
公住昭和団地(SW1りんどう) 昭和中央5-8  
公住昭和団地(SW2えんれいそう) 昭和中央5-8  
公住昭和団地(SW3さくらそう) 昭和中央5-8  
公住昭和団地(SW4はなしのふじ) 昭和中央5-8  
公住昭和団地(SW5なでしこ) 昭和中央5-8  
商業高等学校 昭和中央5-10-1

### 《大楽毛地区》

カニエス電気通信 星が浦大通1-7-1  
孝仁会老人保健施設星が浦 星が浦大通3-9-35  
釧路交通本社ビル 星が浦大通5-5-49  
大楽毛下水終末処理場 星が浦南6-9-27  
マルチクリーニング 本社工場 星が浦北4-2-6  
鶴野小学校 鶴野58-5157  
釧路鶴野支援学校 鶴野58-92  
大楽毛中学校 大楽毛1-10-1  
王子マテリア社宅(9棟) 大楽毛2-5-4  
王子マテリア社宅(7棟) 大楽毛2-5-9  
王子マテリア社宅(独身寮) 大楽毛2-5-17  
釧路新道大楽毛避難御階段 大楽毛3-2  
釧路優心病院 大楽毛4-1-1  
釧路高等技術専門学院 大楽毛南1-2-51  
釧路星ヶ浦自動車学校 大楽毛南2-2-76  
グループホーム育成会 大楽毛南4-6-8

### 《大楽毛地区》

北海道職員住宅RC-99-1 大楽毛南5-11  
大楽毛西住宅501棟 大楽毛西2-26  
市営住宅K-1 大楽毛西2-31  
市営住宅K-2 大楽毛西2-31  
市営住宅K-3 大楽毛西2-31  
釧路工業高等専門学校 大楽毛西2-32-1  
釧路市湿原展望台 北斗6-11  
釧路空港ビル 鶴丘2  
山花小中学校 山花14線132  
山花温泉リゾ 山花14線131

### 《音別地区》

体験学習センター 音別町音別原野基線138-46  
拓北会館 音別町中音別445-1  
ファミ台高台 音別町中音別630  
㈱大塚製薬工場釧路工場 音別町朝日1-13  
西消防署音別支署 音別町中音別178-1  
音別町行政センター 音別町中音別1134  
おんべつ学園 音別町川東1-200-1  
音別浄化センター 音別町海光1-31  
海光団地かいこう22 音別町海光1-31-3

### 《尺別地区》

尺別中央会館 音別町尺別原野基線41-5  
音別公園墓地駐車場 音別町尺別9-1  
音別神社 音別町尺別9-2

### 《直別地区》

直別生活館東の高台路肩 音別町直別原野東1

### 《阿寒地区》

阿寒町行政センター 阿寒町中央1-4-1  
阿寒町スポーツセンター 阿寒町中央1-6-1  
阿寒町公民館 阿寒町中央2-4-1  
阿寒中学校 阿寒町北新町2-4-1  
阿寒小学校 阿寒町富士見1-17-1



「いつ起こるか分からない災害、不安だなあ…」

そう考えている、そのあなた！ 私たちと一緒に活動してみませんか？

協議会についてのお問合せや、入会の申し込みは下記にご連絡ください！

釧路市連合防災推進協議会・釧路市家庭防災推進員連絡協議会 事務局

住所：釧路市南浜町4番8号 釧路市消防本部予防課内 電話：0154-23-0427 FAX：0154-22-8204

【発行：釧路市連合防災推進協議会 事務局：釧路市消防本部予防課】