

揺れたら、落ち着いて行動を！

大地震が発生したときは、慌てて行動すると命取りになります。落ち着いて行動するために、地震直後の行動マニュアルを暗記しましょう。

緊急地震速報とは

「最大震度が5弱以上」の揺れが予測された場合に発表されます。地震の揺れを震源近くの地震計がとらえ、震度などを予測し、素早く知らせる予報や警報のことです。テレビやラジオ、携帯電話などで、緊急地震速報を見聞きしてから、数秒から数十秒に地震が到達します。この短い間に身を守る準備をしましょう。

地震発生

1~3分後

揺れを感じたら

□**頭を守る** 机の下などへもぐる。倒れてくる家具や落下物に注意。

揺れがおさまったら

- 火の始末をすばやく** コンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。無理はしない。出火があれば、落ち着いて初期消火。
- 脱出口を確保する** ドアや窓を開けて、逃げ道を確保。
- 家族の安全を確認する** 家具などの下敷きになっていないかを確認。離れた家族には「171」などで確認。
- 逃げる準備を** 手元に非常持出品を用意。ガラスの破片が散乱している場合もあるので靴をはく。

3~5分後

余震に注意しながら

- 隣近所に声をかける** 災害時要支援者の安全確保や初期消火。
- 出火防止に近所で協力する** 漏電やガス漏れにも注意する。

デマに惑わされないように

- 情報を集める** テレビ、ラジオ、インターネットで正しい情報を得る。
- 避難する場合は基本的に車は使わない** (渋滞になると身動きがとれなくなる)

10分後
数時間

- 協力して消火・救出・救護活動** 隣近所と協力して消火や救出を。

発生から
3日後

- 協力し合って行動する**
- 余震に注意する**
- 壊れた家には入らない**
- 水、食料はたくわえているものでまかなう**
災害発生から3日間は、被災地外部からの応援は期待できない。

一時集合場所

災害時に一時的に避難する場所。町内会などが指定した、学校の運動場および公園など。

広域避難場所

災害が拡大し、一時集合場所が危険になった場合に避難する場所。各自治体が指定した学校やグラウンド、大公園など。

避難所

災害で家を失った住民たちが、臨時に生活できる場所。各自治体が管理する頑丈な建物が指定されている。

自宅や周辺が安全になったら

自宅（職場）



そなえ防災

あきる野市防災・安心地域委員会

平成25年9月20日
(第2号)
発行責任者
防災・安心地域委員会
本部長 倉田克治

身近に迫る土砂災害

あなたとあなたの家族の命を守るため、早めの避難について考えてみませんか。

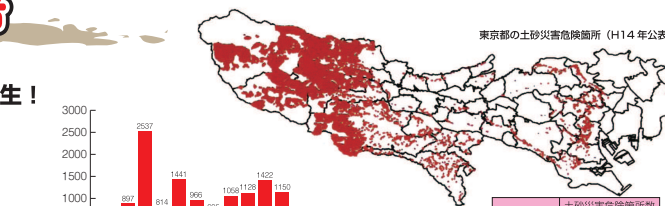
日本は年約1000件の土砂災害(土石流、がけ崩れ、地すべり)が発生！
東京都内にも土砂災害の危険があるところ約3,786箇所！

日本では土砂災害により、毎年、死者・行方不明者、家屋の被災が発生！

土石流やがけ崩れが発生すると人命に直接かかわる悲惨な災害になります

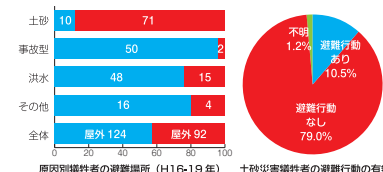
近年の土砂災害による死者行方不明者・被災家屋

	死者および行方不明者(人)	家屋(戸)			
		全壊	半壊	一部損壊	家屋損壊計
平成20年	20	19	10	92	121
平成21年	22	24	26	215	265
平成22年	11	40	35	222	297
平成23年	85	155	78	234	467
平成24年	24	105	71	16	192
計	162	343	220	779	1342

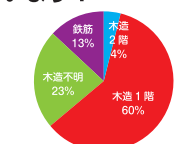


	土砂災害危険箇所数	
	東京都	全国
土石流	703	183,863
地すべり	26	11,288
急傾斜地	3,057	330,156
計	3,786	525,307

土砂災害の犠牲者は屋内で被災している場合が約8割！



屋内で被災した人の多くは、木造家屋の1階で被災しています！



あなたの声掛けが、あなたとあなたの家族の命を守ります。
・危険が迫った時には早めに避難しましょう！
・大雨の中や夜間で避難が難しいときは、2階など、少しでも安全なところに移動しましょう！

自主防災会活動報告

要援護者救助の為に自主防災訓練

横沢自治会

災害時の要援護者救助は「備え」の大きな課題の一つですが、横沢自治会では、その一歩を踏み出す事ができました。

住民の皆様のご協力で、要援護者希望者に対する支援者を要援護者希望者の意向や地理的要因等を加味して人選し、両者の承諾後、個別に支援関係を決定しました。

5月26日の一斉清掃の後、18名の支援者が、担当する9名の要援護者を救助する「要援護者救助の為に自主防災訓練」を初めて実施しました。

訓練を通じて、要援護者とその家族、近所の支援者の関係が明確になり、お互いになすべき事項が明らかになった事に加え、要援護者同士の再会等、思わぬ効果がみられました。

要援護者から、「本当の時も頼むね！」と言われた一言が今も忘れられません。



TOPIC

平成25年度の総合防災訓練について

今年11月23日(土)に、東京都と市が合同で実施する総合防災訓練については、現在、都立秋留台公園をメイン会場と想定し、各種参加機関と訓練内容についての調整が進められているとのことです。

市単独の訓練を遥かに上回る大規模な訓練が予定されており、住民共助による消火・救護・救助訓練のほか、警視庁・東京消防庁・自衛隊による救出救助活動、物資輸送、展示・体験訓練等も行なわれる予定とのことです。

大災害が発生した際の各機関の活動を知る良い機会なので、多くの市民に参加していただきたいと思ひます。

本号の保存資料について

- 地震その時 10のポイント……P.2-3
- 行動チャート&チェックリスト……P.4

地震

その時10のポイント



地震時の行動

地震だ！ まず身の安全

- ・揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
- ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。



- 【高層階（概ね10階以上）での注意点】
- ・高層階では、揺れが数分続くことがある。
 - ・大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険がある。

地震直後の行動

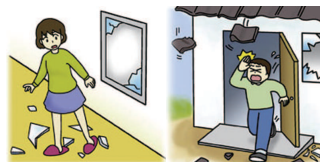
落ちついて火の元確認 初期消火

- ・火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をする。
- ・出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動 けがのもと

- ・屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
- ・瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。



窓や戸を開け 出口を確保

揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保する。



門や扉には近寄らない

屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。



火災や津波 確かな避難

- ・地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。
- ・沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。



正しい情報 確かな行動

ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。



確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



協力し合って 救出・救護

倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。



避難の前に安全確認 電気・ガス

避難が必要な時には、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。



地震後の行動