

防災のススめ こんなときどうする？

地震・津波編

Step 1



家にいるときに災害が起きるとは限りません。会社で働いていたり、電車の中いたり、犬の散歩中かもしれません。すべてのシチュエーションを想像し、すべてに備えることは難しいですが、大事なものは「自分の命は自分で守る」こと。緊急時は冷静な判断ができないものです。だからこそ防災知識を身につけておきましょう。



震災伝承ライター
ジエンティール恵

大都市で地震が起きるとこうなる

今後発生することが予想されている首都直下地震や南海トラフ地震では、津波被害のほか、大都市特有の被害も多く発生すると考えられています。古いビルが崩れ外壁や窓ガラスが割れて落下する、通話の集中により電話やインターネットがつながりにくくなる、渋滞が起き避難が困難になる…などいっどこで何が起るかは予測不可能です。

ビルの倒壊



「いっどこで…」

防災イラストレーター ico.



作者プロフィール ico. 宮城県名取市閑土出身、現在福島市在住。イラストレーター兼防災士。東日本大震災と台風19号の二度にわたる被災体験から、防災の大切さを分かりやすく伝える活動を行っている。



津波が発生したら…

強い揺れや長い揺れを感じたり、津波警報などを見聞きしたら、避難指示を待たずにいち早く海岸から離れ可能な限り高い場所へ避難しましょう。津波をすべて正確に予測することは難しく、東日本大震災では当初予測された数値よりも遥かに高い例がありました。第一波、第二波と複数にわたり襲来する可能性があるため、津波警報・注意報が解除されるまでは避難を継続しましょう。絶対に家や職場に戻ってはいけません。

津波避難場所標識や津波避難タワーが目印



地震の揺れを感じたり緊急地震速報を見聞きした場合は、まずは慌てずに身の安全を確保。屋内にいるときは「頭を保護すること、外に飛び出さないこと、火を消せる時は火を消すこと(無理に火を消しにはいかない)、扉を開けて避難路を確保すること」などが大事です。屋外にいる場合はブロック塀の倒壊や窓ガラスの落下などに注意して、そばから離れましょう。

- 参考**
- “防災の手引き～いろんな災害を知って備えよう～” 首相官邸
<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/index.html> (参照2023-01-11)
 - “災害に対するご家庭での備え～これだけは準備しておこう!” 首相官邸
<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html> (参照2023-01-11)
 - “防災情報のページ みんなで減災” 内閣府
https://www.bousai.go.jp/oyakudachi/info_general.html (参照2023-01-11)