

◆地震から『いのち』を守る

(出典：ほっかいどうの防災教育テキスト“知識編”)

事前に備える

- 建物の耐震化
- 家具固定と安全スペースの確保
- 家族や職場で避難方法を話し合っておく
- 避難のための備えをしておく



グラツときたら 落下物から身を守る

- 机の下にもぐる(家やオフィス)
- 布団や枕で頭を守る(寝室)
- あわてて外に飛び出さない
- 火を止めるのは揺れがおさまってからあわてずに



落ち着いて状況を 判断して次の行動へ

- 家族の状況は？
- 歩いててもケガをしない？
- 火災は起きていない？
- 避難口は確保できる？
- 津波の危険は？



◆津波から『いのち』を守る

事前に備える

- 地域の地形、避難所や高台の位置を確認する
- 家族や職場、学校などで避難ルートやルールを確認する
- 要配慮者の避難方法を決めておく
- 冬季を想定した準備をしておく



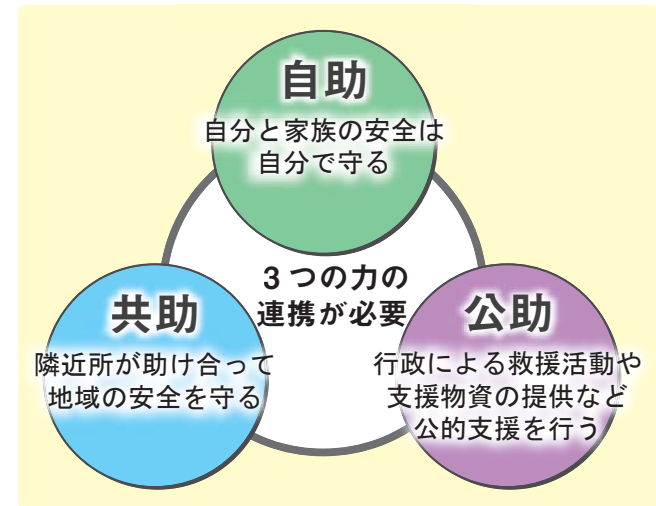
地震発生から 津波が来るまでに

- 高台など安全な場所に避難する
- 率先して避難する
- 海や川を見に行かない
- 避難するときは、最大限安全な場所へ避難する



避難した後も

- 津波は繰り返し来るので、警報・注意報が解除されるまで戻らない
- 2波目以降に1波目よりも大きな津波が来る可能性がある



私たちができることとして

災害による被害をできるだけ少なくするためには、一人一人が自ら取り組む『自助』、地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む『共助』、行政などが取り組む『公助』のバランスが重要です。その中でも基本となるのは『自助』で、一人一人が自分の身の安全を守ることです。

平成7年1月17日に発生した『阪神・淡路大震災』では、約6千人以上の死者・行方不明者を出し、死亡者の約8割が窒息死や圧死により死亡したとの調査結果が出されています。

一方、東日本大震災では、死亡者の約9割が、溺死により死亡したとの調査結果が出されています。

これら過去の大規模災害を教訓にし、私たちが今すぐにやらなければならないことは、災害に対し、正しい知識を習得し、それを理解したうえで行動をとることです。

具体的には、大きく分けて次の3つの対策が重要です。

【自分の家の安全対策】

- ・寝室や子ども部屋などには、できるだけ家具を置かない
- ・家具を置く場合はなるべく背の低い家具にし、転倒防止対策をする
- ・家具が倒れてけがをしたり、出入り口をふさいだりしないように、家具の向きや配置を工夫するとともに、壁に固定するなどの対策をする

【身の安全の守り方】

- ・気象庁の『緊急地震速報』を活用することにより、強い揺れが来ることを事前に確認し、身の安全を守る行動をとる
- ・緊急地震速報を見聞きしたら、すぐに周りの人に地震が来ることを知らせ、あわてずに身の安全を確保する
- ・海岸近くにいるときに、強い揺れを感じたり、津波警報・津波注意報を聞いたときはすぐにその場所から離れ、高台などに避難する
- ・津波ハザードマップなどによって指定された避難場所であっても津波は予想を超えて襲ってくる可能性があるため、

状況に応じ、各自の判断で率先して避難する

【水や食料などを備える】

- ・大災害が発生した場合、電気やガス、水道、通信などのライフラインが停止する可能性があるため、普段から飲料水や非常食などを備蓄する
- ・自宅が被災したときは、安全な場所に避難し、そこで避難生活を送るようになるため、避難所生活に必要なもの(非常用持ち出し品)をリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるように備える

このほか、普段から家庭内で災害時の連絡方法、避難方法や避難場所を決めておくとともに、避難訓練を通じて、避難場所に家族で実際に行ってみるなどに一緒に体験しておくことが大切です。



床潭漁港に船が打ち上げられている様子

パネル展を開催します

東日本大震災を教訓に、いつ発生するか分からない大地震や大津波に対する備えをどのように行っていくべきなのか、一人一人が身近な問題として考える機会とするため、さらには、町民の皆さんの災害時の心構えや防災意識の高揚を図るために、パネル展を開催します。

- タイトル／東日本大震災を教訓に私たちは何ができますか
- 開催期間／3月1日(火)から25日(金)(※土・日、祝日は除く)
- 時間／8時30分から17時15分
- 場所／役場庁舎1階町民ホール
- 内容／震災当時の東北地方および厚岸町の写真、地震・津波発生時の仕組み、パネルや防災備蓄品の展示、防災クイズなど



津波後の厚岸町の様子

黙とうをささげましょう

東日本大震災で亡くなられた多くの人たちのご冥福をお祈りするため、消防のサイレンを鳴らしますので、黙とうをささげましょう。

- 日時／3月11日(金)14時46分から1分間

- 問い合わせ／危機対策係 ☎ 223・224