

南海トラフ巨大地震は、海側のプレート（フィリピン海プレート）に巻き込まれている陸側のプレート（ユーラシアプレート）が跳ね返ること

で起こるため、広範囲で大きな揺れが生じるだけでなく、大津波も発生することが予想されます。

備えは…できていますか？ 家庭の防災対策を再点検!



問合せ先 防災安全課防災係（窓口⑩） ☎364145

また、地震・津波以外でも大型台風や集中豪雨により全国各地で甚大な被害が発生しています。

災害から自分や家族の命を守るためには、日頃からの備えが必要です。

まずはハザードマップを確認し、自宅が津波浸水域内にあるか、土砂災害の危険性があるかなど、地域の特性も確認しておきましょう。

地震・津波に備えましょう

非常持出品の準備

いざという時、すぐに持ち出せる場所にまとめておきましょう。家族で話し合い、日常生活で欠かせないものを揃えるようにしましょう。大地震が発生した場合、避難が長期間に及ぶことが想定されます。携帯トイレ、服用している薬やお薬手帳、予備のめがねなども持ち出せるようにしておきましょう。

食料、飲料水の備蓄

各家庭で1週間程度は生活ができるように備蓄をしましょう。避難をしなければならぬときに備えて、食料は調理不要の非常食3日分を、飲料水は1人当たり1日3リットルの水3日分を持ち出せるようにし、それ以外に4日分の備蓄を推奨しています。消費期限が到来する前にご家庭で消費するようにして、新しいものと入れ替えていくローリングストック方式がおすすめです。

家族の集合場所を決めておく
地震は、いつ発生するかわかりません。仕事や学校など、

家族が一緒にいないときに地震が発生することも想定し、家族の安全の確認方法、どこへの避難場所が集まるかなど、予め家族で話し合っておきましょう。

家具の転倒防止

地震が発生して、まず大事なことは自分が怪我をしないことです。大地震では固定していないテレビ、本棚、タンスが転倒し、部屋の出入り口を塞いだり、下敷きになるおそれもあります。特に寝室や出入り口付近には、できる限り大きな家具は置かないようにしましょう。

住宅の耐震化

速やかに避難するには、安全に自宅から外へ出る必要があります。家具の固定を行うだけでなく、昭和56年5月以前の旧建築基準による建物にお住いの方は、自宅の耐震診断をし、耐震性能に欠ける場合は、補強工事を施すなど、地震に強い家にししましょう。建物全体の耐震化が難しい

場合は、耐震シェルターを設置し、安全性を確保するという方法もあります。

ブロック塀の点検

自宅の周囲にブロック塀を設置している方は、地震が発生したときにブロック塀が転倒する危険性がないか点検しましょう。

ガラスの飛散防止

揺れて割れたガラスで怪我をしないよう、ガラス飛散防止フィルムなどで飛散防止対策をしておきましょう。

通電火災に備える

地震による停電が復旧し、通電する際に火災が発生するおそれがあります。避難により無人となった建物から通電火災が発生した場合、被害が広範囲に及ぶことも考えられます。通電火災を防ぐため、ブレーカーを落としてから避難しましょう。

各種補助制度が使えます

左記については補助制度があります。
● 家具の固定
● 耐震工事、耐震シェルター設置
● 危険なブロック塀の撤去
● 感震ブレーカーの設置
● ヘルメット・救命胴衣の購入

大きな地震が発生したらどうしますか？

一瞬の判断が生死を分ける状況で、冷静に対応するのは難しいものです。地震が起きても「慌てず落ち着いて」行動するためのパターンを覚えておきましょう。

地震発生時

- 机の下などへ隠れ、自分の身を守る。
- 戸などを開けて、出入口の確保を行う。
- 揺れが収まるのを待ち、慌てて外に出ない。

発生直後

- 火元の確認
 - 靴を履く。
 - 非常持出品を用意する。
 - 隣近所の安全確認
 - 余震に注意
- 安全を確保し、津波や崖崩れの危険が予想される地域の方は、すぐに避難しましょう。

避難行動

- 市からの避難の勧告、指示には必ず従う。
 - 原則、徒歩での避難
 - 近隣住民に声をかけ、自らが率先避難者となる。
- 「地震だ、津波だ、すぐ避難！」をひとりひとりが心が

けることが重要です。

大きな揺れを感じたときは、市からの避難勧告、指示を待たずに、すぐに安全な場所に避難しましょう。

身の安全確保が済んだら

- 正確な情報を収集する。
- 協力して救出、消火活動
- 家族の安否確認
- 避難所などで生活する場合は協力して運営する。

気象情報や避難情報に注意しましょう

台風や集中豪雨など風水害の発生が予想される場合は、テレビやラジオの情報に注意しましょう。

市では、6月から警戒レベルを用いた避難情報を発表しています。避難情報が出たときは、自宅の裏に山があるなど災害の危険がある方は、速やかに避難するようにしましょう。

安全に避難しましょう

夜間の避難は、足元が確認しにくいなど危険を伴います。食料や飲料水などを携行し、明るいうちに避難所や安全な知人の家などに避難するようにしましょう。もし、避難が

情報を得ましょう

同報無線は大雨の音にかき消されたり、防災ラジオは近くにいないと聞き漏らしてしまふことがあります。

市では、「下田市メール配信サービス」を提供しており、多くの方々にご利用いただいています。放送した内容をメールでお届けするため、携帯電話やスマートフォンで後からでも確認できます。まだ登録されていない方は、この機会にご登録ください。

下田市
メール配信サービス

静岡県総合防災アプリ
静岡県防災

緊急時に命を守る

復立つアプリ

詳細は裏面へ

緊急地震速報とは？

地震発生までの数秒を有効活用
①地震発生②震源近くの地震計で地震波をキャッチ③震源や規模、予想される震度等を自動計算し、緊急地震速報を発表④地震による強い揺れが始まる前にテレビ、ラジオ等で素早くお知らせ

緊急地震速報の情報は、このような流れで私たちのもとへ届きます。緊急地震速報を利用すれば、自分や家族の命を守るかもしれません。

技術的限界

緊急地震速報は、地震を予測するのではなく、発生している地震に対して情報を発信するものです。震源の近い地域では、緊急地震速報が間に合わない場合があります。