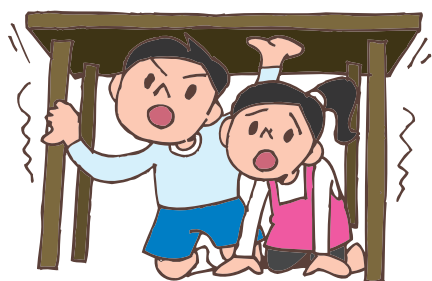


# 地震の心得

## 地震が起きたらとるべき行動

### 地震発生 身の安全の確保

強い揺れを感じたら、まずは自分の身の安全を最優先に守るように心がけましょう。現在は震度5弱以上の揺れを感知すると、自動的にガスが止まるようになっているので、大きな揺れの中、無理にコンロ等の火を消そうとするのはやけどをするおそれがあり大変危険です。



### 揺れがおさまったら 火の始末・出口の確保

揺れがおさまったら、火の始末を行いましょ。必ず消火器を備え、すぐに使用できるところに置いておきましょう。消火器の使用方法は、日頃から確認しておきましょう。また余震に備え、ドアを開けるなど出口を確保しましょう。



### わが家の安全確認・避難の準備

家族や隣近所の安全を確認しましょう。余震で被害拡大のおそれがある場合はすぐに避難を開始しましょう。避難する場合には、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を開けてから避難しましょう。外出中の家族のために避難先や安否情報を書いたメモを残すことも大切です。



### 津波浸水想定区域内に自宅などがある場合

強い揺れや、弱くてもゆっくりとした長い揺れを感じたら、「**すぐに避難**」を心がけてください。津波が来るおそれがありますので、揺れがおさまったら電気のブレーカーを落としてすぐに避難を開始しましょう。テレビやラジオの情報を待っていると逃げ遅れることがありますので、避難しながら情報を確認しましょう。

## 停電に備えましょう

### 夜間、周りが見えない！

懐中電灯(LEDライト)、ランタンなどを必ず乾電池と一緒に備えましょう。ろうそくは火災を招くおそれがあるため使用は控えましょう。

### 家電が使えない！

家電製品の使えない状況を想定して調理手段を備えましょう。(P11「非常備蓄品」参照) また、テレビやパソコンが使えず情報収集ができなくなるため電池で動くラジオを備えましょう。

### 冷暖房器具が使えない！

冷暖房器具が使えない状態でも、暖(涼)をとる手段を備えましょう。(P11「非常備蓄品」参照)

### 携帯電話に充電できない！

乾電池式充電器(乾電池も一緒に準備)とモバイルバッテリーを備えておくと安心です。

### 断水した！

停電による給水ポンプの停止などによる断水に備えましょう。(飲料水の備蓄、常に風呂に水をはっておく、給水された水を入れるポリ容器や、水を使わない簡易使い捨てトイレを備えておく)



### 物が買えない！売っていない！

停電が起きてからでは、店に人が殺到し、商品が不足するため欲しいものが買えません。また停電が復旧しても物流が途絶えているため、食料品や日用品がしばらく買えない可能性も高いです。災害時に役立つものや普段から必要不可欠なものを事前に多めに備えておくことは非常に重要です。また、ガソリンも普段から残量が1/3ほどになったら給油するようにしておくと安心です。

停電復旧時の火災を防ぐため、ブレーカーを落とし、復旧後に戻すようにしましょう。

# 津波の心得

## 津波ハザードマップで確認しましょう

津波から命を守るには、ためらわず避難をすることが大切です。そのためには、どこが安全でどこが危険か、またどこにどのように避難するのかを事前に津波ハザードマップで確認し、津波に関する知識を身につけておくことが大切です。

### 住んでいる地域の津波の危険性は？

津波ハザードマップに表記してある浸水区域の津波レベルは「最大クラス津波(L2津波)」で、発生頻度は極めて低いものの、発生すれば甚大な被害をもたらす津波を設定しています。木古内町に襲来する全ての津波がハザードマップのとおり範囲で浸水するわけではありませんが、自分が住んでいる地域がどの程度津波の影響を受けるかを把握し、津波に対する心構えを持つようにしましょう。

### 住んでいる地域の避難目標地点・避難場所・避難経路は？

自宅、学校、職場から一番近くの避難目標地点や避難場所を確認し、その場所までの経路が安全であるか確認しましょう。またその避難目標地点や避難場所が高い場所なのかを確認しましょう。



## 迅速な避難をするために

### 日頃からの避難場所・避難経路の確認

日頃から、どの経路でどこへ避難するか、身近にある危険な場所はあるかを確認し、家族や地域で避難方法などについて話し合っておきましょう。津波到達時間が5分程度で襲来する場合もあるため、津波ハザードマップでいち早く避難できる高台を確認しておくことも大切です。また、隣近所などの身近に避難のお手伝いが必要な人が居ないかも確認しておきましょう。



### 避難情報に従いましょう

避難に関する情報を無視するのは、きわめて危険な行為です。必ず従いましょう。いつでも津波ハザードマップに示された区域が浸水するとは限りません。津波警報が発表されたら、その時その時に合った避難が行えるように備えておきましょう。また、役場が被災する可能性もあるため、避難情報が発令される前に津波が襲来する場合があります。どんな状況でも情報を掴めるように携帯ラジオ等を常備しておきましょう。



## 津波警報・注意報と避難のポイント

マグニチュード8を超えるような巨大地震の場合は、「巨大」という言葉を使った大津波警報で、非常事態であることを伝えます。

「巨大」「高い」という言葉での発表は非常事態です。東日本大震災のような津波が来ると思っ、一刻も早く避難してください。



高い津波が来る前は、津波の高さを「観測中」として発表します。大津波警報や津波警報が発表されているときには、観測された津波の高さを見て、これが最大だと誤解しないように、津波の高さを数値で表さずに「観測中」と発表する場合があります。

※津波は何度も繰り返し襲ってきて、あとから来る津波の方が高くなる場合があります。

震源が陸地に近いと津波警報・注意報が津波の襲来に間に合わないことがあります。強い揺れや弱くても長い揺れを感じたときは、すぐに避難を開始しましょう。

地震発生後、予想される津波の高さが20cm未満で被害の心配がない場合、または津波注意報の解除後も海面変動が継続する場合には、「津波予報(若干の海面変動)」を発表します。

津波は沿岸の地形などの影響により、局所的に予想より高くなる場合があります。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。津波は長い時間繰り返し襲ってきます。津波警報・注意報が解除されるまでは、避難を続けましょう。



### 東日本大震災の津波避難行動の教訓

- 安全に避難するには**早期避難**が重要
- 避難の呼びかけ**や**率先避難**が避難をうながす要因になる
- 迅速に避難した人は、**津波襲来に対する意識が高い**
- 「家族を探す」「忘れ物を取りに自宅へ戻る」などの行動が**避難を妨げる**
- 車で避難した人の1/3が**渋滞に巻き込まれ被害にあった**

