

地震発生! 災害時の対応

揺れた

- 身の安全を確保
 - 頭を守り揺がおさまるまで待つ
 - 安全に消せる場合は火を消す
 - 家具や家電の転倒や落下、ガラスの破片などに注意



安全にすばやく避難行動をとるためにも、自宅の耐震化や家具転倒防止対策は日頃からしっかり進めておきましょう



丈夫な机がない時は、クッション、かばん、ナベなど身近にある物で頭を守りましょう

まず低く頭を守り動かない

揺れがおさまった

- 火が出たら初期消火
- ガスの元栓を閉める・ブレーカーを落とす
- 怪我をしないように靴やスリッパをはく
- 家族の安否・家の被害状況の確認
- 出入り口の確保
- ラジオやスマートフォンなどから正しい情報を入手
- 非常持ち出し品の準備



地域には、町内会・自治会単位に結成された自主防災組織があり、災害時に初期消火・救出救護等の活動を行います。地域の被害を小さくするため、自主防災組織の活動にご協力をお願いします。



**大津波警報発令
避難指示(緊急)発令**

高台や津波避難ビルを
目指して避難開始

**津波警報解除
避難指示(緊急)解除**

災害の危険解消

自宅での滞在が可能か

○ 在宅避難

× 避難先へ

津波から安全に避難するための5つのポイント

- ①揺れが収まったら高台へ、時間が無ければ津波避難ビルへ避難!
- ②原則歩きで避難!
- ③高齢者や障がいのある方などの避難誘導を!
- ④引き返さない。安全確認が済むまで避難継続を!
- ⑤海岸や川沿いは絶対に近づかない!

津波警報・注意報の種類				
種類	発表基準	発表される津波の高さ		想定される被害と取るべき行動
		数値での発表 (津波の高さと想見の区分)	巨大地震の場合の発表	
大津波警報	予想される津波の高さが高いところで3mを超える場合	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。 沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
		10m (5m<予想高さ≤10m)		
		5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	予想される津波の高さが高いところで1mを超え、3m以下の場合	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。 人は津波による流れに巻き込まれます。 沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
津波注意報	予想される津波の高さが高いところで0.2m以上、1m以下の場合であって、津波による災害のおそれがある場合	1m (0.2m<予想高さ≤1m) (表記しない)		海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、養殖いかだが流れし小型船舶が転覆します。 海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください。

避難の時の豆知識

非常持ち出し袋を準備しましょう！

避難する時に持っていくもの

防災用品

- 携帯ラジオ
- ヘルメット・防災ズキン
- 軍手
- マスク

医療用品

- 持病の薬
- 三角巾
- 包帯・ガーゼ
- 絆創膏
- 消毒薬
- ウェットティッシュ(ティッシュ)
- お薬手帳の写し

照明等

- 懐中電灯(電池含む)
- マッチ・ライター

便用具

- 筆記用具
- 新聞紙
- 携帯用トイレ
- ゴミ袋
- キッチン用ラップ
- 使い捨てカイロ
- 雨具
- 手動携帯電話充電器

衣料品

- 衣類(着替え)
- タオル(大小2種類)

貴重品

- 現金(小銭も必要)
- 預(貯)金通帳の写し
- 健康保険証・免許証の写し
- カード類
- 印記・印鑑など

携帯品

- 眼鏡
- 入れ歯

非常用
ゴミ袋をカッパに、新聞を体にまいて防寒、ラップをお皿に敷いて節水など工夫できます。
日頃から水や食料を準備しておきましょう。

避難情報の流れ

情報の違いを理解しておきましょう。

ひなんじんび・こうれいしゃとうりなんかいし
避難準備・高齢者等避難開始

警戒レベル3

避難の準備をしてください。避難行動に時間が必要とする方は、避難行動を開始してください。

ひなん かんこく
避難勧告

対象地域の方は避難行動を開始してください。

ひなん し じ きんきゅう
避難指示(緊急)

警戒レベル4
危険が迫っています。ただちに避難してください。避難が完了していない場合は、生命を守る行動をとってください。

さいがい はっせい じょうほう
災害発生情報

警戒レベル5
付近で実際に災害が発生しています。ただちに生命を守る行動をとって下さい。

一人では逃げられない方への対応

過去の災害では、周囲からの「声かけ」と「避難の手伝い」が、下記のような高齢者や障がいのある方などの避難行動を早めました。

日頃から一人で逃げられない方を把握し、地域みんなで、いち早く避難行動が取れるよう協力しましょう。

情報の入手や判断が難しい方

(対応方法)



(例えはこんな方)
目が見えない方、耳の聞こえない方、認知症の方、知的障がいのある方、日本語が苦手な外国人、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯など

移動が難しい方

(例えはこんな方)

普段から杖、押し車、車椅子などを使っている方、寝たきりの方、けが人、病人、妊娠中の方など

(対応方法)



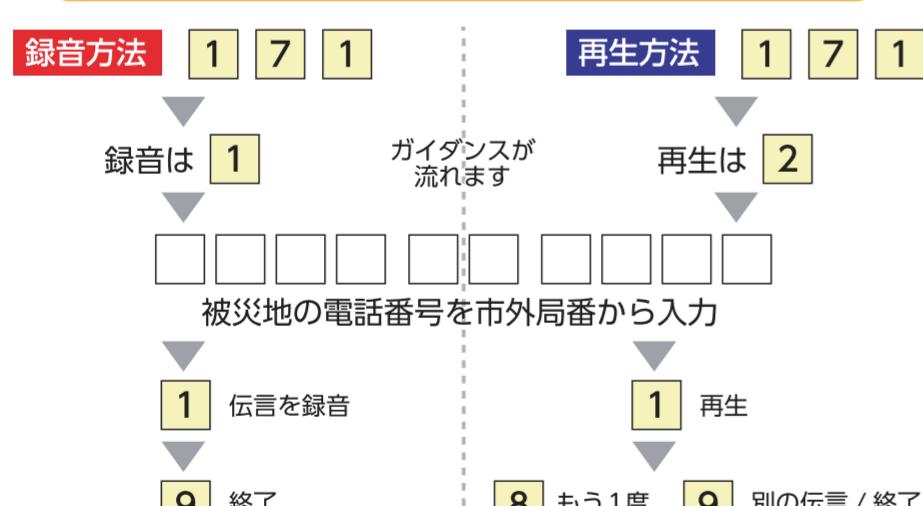
複数で手伝う

身边にあるものを利用する

安否確認

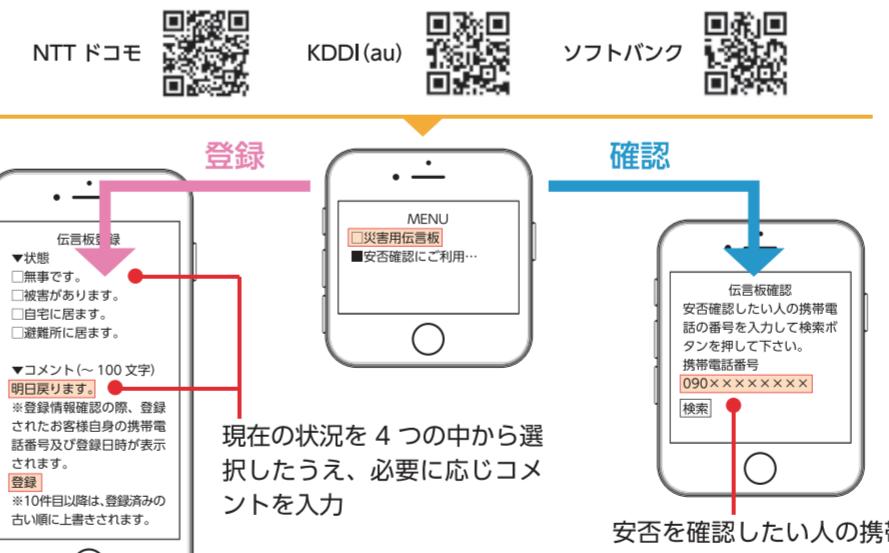
● 安否を確認する手段をあらかじめ決めておこう ●

電話 災害用伝言ダイヤル(171)の使い方



携帯電話/スマートフォン 災害用伝言板の使い方

各社の災害用伝言板サイトアドレス



●便利な確認ツール

J-anpi



通信キャリア各社による災害用伝言板の安否情報を登録された方に加え、各企業・団体が収集した安否情報もまとめて確認できる共同サイト。「名前」もしくは「電話番号」で検索。

*一部の電話からはご利用できません。他事業者の電話、携帯電話やPHSからの利用については、契約している通信会社にて確認ください。

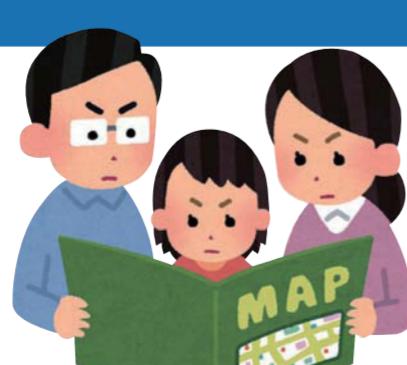
*NTT 東日本・NTT 西日本の電話から伝言の録音・再生をする場合の通話料は無料です。他事業者の電話、携帯電話・PHSから発信する場合、通話料について各電話会社にお問い合わせください。くわしくは、URL(NTT西日本)https://www.ntt-west.co.jp/dengon/

災害発生時の「インターネットを利用した伝言板サービスくわしくは、URL(NTT西日本)https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/

*二次元バーコードの読み取りは、携帯電話端末機器・印刷状態などにより、正確に読み取れないので場合がございますので、あらかじめご了承ください。

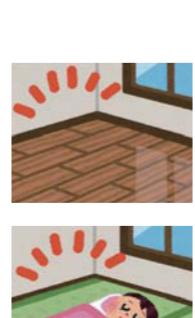
平常時に行う対策

- 自宅家屋の耐震強度の確認、改修
- 周辺地域の環境から予想される災害の確認とその備え
- 避難場所等・避難ルートの検討(実際に歩いて状況を確認する)
- 幼児や高齢者等の避難に誰か付き添うか

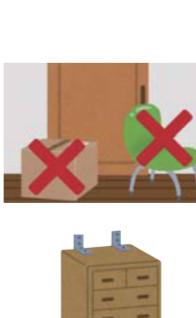


家の中の安全対策

- 安全なスペースを確保する
- 寝室や子ども・高齢者がいる部屋には、倒れそうな家具を置かない



- 出入り口や通路にはものを置かない
- 家具の転倒や落下を防止する対策を講じる



- 高いところに物を置かない
- 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る

自宅での備蓄品

自家のストックルームや庭の倉庫等に、家族の1~2週間分の食料や生活必需品を常にストックするよにしましょう。内容は、普段から多めに買いつけている食料や生活必需品をベースに、さらに非常食をプラスします。食器や調理器具はキャンプ用品と兼用で備えましょう。水は、ペットボトルのミネラルウォーターのほか、宅配水のストックも便利です。避難生活が長引いた場合、非常食だけで過ごすのは難しいため、レトルト食品やバスター等、食べなれた食品も備えないと良いでしょう。賞味期限がせまった食品は、普段の食事で順番に消費し入れ替えます。



- ・非常食(缶詰、レトルト食品、麺類、米、餅、お菓子等)
- ・食器
- ・鍋、やかん
- ・カセットコンロ
- ・トレイレットペーパー
- ・ティッシュ
- ・大型の簡易トイレ
- ・テーブルと椅子
- ・ライター
- ・マット
- ・寝袋
- ・ダンボール
- ・燃料
- ・ボリタンク
- ・ランタン
- ・着火剤
- ・テント
- ・キッチン用ラップ(5本位)
- ・新聞紙(一週間分位)
- ・ヘッドライト
- ・乾電