

# 災害から命を守るために

「いつ起こってもおかしくない」といわれる大規模地震。夏にかけて発生が心配される、台風やゲリラ豪雨による風水害。こうした災害が発生した場合、あなたは自身や家族の命をどう守りますか。また、お住まいの地域内でどう助け合いますか。今回の特集では、災害から命を守るために必要な自助、共助とそれを支える市の取り組みについて紹介します。



## 自助

災害発生時にはまず身を守り、危険が迫っている場合は適切に避難しましょう。

### 地震に対しては

「家屋の耐震対策」、「部屋の中の安全対策」が基本です。



危機管理室  
こがいと  
小垣内大介



家具は固定するだけでなく、寝室などの部屋の入口付近に大きな家具を置かないなど、配置にも工夫しましょう。

### 風水害・津波に対しては

自宅・職場・学校の浸水予測、土砂災害の危険箇所、避難所の場所などを「防災マップ」(平成17年3月に全戸配布)で確認しておきましょう。



危機管理室(市役所6階)やお近くの地区市民センターにあります。または上記のQRコードからご覧いただけます。



また、津波の発生を想定し、どう避難すればよいかを「津波避難マップ」(平成27年3月に全戸配布)で確認しておきましょう。(詳しくは、6・7ページをご覧ください)

### 家族への連絡方法を確認

避難場所や避難経路、NTTの災害用伝言ダイヤル「171」(※)を利用した家族との連絡方法などについて確認しておきましょう。

また、非常持ち出し品や水・食料などの備蓄品を準備しておきましょう。

#### ※災害用伝言ダイヤル「171」体験利用のご案内

- 毎月1日、15日 (0:00~24:00)
- 正月三が日 (1月1日0:00 ~ 3日24:00)
- 防災週間 (8月30日9:00~9月5日17:00)
- 防災とボランティア週間 (1月15日9:00~21日17:00)

## 非常持ち出し品

自宅から移動するときに、まず持ち出す最小限の必需品です。さまざまな商品が市販されており、すでに準備した人も多いかもしれませんが、人によって必要となるものは変わってきます。自分や家族にとって本当に必要なものを準備してください。

両手が使えるリュックタイプがお薦めです。避難の妨げにならないようコンパクトにまとめましょう。



### 一般的な持ち出し品(例)



### 人によって必要となるもの(例)



## 備蓄品は最低一週間分を

水や食料は最低一週間分を準備しておきましょう。他にも、毛布、衣類、洗面用具、カセットコンロ、食器類、筆記用具、裁縫セットなどの生活用品にも留意しましょう。

保存期限、使用期限のあるものは定期的にチェックし、入れ替えを行いましょう。



避難時は、何よりも飲料水が必要になると考えられます。また、生活用水(雑用水)は浴槽一杯分を確保しましょう。風呂の水を次に入るまで抜かずにとっておくのも一つの方法です。



## 共助

災害時には地域での助け合いが大きな役割を果たします。普段から地域のつながりを大切にし、助け、助けられる環境を作りましょう。

## 自分の地域のことを知ろう

あなたはその地域の特性をご存じですか。過去に地震や風水害の被害を受けたことがあるか、実際に災害が起きたときにどんな被害が想定されるか、どのようなルートで避難すればよいかなど、地域を知っておくことはとても大切なことです。

### 防災の視点から地域を見て歩く「タウンウォッチング」

地域を見て歩きながら、災害が起こったときに危険な場所や役に立つ施設などを調べることで、今まで気付かなかった地域の問題点や特徴を発見することができます。

こうして問題意識を共有することは、地域の防災力の向上につながります。



あなたは自分の地域特性をご存じですか。

過去に地震や風水害の被害を受けたことがあるか、実際に

タウンウォッチングの後に地域で防災マップを作成するのも効果的です。

市では、タウンウォッチングの開催を支援しています。詳しくは、危機管理室までお問い合わせください。(☎354-8119)

## 共助を支える人材の育成

日ごろの防災、災害時の減災のためには、地域での助け合いが不可欠です。市では、そうした共助を支える人材を育成するため、以下の取り組みを行っています。

### 防災大学・ステップアップ講座

講義のほか、水防訓練やワークショップ形式の体験型の講座を開催。修了生を対象とした、地域の防災活動に継続的に取り組んでいただくためのステップアップ講座もあります。

### 防災・減災 女性セミナー

地域の防災・減災活動に女性の視点がなぜ大切かを学び、修了後は地域の活動に積極的に参加していただくことを目的としています。

### ファミリー防災講座

子どもと保護者を対象に、ワークショップや地震体験、施設見学などを行います。  
防災の知識や日ごろの備えについて、親子で楽しみながら学びます。



## 受講者の声



防災大学と  
ステップアップ講座を受講  
清水剛さん

「大きな地震は必ず来る」という危機感を持つことができました。地域の人と話をするときは、そのことを伝え、本気で取り組んでもらえるよう心掛けています。講座では成果を発表する場もあり、人に伝える際の勉強になりました。



防災大学と  
女性セミナーを受講  
長澤里香さん

女性なら普通に考え付くことでも、男性は気付かないことがあります。話せば理解してもらえます。女性の権利だけを主張するのではなく、同じ立場で防災・減災について意見が言い合える、そんな地域にしていきたいですね。

### ファミリー防災講座を受講

山村智子さん(右)  
悠真さん(中) 洗葉さん(左)



講座では、いざというときに柔軟に動くことができるのは子どもだという話が印象的でした。ワークショップや自衛隊の施設見学での資機材体験など、子どもたちも楽しく学べたようです。親子で防災についてどうするか話し合うこともできました。



防災大学と女性セミナーを受講  
渡邊晴美さん

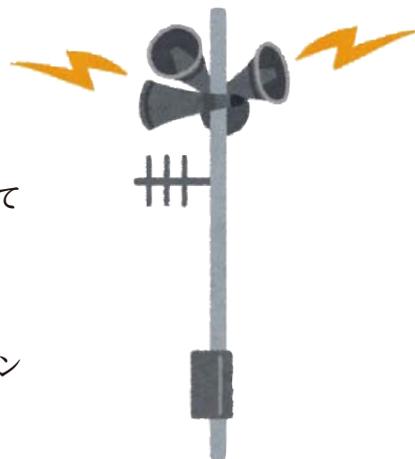
災害に備えるのは難しいことではなく、誰でもできることがたくさんあります。私は、外出時に、巾着袋に歯ブラシ・マスク・常備薬・笛・衛生用品・アルミブランケット・ウエットティッシュなどを入れて持ち歩いたりしています。こうしたちょっとしたことから興味を持ってもらえたらうれしいですね。



防災大学と  
女性セミナーを受講  
早川由紀子さん

学んだ内容を広く地域に伝え、男性・女性・子どもも含めて地域全体で防災・減災に取り組んでいきたいと考えています。今後は、地域の訓練にHUG(避難所運営ゲーム)を取り入れるなど提案していきたいですね。

# 市民の皆さんに情報を届けるために



## 「防災行政無線」の更新・増設を進めています

災害時に幅広く避難・災害情報を発信する防災行政無線をデジタル化して更新するとともに、スピーカーを67カ所から117カ所に増設しています。

## サイレンの鳴り方が変わりました

地震や火災など災害の種類によって8パターンあった鳴り方を4パターンに見直し、何を知らせるサイレンであるかを分かりやすくしました。

<b>大津波警報</b>	3秒	2秒休	3秒	2秒休	3秒	音声放送	【繰り返し3回】
--------------	----	-----	----	-----	----	------	----------

<b>津波警報</b>	5秒	6秒休	5秒	6秒休	5秒	音声放送	【繰り返し3回】
-------------	----	-----	----	-----	----	------	----------

<b>避難信号 (勧告・指示)</b>	60秒	5秒休	60秒	5秒休	60秒	音声放送	【1回】
-------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	------	------

地区によっては、火災発生時に火災信号を鳴らすところがあります

<b>火災信号</b>	5秒	6秒休	5秒	6秒休	5秒	6秒休	5秒	【1回】
-------------	----	-----	----	-----	----	-----	----	------

問い合わせ先： ☎ 351-4004

自動電話応答で、音声放送の内容を確認することができます。  
うまく聞き取れなかった場合にご利用ください。

※この他に、国の全国瞬時警報システム(J-ALERT)による緊急情報が鳴る場合があります

**国民保護関係情報**：国民保護サイレン(ウィーン)+音声放送【繰り返し3回】

**緊急地震速報**：緊急地震速報チャイム(チャランラン・チャランラン)+音声放送【繰り返し3回】

## 「防災メール」の登録をお願いします

気象警報や地震、津波、避難情報などを携帯電話やパソコンにメールでお届けしています。まだ登録されていない人は、この機会にぜひ、ご登録ください。

### ●メールでお届けする情報

気象警報

避難情報

地震情報

徘徊高齢者等情報

津波情報

防犯(安全・安心)情報

カメラ機能付き携帯電話で右のQRコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録をしてください。または下記アドレスに空メールを送ってください。

✉ t-yokkaichi-city@sg-m.jp



もうご覧になりましたか？

# 津波避難マップ



発生が危惧されている南海トラフ巨大地震に伴う津波避難対策の一助にさせていただくため、津波避難マップを作成し、今年3月、市内全戸に配布しました。

マップの特徴を抜粋してご紹介します。(※実際のマップを縮小して転載していますので、お手元のマップと照らし合わせて、ご確認ください)

「想定を知る」「避難を考える」など、避難行動を考える際のポイントを分かりやすく掲載してあります。発災時の避難や平常時の備えについて、家族や地域で考えてみましょう。



これまでの被害の歴史を掲載しました

四日市市が定期的に地震や津波の被害に遭っていることが分かりますね。

1944年の昭和東南海地震からすでに70年以上が経過しています。地震はいつ起こってもおかしくない状況だということを理解してください。



## 宝永地震(1707年)

1707年(宝永4年)10月、マグニチュード8.6規模の巨大地震が遠州灘から四国までの沖合を震源として発生しました。地震の規模は我が国最大級で、死者は5千人以上、全壊家屋5万軒以上で、壊れた堤防の合計長は800kmにも及びました。  
四日市地域では、津波により海岸堤防が破壊され、家屋倒壊152軒、大破損524軒の被害が記録されています。



高知県須崎市の須崎八幡宮の神輿が、津波に流れ、伊豆の沖合まで流れ着いた

147年後

## 安政東海地震(1854年)

1854年(安政元年)12月、熊野沖から遠州沖、駿河湾内に至る広い海域を震源とするマグニチュード8.4の地震が発生しました。また、翌日には紀伊水道から四国にかけての南方海域を震源とする安政南海地震も発生し、死者数千名、倒壊家屋3万軒以上という被害をもたらしました。  
四日市地域では、全壊11軒、半壊145軒の被害が記録されています。



安政東海地震では、広村(現和歌山県広川町)の浜口船橋が津波の被害を受けた。「船の火」の逸話がある

90年後

## 昭和東南海地震(1944年)

1944年(昭和19年)12月、マグニチュード7.9の地震が発生し、大きな津波が熊野灘から東海沿岸を襲いました。また、2年後の1946年(昭和21年)にはマグニチュード8.0の昭和南海地震が発生しました。  
四日市地域では、全半壊の建物1,263戸、死者22人の被害が記録されています。



当時世界一を誇った石原産業株式会社四日市工場の大煙突は1/3が倒壊した。(写真提供:石原産業株式会社四日市工場)

70年後

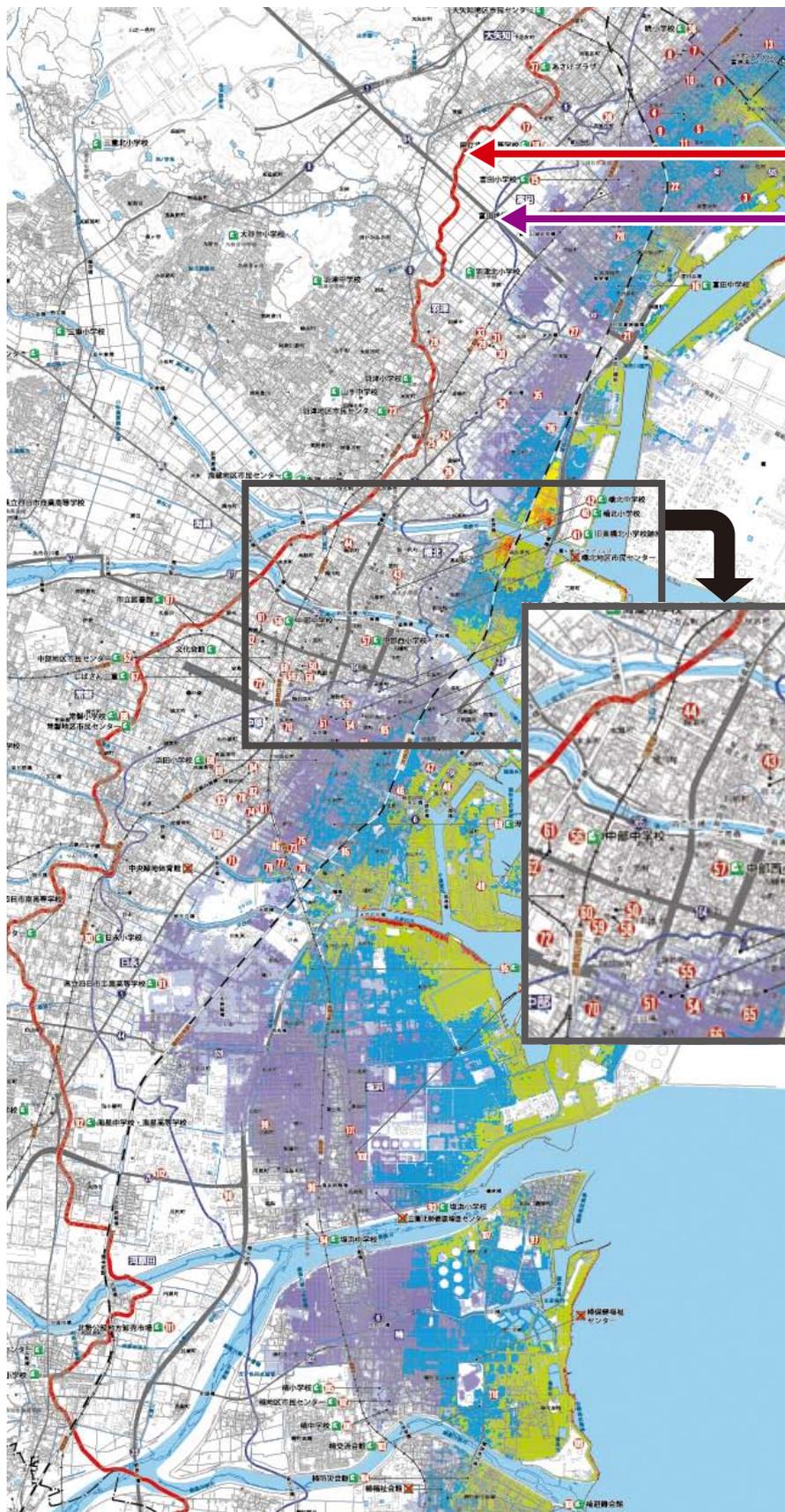
2014年(平成26年)3月に三重県が、南海トラフの地震について、過去に周期的に発生している、地域で起こりうる津波と、東日本大震災を踏まえ、最新の科学的知見に基づいて発生しうる最大クラスの津波の、2つの想定を公表しました。

約100~150年周期で発生する、歴史的に地域で起こり得ることが実証されている津波  
過去最大クラスの南海トラフ地震

発生頻度は極めて低いですが、理論上起こり得る最大クラスの津波  
理論上最大クラスの南海トラフ地震

津波避難マップでは、理論上最大クラスの南海トラフ地震を想定した浸水深と到達時間を掲載しています。





誰もが分かりやすいように、**津波避難目標ライン**を赤で、**浸水想定ライン**を紫で表示しています。

津波避難ビル(赤い丸に数字)や、指定避難所の場所を示しています。津波災害時に使用できない指定避難所にはマークの上に**×**がしてあります。

この他にも、一人ひとりが避難行動を考え、**避難場所や緊急時の連絡方法などを記入**できるよう工夫しています。

また、マップ上では、1円玉で距離を、10円玉で避難に必要なおよその時間を測定できるようにしてあります。実際に自宅や職場から避難場所まで、どのぐらいの距離があり、どのぐらい時間がかかるのか確認しておきましょう。