

# わが家の防災 日頃から備える

Our guide to natural disaster prevention preparedness in case of emergency!  
Prevenção de desastre da minha casa. Prepare-se para uma emergência!

### 非常用持出し袋の備えと点検を!

日頃の準備が自分や家族を守る!  
家庭における非常用持出し袋・備蓄品は、非常用持出し袋などに入れて、いつでも持ち出せる場所に置きましょう。『わが家の非常用持出し品リスト』を作成し、定期的に点検を行ないきましょう。

| 非常用持出し品 (チェックシート)   | 備蓄品  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ヘルメット 防災頭巾<br><input type="checkbox"/> リュックザック<br><input type="checkbox"/> 携帯電話・充電ケーブル<br><input type="checkbox"/> モバイルバッテリー<br><input type="checkbox"/> 保険証・免許証<br><input type="checkbox"/> 財布・現金 (硬貨も)<br><input type="checkbox"/> 飲料水 (1人あたり1日3日の水を7日分)<br><input type="checkbox"/> 食料品 (賞味不要の非常食7日分程度)<br><input type="checkbox"/> 非常食 (3日分)<br><input type="checkbox"/> 医薬品・常備薬<br><input type="checkbox"/> 安定ヨリ筒筒 (丸丸、内服薬用リヤ)<br><input type="checkbox"/> 懐中電灯<br><input type="checkbox"/> 予備の乾電池<br><input type="checkbox"/> 衣類 (季節に応じたTシャツなど)<br><input type="checkbox"/> ウォータータンク・給水袋<br><input type="checkbox"/> ピニールシート<br><input type="checkbox"/> 卓上コンロ (使い捨てライターも可)<br><input type="checkbox"/> ピニールシート<br><input type="checkbox"/> 卓上コンロ (使い捨てライターも可) | <input type="checkbox"/> 飲料水<br><input type="checkbox"/> 食料品<br><input type="checkbox"/> 医薬品<br><input type="checkbox"/> 衣類<br><input type="checkbox"/> ウォータータンク・給水袋<br><input type="checkbox"/> ピニールシート<br><input type="checkbox"/> 卓上コンロ (使い捨てライターも可)<br><input type="checkbox"/> ピニールシート<br><input type="checkbox"/> 卓上コンロ (使い捨てライターも可) |

### わが家の地震対策 (チェックシート)

- 住居の耐震化
- 家具の固定
- 感震ブレーカーの設置
- 窓ガラスへの飛散防止フィルム貼り付け

家具を固定することで、下敷きになることを防ぎます。  
(感震ブレーカーとは、地震発生時に揺れを感知し、自動的に電気を遮断することで、火災を防止できます。)

### 始めよう ローリングストック

いつもの食品で無理なく備蓄!

買い足す 消費する

発行 御前崎市 危機管理課 TEL (0537) 85-1119 FAX (0537) 85-1143 令和6年3月作成  
HP http://www.city.omaezaki.shizuoka.jp E-mail kikikanri@city.omaezaki.shizuoka.jp 発行数 15,000

# 「わたしの避難計画」を作成しよう!

### わたしの避難計画とは?

身の回りの災害リスクに対し、「どのタイミング」で「どこに」避難するか「あらかじめ整理」するものです。

### 計画書作成方法

- まず、身の安全を
- すばやく火の始末
- 非常用出口を確保
- 火が出たら「119」
- 狭い路地やブロック塀、がけや川べりには近づかない
- がけ崩れに注意
- 津波に注意
- 避難は徒歩、荷物は最小限度に
- 協力し合って消火・救出・救護
- 正しい情報をつかみ、デマに惑わされない

### 特徴

- 様々な災害リスク(河川氾濫、土砂災害、地震・津波など)に対応。
- 計画作成に必要な情報が作成ガイドに集約されており、資料があれば誰でも作成できる。
- パソコン、スマートフォンでも作成できる。

### 作成ガイド(例) 計画書本体(例)

「わたしの避難計画」

# 地震から身を守る

Protect yourself from earthquakes  
Devemos nos proteger do terremoto

### 地震の揺れと被害想定

震度7: 自分の意思で行動できなくなります。大きな地割れや地すべり、山崩れが発生します。

震度6強: 這わないと動くことができません。重たい家具のほとんどが倒れ、戸が外れて飛びます。

震度6弱: 立っているのが難しく、壁のタイルや窓ガラスが壊れ、ドアが開かなくなります。

震度5強: タンスなどの重い家具が倒れたり、自動販売機が倒れることもあります。

震度5弱: 家具が動いたり、食器や本が落ち、窓ガラスが割れることもあります。

震度4: 眠っている人のほとんどが目覚めます。歩中の人にも揺れを感じます。

震度3: 朝の食が舌をたてることがあります。

震度2: 屋内にいる人の多くが揺れを感じます。

震度1: 屋内にいる人で揺れを感じる人もいます。

震度0: 人は揺れを感じません。

# 津波から身を守る

Protect yourself from tsunami  
Devemos nos proteger do tsunami

### 地震、津波 すぐに避難!

強い揺れや長い時間の揺れを感じたら

津波警報・注意報が発表されたら(揺れを感じなくても)

海岸付近にいるとき

津波フラッグ

高台に避難

建物の上層階に避難

海岸や河口には絶対に近づかない

### 津波警報・注意報の種類

| 種類 / 発表基準    | 発表される津波の最大の高さ(予想される津波の高さ) | 想定される被害と取るべき行動   |
|--------------|---------------------------|--|
| <b>大津波警報</b> | 10m超 (10mを超えられる津波の最大の高さ)  | 巨大な津波が襲来し、大津波による被害は甚大です。津波警報が発令された場合は、とにかく高台や高い建物の上層階に避難してください。                |
| <b>津波警報</b>  | 3m超 (3mを超えられる津波の最大の高さ)    | 大きな津波が襲来し、水害被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。津波警報が発令された場合は、とにかく高台や高い建物の上層階に避難してください。 |
| <b>津波注意報</b> | 1m超 (1mを超えられる津波の最大の高さ)    | 海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、漂流し、さらには津波警報が発令された場合は、とにかく高台や高い建物の上層階に避難してください。           |

「このだけでは知っておこう ~命を守る知恵~」

引き波があるとは限らない

第二波以降にも注意

情報収集は安全な場所へ移動してから

20cmの高さでも危険

# 南海トラフ地震臨時情報が発令された時

### 南海トラフ地震臨時情報とは

時間差で発生する巨大地震に備えましょう

| 発表条件  | 調査中  | 巨大地震警戒   | 巨大地震注意  | 調査終了                                |
|---|--|--|---|-------------------------------------|
| 南海トラフ沿いで異常な現象が観測され、その現象が南海トラフ沿いの大規模な地震と関連するかどうか調査を開始した場合、または調査を継続している場合 | 観測された異常な現象が南海トラフ沿いの大規模な地震と関連するかどうか調査を開始した場合、または調査を継続している場合 | 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界においてM6.0以上の地震が発生したと評価した場合 | 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界においてM7.0以上、M8.0未満の地震が発生したと評価した場合<br>想定震源域外のプレート境界以外、想定震源域の沿海外約50km程度までの範囲でM7.0以上の地震が発生したと評価した場合<br>わずかに許容範囲を超えて発生する、短い期間にプレート境界の固着状態が明らかに変化しているような異常とは異なるゆっくりすべりが観測された場合 | 巨大地震警戒、巨大地震注意のいずれにも当てはまらない現象と評価した場合 |

# 風水害・土砂災害から身を守る

Protect yourself from storms, floods and landslides  
Proteja-se de tempestades, inundações e deslizamentos de terra

### 相当する警戒レベルと取るべき行動

| 警戒レベル           | 対応  |
|-----------------|---|
| 警戒レベル5 (緊急安全確保) | 命の危険 直ちに安全確保!<br>既に災害が発生している状況であり、命を守るための最善の行動をとる。  |
| 警戒レベル4 (避難指示)   | 危険な場所から全員避難<br>危険な場所から全員避難(立退き避難又は屋内安全確保)する。  |
| 警戒レベル3 (高齢者等避難) | 危険な場所から高齢者等は避難<br>高齢者等は危険な場所から避難(立退き避難又は屋内安全確保)する。<br>*避難を完了させるのに時間を要する在宅又は施設利用者の高齢者及び障害のある人、及びその人の世帯を支援する者<br>高齢者等以外の人も必要に応じて、出勤等の外出を控えるなど避難の行動を見合わせる。また、避難の準備を完了し、自主的に避難するタイミングである。例えば、地域の状況に応じ、早めの避難が望ましい場所の居住者等は、このタイミングで自主的に避難することがある。 |
| 警戒レベル2 (早期注意情報) | 自らの避難行動を確認<br>ハザードマップ等により自宅・勤務等の災害リスク、指定緊急避難場所や避難経路、避難のタイミング等を再確認するとともに、避難情報の把握を確認し、注意するなど、避難に備え自らの避難行動を確認する。   |
| 警戒レベル1 (早期注意情報) | 災害への心構えを高める<br>防災気象情報等の最新情報に注意する等、災害への心構えを高める。  |

# 災害時の備える

防災情報などの収集先

### 御前崎市の情報

- 御前崎市ホームページ**: トップページに様々な緊急情報が発信されます。https://www.city.omaezaki.shizuoka.jp/
- 御前崎市防災ガイドブック**: 御前崎市防災ガイドブックを市のホームページで確認できます。https://www.city.omaezaki.shizuoka.jp/soshiki/kikikanri/bosai/hazardmap/9167.html
- 御前崎市防災メール**: 登録者に地震情報や津波情報、気象情報等を配信します。災害への備えとして是非ご利用ください。https://www.city.omaezaki.shizuoka.jp/soshiki/kikikanri/saigai/johotekiyo/bosaimail.html
- 御前崎市防災アプリ (coming soon)**: 市内の同報無線で流れた放送内容や災害情報など、御前崎市に特化した情報収集ができるスマートフォン向けアプリです。
- 御前崎市のSNS**: LINE, X, Facebook, Instagram

### 気象情報・河川情報

- 気象庁: キキクワ**: 土砂災害、浸水害、洪水災害の危険度の高まりを面的に確認できます。https://www.jma.go.jp/bosai/spattern=rain\_level&area\_type=class20s&area\_code=222300
- 静岡県サイボスクーラー**: 雨量、河川水位、ライブカメラ、注意報・警報などが確認できます。http://sisops.pref.shizuoka.jp
- 土砂災害(特別)警戒区域マップ**: 土砂流や急傾斜地の崩壊危険度が確認できます。https://www.gis.pref.shizuoka.jp/mp=9002
- 国土交通省: 川の防災情報**: 全国の雨量、洪水予報、注意報・警報などが確認できます。https://www.river.go.jp
- 国土交通省: 防災情報提供センター**: リアルタイム雨量などが確認できます。https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/
- 気象庁: 静岡地方気象台**: 天気予報、地震、津波の情報、注意報・警報などが確認できます。https://www.jma-net.go.jp/shizuoka/

### 静岡県の情報

- 静岡県: 防災ポータル**: 静岡県が発する緊急・危機管理情報がご覧いただけます。https://shizuoka.secure.force.com/portal/sns\_vf\_portal
- 静岡県総合防災アプリ「静岡県防災」**: 各種緊急情報の通知から、ハザードマップの確認、平時の防災学習や避難トレーニングまで、災害時に幅広く役立つ機能を持ったスマートフォン向けアプリです。https://www.pref.shizuoka.jp/bosaijoho/bosaiapp/index.html
- 通行情報**: 国土交通省: 道路復旧見える化マップ 道路復旧見える化マップを確認できます。(参考: 令和6年能登半島地震) https://www.mlit.go.jp/road/teno/index2.html

### 同報無線確認ダイヤル

市内の同報無線で流れた最近の放送内容を確認できます。

# 0537-85-1179

「聞き直した!」「聞き取りにくかった!」際にご利用ください

### 臨時情報発令後の防災対応の流れ

巨大地震警戒、巨大地震注意、巨大地震警戒解除の流れ

巨大地震警戒 (警戒レベル5): 巨大地震警戒が発令された場合は、巨大地震注意が発令されるまでの間に、自宅や勤務先の防災備蓄品を確認し、避難経路を確認し、避難の準備を完了させる。また、避難の準備が完了し、自主的に避難するタイミングである。

巨大地震注意 (警戒レベル4): 巨大地震注意が発令された場合は、巨大地震警戒が発令されるまでの間に、自宅や勤務先の防災備蓄品を確認し、避難経路を確認し、避難の準備を完了させる。また、避難の準備が完了し、自主的に避難するタイミングである。

巨大地震警戒解除 (警戒レベル3): 巨大地震警戒解除が発令された場合は、巨大地震警戒が発令された後の生活を送る。ただし、巨大地震が起きる可能性がある場合、巨大地震警戒が発令された場合と同様に備える。

### 安全確認旗を掲示

津波、山・崖崩れ等緊急を要する場合は避難を優先してください。

# 我が家は無事です!

世帯主

### 震度分布図

御前崎市役所、御前崎市消防署、御前崎市消防署 白羽出張所

県の統合地理情報システム(GIS)で、拡大して詳細な位置まで確認することができます。https://www.gis.pref.shizuoka.jp/?m=13&l=34.614572&C13&l=137.65&ts=roadmap&mp=1809&op=70&I=1

御前崎市防災マップ (2024版) 御前崎市 危機管理課 TEL (0537) 85-1119 FAX (0537) 85-1143