

防災は日頃の備えから

あなたの備えは大丈夫？

9月1日は「防災の日」。大正12年（1923年）のこの日に発生した「関東大震災」を教訓に、防災を見直すために定められた日です。

この震災の記憶が遠ざかってきた平成7年1月、阪神・淡路大震災が発生、そして平成16年10月に新潟中越地震、本年3月に能登半島地震、先月16日には新潟県中越沖地震と私たちは大震災の恐ろしさを改めて思い知らされました。

阪神・淡路大震災のなかで、私たちが教訓として学んだのは、自分の身は自分で守る「自助」の大切さ、そして地域住民やボランティアなど人と人が助け合う「共助」の大切さです。阪神大震災では、救助された35,000人のうち27,000人が家族や近隣の人達によって救出されたといわれています。

いざというとき、大切な命や財産を地震から守るためには日頃から危機管理が大切。過去の教訓を生かし普段の備えを再点検し、地域の防災力を高めておくことが重要です。

家の内外の安全対策

災害は、突然起こります。日頃からの備えは、とても大切です。被害を最小限に抑えるために身のまわりを点検し、不備な点は整備しておきましょう。

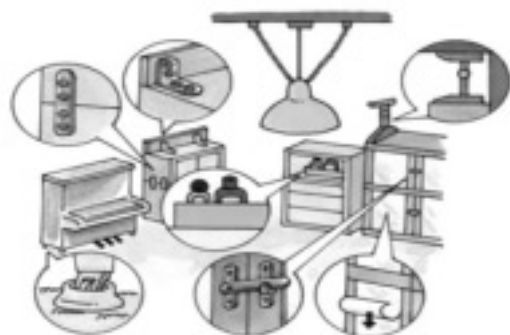
家の外の安全対策

地震でブロック塀や石塀が倒壊し、下敷きになった人が亡くなったケースもあります。ブロック塀にしっかりとした基礎部分が無いものや鉄筋が入っていないものは補強しましょう。また、プロパンガスのボンベはしっかりと固定しましょう。

家の中の安全対策

本棚やたんすなどの家具には、転倒しないようL字型金具などを使ってしっかりと留めておきましょう。食器棚などのガラスには、ガラス飛散防止フィルムを張っておきましょう。

また、寝ているときに棚が倒れてきたり、上に置いたものが落ちてきたりしないように家具の配置を工夫しましょう。



いろいろな
転倒防止措置方法

地震の 基礎知識

日本は世界有数の地震国。日本で地震が発生しやすいのは、日本列島が太平洋、フィリピン海、北アメリカ、ユーラシアのいくつものプレートに取り囲まれているという地理的な条件によるものです。

プレートはいわば地球を覆う殻のようなもので、それぞれが地球の表面をさまざまな方向に移動しています。このため、海側のプレートが陸地側のプレートとぶつかりその下に沈み込みます。このとき、陸側のプレートの先端もともに引きずり込まれてひずみがたまります。このひずみが限界に達し陸地のプレートの先端が跳ね上がるときに地震が発生します。プレート境界で起こる地震は、地震の中でも規模が大きく地震によって深い海の底を上下に動かすため大津波も発生しやすいという特徴があります。

また、こうしたプレート運動によって陸地のプレート内部には力がかかり、プレートの弱い部分が破壊されることで地震が発生します。この弱い部分で過去繰り返し地震が発生しているものを活断層と呼びます。日本では確認されているだけでも約2,000か所の活断層があります。



地震発生!! その時どうする?

大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは難しいものです。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。地震が起きてあわてず、落ち着いて行動することが最も大切です。

＋地震発生＋

○落ち着いて、自分の身を守りましょう。

机の下などへもぐり、倒れてくる家具や落下物に注意しましょう。



○火の始末をすばやく行いましょう。

コンロの火を消し、ガスの元栓を閉めましょう。決して無理はしないようにしましょう。



○脱出口を確保しましょう。

ドアや窓を開けて逃げ道を確保しましょう。



＋揺れが治まったら＋

○火の元を確認しましょう。

出火があれば、落ち着いて消火をしましょう。



○家族の安全を確認しましょう。

倒れた家具などの下敷きになっていないかを確認しましょう。



○逃げる準備をしましょう。

くつを履き、ガラスの破片などから足を守りましょう。

＋その後の行動＋

・非常持出品を手近に用意しましょう。

・隣近所の安全を確認、特に一人暮らし高齢者などには積極的声をかけ安否を確認し、火が出ていたら大声で知らせ協力して消火しましょう。

・ラジオなどで情報を確認、間違った情報やうわさなどにまどわされないようにしましょう。

・家を出る前に出火防止策を、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切りましょう。

・消火、救出活動、隣近所で協力して消火や救出活動を行いましょう。

こんな場所にいたら

家の中

- テーブルの下にもぐる。(無理なら座布団などで頭を守る。)
- ガラス片が危険なため素足で歩かない。
- 火の始末は速やかに。

デパート・スーパー

- バックなどで頭を保護する。
- ショーウィンドーや売り場から離れ壁際に避難。
- 係員の指示に従って行動する。



エレベーターの中で

- 地震時管制運転装置が付いていれば、自動的に最寄りの階に停止するのでそこで降りる。停止しない場合は、すべての階のボタンを押し最初に停止した階で降りる。
- 閉じ込められた場合は、非常ボタンやインターホンで外部に連絡をとる。

オフィス

- 机や作業台の下にもぐる。
- ロッカーなど大型備品の転倒やOA機器の落下に注意。

集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保。
- エレベーターは絶対に使用しない。避難は階段で。

路上

- かばんなどで頭を保護し、空き地や公園などに避難する。
- ガラスや看板などの落下物に注意する。
- 建物、ブロック塀、自動販売機などには近寄らない。

車の運転中

- ハンドルをしっかりと握り徐々にスピードを落とし、道路の左側に車を寄せエンジンを切る。
- 避難するときは、キーはつけたままにし、車検証、貴重品は携帯する。

電車などの車内

- 電車は大きな揺れを感じると自動的に停止するので、将棋倒しや網棚からの落下物に注意し、つり革、手すりに両手でしっかりつかまる。
- 勝手に車外に飛び出さず、係員の指示に従う。

海岸

- 海岸からすぐに離れ高台に避難し、津波情報をよく聞く。

地震の揺れと想定される被害

震度0

- ・人は揺れを感じない。

震度1

- ・屋内にいる人の一部が、わずかな揺れを感じる。

震度2

- ・屋内にいる人の多くが揺れを感じる。
- ・つり下がった電灯などがわずかに揺れる。

震度3

- ・屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。
- ・棚にある食器類が音を立てることがある。
- ・電線が少し揺れる。

震度4

- ・かなりの恐怖感がある。
- ・つり下げてある物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。

- ・電線が大きく揺れ、歩いている人も揺れを感じる。

震度5弱

- ・棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。
- ・窓ガラスが割れることがある。
- ・電柱が揺れているのがわかる。

震度5強

- ・多くの人が行動に支障を感じる。
- ・タンスなどの重い家具や自動販売機が倒れることがある。
- ・自動車の運転が困難になる。

震度6弱

- ・立っていることが困難になる。
- ・壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。
- ・耐震性の低い木造住宅では、倒壊するものがある。

震度6強

- ・はわなと動くことができない。
- ・固定していない家具のほとんどが移動、転倒する。
- ・耐震性の高い住宅でも壁や柱が破損するものがある。

震度7

- ・自分の意思で行動できない。
- ・ほとんどの家具が移動し、飛ぶものもある。
- ・耐震性の高い住宅でも傾いたり大きく破損することがある。

(気象庁震度階級関連解説表参考)



地域防災力が多くの命を救う

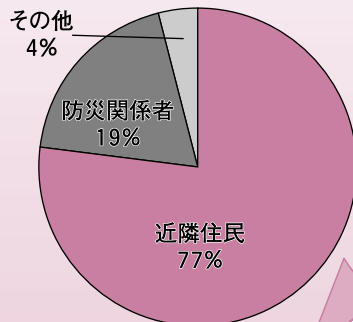
阪神・淡路大震災では、多くの犠牲者がでしたが、その一方でたくさんの人々が倒壊物の下から救出されています。自力脱出困難者35,000人のうち、実に77%が近隣住民によって救助されました。自衛隊、警察、消防なども活躍しましたが、これらは全体の19%に過ぎません。これは、いかに近隣住民の力が大切かを物語っています。

大災害が発生した場合、交通網の寸断、同時多発火災などにより消防などの防災機関が十分機能できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが地域ぐるみの協力体制です。現在、常陸大宮市では34の自主防災組織が結成されています。

「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで自主防災組織に参加し、「地域防災力」を向上させましょう。

●自力脱出困難者の救出内訳●

自力脱出困難者約35,000人のうち



地震火災を防止するために

地震の二次災害でもっとも恐ろしい火災。地震時の初期消火のタイミングを頭に入れておき、あわてず確実に火の始末をしましょう。

チャンス1

グラツときたとき

揺れはじめの瞬間に火を消す。ただし、最近は地震時に自動的にガスの供給が停止するマイコンメーターの設置が進んでいるので、危険を冒してまで消す必要はない。



チャンス2

大揺れがおさまったら

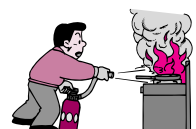
まずは、テーブルの下などで身を守り、大きな揺れがおさまってから火を消す。



チャンス3

燃えはじめたとき

万一出火したら、すばやく備え付けの消火器などで消火する。天井まで火が回ってしまったら、すみやかに避難する。



非常持出品の用意と備蓄品

非常持出品

避難するときに持ち出す最小限の必需品。あまり重いと避難行動に支障が出るので必要最低限のものをまとめておき、すぐ取り出せる場所に保管しましょう。

ヘルメット・防災ずきん 落下物から頭を守るため、必要人数分用意する。 	懐中電灯 停電時や夜間の移動に必要なもの。できれば1人に1個用意したい。 	携帯ラジオ 小型で軽く、FMとAMの両方を聴けるものがよい。 	予備電池 以外に忘れがちなもの。懐中電灯、携帯ラジオ用に多めに用意する。 
救急医薬品・常備薬 キズ薬、絆創膏、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬など。常備薬があれば忘れずに。 	非常食・飲料水 乾パンなど、火を通さずに食べられるもの。水は、持ち運びに便利なペットボトルを。 	貴重品 預貯金通帳、健康保険証、免許証など。 	生活用品 衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶きり、簡易トイレ。 

非常備蓄品

災害復旧までの数日を自足できるもの。最低でも3日分は用意しておきましょう。

非常食 そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるものを。レトルトのごはん、缶詰、インスタントラーメンなど、箸やスプーンも用意する。 	水 飲料水と生活用水を準備する。飲料水は、1人1日3ℓが目安。生活用水はプラスチックのタンクに入れて保存しておく。 
生活用品 カセットコンロと予備のガスボンベ、毛布、衣類、トイレ用ペーパー、ビニール袋、キッチン用ラップ、カッター、ひも、生理用品など。 	工具類 家具が倒壊した場合などに備えて、救急活動に使えるスコップやバール、のこぎり、車のジャッキなどを用意しておく。 

食料は3日分の準備をしようね



災害時に備えて、覚えておきましょう！！

+ 覚えておきたい応急手当

－ 出血 －

- ① 出血部位を確認する。
- ② 出血部位を清潔なガーゼやハンカチなどを重ねて強く押さえる。(直接圧迫止血法)



－ やけど －

- ① 流水で十分冷やす(患部に直接強い水圧がかからないように注意)。
- ② 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- ③ 水泡(水ぶくれ)を破らない。
- ④ 冷やした後は、消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。

－ 骨折 －

- ① 折れた部分に添え木(副木)を当てて固定し、医療機関へ。
- ② 適当な添え木がなければ、板、雑誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用を。

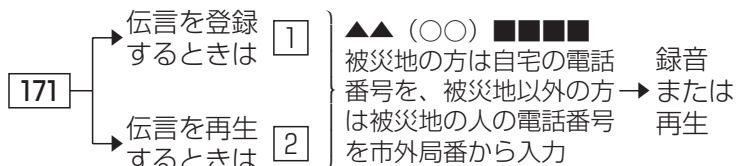
－ ねんざ －

- ① 患部を冷やす。
- ② 靴を履いたまま、上から三角巾や布で固定。



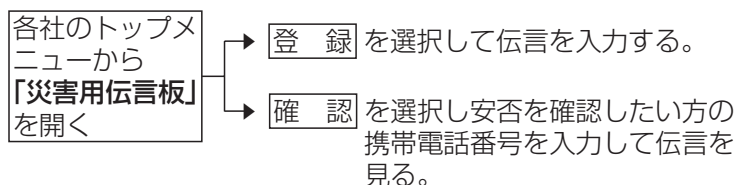
災害用伝言ダイヤル「171」

震度6弱以上の地震発生時など、電話がかかりにくくなります。安否確認には、災害伝言ダイヤルサービスをご利用ください。事前契約は不要で、サービスの開始はテレビなどで知らされます。



携帯電話の「災害用伝言板」

携帯電話各社は、大規模災害発生時に災害伝言板サービスを提供します。被災地の人の安否情報を伝言板に登録でき、登録された伝言は同じ会社の携帯電話はもちろん、他社の携帯電話やPHS、パソコンからも見るができます。



常陸大宮市では

◆ 防災無線

市内の屋外88か所に設置し、皆さんに早く的確に伝えなければならない情報を放送しています。

また、各家庭用の個別受信機でも聴くことが可能です。



◆ ホームページ（災害情報）

市のホームページでは、災害が発生した場合に、災害情報を発信します。

また、気象庁のホームページにリンクしており、いつでも地震情報や台風情報を確認できます。

◆ 災害時要援護者制度

一人暮らしの高齢者や重度の障害者など、日常生活のなかで手助けを必要とする人が、災害時などに支援を受けることができます。

【問い合わせ先】

本 庁 福祉課	☎52-1111
	内線134・135
山 方 福祉健康課	☎57-6812
美 和 福祉健康課	☎58-3850
緒 川 福祉健康課	☎56-3992
御前山 福祉健康課	☎55-2113

避難場所 一 覧

災害時の避難場所が指定されています。避難状況の掌握や地域住民の相互協力が得られやすいように地域ごとに指定されていますので、避難場所への道順や所要時間などを確認しておきましょう。



● 大宮地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
常陸大宮市文化センター	1,200	大賀小学校	470	村田小学校	540
大宮小学校	860	第一中学校	480	大宮農村環境改善センター	240
大宮西小学校	640	世喜小学校	370	第二中学校	470
大宮中学校	980	大宮東部地区コミュニティセンター	110	小場小学校	340
大宮公民館（福祉センター）	180	上野小学校	640	大場小学校	340
県立常陸大宮高等学校	1,910	県立大宮工業高等学校（跡地）	2,080	塩田小学校	290
玉川小学校	370				

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
栄町公民館	20	若林新農村集落センター	80	上野地区防災センター	80
南町公民館	50	上大賀公民館	30	泉コミュニティセンター	80
抽ヶ台公民館	50	岩崎ふるさとコミュニティセンター	70	宇留野台ふれあい交流センター	60
上町公民館	20	小祝新農村集落センター	40	農村文化伝統館	50
第7区公民館（寺町）	80	大宮公民館大賀分館	60	下村田田園都市センター	60
第8区公民館（北三）	30	鷹巣ふるさとコミュニティセンター	60	村石地区防災センター	80
東富コミュニティセンター	60	辰ノ口公民館	50	石沢公民館	30
第10区公民館（姥賀）	40	塩原農村集落センター	50	大宮公民館大場分館	80
野中公民館	60	富岡公民館	40	三美多目的集会施設	50
田子内集会場	20	下岩瀬新農村集落センター	50	西塩子田園都市センター	30
大宮公民館玉川分館	70	上岩瀬新農村集落センター	70	塩田地区防災センター	80
八田農村集落センター	50				

二次避難場所

場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員
玉川自然公園	40,000	大宮自然公園	13,000	大賀ファミリー公園	1,100
辰ノ口親水公園	34,000	大宮運動公園	9,000	宮の郷公園	1,040
西部総合公園	16,400				

● 山方地域 ●

二次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
山方小学校	780	山方公民館	660	山方農村環境改善センター	150
山方南小学校	370	山方高齢者コミュニティセンター	60	山方公民館舟生分館	30
山方中学校	1,170	山方公民館西野内分館	40	山方農林漁家高齢者センター	240

一次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
山方公民館山方分館	30	山方公民館諸沢五区分館	40	諸沢四区農村集落センター	50
山方公民館和大分館	50	山方公民館諸富野分館	230	北富田集会所	20
山方公民館久隆分館	60	山方公民館下小川分館	150	平山集会所	20
山方公民館長田分館	60	山方二区集会所	30	盛金川東集会所	20
山方公民館野上分館	60	南皆沢集会所	20	桧沢口岡平集会所	20
山方公民館小貫分館	40	北皆沢集会所	20	家和楽農村集落センター	50
山方公民館照山分館	50	芝新農村集落センター	70	梶畑集会所	20
山方公民館舟生分館	50	諸沢二区農村集落センター	50	長沢農村集落センター	60
山方公民館西野内分館	70	諸沢三区農村集落センター	50	照田集落センター	50

二次避難場所

場所名	収容人員	場所名	収容人員	場所名	収容人員
パークアルカディア	4,980	家和楽運動公園	1,320	陰陽山森林公園	1,210
山方運動公園	1,790	22世紀の森	1,310	西野内運動公園	1,030
もりがね富士見公園	1,760				

● 美和地域 ●

二次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
美和山村開発センター	210	美和中学校	630	高齢者コミュニティセンター	70
檜沢小学校	370	表郷みらい館	30	常陸大宮市美和総合支所	400
陸郷小学校	490	下郷ふるさとコミュニティセンター	10		

一次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
野沢会館	40	大貝生活改善センター	20	仲檜沢会館センター	20
上郷コミュニティセンター	40	小田野宿集落センター	40	中組集落	40
上檜沢生活改善センター	20	小田野上郷生活改善センター	20	三ツ木会館	20
上組会館	30	袋木集落センター	30	美和工芸ふれあいセンター	360
上町集落センター	30	鷺子宿集落センター	40	入檜沢コミュニティセンター	30
東河戸集落センター	40	花輪集落センター	50	小田野下郷営農改善センター	20
入檜沢下集落センター	20	鳥居土集落センター	30	小田野中郷集落センター	30
仲河戸集落センター	30	元沢集落センター	30	鷺子下郷農村集落センター	50
谷熊公民館	20	宿里ふるさとコミュニティセンター	40	仲郷コミュニティセンター	30
細草集落センター	20				

二次避難場所

場所名	収容人員	場所名	収容人員	場所名	収容人員
花立自然公園	8,800	三浦杉公園	490	小田野地区山村広場	190
美和運動公園	1,960	鷺子地区運動公園	260		

● 緒川地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
老人福祉センターやすらぎ荘	100	緒川第2 体育館	150	緒川中学校	1,050
ふるさとセンターつづじ荘	130	小瀬小学校	650	緒川総合センター	330
緒川第1 体育館	130	八里小学校	530	おがわ幼稚園	210

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
緒川公民館八里分館	60	本郷ふるさとコミュニティセンター	50	油河内農村集落センター	50
那賀集落農事集会所	60	川西生活改善センター	40	松之草生活改善センター	30
下小瀬生活改善センター	50	西根生活改善センター	40	小瀬沢ふるさとコミュニティセンター	50
国長生活改善センター	60	大岩集落センター	50	吉丸コミュニティセンター	50
小玉集落センター	20	小舟公民館	20	入本郷公民館	20
下郷農村集落センター	70	前屋大貝生活改善センター	40	千田田園都市センター	60
宿農村集落センター	60	小舟上集落センター	40		

二次避難場所

場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員
やすらぎの里公園	13,580	緒川運動公園	7,950	百観音自然公園	4,140

● 御前山地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
御前山トレーニングセンター	240	野口小学校・体育館	110	長倉小学校・体育館	110
御前山中学校・体育館	170	伊勢畑小学校・体育館	110	長倉地区センター	40

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
上郷新農村集落センター	50	上伊勢畑集落センター	40	中居公民館	20
野口平公民館	30	桧山公民館	20	文化伝習センター	50
野口地区センター	90	野田集落センター	60	内原農村集落センター	40
門井公民館	30	秋田公民館	20	相川公民館	20
下伊勢畑生活改善センター	60				

二次避難場所

場 所 名	収容人員	施 設 名	収容人員
御前山総合運動公園	3,730	三王山自然公園	3,390



二 次 避 難 所：住家が被害を受け、居住する場所を失った被害者を収容する施設

一 次 避 難 所：一次的な避難を行う施設

二次避難場所：屋外の場所で、緊急に避難する場所

* 市ホームページ (<http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>) でもご覧いただけます。

問い合わせ先

消 防 署

☎54-0119

本庁市民課市民生活係

☎52-1111 内線106・107