

# ハンドブックの活用について

このハンドブックは、家庭での備えや災害の知識など、災害時に自らの命を守ること（自助）、周りの人と協力して助け合うこと（共助）に役立つ内容を記載しています。

札幌市が発行しているハザードマップなどと一緒にご活用ください。

まずは『防災スキルチェックシート』で、あなたの防災スキルを試してみませんか。

みんなでさっぼろ防災王を目指してみましょ。



1コマ目に戻る



札幌市が発行しているハザードマップなど



浸水ハザードマップ



地震防災マップ



自主防災マニュアル



マンションの防災力

「さっぼろ防災王クイズ」をYouTubeで公開しています



あなたの  
実力を  
**CHECK!**  
☑

さっぽろ防災王にチャレンジ!

# 防災スキルチェックシート

身近な備え編

行動編

知識・情報収集編

	チェック	参考ページ
01 食料や日用品を多めに買い置きしている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 9P
02 災害時の家族の安否確認の方法を決めている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 11P
03 日ごろからご近所さんとコミュニケーションを取っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 31P
04 地震発生時に最優先で守るものが分かる	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 14P
05 家具の固定など、自宅の地震対策をしている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 7P
06 飲料水を家族分(人数×3ℓ×3日)備蓄している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 19P
07 非常持出品を準備している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 9P
08 家族会議で災害時の行動や必要な備えについて確認している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 11P
09 地域などで実施される防災訓練や研修会などに参加している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 31P
10 職場や学校などから歩いて帰ることができる (または一晩とどまる備えをしている)	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 18P
11 屋外で地震が発生した際の危険なポイントを知っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 15P
12 台風が近付いてきたときの備えのポイントを知っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 27P
13 集中豪雨や線状降水帯の危険を知っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 22P
14 浸水ハザードマップを基に、自宅の浸水リスクを確認している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 5P
15 近所の土砂災害警戒区域を把握している	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 26P
16 防災情報、気象情報を自分で調べることができる	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 33P
17 「正常性バイアス」を知っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 24P
18 札幌市で想定されている地震被害の規模を知っている	<input type="checkbox"/>	▶ 詳細は 13P

このハンドブックを見て確認してみよう!

あなたはいくつ「チェック」できましたか?

0～9個

未来のさっぽろ防災王  
まずは自分の身を守れるように!

10～13個

さっぽろ防災中級者  
防災ハンドブックを熟読しよう!

14～17個

さっぽろ防災上級者  
困っている人を助けよう!

18個

さっぽろ防災王  
防災の輪を広めよう!

