

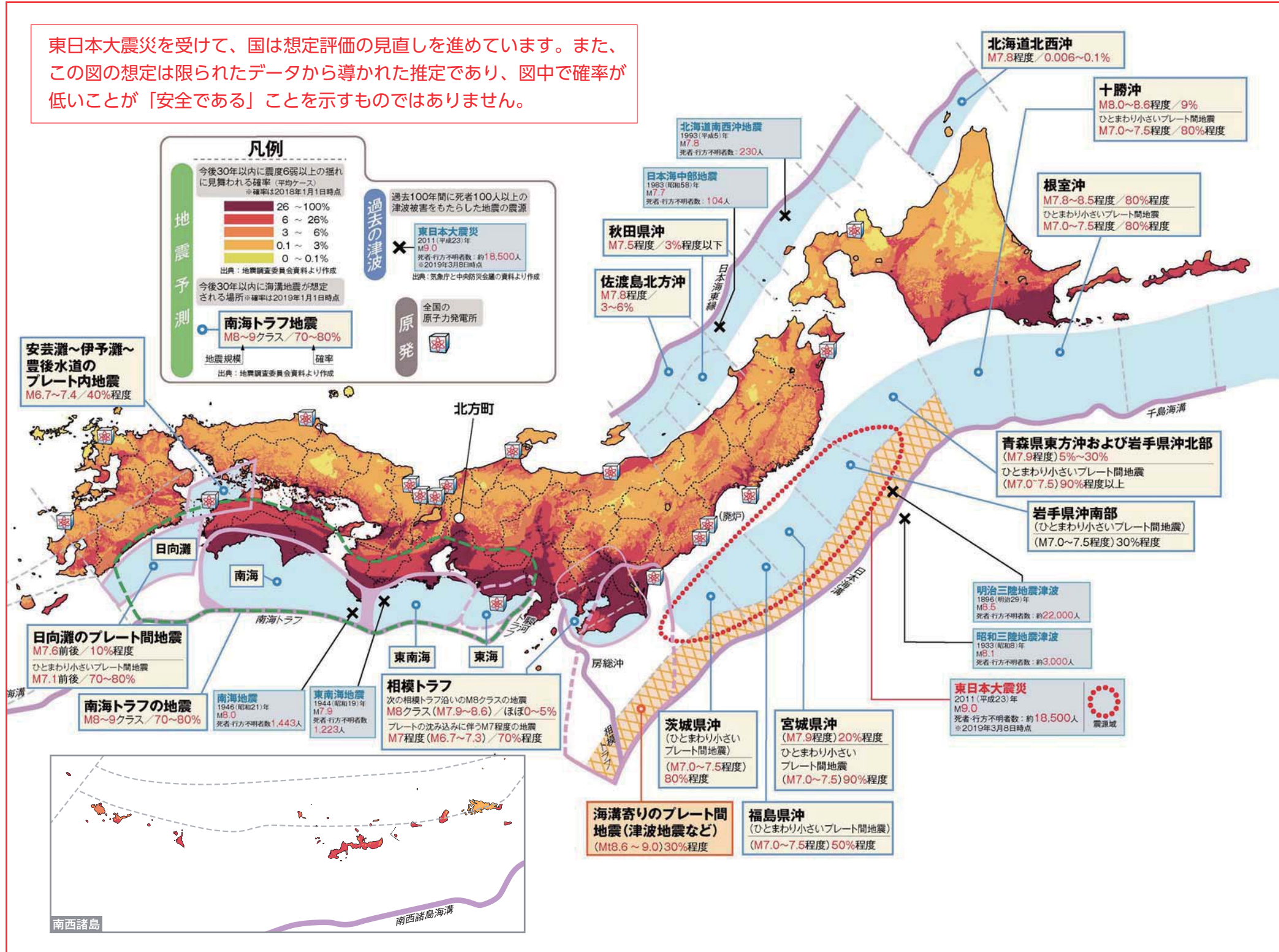
地震を正しく理解しましょう

今後の地震予測

国は、今後30年間にどの程度の確率で地震が発生するかを下図のように公表しています。人口の多い太平洋岸をはじめ、全国で発生するおそれがあります。特に、南海トラフ巨大地震が発生すると、揺ればかりでなく、関東から九州までの広範囲に津波が達すると予測されています。



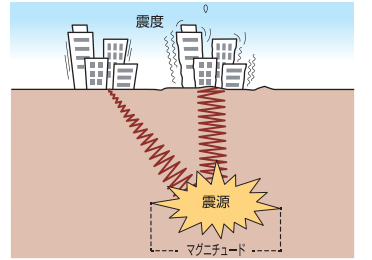
東日本大震災を受けて、国は想定評価の見直しを進めています。また、この図の想定は限られたデータから導かれた推定であり、図中で確率が低いことが「安全である」ことを示すものではありません。



マグニチュードと震度

マグニチュード (M) とは「地震のエネルギーの大きさ(規模)」を指します。東日本大震災のマグニチュードは9.0で、国内観測史上最大の規模でした。マグニチュードは1大きくなるとエネルギーは32倍になり、東日本大震災のエネルギーは阪神・淡路大震災の1,000倍以上になります。

一方、震度とは「地面の揺れの大きさ」を指します。同じ地震でも、震源からの距離や地盤の違いによって揺れの大きさは変わります。



●最近の主な地震のマグニチュードと震度

発生年月日	地震名	M	最大震度
1995年1月17日	兵庫県南部地震(阪神・淡路大震災)	7.3	7
2000年10月6日	鳥取県西部地震	7.3	6強
2004年10月23日	新潟県中越地震	6.8	7
2007年7月16日	新潟県中越沖地震	6.8	6強
2011年3月11日	東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)	9.0	7
2016年4月14日	平成28年熊本地震	6.5	7
2016年4月16日		7.3	7
2018年9月6日	平成30年北海道胆振東部地震	6.7	7

●地震の揺れと想定される被害

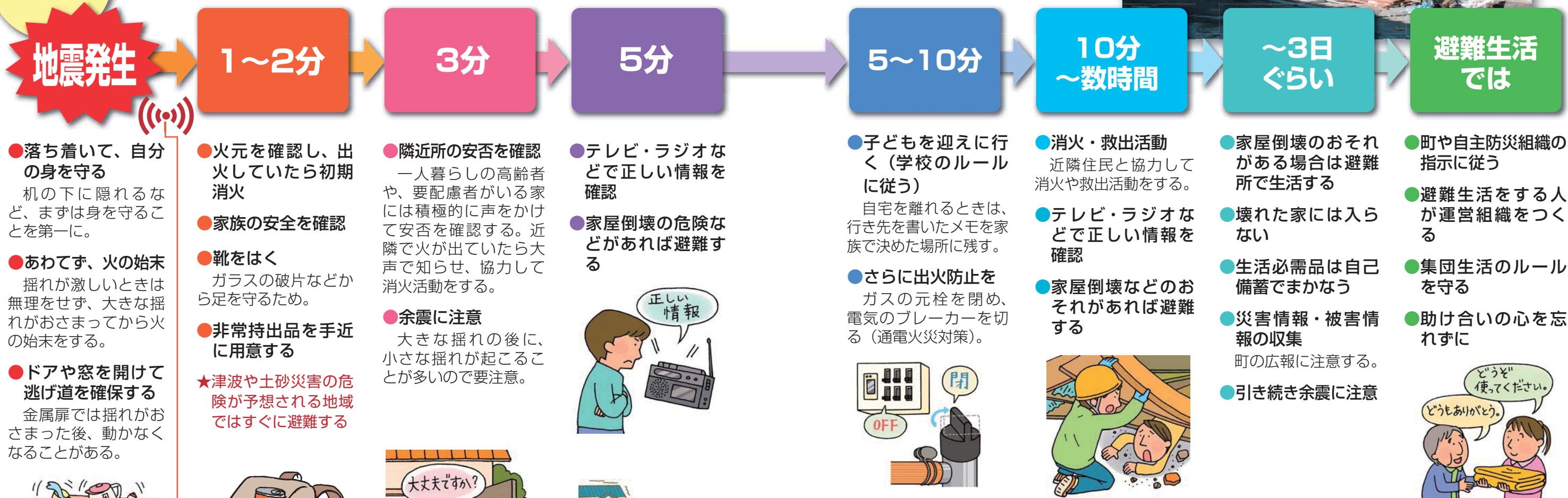
震度0	●人は揺れを感じない。
震度1	●屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。
震度2	●屋内で静かにしている人の大半が揺れを感じる。 ●つり下がっている電灯などがわずかに揺れる。
震度3	●屋内にいるほとんどの人が揺れを感じる。 ●棚にある食器類が音を立てることがある。
震度4	●ほとんどの人が驚く。 ●つり下げてある物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。
震度5弱	●棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。 ●まれに窓ガラスが割れて落ちることがある。
震度5強	●物につかまらなると歩くことが難しい。 ●固定していない家具が倒れることがある。
震度6弱	●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、落下することがある。
震度6強	●はわない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、倒れるものが増える。
震度7	●揺れにほんろうされる。 ●固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたりし、飛ぶこともある。

※気象庁震度階級関連解説表より作成

地震発生! そのときどうする?

大きな地震が発生したとき、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。いざというとき「あわてず、落ち着いて」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



緊急地震速報を活用して身を守ろう!

- 最大震度 5 弱以上が推定される場合、テレビやラジオ、携帯電話などを通じて緊急地震速報が発表されます。
 - 速報発表から揺れが来るまでの時間は、数秒から数十秒ぐらいです。
 - 速報は的中するとは限りませんが、自分の身を守るため、最大限に活用しましょう。
- ※震源に近い地域では、緊急地震速報が強い揺れに間に合わないことがあります!



避難するときはこんな服装で

ヘルメット(防災ずきん)をかぶる

長そで・長ズボン着用。動きやすい服を着る。近隣で火災が発生していたら、燃えにくい木綿製品がよい

軍手や手袋をはめる

非常持出品はリュックサックに入れて背負う

靴は底の厚い、はき慣れたものをはく



大きな揺れを感じたとき

屋内にいたら

■自宅では

- テーブルやベッドの下などにもぐって身を守る。適当な場所がないときは、手近のクッションなどで頭を保護する。
- 料理中は、可能ならすぐに火を消す。キッチンには食器棚や冷蔵庫など危険が多いため、できるだけ早く離れる。
- 大きな揺れがおさまったら、すぐにドアや窓を開けて逃げ道を確認する。



■集合住宅では

- ドアや窓を開けて逃げ道を確認する。
- 避難にエレベーターは絶対使わない。



■エレベーターの中では

- 最近のエレベーターは地震の揺れを感じると自動的に最寄りの階に停止するのでそこで降りる。自動で停止しない場合は、すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出る。
- 万が一、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と連絡を取り、救出を待つ。天井などから無理に脱出するのは危険。



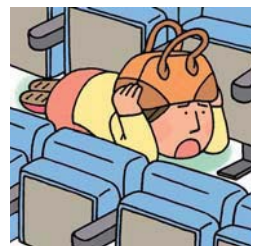
■デパート・スーパーでは

- 商品の落下やショーケースの転倒、ガラスの破片に注意する。柱や壁際に身を寄せ、手荷物で頭を守る。
- あわてて出口に殺到するとパニックになることもあり危険。店員の指示に従って行動する。



■劇場・ホールでは

- 座席の間にうすくまり、かばんや衣類で落下物から頭を守る。
- 頭上に大きい照明などがある場合には、その場から移動する。
- 係員の指示に従い、冷静に行動する。



■地下街では

- 地下街は比較的安全と言われている。あわてて外に逃げるのではなく、大きな柱や壁に身を寄せ、揺れがおさまるのを待つ。
- 地下街には約60mおきに出口がある。あわてず落ち着いて行動する。
- 火災が発生したら、ハンカチなどで鼻と口を覆い、体を低くして壁づたいに地上に向かう。



■学校・勤務先では

学校にいるとき

- 先生や校内放送の指示に従う。
- 教室にいるときは、すぐ机の下にもぐり、机の脚をしっかり持つ。
- 本棚や窓から離れ、安全な場所に移動する。



職場にいるとき

- 窓際やロッカー、資料棚などから離れて、机の下などに入り身を守る。
- 揺れがおさまったらガス湯沸かし器などのスイッチを切るなど、火元を確認する。



屋外にいたら

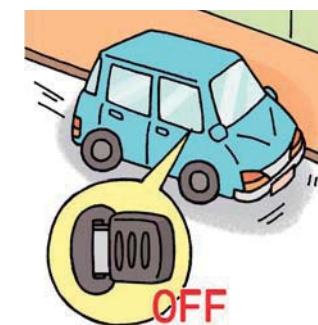
■路上では

- 手荷物などで頭を守り、広場などへ移動する。
- 繁華街ではガラスや看板などの落下物に注意。住宅街ではブロック塀や門柱から離れる。
- 自動販売機の転倒にも注意する。
- 落ちるおそれを想定して、橋の上からはすぐに避難する。



■車の運転中は

- 急ブレーキは事故のもと。徐々にスピードを落とし、道路の左側に停止してエンジンを切る。
- 揺れがおさまるまでは車外に出ず、カーラジオなどで情報を確認する。
- 車を置いて避難する場合は、できるだけ道路外の場所に移動する。
- やむを得ず道路上に置いて車を離れるときは車検証など貴重品を持ち、キーはつけたまま（あるいはキーを置いたまま）でロックもしない。



■電車やバスの中では

- 停車の衝撃に備え、つり革や手すりにしっかりとつかまる。
- 網棚からの荷物の落下に備え、手荷物で頭を保護する。
- 勝手に車両から降りず、係員の指示に従う。



■海岸・がけ付近では

- 海岸にいたら、ただちに高台や近隣の高い建物、指定の避難場所へ逃げる。
- がけ付近にいたら、崩れる危険性のある場所からすぐに離れる。



■駅のホームでは

- 掲示板や看板などの落下物に注意する。
- 改札口に殺到するとパニックになる。大きな揺れがおさまるまで、近くの柱に寄り添い、構内アナウンスに従う。



防災 チェックポイント

車で避難しないように！

地震発生時は、消防車などの緊急車両の通行を確保することが大切です。車を使って避難すると、緊急車両や避難する人たちの邪魔になり、混乱を大きくしてしまいます。山間部の土砂災害危険地域や歩行困難な高齢者や病人のいる家族など、どうしても車を使わなければならない場合以外は、徒歩で避難しましょう。



家の中の安全対策

家の中には意外に危険なものがたくさんあります。地震のときに室内の家具が倒れたり、割れたガラス片が落下したり——。また、いざ避難しようとしたときに家具が出口をふさぐようなこともあり、日ごろから家具を固定するなどの安全対策が必要です。

家の中の安全対策のポイント

●家の中に、家具のない安全なスペースを確保する

部屋が複数ある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめておく。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるように配置換えをする。



●寝室や子ども・高齢者・傷病者がいる部屋には、倒れそうな家具を置かない

就寝中に地震が発生した場合、子どもや高齢者、傷病者は倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れるおそれが高いため注意する。どうしても置かざるを得ないときは固定する。



●出入り口や通路にはものを置かない

いざというとき安全に避難できるように、玄関などの出入り口やそこに至る通路には倒れやすいものを置かない。



●家具の転倒や落下を防止する対策をとる

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすくて危険。また、家具の上に落ちやすいものを置かない。



●食器棚

扉が開かないよう金具をつけ、内部には柵やすべり止めをつけて、扉が開いても中の食器が飛び出すのを防ぐ。

●照明器具

1本のコードでつるすタイプのは、鎖と金具で数か所留める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで留めておく。直付けタイプがより安全。

●住宅用火災警報器

煙や熱を感知すると警報音で知らせてくれる。消防法改正により家庭でも設置が義務付けられた。

●本棚・タンスなど

なるべく壁面に接近させておき、上部をL字型金具で固定するか、家具の下に板などはさみ、壁面にもたせさせる。二段重ねの場合は、つなぎ目を金具で連結する。

●窓ガラス

飛散防止フィルムを室内側にはる。

●カーテン

防災加工されたものを使う。

●テレビ

できるだけ低い位置に置き、金具やロープ、装着マットなどで柱・壁に固定する。

●暖房器具

ストーブなどの暖房器具は、対震自動消火機能のあるものにする。



家の周囲の安全対策

家の周囲にも災害が発生すると危険なところがたくさんあります。日ごろから気にかけて、危険箇所の点検を心がけましょう。

家の周囲の安全対策のポイント

●屋根

屋根瓦やアンテナが不安定になっていないか確認し、問題がある場合は補強する。

●ベランダ

整理整頓し、落下する危険がある植木鉢やエアコンの室外機は配置を変えるか固定する。

●玄関まわり

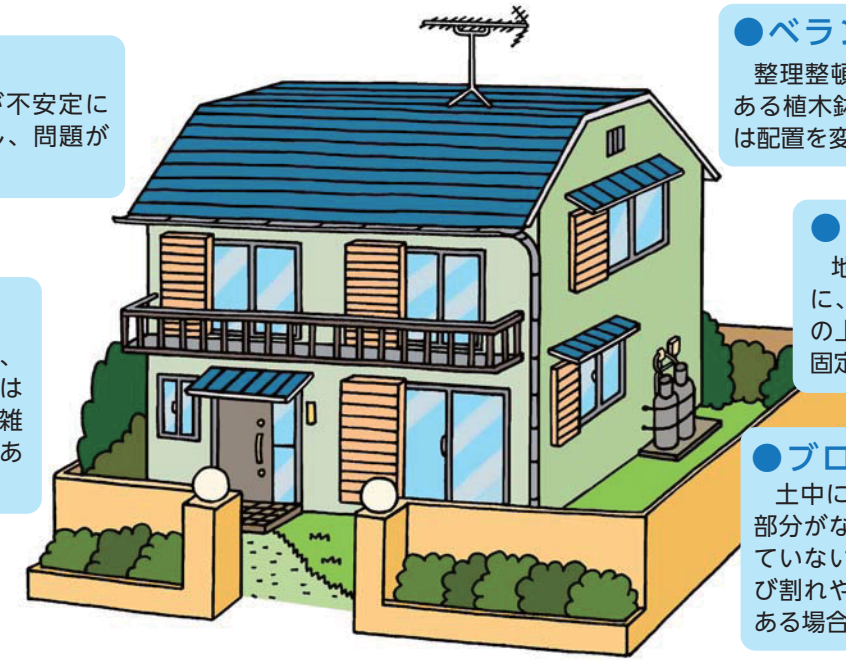
自転車や植木鉢など、通行に支障となるものは置かない。古新聞・古雑誌などは放火の危険があるため放置しない。

●プロパンガス

地震で倒れないように、しっかりとした土台の上に置き、鎖で壁面に固定しておく。

●ブロック塀

土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは補強する。ひび割れや傾き、鉄筋のさびがある場合は修理する。



集合住宅の安全対策のポイント

●通路・非常階段・非常口

いざというときに安全に避難できるように、通行の妨げになるようなものを置かない。特に非常扉の前は要注意。



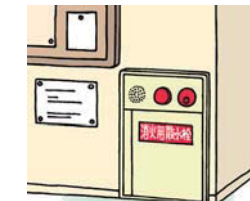
●ベランダの避難ハッチ(非常脱出口)

日ごろから使用方法をよく確認しておく。避難器具のまわりにものを置くのは厳禁。



●防災用具・防火設備

通路などの共用部分に置いてある消火器や火災報知機などの場所を日ごろから確認しておく。



●自治会、役場等からの連絡に注意

防災設備の点検や防災訓練のお知らせなど、自治会、役場等からの連絡には日ごろから注意する。



地震に強い家をつくらう 防災チェックポイント

阪神・淡路大震災では、亡くなられた人の約9割が自宅の倒壊による圧死や窒息死でした。大切な家族や自分の命を守るためには、地震に強い家に住むことが一番です。

- 住んでいる建物の耐震強度を確認しましょう。
- 木造住宅の場合、シロアリ被害などで木材が腐っている場合もあります。点検して、必要があれば修理をしましょう。
- インターネットでも簡易な耐震診断法を紹介しています。一般財団法人 日本建築防災協会「誰でもできるわが家の耐震診断」

日本建築防災協会 誰でもできるわが家の耐震診断

検索

