

今すぐに行えること 2

東日本大震災の発生以降、みなさんの防災意識は高まっていますが、いつ襲ってくるかわからない巨大地震に対しては、防災意識を風化させず、継続的に対策を行っていくことが重要です。

ご家庭での地震・津波対策としては、避難訓練への参加や備蓄品の準備などのほか、地震や津波に関する正しい知識を身につけておくことが大切です。いざという時に、落ち着いて行動できるよう、家族みんなで備えましょう。



重要です！防災意識の継続

備蓄 最低7日分の食料・飲料水を準備しましょう

- 行政による食料等の援助が行われるまで、数日間かかることがあります。最低でも7日分の準備をして下さい。
- 米など通常購入している保存性の良い普段使いの食料品を少し多めに「買い置き」しておきましょう。

- インスタント、レトルト食品、缶詰(プルトップのもの)
- ビスケット、チョコレート、飴などのお菓子
- 飲料水(1日1人3ℓ)<給水を受けるためのポリタンク>
- カセットコンロ(予備のボンベ)
- 高齢者、乳幼児、慢性疾患の方、介護を要する方、食物アレルギーの方へ配慮した食料品は、別途準備しましょう。



持出し品 警戒宣言発令時に備えましょう

非常持出し品チェックリスト(例)

- | | | | | |
|--|-----------------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 予備の乾電池 | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾 | <input type="checkbox"/> 非常食 |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> ライター・マッチ | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・トイレットペーパー | <input type="checkbox"/> ナイフ・かんきり | <input type="checkbox"/> スプーン・はし・カップ |
| <input type="checkbox"/> 下着・くつ下 | <input type="checkbox"/> 救急薬品・常備薬 | <input type="checkbox"/> 現金(硬貨も) | <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 手ぶくろ |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具・ノート(サインペンなど) | <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> 毛布または寝袋 | <input type="checkbox"/> ビニール袋 | <input type="checkbox"/> リュックサック |
| <input type="checkbox"/> 生理用品 | | | | |

⚠️ 突発地震による津波からは、できるだけ身軽に避難しましょう。

Q&A よくある質問

自助・共助ってなに？

自助とは…災害に備え、普段からひとりひとりが準備・用意しておくとともに災害発生時に、「自らを守るために適切な行動をする」ことです。

共助とは…災害にあった近隣地域の人々が互いに助け合うことです。特に避難行動要支援者の支援等においては大きな力となります。

※公助とは、消防署等による消火活動や人命救助、災害対策本部や避難所の開設など行政による支えのことです。

要配慮者、避難行動要支援者とは？

高齢者、障害のある人、乳幼児その他の特に配慮を要する人を「要配慮者」といい、そのうち、災害が発生し、又は災害が発生するおそれがある場合に自ら避難することが困難で、その円滑かつ迅速な避難の確保を図るため特に支援を要する人を「避難行動要支援者」といいます。

津波避難ビルとは？

突発的に発生した地震による津波から、緊急的に避難するための一時避難場所です。津波の危険があるときや避難訓練の了承を得たときのみ使用できます。

災害時の情報収集はどうすればいいですか？

沼津市では、同報無線やインターネット、ツイッターや携帯メール、広報車、テレビ・ラジオによる緊急放送などの手段による情報収集の他、「沼津市危機管理情報メール」に登録することで、災害時の避難情報や各種気象情報を収集できます。

マグニチュードと震度の関係は？

マグニチュードは地震の持つエネルギーで、震度はある地点での揺れの大きさを表しています。そのため、同じマグニチュードでも震源からの距離が近いほど震度は大きくなります。

また、マグニチュードは0.2増えると、そのエネルギーが約2倍になります。マグニチュード8.0の地震は、マグニチュード7.0の地震の約32倍のエネルギーの地震ということになります。

小・中学校での津波警報発令時の対応は？

児童・生徒の登校前

各校長の判断で休校になります。

登下校中

自宅に近ければ自宅へ、学校に近ければ学校へ行きますが、通学路上の緊急避難場所も2ヶ所程度、学校と家庭で把握しておきましょう。

学校にいるとき

警報が解除されるまで学校に残ります。保護者も安全が確保できるまで避難していきましょう。

※学校ごとに対応が決まっています。詳しくは各学校に確認しましょう。

企業として取り組むことはありますか？

従業員や来客者の安全確保、帰宅困難者への対応などに備え、平時から避難訓練の実施や備蓄品の準備などに取り組んで下さい。また、訓練や対策は地域とも連携していくことがより効果的です。

一口メモ

○ 地盤の液状化

東日本大震災では、東京湾沿岸の地域を中心に液状化による被害が発生しました。液状化とは、地震の揺れにより地盤が液体のようになる現象で、地中から泥水が噴出したり、地割れが生じ、建物が傾いたり転倒する恐れがあります。

液状化は、砂質地盤に加え、地下水位が高い場所で発生するリスクが高まります。現在、お住まいの土地の地質を調べてみましょう。また、新たに建築をされる場合には、入念な地質調査を行って下さい。

➡ 沼津市の推定液状化危険度は、津波ハザードマップ(全市版)裏面や静岡県防災GIS情報をご覧ください。