

南海トラフ地震に備える

― 一日常の備えで、災害からいのちを守るために ―

政府の地震調査委員会によると、南海トラフ地震における最新の発生確率はここ30年以内に80%程度といわれています。

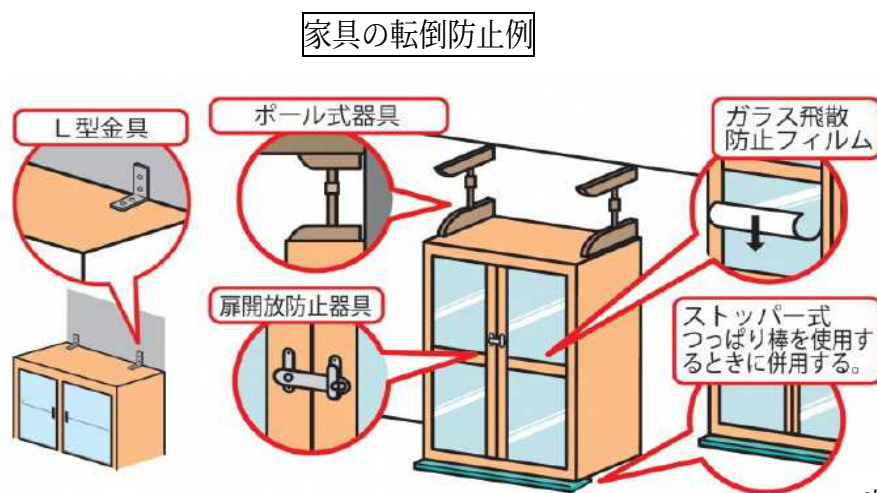
このように南海トラフ地震の発生確率が高まる中、「自分の身は自分で守る」ことは大原則であり、家具の転倒による危害防止策としての「家具の固定」と通電火災などの出火防止策としての「感震レーカーの設置」は、最も効果が期待できる身近な地震対策です。

● 家具を固定しましょう！

阪神・淡路大震災では、地震による死者のうち、約8割が倒壊家屋・家具などによる窒息死・圧死でした。そのうちの約9割がほぼ即死であったといわれています。つまり、この圧死、窒息死に関しては、助け出す暇もないケースがほとんどであり、事前の備えで生死が決まっていたと言っても過言ではありません。

また、阪神・淡路大震災によるけが人のほぼ半数は、家具の転倒によるものでした。

こうしたことから、事前の備えとしての「家具の固定」は、個人ですぐに実施できるという即効性があり、減災効果が大きいと期待できる予防対策です。



出典：東京消防庁

■ 家具は最小限に、または作り付けに！

家具が減れば落下物も減り、怪我を防ぐとともに、避難経路の確保にもつながります。

■ 安全な家具の配置を！

避難通路や出入口周辺に転倒、移動しやすい家具類を置かないようにしましょう！また、引き出しが飛び出すと、つまづいてケガをしたり、避難の妨げになることがあるため、家具類を置く方向にも注意しましょう！

■ 重いものは高いところへ置かない！

大地震発生時には、普段はびくともしないテレビ・冷蔵庫・ピアノが凶器になります。ベルトで固定しましょう。

■ 家具は寝室に置かない！

寝ているときほど無防備なことはありません。寝室には転倒する家具類を設置しないか、しっかりと固定するようにしましょう。また、照明器具の下で寝るのも大変危険です。

● 感震ブレーカーを設置して電気火災から「家」・「地域」を守ろう。

東日本大震災における本震による火災全111件のうち、原因が特定されるものが108件、そのうち過半数が電気関係の出火でした。

地震が引き起こす電気火災とは、地震の揺れに伴う電気機器からの出火や、停電が復旧したときに発生する火災のことです。

感震ブレーカーは、地震発生時に設定値以上の揺れを感知したときに、ブレーカーやコンセントなどの電気を自動的に止める器具です。感震ブレーカーの設置は、不在時やブレーカーを切って避難する余裕がない場合に電気火災を防止する有効な手段です。

製品ごとの特徴・注意点を踏まえ、適切に選びましょう！

【感震ブレーカーの種類】

分電盤タイプ（内蔵型）	分電盤タイプ（後付型）	コンセントタイプ	簡易タイプ
			
分電盤に内蔵されたセンサーが揺れを感知し、ブレーカーを落として電気を遮断。	分電盤に感震機能を外付けするタイプで、漏電ブレーカーが設置されている場合に設置可能。	コンセントに内蔵されたセンサーが揺れを感知し、コンセントから電気を遮断。	ばねの作動や重りの落下によりブレーカーを落として、電気を遮断。
約5～8万円（標準的なもの）	約2万円	約5,000円～2万円	3,000円～4,000円程度
電気工事が必要	電気工事が必要	電気工事が必要なタイプと、コンセントに差し込むだけのタイプがある	電気工事が不要

（注）住宅分電盤の種類に適した製品をお選びください。

出典：「電気火災リーフレット」内閣府・総務省消防庁・経済産業省

＊ 感震ブレーカー設置の留意点（内閣府ホームページ）

感震ブレーカーの設置に際しては、急に電気が止まっても困らないような対策と合わせて取り組む必要があります。

○生命維持に直結するような医療用機器を設置している場合、停電に対処できるバッテリー等を備えてください。

○夜間の照明確保のために、停電時に作動する足元灯や懐中電灯などの照明器具を常備しましょう！

■お問い合わせ／危機管理課 ☎ 3 2 - 5 5 6 0

● 木造住宅の補助制度・耐震相談窓口はこちら！

耐震診断※1	耐震改修※3	
現況診断（自己負担額11,200円）※2	補助率（50%）	限度額（75万円）
補強計画（自己負担額11,200円）※2		

※1 昭和56年5月31日以前に工事着手された、2階建て以下の木造住宅が対象となります。

（丸太組工法、又は法38条認定工法は対象外）

※2 延べ面積200㎡超の場合は、100㎡以内ごとに自己負担額を1,100円加算します。

※3 補助額は、耐震改修工事費用に補助率を乗じた額。ただし、限度額を上限とします。

■お問い合わせ／都市計画課 ☎ 3 2 - 5 5 3 8

見直そう、ご近所の力！「向こう三軒両隣」で支え合う防災の輪！

令和3年5月20日から

警戒レベル

4

ひなんしじ

避難指示で必ず避難

ひなんかんこく

避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等		これまでの避難情報等
5	 災害発生 又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~			
4	 災害の おそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	 災害の おそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b> ※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	 今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。

※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、

すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。

警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待ってはいけません！

避難勧告は廃止されます。

これからは、

警戒レベル4避難指示で  
危険な場所から全員避難  
しましょう。

避難に時間のかかる

高齢者や障害のある人は、

警戒レベル3高齢者等避難で  
危険な場所から避難  
しましょう。





ひなん  
「避難」って  
何すれば  
いいの？

小中学校や公民館に行くことだけ  
が避難ではありません。  
「避難」とは「難」を「避」けること。  
下の4つの行動があります。



### 行政が指定した避難場所 への立退き避難

自ら携行するもの

- ・マスク
- ・消毒液
- ・体温計
- ・スリッパ 等



### 安全な親戚・知人宅 への立退き避難

普段から災害時に避難  
することを相談して  
おきましょう。

※ハザードマップで安全か  
どうかを確認しましょう。



普段から  
どう行動するか  
決めておき  
ましょう

### 安全なホテル・旅館 への立退き避難

通常の宿泊料が必要  
です。事前に予約・  
確認しましょう。

※ハザードマップで安全か  
どうかを確認しましょう。



### 屋内安全確保

ハザードマップで以下の  
「3つの条件」を確認し  
自宅にいても大丈夫かを  
確認することが必要です。

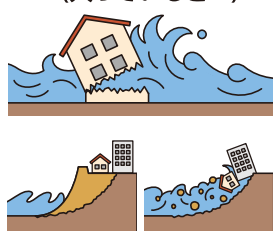
想定最大浸水深

※土砂災害の危険がある  
区域では立退き避難が  
原則です。



「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない  
(入っていると…)



流速が速いため、  
木造家屋は倒壊する  
おそれがあります

地面が削られ家屋は  
建物ごと崩落する  
おそれがあります

② 浸水深より居室は高い

3・4階	5m～10m未満 (3階床上浸水～4階軒下浸水)
2階	3m～5m未満 (2階床上～軒下浸水)
1階	0.5m～3m未満 (1階床上～軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢でき、  
水・食糧などの備えが十分  
(十分じゃないと…)

水、食糧、薬等の確保が困難になる  
ほか、電気、ガス、水道、トイレ等の  
使用ができなくなるおそれがあります



※①家屋倒壊等氾濫想定区域や③水がひくまでの時間(浸水継続時間)はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。

# 非常持出品を準備しよう

災害が発生したときに持ち出せるように準備しておきたい主な避難用品などを紹介します。あまり重いと避難に支障が出るので、大人の男性15kg、女性10kgくらいまでを目安にリュックサックなどに詰めておきましょう。

## 非常持出品の例

※以下はあくまで例なので、自分の家庭に必要なものを準備しましょう。

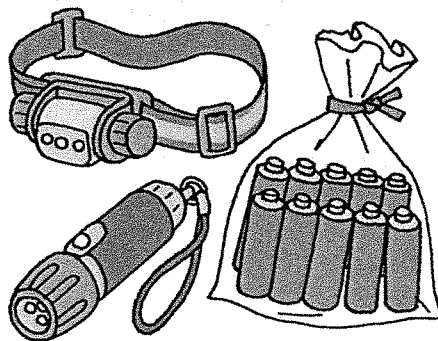
### 貴重品

現金（公衆電話で使える10円玉は多めに）、  
預貯金通帳、権利証書、印かん、  
健康保険証、免許証など



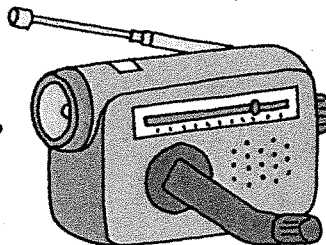
### 懐中電灯

LEDなど軽量で明るいものをできれば1人1個ずつ用意する。  
予備の電池も忘れずに



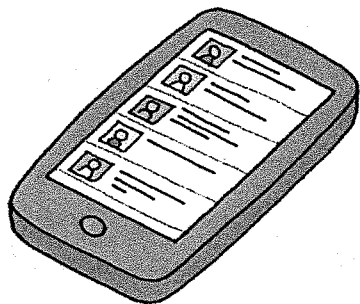
### 携帯ラジオ

携帯ラジオは、手動充電機能や  
携帯電話充電、ライトなどが  
ついた多機能型が便利



### 携帯電話

スマートフォンなど多機能型が増えているので、  
通話やメールのほか、テレビやラジオ、地図、  
GPSなどさまざまな情報収集ができる



### 救急医薬品

消毒薬、鎮痛剤、胃腸薬、  
目薬、体温計、ばんそうこう、  
包帯、ガーゼ、脱脂綿、  
三角巾、マスク、ピンセット、  
持病のある人は常備薬など



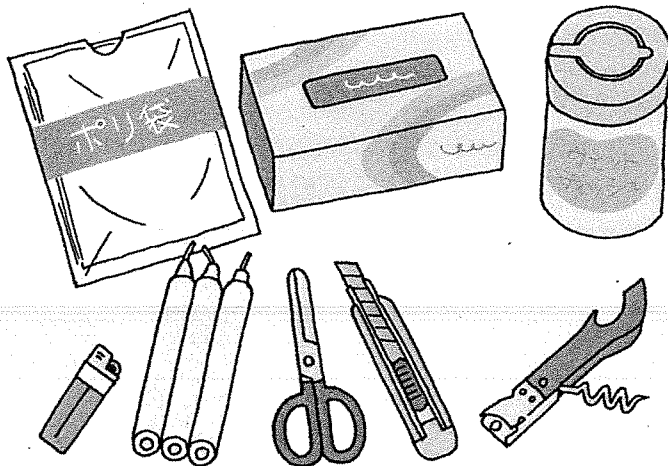
## 「定期的なチェック」を忘れずに

非常持出品は、半年に1回程度の割合で中身を点検しましょう。  
飲料水や非常食の賞味期限・消費期限のチェックをはじめ、医薬  
品などの使用期限、電池切れなどの確認は重要です。  
また、家族構成や健康状態の変化などによっても必要となるもの  
や量が変わってきます。いったん準備してもそれで安心せず、定期  
的な見直しを忘れずに行いましょう。



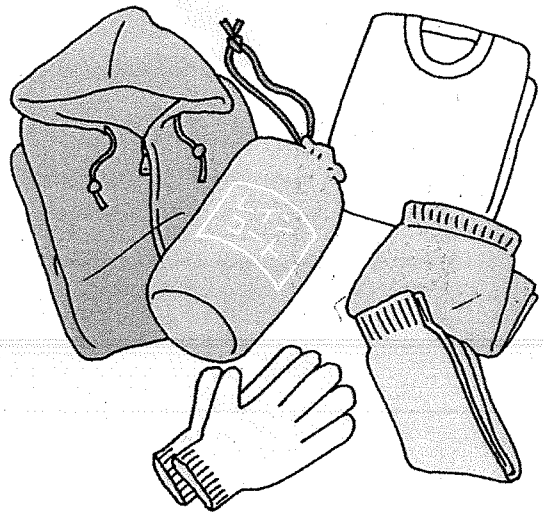
## 生活用品

ライター（マッチ）、ろうそく、ハサミ、カッター、缶切り（栓抜き兼用）、ビニール袋、ティッシュペーパー（ちり紙）、ウェットティッシュなど



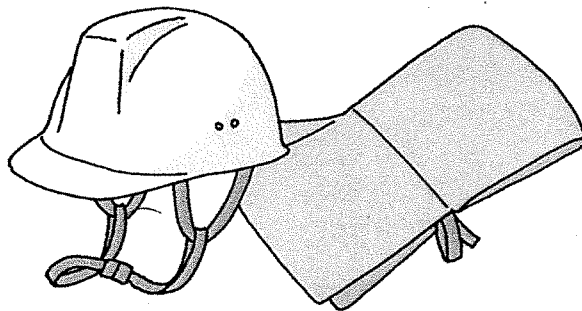
## 衣類

上着やレインコート（薄手で暖かいもの）、下着、靴下、軍手など



## ヘルメット・防災ずきん

1人1個ずつ、頭部のサイズにあわせたものを用意する



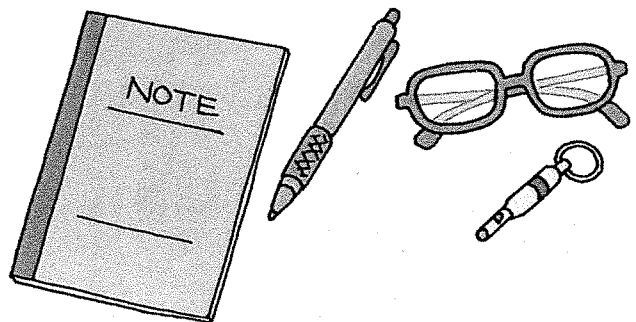
## 水・非常食

ペットボトル入り飲料水、乾パン、缶詰、チョコレート、火を通さずに食べられるものなど



## その他

緊急用ノート（必要な連絡先などを記入しておき、被災後のメモ帳としても利用）、筆記用具、メガネ（コンタクトレンズ）、ホイッスル（助けを呼ぶために）など



## 「防災キャンプ」で疑似体験を

災害時の避難生活は、その不安や不自由さから心身に大きなストレスを及ぼします。そこで、「防災キャンプ」で疑似体験をしておくと、被災時のストレス軽減に役立つといわれています。

電気、ガス、水道などを使わず、非常食を食べて一夜をすごすといった体験は、実際の不安や緊迫感はないにせよ、不自由な環境への適応力を育てることができます。ゲーム感覚からでもよいので、無理のない範囲で家族や地域などで行い、「本番」のときに役立つ知識や経験を積み重ねましょう。



## 災害時の情報収集は、自分の身を

守るうえで、極めて重要です！！

危機管理課 ☎32-5560

* 防災広報ダイヤル（音声案内） ☎33-6610

防災広報ダイヤルは、防災行政無線の放送内容を電話で聞くことができます。

### 自分にあった方法で、防災情報を手にいれよう！

地震や台風などの自然災害は、時や場所を選ばず、ある日突然やってきます。自分の身を守るため、「気象・避難・震度情報」などの防災情報を入手し、災害に備えましょう。

#### 1.市 LINE 公式アカウント

友達登録するだけで、市民に必要な防災情報や新型コロナウイルスの情報などが受け取れます。

LINE を日常的に  
使う人におすすめ！



#### 2.Yahoo! 防災速報アプリ

位置情報で現地の情報が得られたり、緊急時にマナーモードでも通知を受け取れたりします。※設定が必要。

市外の防災情報も入手  
したい人におすすめ！



#### 3.玉野市防災メールマガジン

メルマガ登録をすると、市民に必要な防災情報や新型コロナウイルスの情報などが自動で配信されます。

メールの確認をまめに  
行う人におすすめ！



#### 4.市 HP「防災情報」・県 HP

##### 「おかやま防災ポータル」

防災への備えやハザードマップなど、必要なときに情報収集できます。

地域で災害が起きる前  
の備えなどにおすすめ！



#### 5.NHK データ放送(d ボタン)

「岡山県総合防災システム」とリンクしているため、最新情報をテレビで見ることができます。

日常的にテレビで情報収集  
する人におすすめ！



#### 6.おかやま防災情報メール

気象台が発表する警報・注意報や県内で観測された最新の防災情報などが受け取れます。

県全域の防災情報の  
入手におすすめ！



#### 7.防災行政無線

沿岸部を中心に市内 49 か所に設置。サイレンと放送内容で地域の防災情報を入手できます。

緊急時は、近くの防災行政無線からも情報収集しよう！



## 防災メール マガジン



玉野市

防災メールマガジン



## Yahoo!防災速報



Yahoo!防災速報



## LINE



玉野市

LINE 公式アカウント



## 避難知識編

地震などの大きな災害が発生し、自宅などの建物内にとどまることが危険になった場合は、落ち着いてすばやく避難する必要があります。その際に要配慮者※の保護を念頭に置き、近隣で声掛けをしながら、避難しましょう。

※要配慮者…

高齢者、障害のある人、病人、妊産婦、乳幼児、外国人などの災害時に自分の身を守るための適切な行動がとりにくく、手助けが必要な人

### 逃しちゃいけない！「避難のタイミング」

- 市からレベル「3 高齢者等避難」、「レベル4 避難指示」が出たとき
- 津波、大雨、土石流、がけ崩れ、地すべりなどの恐れがあるとき
- 建物が倒壊する危険があるとき
- 近隣火災による延焼の恐れがあるときや自宅火災で天井に火が届いたとき

### 避難するとき、どんな「服装」がいいの？

- ヘルメットや防災ずきんをかぶる
- 非常持出品はリュックサックに入れて背負う（両手が使えるように）
- 長袖・長ズボンを着用 素材は燃えにくい木綿製品がよい
- 軍手や革手袋をはめる
- 靴は底の厚い、履きなれたものを履く



### 避難時の「5つのポイント」

- 避難する前にもう一度火元を確認！ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす
- 荷物は最小限の非常持出品に限る
- 外出中の家族には避難先を書いた連絡メモを玄関などの目立つ場所に貼っておく
- 移動するときは、狭い道、塀、川べり、ガラスや看板の多い場所は避ける
- 事前に決められた最寄りの安全な場所や避難所へ原則徒歩で移動する