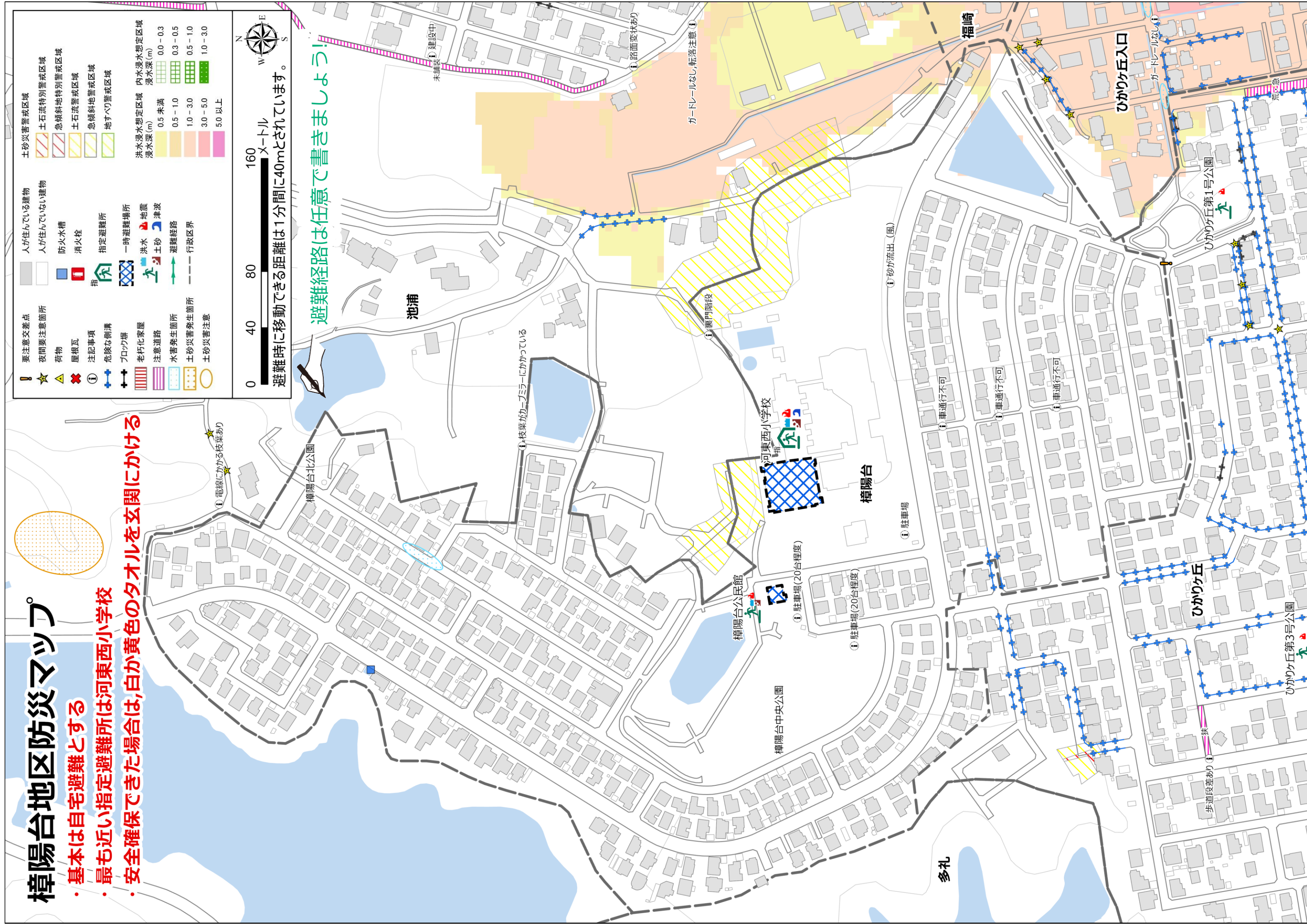




2026年3月発行

自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう!

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 樟陽台 地区防災マップ・タイムライン

表紙 河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。

マップ 自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。

タイムライン 自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

その場を立ち退く
避難所等への移動

上の階に避難する
垂直避難

その場にとどまる
自宅・在宅避難

指定避難所

居住地と異なる場所での生活を前提とするところ。

一時避難場所

災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

緊急連絡先

宗像市役所 危機管理課
36-5050

避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ

いざという時に連絡する
相手を記入しましょう!

個人での非常持出品 (3日分を目安)

チェックしましょう!

貴重品

- ☐ 現金
- ☐ 印鑑
- ☐ 健康保険証
- ☐ 預金通帳
- ☐ マイナンバーカードなど
身分証明書
- ☐ 権利証書

情報グッズ

- ☐ ラジオ (電池含む)
- ☐ 携帯電話
- ☐ 携帯電話の充電器
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 家族の連絡先
- ☐ 安否確認方法

救急医療品

- ☐ 常備薬
- ☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など
- ☐ 傷薬
- ☐ 絆創膏
- ☐ 包帯など応急手当て用品

衛生用品

- ☐ マスク
- ☐ 消毒液
- ☐ ゴム手袋
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ティッシュ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 歯ブラシ
- ☐ 紙おむつ
- ☐ 生理用品
- ☐ 石鹸

食料

- ☐ 非常用食品
- ☐ 紙皿・アルミ皿
- ☐ 紙コップ
- ☐ 水筒
- ☐ 飲料水
- ☐ 離乳食
- ☐ 粉ミルク

衣類

- ☐ 衣類 (下着・上着など)
- ☐ ヘルメット・帽子
- ☐ 部屋履き (上靴・サンダルなど)
- ☐ 靴下
- ☐ 毛布
- ☐ 紙コップ

その他

- ☐ ラップフィルム (止血・食器用)
- ☐ 防災マップ
- ☐ 筆記用具・メモ帳
- ☐ ハサミ
- ☐ ロープ
- ☐ 軍手
- ☐ タオル
- ☐ ライター・ろうそく
- ☐ ゴミ袋
- ☐ ビニールシート
- ☐ 懐中電灯・ランタン (できれば一人ひとつ)
- ☐ 電池

夏

- ☐ 虫よけスプレー
- ☐ 日焼け止め

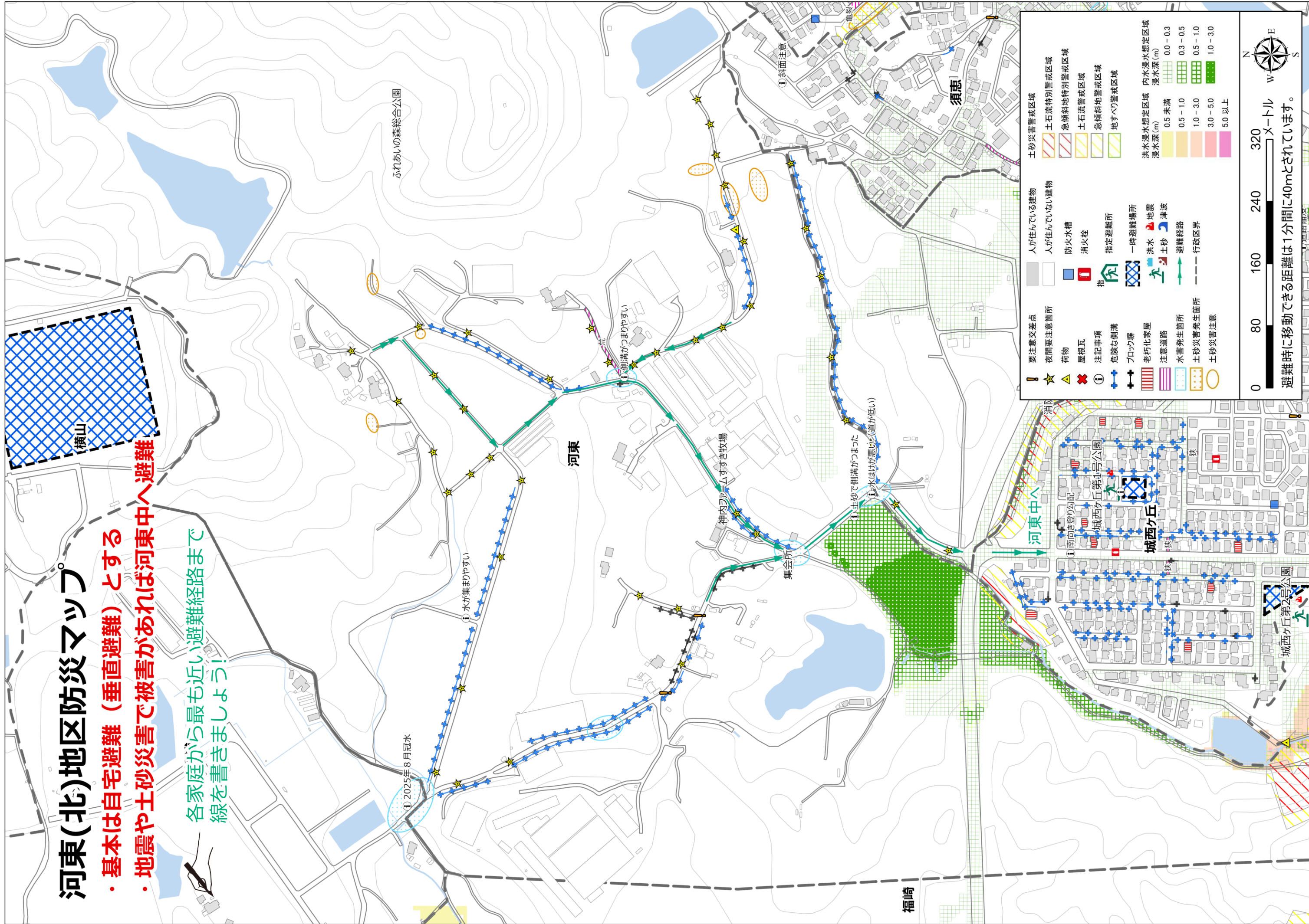
冬

- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 防寒具 (防寒シートなど)

持出品選びのポイント

- ・旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
- ・入手しにくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。





2026年3月発行

自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう！

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 河東(北) 地区防災マップ・タイムライン

表紙 河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。
マップ 自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。
タイムライン 自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

その場を立ち退く
避難所等への移動

上の階に避難する
垂直避難

その場にとどまる
自宅・在宅避難

指定避難所

居住地と異なる場所での生活を前提とするところ。

一時避難場所

災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

緊急連絡先

宗像市役所 危機管理課
36-5050

避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ

いざという時に連絡する
相手を記入しましょう！

個人での非常持出品（3日分を目安）

貴重品

- ☐ 現金
- ☐ 印鑑
- ☐ 健康保険証
- ☐ 預金通帳
- ☐ マイナンバーカードなど
身分証明書
- ☐ 権利証書

情報グッズ

- ☐ ラジオ（電池含む）
- ☐ 携帯電話
- ☐ 携帯電話の充電器
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 家族の連絡先
- ☐ 安否確認方法

救急医療品

- ☐ 常備薬
- ☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など
- ☐ 傷薬
- ☐ 絆創膏
- ☐ 包帯など応急手当て用品

衛生用品

- ☐ マスク
- ☐ 消毒液
- ☐ ゴム手袋
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ティッシュ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 歯ブラシ
- ☐ 紙おむつ
- ☐ 生理用品
- ☐ 石鹸

食料

- ☐ 非常用食品
- ☐ 紙皿・アルミ皿
- ☐ 紙コップ
- ☐ 水筒
- ☐ 飲料水
- ☐ 離乳食
- ☐ 粉ミルク

衣類

- ☐ 衣類（下着・上着など）
- ☐ ヘルメット・帽子
- ☐ 部屋履き（上靴・サンダルなど）
- ☐ 靴下
- ☐ 毛布
- ☐ 紙コップ

その他

- ☐ ラップフィルム（止血・食器用）
- ☐ 防災マップ
- ☐ 筆記用具・メモ帳
- ☐ ハサミ
- ☐ ロープ
- ☐ 軍手
- ☐ タオル
- ☐ ライター・ろうそく
- ☐ ゴミ袋
- ☐ ビニールシート
- ☐ 懐中電灯・ランタン（できれば一人ひとつ）
- ☐ 電池

夏

- ☐ 虫よけスプレー
- ☐ 日焼け止め

冬

- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 防寒具（防寒シートなど）

持出品選びのポイント

- ・旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
- ・入手しにくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。



各家庭から最も近い避難経路まで
線を書きましょう！

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

表紙	河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。
マップ	自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。
タイムライン	自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

緊急連絡先

その場にとどまる
自宅・在宅避難

避難所に関するご質問・
宗像市の警戒レベル発表
状況等はこちらへ

いざという時に連絡する
相手を記入しましょう!

災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

チェックしましょう

衛生用品

- ☐ マスク
- ☐ 消毒液
- ☐ ゴム手袋
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ティッシュ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 歯ブラシ
- ☐ 紙おむつ
- ☐ 生理用品
- ☐ 石鹸

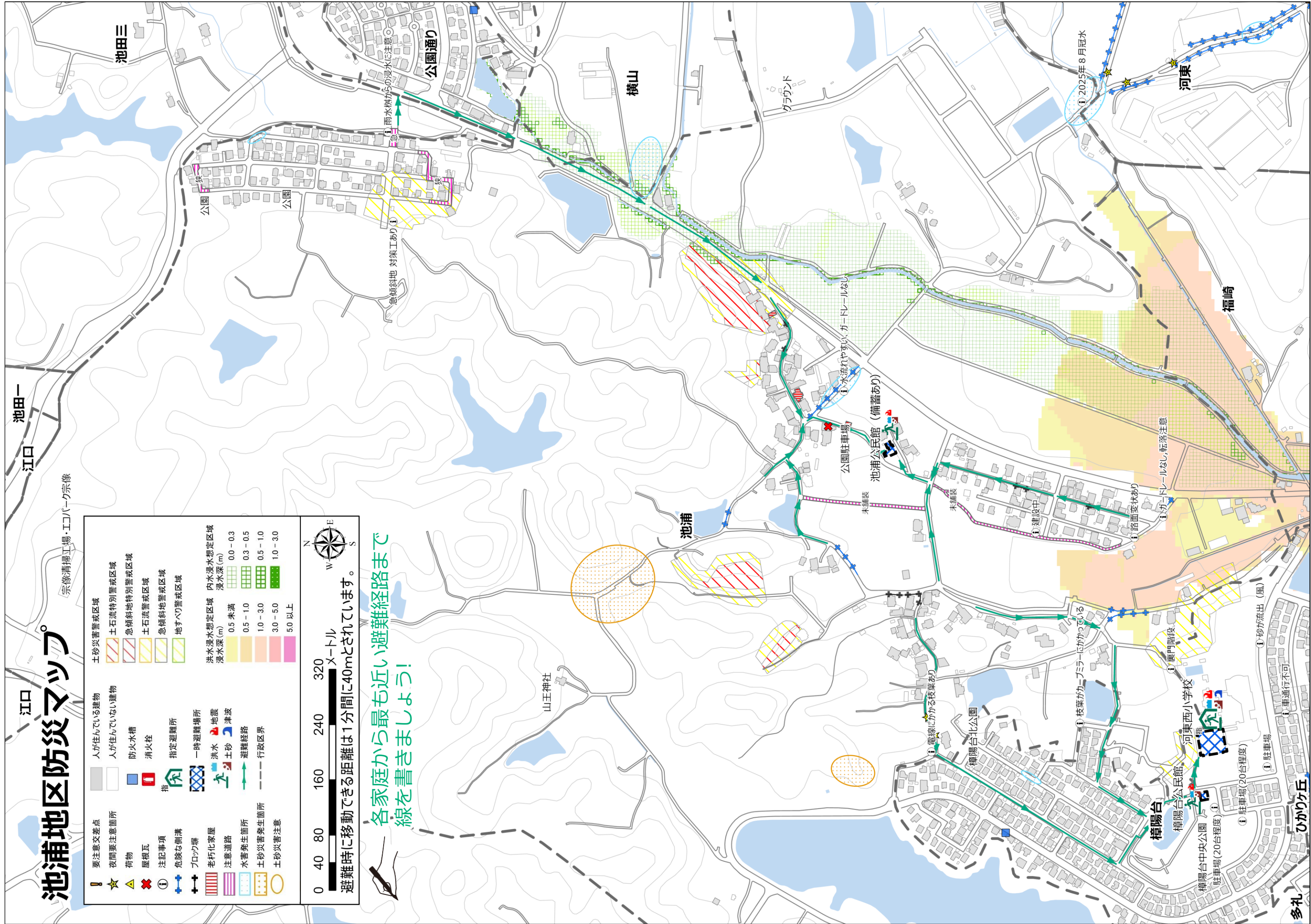
 その他

- 夏

 - ☐ライター・ろうそく
 - ☐虫よけスプレー
 - ☐ゴミ袋
 - ☐日焼け止め
 - ☐ビニールシート
 - ☐懐中電灯・ランタン
 - ☐冬
 - (できれば一人ひとつ)
 - ☐使い捨てカイロ
 - ☐防寒具
 - ☐電池
 - (防寒シートなど)

- ・旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
- ・入手にくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。





自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう!

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 池浦 地区防災マップ・タイムライン

表紙 河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。

マップ 自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。

タイムライン 自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について 緊急連絡先

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

上の階に避難する
垂直避難

その場を立ち退く
避難所等への移動

その場にとどまる
自宅・在宅避難

指定避難所
居住地と異なる場所での生活を前提とするところ。

一時避難場所
災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

宗像市役所 危機管理課
36-5050

避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ

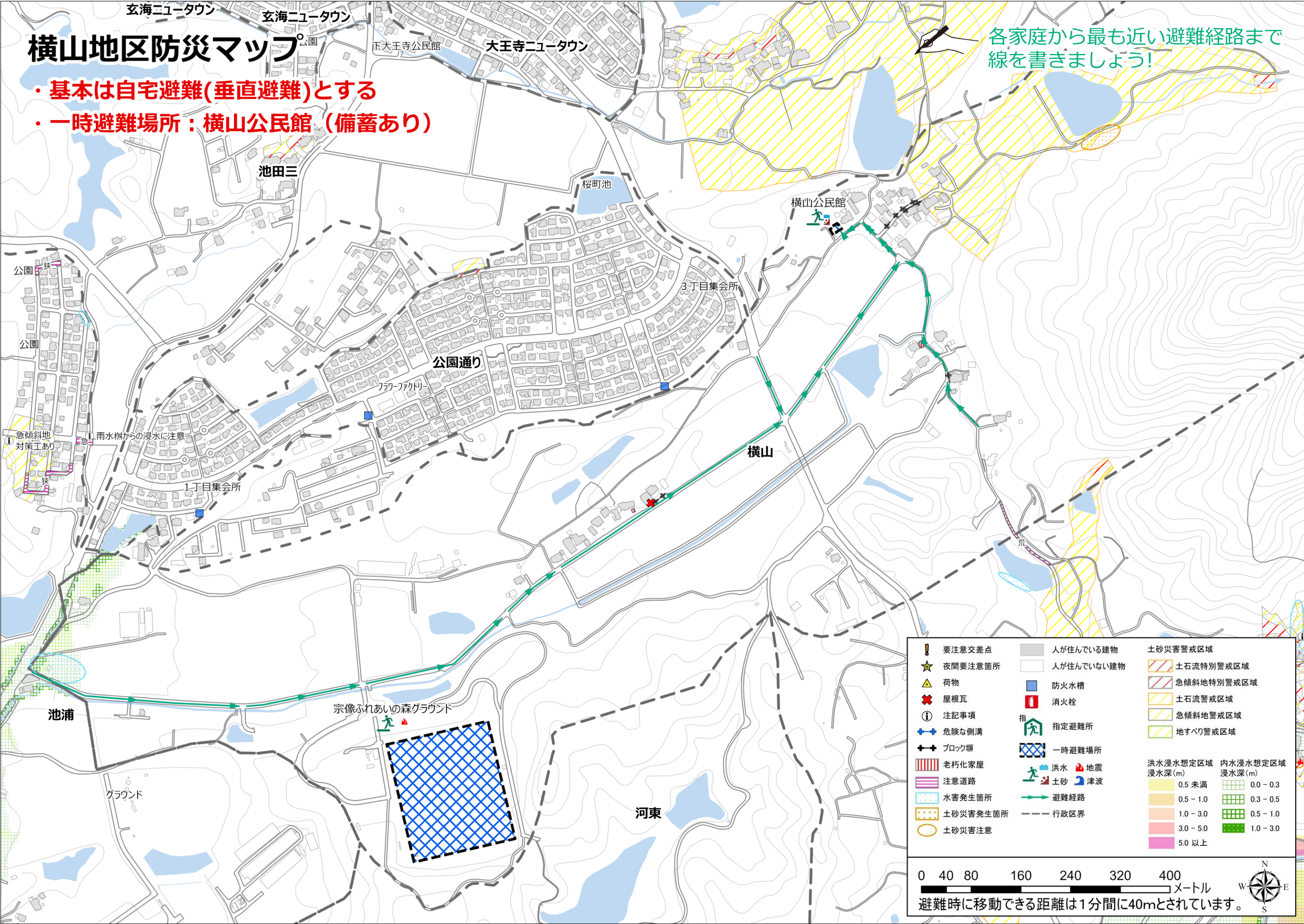
いざという時に連絡する
相手を記入しましょう!

個人での非常持出品 (3日分を目安) チェックしましょう!

貴重品 ☐ 現金 ☐ 印鑑 ☐ 健康保険証 ☐ 預金通帳 ☐ マイナンバーカードなど ☐ 身分証明書 ☐ 権利証書	情報グッズ ☐ ラジオ (電池含む) ☐ 携帯電話 ☐ 携帯電話の充電器 ☐ モバイルバッテリー ☐ 家族の連絡先 ☐ 安否確認方法	救急医療品 ☐ 常備薬 ☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など ☐ 傷薬 ☐ 絆創膏 ☐ 包帯など応急手当て用品	衛生用品 ☐ マスク ☐ 消毒液 ☐ ゴム手袋 ☐ 簡易トイレ ☐ ティッシュ ☐ ウェットティッシュ ☐ 歯ブラシ ☐ 紙おむつ ☐ 生理用品 ☐ 石鹸
食料 ☐ 非常用食品 ☐ 紙皿・アルミ皿 ☐ 紙コップ ☐ 水筒 ☐ 飲料水 ☐ 離乳食 ☐ 粉ミルク	衣類 ☐ 衣類 (下着・上着など) ☐ ヘルメット・帽子 ☐ 部屋履き (上靴・サンダルなど) ☐ 靴下 ☐ 毛布 ☐ 紙コップ	その他 ☐ ラップフィルム (止血・食器用) ☐ 防災マップ ☐ 筆記用具・メモ帳 ☐ ハサミ ☐ ロープ ☐ 軍手 ☐ タオル	夏 ☐ ライター・ろうそく ☐ ゴミ袋 ☐ ビニールシート ☐ 懐中電灯・ランタン (できれば一人ひとつ) ☐ 電池 冬 ☐ 虫よけスプレー ☐ 日焼け止め ☐ 使い捨てカイロ ☐ 防寒具 (防寒シートなど)

持出品選びのポイント

- 旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
- 入手しにくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。



自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう！

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 横山

地区防災マップ・タイムライン

表紙	河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。
マップ	自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。
タイムライン	自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

その場を立ち退く
避難所等への移動

その階に避難する
垂直避難

その場にとどまる
自宅・在宅避難

指定避難所
居住地と異なる場所での生活を前提とするところ。

一時避難場所
災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

緊急連絡先

宗像市役所 危機管理課 36-5050	避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ
-------------------------------	--------------------------------

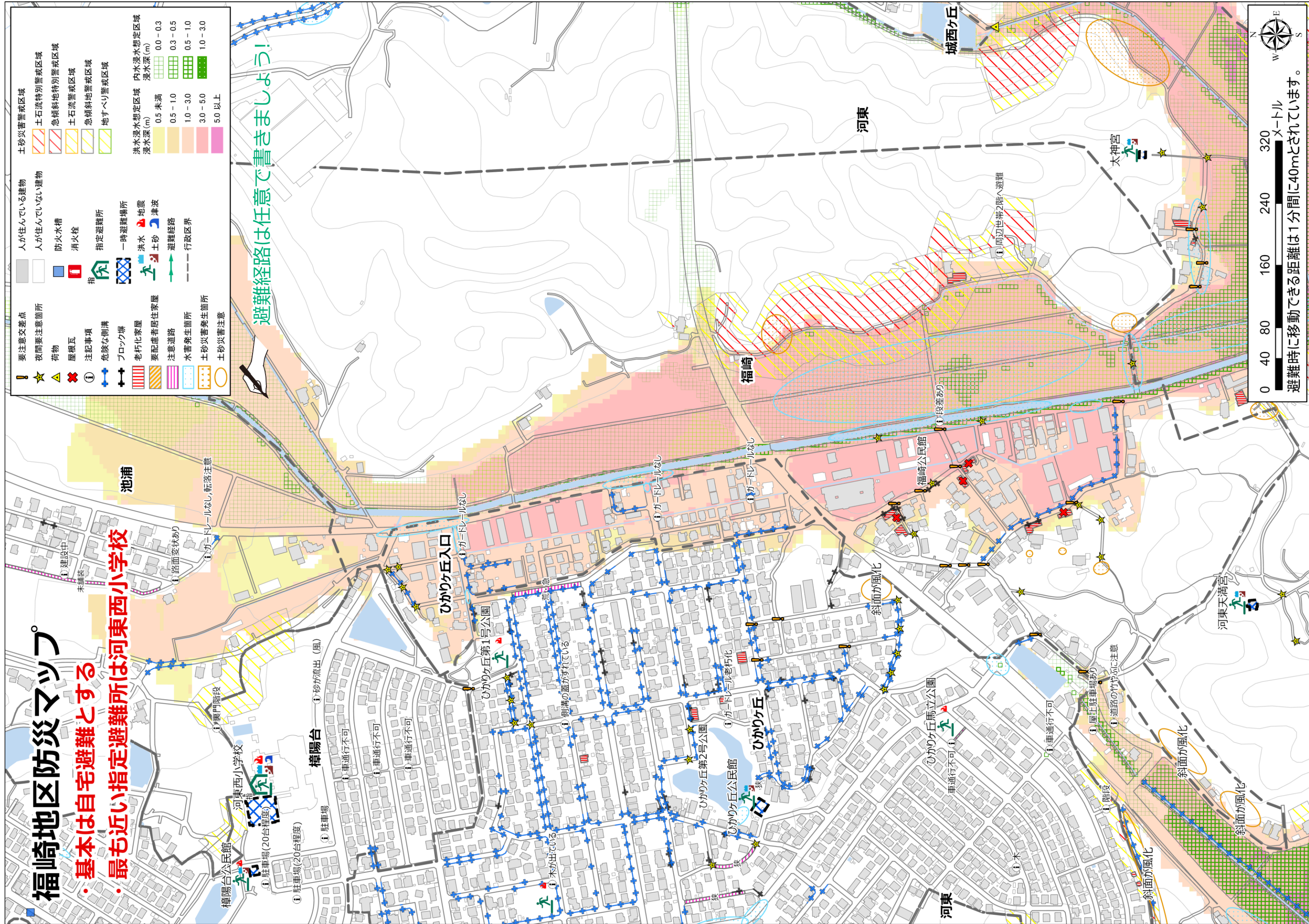
いざという時に連絡する相手を記入しましょう！

個人での非常持出品（3日分を目安）

貴重品 ☐ 現金 ☐ 印鑑 ☐ 健康保険証 ☐ 預金通帳 ☐ マイナンバーカードなど ☐ 身分証明書 ☐ 権利証書	情報グッズ ☐ ラジオ（電池含む） ☐ 携帯電話 ☐ 携帯電話の充電器 ☐ モバイルバッテリー ☐ 家族の連絡先 ☐ 安否確認方法	救急医療品 ☐ 常備薬 ☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など ☐ 傷薬 ☐ 絆創膏 ☐ 包帯など応急手当て用品	衛生用品 ☐ マスク ☐ 消毒液 ☐ ゴム手袋 ☐ 簡易トイレ ☐ ティッシュ ☐ ウェットティッシュ ☐ 歯ブラシ ☐ 紙おむつ ☐ 生理用品 ☐ 石鹸
食料 ☐ 非常用食品 ☐ 紙皿・アルミ皿 ☐ 紙コップ ☐ 水筒 ☐ 飲料水 ☐ 離乳食 ☐ 粉ミルク	衣類 ☐ 衣類（下着・上着など） ☐ ヘルメット・帽子 ☐ 部屋履き（上靴・サンダルなど） ☐ 靴下 ☐ 毛布 ☐ 紙コップ	その他 ☐ ラップフィルム（止血・食器用） ☐ 防災マップ ☐ 筆記用具・メモ帳 ☐ ハサミ ☐ ロープ ☐ 軍手 ☐ タオル ☐ ライター・ろうそく ☐ ゴミ袋 ☐ ビニールシート ☐ 懐中電灯・ランタン（できれば一人ひとつ） ☐ 電池	夏 ☐ 虫よけスプレー ☐ 日焼け止め 冬 ☐ 使い捨てカイロ ☐ 防寒具（防寒シートなど）

持出品選びのポイント

- ・旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
- ・入手しにくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。



自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう！

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 福崎 地区防災マップ・タイムライン

表紙 河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。

マップ 自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。

タイムライン 自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

その場を立ち退く
避難所等への移動

上の階に避難する
垂直避難

その場にとどまる
自宅・在宅避難

緊急連絡先

宗像市役所 危機管理課
36-5050

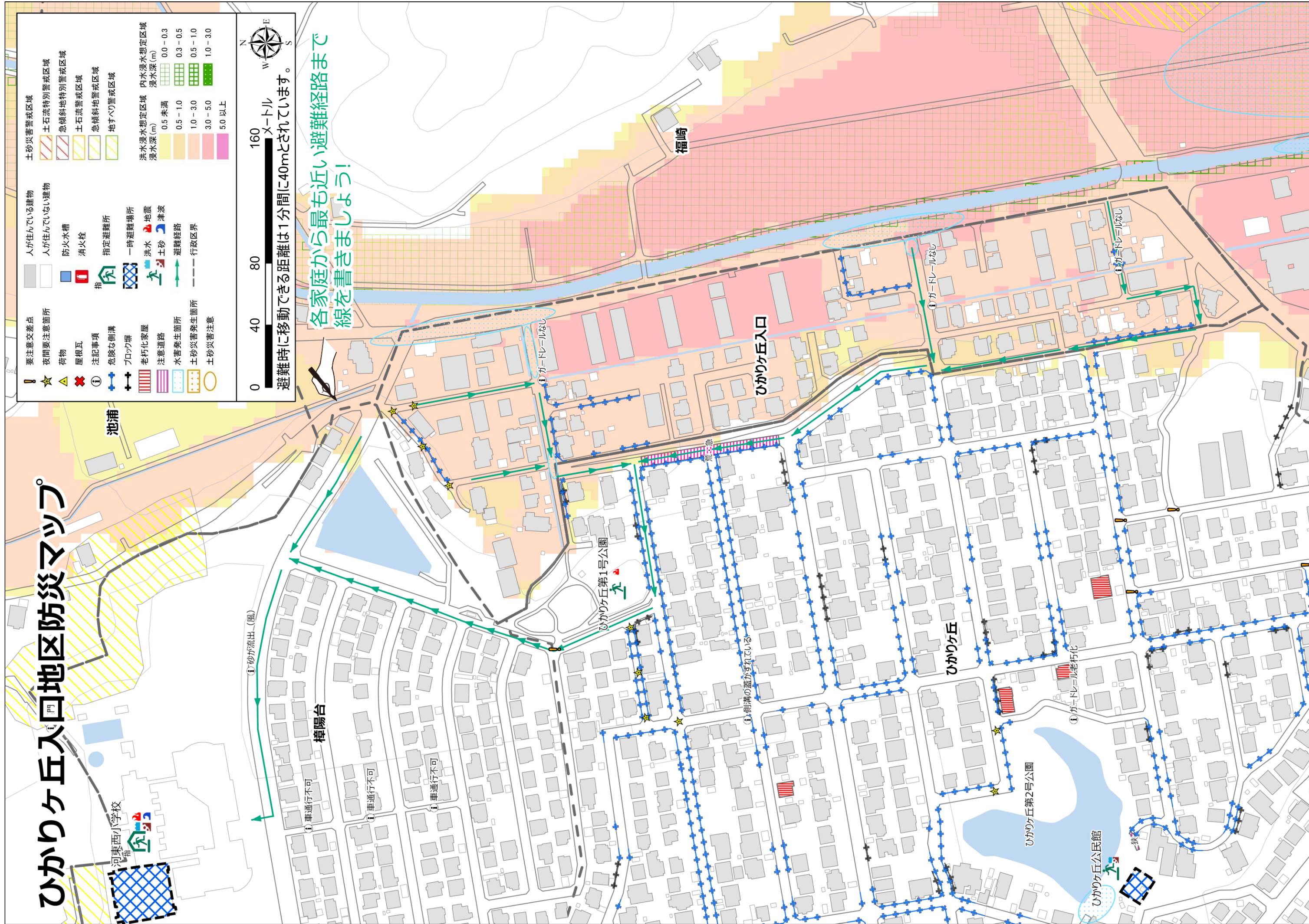
避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ

いざという時に連絡する相手を記入しましょう！

個人での非常持出品（3日分を目安）

チェックしましょう！

- | | | | |
|---|--|---|--|
| 貴重品 <ul style="list-style-type: none">☐ 現金☐ 印鑑☐ 健康保険証☐ 預金通帳☐ マイナンバーカードなど☐ 身分証明書☐ 権利証書 | 情報グッズ <ul style="list-style-type: none">☐ ラジオ（電池含む）☐ 携帯電話☐ 携帯電話の充電器☐ モバイルバッテリー☐ 家族の連絡先☐ 安否確認方法 | 救急医療品 <ul style="list-style-type: none">☐ 常備薬☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など☐ 傷薬☐ 絆創膏☐ 包帯など応急手当て用品 | 衛生用品 <ul style="list-style-type: none">☐ マスク☐ 消毒液☐ ゴム手袋☐ 簡易トイレ☐ ティッシュ☐ ウェットティッシュ☐ 歯ブラシ☐ 紙おむつ☐ 生理用品☐ 石鹸 |
| 食料 <ul style="list-style-type: none">☐ 非常用食品☐ 紙皿・アルミ皿☐ 紙コップ☐ 水筒☐ 飲料水☐ 離乳食☐ 粉ミルク | 衣類 <ul style="list-style-type: none">☐ 衣類（下着・上着など）☐ ヘルメット・帽子☐ 部屋履き（上靴・サンダルなど）☐ 靴下☐ 毛布☐ 紙コップ | その他 <ul style="list-style-type: none">☐ ラップフィルム（止血・食器用）☐ 防災マップ☐ 筆記用具・メモ帳☐ ハサミ☐ ロープ☐ 軍手☐ タオル | 夏 <ul style="list-style-type: none">☐ 虫よけスプレー☐ 日焼け止め 冬 <ul style="list-style-type: none">☐ 使い捨てカイロ☐ 防寒具（防寒シートなど） |
- 持出品選びのポイント**
- 旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
 - 入手しにくい物を最優先に備えましょう（持病の薬や、アレルギー対応食など）。



自然災害にそなえて
この1枚を確認しましょう！

この「地区防災マップ・タイムライン」は、2025年度に自治会長はじめ地域住民でおこなったまち歩きやワークショップでの話し合いによりまとめました。地区防災計画の一環として作成しています。

宗像市 河東地区 ひかりヶ丘入口 地区防災マップ・タイムライン

表紙 河東地区コミュニティ共通の基本情報を記載しています。

マップ 自治会で決めた一時避難場所への避難経路と、注意が必要な場所を記載しています。

タイムライン 自治会で「いつ」「誰が」「どのような対応をするか」を記載しています。 2026年3月

避難について 緊急連絡先

居住している家や周囲の環境、災害の種類に対応した、安全確保・避難の考え方を示します。

その場を立ち退く
避難所等への移動

上の階に避難する
垂直避難

その場にとどまる
自宅・在宅避難

指定避難所
居住地と異なる場所での生活を前提とするところ。

一時避難場所
災害の危険から一時的に逃れる自主的な避難場所。

宗像市役所 危機管理課
36-5050

避難所に関するご質問・宗像市の警戒レベル発表状況等はこちらへ

いざという時に連絡する相手を記入しましょう！

個人での非常持出品 (3日分を目安) チェックしましょう！

- | | | | |
|---|---|--|--|
| 貴重品 <ul style="list-style-type: none">☐ 現金☐ 印鑑☐ 健康保険証☐ 預金通帳☐ マイナンバーカードなど☐ 身分証明書☐ 権利証書 | 情報グッズ <ul style="list-style-type: none">☐ ラジオ (電池含む)☐ 携帯電話☐ 携帯電話の充電器☐ モバイルバッテリー☐ 家族の連絡先☐ 安否確認方法 | 救急医療品 <ul style="list-style-type: none">☐ 常備薬☐ 風邪薬・鎮痛剤・胃腸薬など☐ 傷薬☐ 絆創膏☐ 包帯など応急手当て用品 | 衛生用品 <ul style="list-style-type: none">☐ マスク☐ 消毒液☐ ゴム手袋☐ 簡易トイレ☐ ティッシュ☐ ウェットティッシュ☐ 歯ブラシ☐ 紙おむつ☐ 生理用品☐ 石鹸 |
| 食料 <ul style="list-style-type: none">☐ 非常用食品☐ 紙皿・アルミ皿☐ 紙コップ☐ 水筒☐ 飲料水☐ 離乳食☐ 粉ミルク | 衣類 <ul style="list-style-type: none">☐ 衣類 (下着・上着など)☐ ヘルメット・帽子☐ 部屋履き (上靴・サンダルなど)☐ 靴下☐ 毛布☐ 紙コップ | その他 <ul style="list-style-type: none">☐ ラップフィルム (止血・食器用)☐ 防災マップ☐ 筆記用具・メモ帳☐ ハサミ☐ ロープ☐ 軍手☐ タオル | 夏 <ul style="list-style-type: none">☐ 虫よけスプレー☐ 日焼け止め 冬 <ul style="list-style-type: none">☐ 使い捨てカイロ☐ 防寒具 (防寒シートなど) |
- 持出品選びのポイント**
- 旅行用品やアウトドア用品は、避難生活でも役に立ちます。
 - 入手しにくい物を最優先に備えましょう(持病の薬や、アレルギー対応食など)。