

# 地震・津波の知識

## 地震・津波が起きたら？

### 地震・津波時の行動

#### 地震発生 落ち着いて身を守る

- ・テーブルの下などへ避難する
- ・乗車中はハザードランプをつけて停車する
- ・塀や看板などから離れる
- ・海岸、川岸から離れ、近づかない



#### 身の回りの状況を確認する

- ・避難経路を確保する
- ・津波情報を入手し避難判断をする
- ・素早く火の始末をする
- ・強い揺れを感じたらまずは高台へ避難する
- ・迷ったら避難する



#### 津波のおそれがあるときはすみやかに高台に避難する

- ・まずは高いところへ避難する
- ・原則、車ではなく徒歩で移動する
- ・警報、注意報が解除されるまで待機する
- ・警報、注意報解除後に自宅や避難場所へ移動する



強い揺れを感じた時、弱い地震でも長い時間ゆっくりとした揺れを感じた時は津波のおそれがあります。

#### 救護・消火活動をする

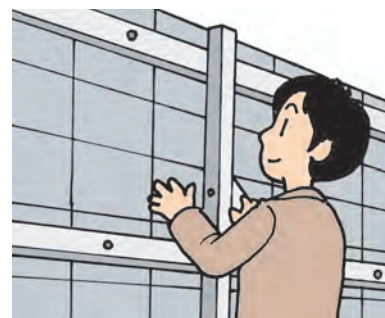
- ・周囲と協力して救出活動する
- ・火災があれば初期消火する



#### しばらくは余震・津波に警戒する

### 自宅の安全な環境をつくる

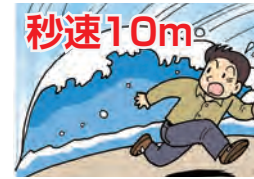
- ・家具の固定  
それぞれの家具に合わせて固定する。
- ・家具配置の見直し  
高い所や避難経路に物を置かない。
- ・家や塀の点検  
家の耐震診断や、塀などの点検・補修をする。



## 津波の対策は？

### 津波の怖さを知る！

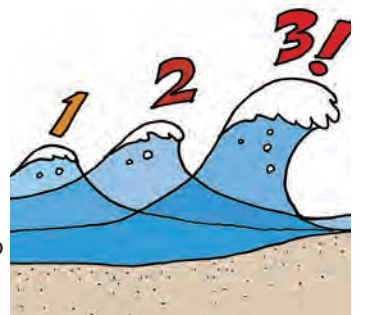
**速い!**  
津波が見えてから逃げても間に合いません。



**強い!**  
20cmの波でも足をとられることもあります。



**何度も来る!**  
第2波以降が最大波高になることもあります。



**引き波から始まるとは限らない!**  
いきなり波が押し寄せることもあります。

### 日頃から避難経路を確認する!

ハザードマップで浸水の状況や、避難場所までの行き方を確認しておきましょう。



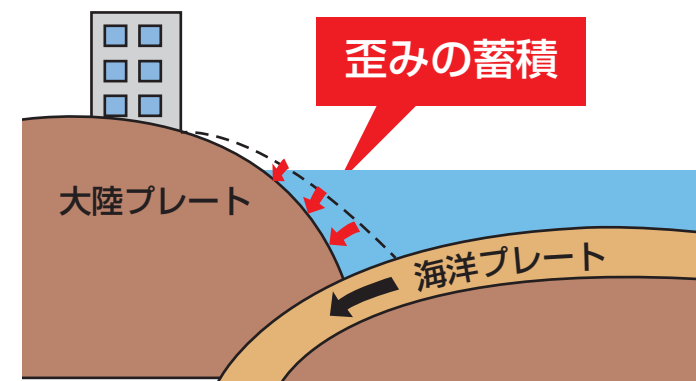
### 避難するときは徒歩で移動!

車での移動は交通渋滞をまねきます。原則、徒歩での避難を心掛けましょう。早めの避難が大切です。

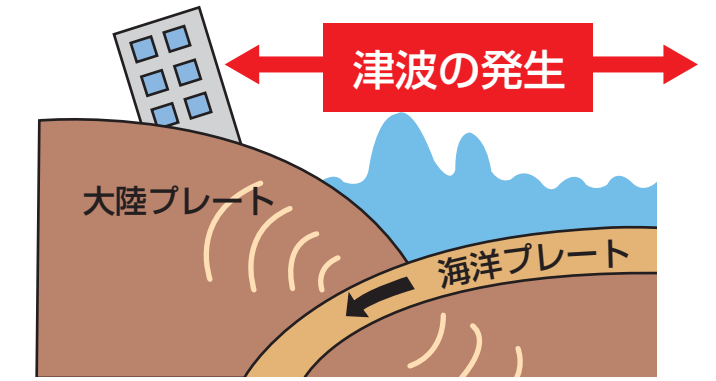


### 津波発生のしくみ

海底で大きな地震が起こると、海底の地盤が隆起したり沈降したりします。この海底の変形にともなって海面が変動し、波となって広がっていきます。これが津波です。

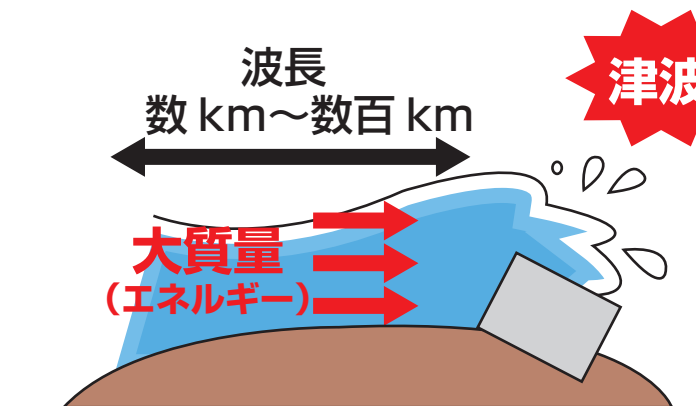


大陸プレートの先端が引きずり込まれ、歪みが生じる。

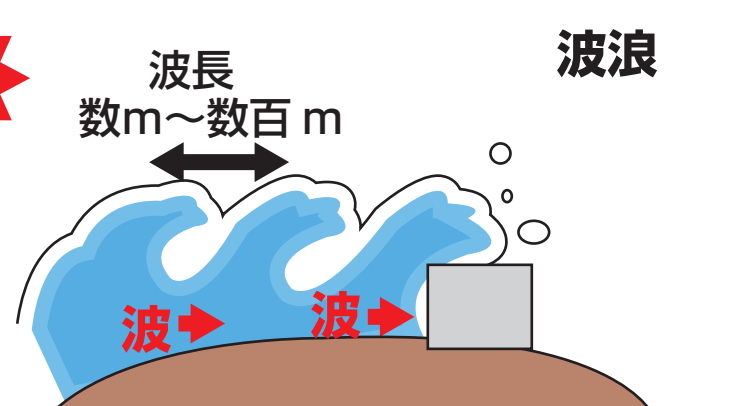


歪みが限界に達すると、海底地盤が破壊され、波が起こる。

### 津波と波浪の違い



陸上の物を破壊しながら、内陸まで一気に浸水します。

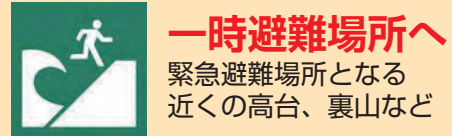


一つ一つの波の力が小さく、沿岸で砕けます。

## 避難時のポイント

### 避難する判断材料

- ・市からの広報車、防災無線などによる避難呼びかけ
- ・テレビ、ラジオなどの災害情報
- ・ご自宅やご近所の被災状況（倒壊、火事など）



### 一時避難場所へ

緊急避難場所となる  
近くの高台、裏山など



時間的余裕がない場合は  
**津波避難ビルへ**

### 避難時のポイント

- ・服装の確認（長袖、長ズボン、軍手など）
- ・持ち出し品の確認（飲料水、ラジオなど）
- ・余震や家屋の倒壊に注意しながら避難
- ・気象庁や市役所からの情報を確認の上、津波警報が解除され、周辺の安全が確認されるまで、その場にとどまってください。



**避難所に避難**  
(学校の体育館など)

最寄りの避難所は、津波避難マップで確認しておきましょう。

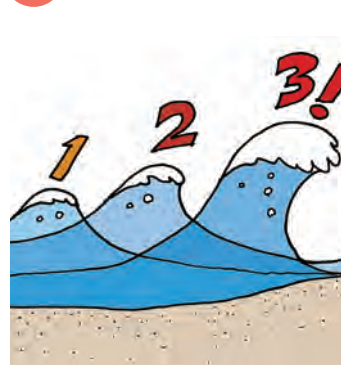
## 避難時の8つの心得

避難の手順について日頃から家族で話し合っておくと、いざというときあわてず避難ができます。避難するときはラジオや広報車、防災無線などから情報を確認し、できるだけグループで行動するようにしましょう。

- 1 長い激しい揺れを感じたら、津波に注意
- 2 テレビやラジオで正しい情報入手
- 3 避難情報が出たらすぐに避難
- 4 地域で助け合って避難



- 5 避難は原則徒歩で
- 6 海岸や河川には近づかない!
- 7 津波は繰り返し襲ってくる!
- 8 独自の判断で戻らない

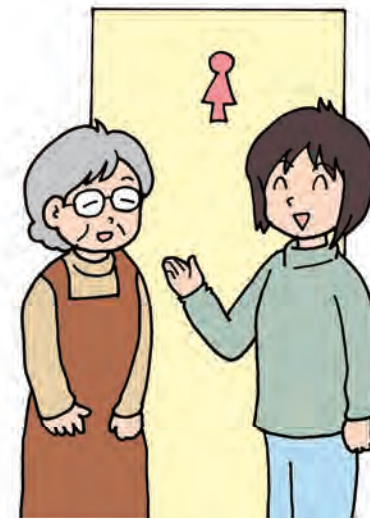


## 避難所での3つのマナー

避難所ではたくさんの被災者が集まり、みんなが不安なときを過ごすことになります。勝手な行動をしたり、まわりに迷惑をかけたりしないよう気をつけましょう。

### 1 ゆずり合い

避難所の限られたスペースでは、トイレも不自由するかもしれません。ゆずり合いの精神で行動しましょう。



### 2 助け合い

健康で元気な人はケガ人や病人、体の不自由な人を助け、みんなが快適に過ごせるように助け合いましょう。



### 3 思いやり

大きな声を出したり、走り回ったりすると迷惑をかけます。お互いに思いやる気持ちで過ごしましょう。



## 津波警報・注意報の分類

津波による災害の発生が予想される場合には、地震発生後、約3分で気象庁が大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。その後、「予想される津波の高さ」「津波の到達予想時刻」等の情報を発表します。

	予想される津波の高さ		とるべき行動	想定される被害
	数値での発表 (発表基準)	巨大地震の 場合の表現		
<b>大津波警報</b>	10m超 (10m<高さ)	<b>巨大</b>	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に避難してください。 津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。 <b>ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう!</b>	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る。
	10m 5m<高さ≤10m)			
	5m (3m<高さ≤5m)			
<b>津波警報</b>	3m (1m<高さ≤3m)	<b>高い</b>		標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。
<b>津波注意報</b>	1m (20cm<高さ≤1m)	表記しない	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。津波注意報が解除されるまで海に入ったり、海岸に近づいたりしないでください。	海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだ流失し、小型船舶が転覆する。