

東日本大震災から10年 ～ 来ていますか？地震対策～

平成 23 年 3 月 11 日、午後 2 時 46 分頃、マグニチュード 9.0 を記録する地震が東北地方太平洋沖に発生。関東・東北地方で電気や水道などのライフラインが止まり、津波が発生するなど、甚大な被害をもたらしました。

常陸大宮市では震度 6 強が観測され、避難者は延べ 1,595 人となりました。各地域で、地割れ、陥没、土砂崩れが見られ、損壊した建物は 1,000 棟以上に上り、建造物においては、多くの屋根瓦が落下し、塀や墓石の倒壊、公共施設の天井が崩落するなど多くの被害をもたらしました。

今年の 3 月 11 日で、東日本大震災から 10 年となりますが、去る 2 月 13 日の深夜には、東日本大震災の余震とされる福島県沖で震度 6 強、常陸大宮市では、震度 5 弱の地震が発生しました。東日本大震災の影響は今も続いています。今後も忘れることなくいつ起こるか分からない地震に対し、日頃からの備え、対策を今一度確認しましょう。

地震の揺れと被害想定

震度の違いでどのようになるの？ (震度の揺れと被害想定)

※この階級による震度(気象庁震度階級)の発表は、平成 21 年 3 月 31 日より実施

0	人は揺れを感じないが、地震計には記録される。	5	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
1	屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。	5 強	大半の人が、物につかまらなると歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。
2	屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。眠っている人の中には、目を覚ます人もいる。	6	立っていることが困難になる。
3	屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。歩いている人の中には、揺れを感じる人もいる。眠っている人の大半が、目を覚ます。	6 強	立っていることができず、はわなないと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。
4	ほとんどの人が驚く。歩いている人のほとんどが、揺れを感じる。眠っている人のほとんどが、目を覚ます。	7	

地盤、斜面等の状況

震度階級	地盤の状況	斜面等の状況
5弱	亀裂や液状化が生じることがあります。	がけ崩れや地すべりが発生することがあります。
5強		
6弱	落石やがけ崩れが発生することがあります。	大きな地割れが生じることがあります。
6強		
7	地割れが生じることがあります。	がけ崩れが多発し、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがあります。

地震発生時の行動パターン

大きな地震が発生した時、一瞬の判断が生死を分けることがあります。冷静に行動するために、行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生時の行動パターン

地震発生

- 火元を確認し、出火していたら初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはく
- 非常時持出品を手近に用意

ガラスの破片等から足を守るため

1～2分

- 落ち着いて、自分の身を守る机の下に隠れるなど、まずは身を守ること
- すばやく火の始末
- ドアや窓を開けて逃げ道を確認

3分

- となり近所の安否確認
- 特一人暮らしの高齢者や、要配慮者がいる家には積極的に声をかける
- 余震に注意

5分

- ラジオ等で正しい情報を確認
- 家屋倒壊等のおそれがあれば避難する

5～10分

- 子供を迎えに行く
- 自宅を離れるときは、行き先を書いたメモを目立つ場所に残す
- さらに出火防止を

10分～数時間

- 消火・救出活動
- ラジオ等で最新の情報を確認
- 引き続き家屋倒壊等のおそれがあれば避難する

～3日ぐらい

避難生活では

- 自主防災組織を中心に行動する
- 集団生活のルールを守る
- 助け合いの心を忘れずに
- 家屋倒壊等のおそれがある場合は避難所で生活を
- 壊れた家には入らない
- 生活必需品は個々の備蓄でまかなう
- 災害情報・被害情報の収集
- 引き続き余震に注意



地震発生そのとき

屋内にいた場合

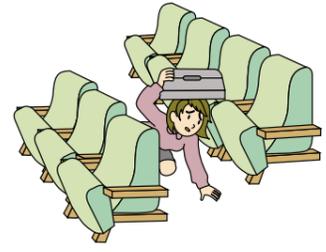
家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。揺れが激しい場合は揺れがおさまってから。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。



劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動をとる。



デパート・スーパー

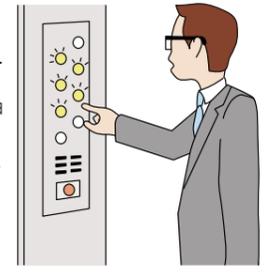
- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

エレベーターの中では

- 地震時管制運転装置がついているエレベーターは、自動的に最寄の階に停止します。装置がついていなければ、ボタンを全部押し、停止した階で外に出ましょう。閉じ込められたら、非常ボタンを押し続けて、救助を待ちましょう。天井などから無理に脱出するのは危険です。



お風呂やトイレでは

- 風呂場やトイレは比較的 안전한場所なので、あわてて飛び出さないようにしましょう。ドアを開け、揺れがおさまるのを待ってから避難しましょう。



屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、周りの危険物に注意し、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などのないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



車を運転中

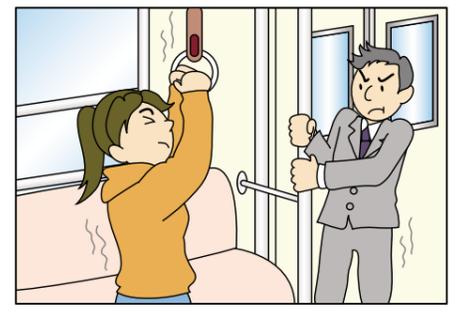
- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。



わが家の安全チェック

家の中の安全対策

1 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋が幾つもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。



2 寝室、子供やお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性があります。



3 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



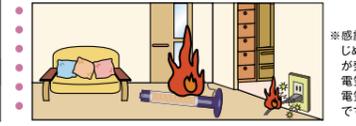
4 安全に避難するため、出入口や通路にもものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



5 電気火災発生防止

大地震が発生した際には、多数の火災が発生し、多くの人が命や財産を失っています。地震火災の原因の多くは電気が関連しており、電気機器等(電気ストーブ、電気コンロ等)の転倒による出火や、電気復旧時における通電火災(破損した電気コードのショートによる出火等)があります。このような電気火災を防ぐため、感震ブレーカー等を設置しましょう。



*感震ブレーカーとは、あらかじめ設定した震度以上の地震が発生した場合に、自動的に電気の供給を遮断しますので、電気による出火防止に効果的です。

家具の転倒、落下を防ぐポイント

タンス・本棚 L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかりと連結しておく。	食器棚 L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下に、軽い食器は上の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。	照明 チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。
冷蔵庫 2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。	テレビ できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。	ピアノ 本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。

家の周囲の安全対策

●屋根 不安定な屋根のアンテナの補強。瓦のひび、割れ、ずれ、はがれはないか。トタンのめくれ、はがれはないか。	●ベランダ 植木鉢などの整理整頓。下に落ちる危険がある場所には何も置かない。	●雨どい・雨戸 雨どいに落ち葉や砂が詰まっていないか。継ぎ目の外れや塗装のはがれ、腐りはないか。雨戸にガタツキやゆるみはないか。
●ブロック塀・門柱 基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので、補強しているか。ひび割れや鉄筋の修理を。	●外壁 モルタルの壁に亀裂はないか。板壁に腐りや浮きはないか。	●窓ガラス ひび割れ、窓枠のガタツキはないか。飛散防止フィルムを貼るなどの処置を。