

もしも、こんなところで地震にあったら…

地震が起きたら、まずはどう行動したらいいか知っているかな。
たくさんの人がある場所では、パニックになってしまうこともあるかもしれないね。そんな時こそ、「おちついた行動」で自分の身を守ろう。

家の中

- テーブルなどの下にかくれ、身を守る。
- ドアやまどをあけて逃げ道をつくる。
- あわてて家の外に飛び出さない。



高い建物の中

- かばんなどで頭を守る。
- 停電になるかもしれないので、エレベーターは使わないで階段で下におりる。



まちの中

- かばんや上着で頭を守る。
- ブロックベいや電柱、たれさがった電線には絶対に近づかない。



デパート・スーパー

- かばんなどで頭を守り、物が並んでいるたなからはなれる。
- お店の人の言うことをきいて行動する。



電車・バスの中

- つり革や手すりにしっかりとつかまる。
- 車掌さんや運転手さんの言うことをきいて行動する。



がけや海岸の近く

- がけの近くにいたら、はなれた場所に逃げる。
- 海岸にいたら、すぐに高いところに逃げる。



人ごみの中ではパニックに注意!

災害の時は、こわいという気持ちと不安でパニックになったり、デマ(正しくないうわさ、うそ情報)が発生することがあります。特にデパートや駅などの人ごみの多い場所では、みんながパニックになってしまい、危険なこともあります。うわさやうそにふり回されないように、正しい情報をたしかめて、おちついて行動しましょう。



山形市避難場所地図に関するお問い合わせ先

山形市役所 防災対策課 TEL.(代) 641-1212 (内線 216・383)

山形市 避難場所 地図

2026年2月
(令和8年)
保存版
山形市



データ版はこちら

1 このように使ってください

- クリアケース(地図を入れる半透明のケース)左上に穴が開いています。ひも等を通し、いつも見えるところに保管してください。
- 避難場所地図、洪水ハザードマップをご覧になり、“地震”“洪水”の時、みなさんの家族が避難するところを確認して、クリアケース表紙に記入してください。
- クリアケースには、避難場所地図、洪水ハザードマップ、その他の順で入れてください。



2 災害って？

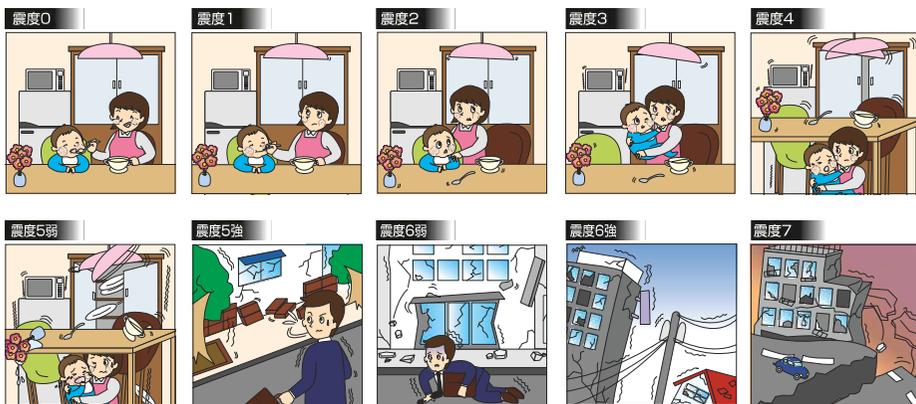
暴風、竜巻、豪雨、豪雪、洪水、がけ崩れ、土石流、高潮、地震、津波、噴火、地滑りその他の異常な自然現象または大規模な火事や爆発などの原因による被害をいいます。

このうち洪水については、洪水ハザードマップをご覧ください。避難場所地図では、主に地震について説明します。



3 どれくらい揺れると震度なに？

震度は「震度0」から「震度7」まであります。その中でも震度5と震度6は被害状況の幅が広すぎるので、それぞれ強と弱に分けてあり、全部で10階級あります。



4 山形は地震の危険地域!?

山形県の内陸部は、災害の少ない地域だといわれてきました。実際、地震に関しては、大規模な直下型のものは有史以来発生していません。

しかし、市域には国内有数の山形盆地断層帯が存在し、平成14年5月に山形盆地断層帯に関する評価および被害想定が公表され、平成19年8月には、これまでの評価を見直した長期評価が公表されています。

公表時期	位置	長さ	断層のタイプ	断層の傾斜	
平成19年8月	北部	大石田町～寒河江市	約29km	西側隆起の逆断層	西傾斜
	南部	寒河江市～上山市	約31km	西側隆起の逆断層	西傾斜
平成14年5月	大石田町～上山市	約60km	西側隆起の逆断層	西傾斜	

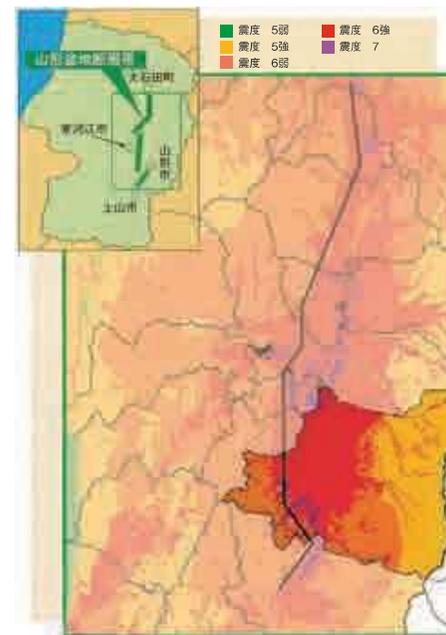
	平均活動間隔	地震の規模	地震発生確率(今後30年以内)	地震によるずれ(上下成分)
北部	約2,500~4,000年	M7.3	0.003~8% (「高い」部類に入る)	2~3m程度
南部	約2,500年	M7.3	1% (「やや高い」部類に入る)	2~3m程度

※山形盆地断層帯全体が同時に活動する場合は、M7.8程度の地震が発生すると推定され、同時に活動する場合の確率は、北部あるいは南部が単独で活動する場合の確率を越えないものと考えられます。

山形盆地断層帯被害想定

地震規模	発災ケース(山形市)		
	冬期夕方	冬期早期	夏期昼間
震度	震度6~7		
建物全壊	11,707棟 10.7%	11,707棟 10.7%	9,699棟 8.9%
建物半壊	14,097棟 12.9%	14,097棟 12.9%	12,967棟 11.9%
出火	129件 0.36%	51件 0.13%	14件 0.02%
建物焼失	397棟 0.36%	144棟 0.13%	25棟 0.02%
死者	545人 0.20%	596人 0.24%	368人 0.14%
負傷者	3,106人 1.16%	3,296人 1.32%	2,392人 0.89%
全半壊建物	63,772人 23.85%	63,155人 25.31%	55,230人 20.66%
避難所生活者(ピーク時)	30,767人 11.51%	30,360人 12.17%	26,036人 9.74%
上水道断水世帯	34,645世帯 40.4%	34,645世帯 40.4%	32,976世帯 38.5%
都市ガス停止世帯	22,082世帯 100%	22,082世帯 100%	22,082世帯 100%
停電世帯	27,735世帯 32.6%	27,735世帯 32.6%	25,858世帯 30.4%
電話不通世帯	31,684世帯 26.1%	31,684世帯 26.1%	28,749世帯 23.7%

震度分布



注1) %表示は、評価対象の全数(総人口、総加入世帯数)に対する被害数の割合。
注2) 建物棟数は住宅、事務所等であり、物置、土蔵は含まない。

5 ひ ころ そ な ば ん ぜん 日頃の備えは万全ですか？ ～家の中は安全ですか～

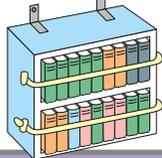
災害を最小限に食い止めるには、一人ひとりの心がけが何より大切。万が一の時にもあわてないように日頃の備えを万全にしておきましょう。

落下・転倒防止対策

- 棚やタンスの上に重いものを置かない。
- 本棚やロッカーなどの収納物は軽いものを上に、重いものを下に置く。
- 固定できる家具は固定する。

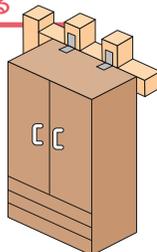
本棚の本を固定する

本棚をL型金具などで固定したあと、さらに棚ごとヒモを回し本を固定します。



家具の転倒を防止する

家具の転倒防止は、直接柱に固定するか、間柱・胸縁に固定します。いずれの場合も、家具との間に隙間ができないように注意し、木ねじ、L型金具等で固定します。



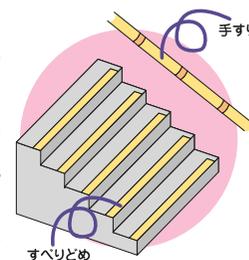
火災防止対策

- 暖房器具は耐震自動消火装置が作動するか定期点検を。
- ガスコンロなど火元のまわりには燃えやすいものを置かない。
- カーテンは防災加工のものを。
- 消火器は一定の所に置く。



身の安全対策

- ガラスが飛散した場合を考えて、スリッパの用意を。
- ガラス戸の側に家具を置かない。
- 階段にはすべり止めや手すりを。
- 寝室には、高さのある家具などを置かない。



6 たい じ しん お 大地震が起こったら！ ～地震の心得10か条～

どんな大きな地震も揺れがひどいのは最初の1分間。その1分間をどうするか、被害を最小限にするポイントです。「あわてず、あせらず、落ち着いて」

1 まず、自分の身を守る！

なによりも大切なのは命。まず、倒れやすい家具や本棚から離れ、テーブルなどの下に避難し、身の安全を確保する。



2 すばやく火の始末！

揺れが収まったら「火を消せ！」と家族みんなで声をかけ合い、ガスコンロやストーブなどの火を確実に消す。



3 戸を開けて非常口を確保！

ゆがみで戸が開かなくなったら一大事。特にマンション等中高層住宅では危険大！



4 火が出たら初期消火！

「火事だ！」と大声で叫び、近所にも協力を求める。



5 あわてて外へ飛びださない！

屋外は落下物やブロック塀の倒壊など危険が多い。



6 狭い路地やブロック塀には近づかない！

ブロック塀・門柱・自動販売機などは倒れやすいので要注意。



7 山崩れ、がけ崩れに注意！

居住地の自然環境を十分に把握し、日頃から十分な対策を。



8 避難は早めに。みんなで行動しよう！

早めに指定された避難場所へ徒歩で避難を。車は使わない。



9 協力し合って応急救護を！

お年寄りや身体の不自由な人、ケガ人などに声をかけ、みんなで助け合う。



10 正しい情報を聞く！

うわさやデマに振り回されない。



7 ひなんばしょしゅるい 避難場所の種類

名称	市避難場所	市避難所	市避難場所・市避難所	市避難場所(広域)	
説明	様子を見るために、とりあえず避難する場所です。正確な情報を知って、地域ぐるみで防災活動を行う拠点となります。	風水害など、屋内に避難するための場所と、災害が家を持った市民の方や市内に偶然来ていて被災し臨時に生活するための場所です。各町内会、自主防は避難所を指定している場合もありますので、ご確認下さい。	一段落した後、た市外の方が、災害によって	市避難場所と市避難所の両方を指定している所です。	火災が広い範囲におよび、最悪の事態となった時、熱や煙、有毒ガス、浸水などから生命の安全を確保するための場所です。
たとえば	最寄りの国、公立小・中・高等学校のグラウンド並びにおおむね1,000㎡以上の公園	国、公立小・中・高等学校の体育館等、コミュニティセンター、公民館、その他の市の体育館			霞城公園、薬師公園周辺
詳細図の記号	◆	●	◆	■	

8 やまがたしぜんいきず 山形市全域図

全域図および市街地拡大図から詳細図のページに移行して、みなさんの家族の避難場所を確認してください。避難場所を確認したら、地図のクリアケース表紙に記入してください。



市街地 拡大図

A 市街地北部詳細図

B 市街地中央部詳細図

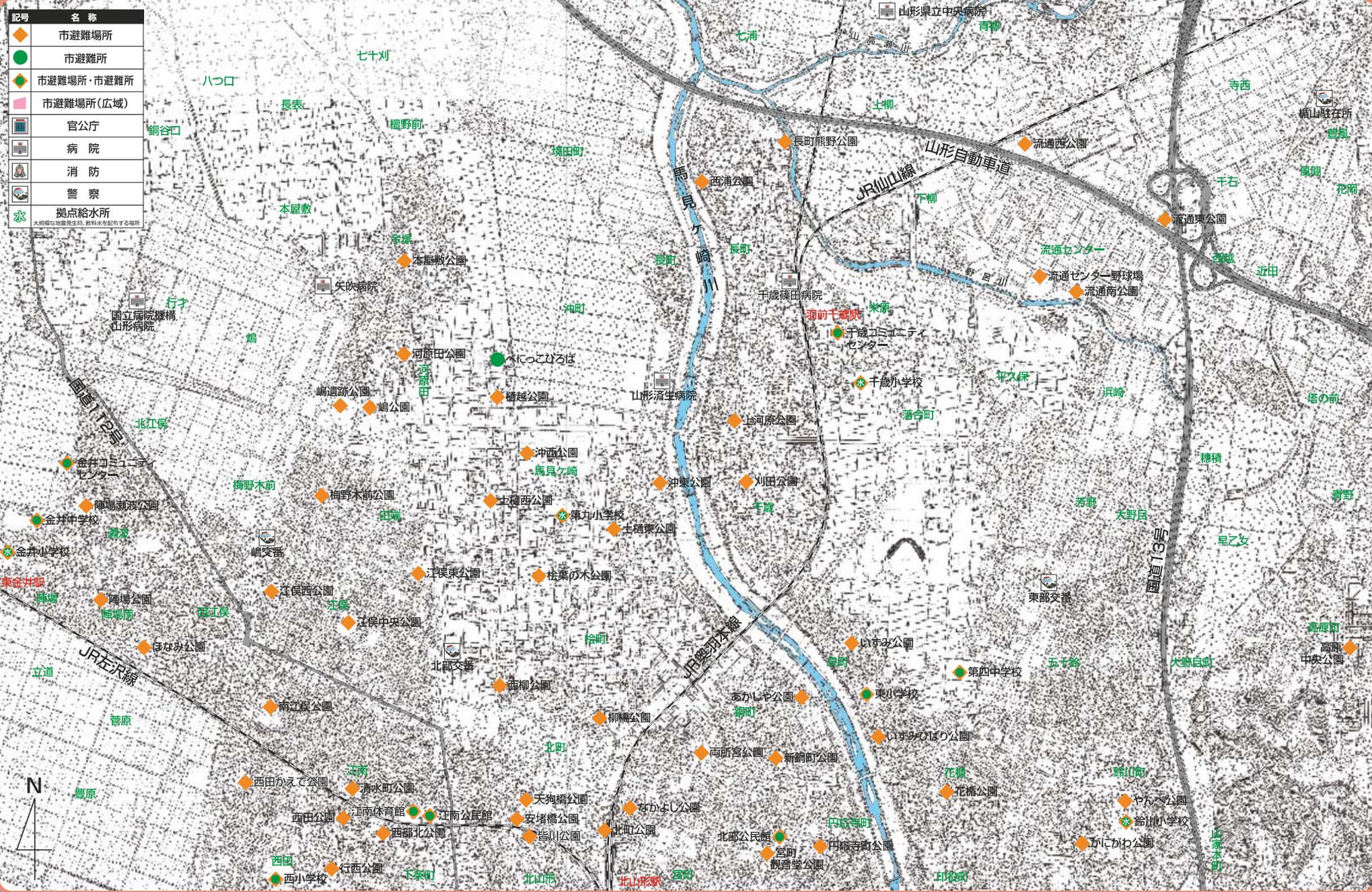
C 市街地南部詳細図

D 各地区詳細図

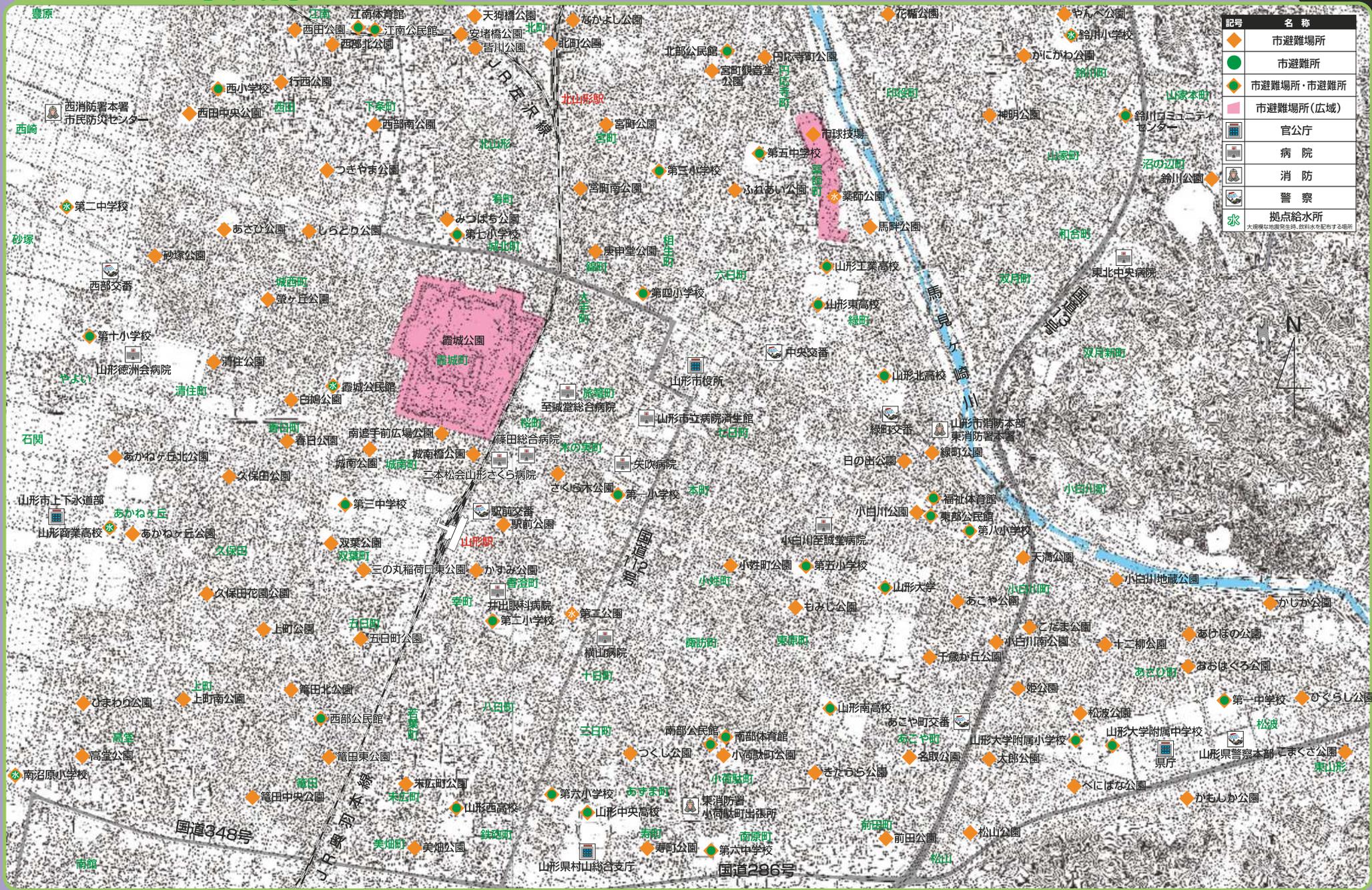


A 市街地北部詳細図

記号	名称
◆	市避難場所
●	市避難所
◆	市避難場所・市避難所
■	市避難場所(広域)
庁	官庁
病	病院
消	消防
警	警察
水	拠点給水所 <small>大規模な地震発生時、飲料水を配布する場所</small>



B 市街地中央部詳細図



記号	名称
◆	市避難場所
●	市避難所
◆	市避難場所・市避難所
■	市避難場所(広域)
庁	官公庁
院	病院
消	消防
警	警察
水	拠点給水所 大規模な地震発生時、飲料水を配布する場所

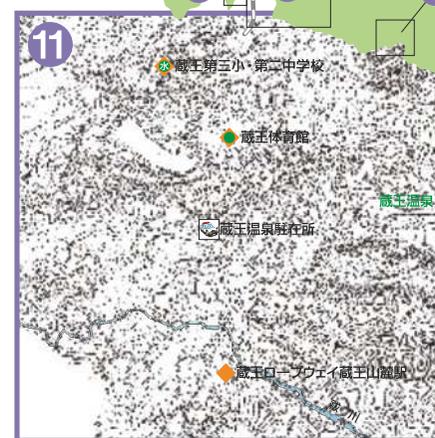
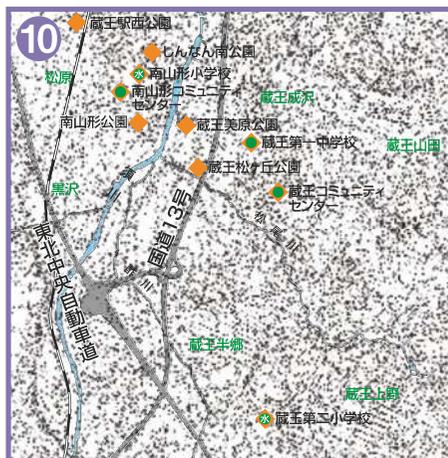
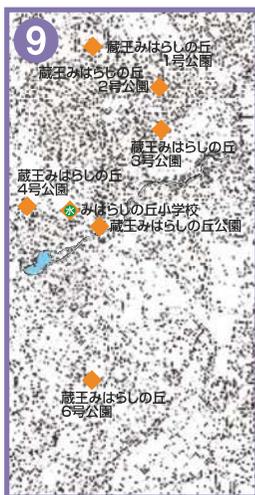
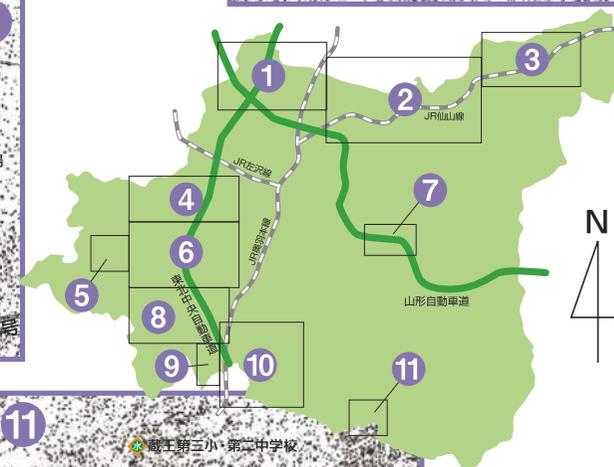
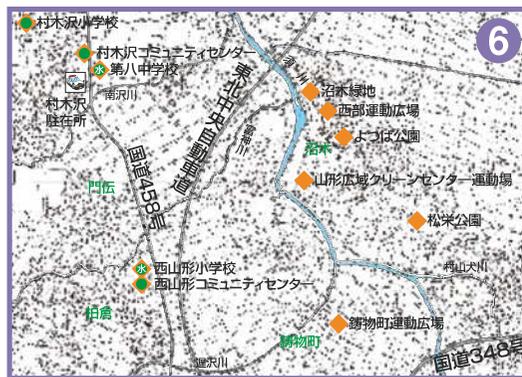
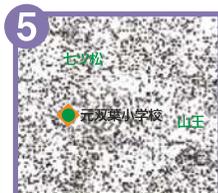
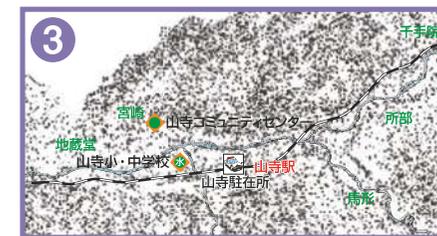
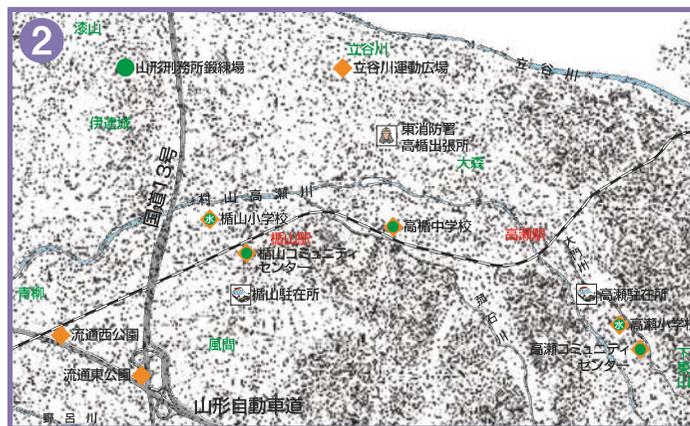
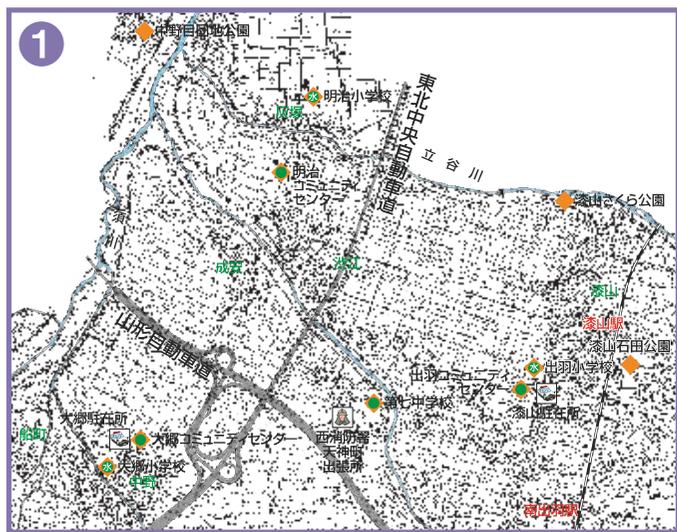
市街地南部詳細図



記号	名称
◆	市避難場所
●	市避難所
◇	市避難場所・市避難所
■	市避難場所(広域)
庁舎	官公庁
病院	病院
消防	消防
警察	警察
水	拠点給水所 <small>大規模な地震発生時、飲料水を配布する場所</small>



各地区詳細図



記号	名称
◆	市避難場所
●	市避難所
◇	市避難場所・市避難所
■	市避難場所(広域)
庁	官公庁
病	病院
消	消防
警	警察
水	拠点給水所

大規模な地震発生時、飲料水を配布する場所

9 ひなんちずつく 避難ルート地図を作っておこう！

災害の時に家族みんなが安全に避難するためには、どこに避難するのかを家族で話し合ったり、避難する道を家族で歩いたりして、それぞれの家での避難ルート地図を作っておくと安心です。家族みんな考えてながら作ってみてね。

○災害の時には、どんなことが起こるだろう？

こわいこと

こまること

○地震の時はどこに避難する？

避難場所

避難所

※避難場所…大きな公園や学校のグラウンドなど、あぶない時にとりあえず避難する場所。
 避難所…学校の体育館や公民館など、家がこわれたりした時に避難生活ができる場所。

○安全に避難するために気をつけることは何？

服装

非常持出品

※非常持出品…災害の時に必要なもの。すぐを持って避難できるように、準備しておこう。
 くわしくは、山形市公式ホームページを見てね。



山形市の木「ナナカマド」
 7回かまどに入れても燃えにくいという名前の由来から、災害に強い町への願いが込められています。
 花言葉は「慎重」「用心」など…防災への意識を高めるのにピッタリ！

○連絡先をメモしておこう

☆災害用伝言ダイヤル…171

災害で電話がつながりにくい時に伝言ができます。
 ガイダンスが流れた後、電話番号をダイヤルする。
 伝言をする…171→1 伝言を聞く…171→2

家族でどの番号にするか決めておこう！

1 チェック項目を決めよう

まちの中では、どういうところをチェックしたらいいかを考えよう。あぶないところだけでなく、目印になる建物や役に立つ場所も一緒にチェックするといいいね。

目印になるところ	こんなことがおきる	こんなところをチェック！	こんなことがおきる	こんなところをチェック！
避難場所	ガラスが割れる	ガラスをいっぱい使った建物	道が通れない	道にいつも置いてある物
避難所		ベランダにおいてある植木鉢		せまい道
病院	物が落ちてくる	看板	物がたおれてくる	ブロック塀
交番・警察署		屋根のかわら		固定されてない自動販売機
お店	電線がたれ下がる	たくさん電線があるところ		
	土砂くずれがおきる	土がむき出しの斜面・がけ		

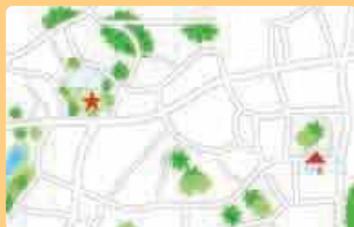
2 地図を用意しよう

学校で通学路の地図をもらったことがないかな。
公民館などにも校区の地図があるかもしれないね。
パソコンを使って、インターネットでも地図は手に入るよ。
もちろん、本屋さんなどで地図を買ってきてもOK。



3 自分の家と避難する場所に印をつけよう

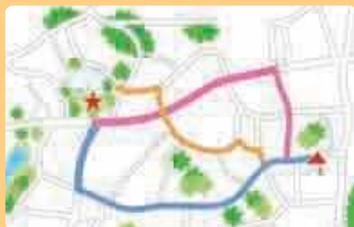
自分の家がどこにあるか分かるかな。
避難場所が1つじゃない場合もあるね。



4 避難する道に色をつけよう

道が通れなくなることもあるから、3つぐらいのルートを考えてみよう。

- いちばん早く行けるルート
- 出来るだけ広い道を選ぶルート
- 山やがけ、川の近くや橋をできるだけ通らないルートなど



5 点検に出かけよう

この本と地図を持って、避難ルートを歩いてみよう。くれぐれも事故にあわないように気をつけようね。

- チェック項目を見つけたら、地図に書きこんでいこう。
- 予想以外のものがあるかもしれないね。それも書いておこう。
- チェックしたところの写真を撮っておくのもいいね。



6 点検した結果から、避難ルートを見直そう

「安全に避難できそう」と考えたルートでも、点検してみたら危ないところがたくさんあるかもしれないね。

その時は、また新しいルートを考えることも必要だよ。

さあ、避難ルートMAPができたら、家の目立つところにはろう。

コピーを取ってランドセルに入れておく、というように家族みんなが持ち歩けるようにしてもいいね。

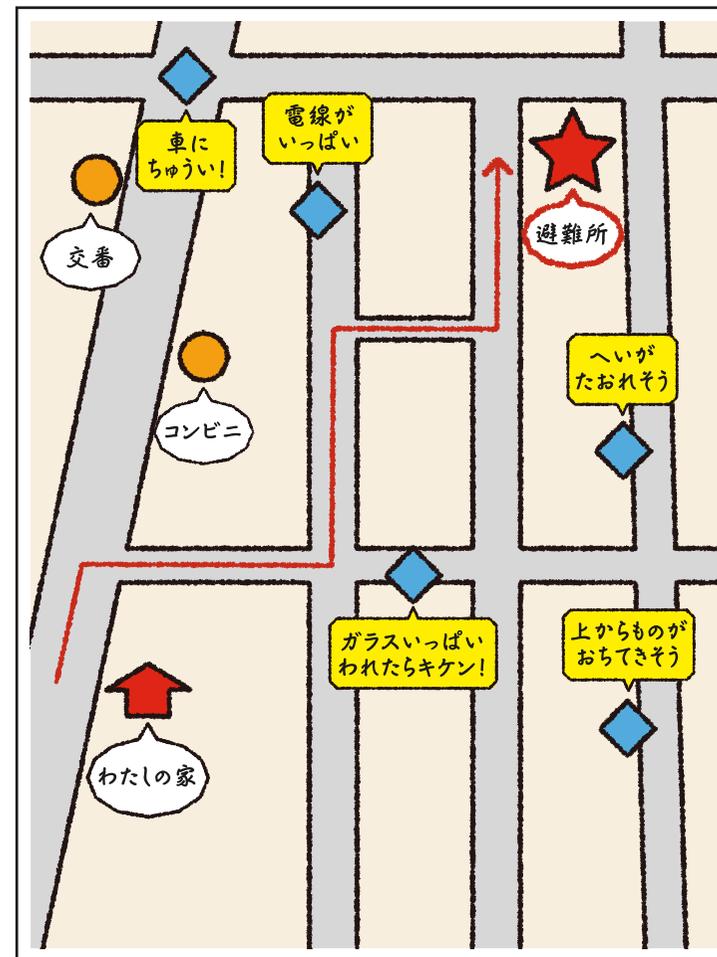
避難ルートMAPは「これで完成」ではありません。新しく建物ができたり、道の様子が変わったりなど、町は常に姿を変えます。気がついたことは書きこんでいきましょう。



大人の
方へ



こんな風にはやってみよう 避難ルート地図(例)



まちの中を歩いてチェックしたところを書き込もう!
○や☆など、マークを使うとわかりやすいよ。



(子どものための防災MAP(福岡県)より掲載)
防災MAP P7~8