

特集 「いつも」が 備えになる防災

あなたと地域でつなげる未来
いざ来たたる大規模な災害
地震・津波に備え、
知っておくべきこと

日本の地震の約10%が沖縄周辺で発生しており、30年以内にマグニチュード7.5クラス(熊本地震と同等)の地震が起こる可能性は60%程度と言われています。(政府の地震調査研究推進本部2025年1月評価)
他人事じゃない大規模災害。その時に備えて……

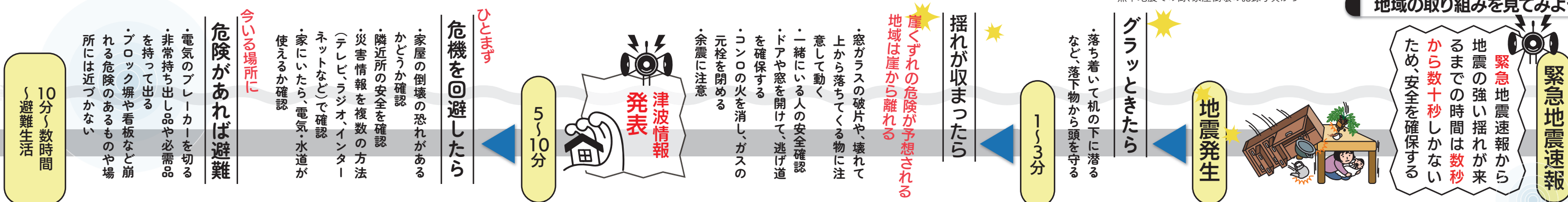
地震時の行動を確認しよう!

そもそも避難とは?

地域の取り組みを見てみよう!



熊本地震での街、家屋倒壊の記録写真から



避難所の備蓄倉庫の中身

アルファ化米(炊きたてのご飯を急速に乾燥させた非常食)や水、簡易トイレなどがあります。
※この米はお湯や水を注ぐだけで食べられます。

備蓄水 保存食アルファ化米 簡易トイレとプライバシーテント

日常の延長として「食べながら」備蓄

普段食べている缶詰やレトルト食品を多めに買って、食べたら補充することで、特別に備えなくても常に備蓄を継続できます。

買う ローリングストック 食べる 備える

避難所と避難場所の違いについて知っておこう!

危険な場所から安全な場所へ逃げる。災害発生時、まずは身の安全を確保するために必要があれば「避難場所」に移動しますが、普段なんでもない場所が危険な場所に変化していることがあります。たとえ「避難場所」として指定されている場所であっても、油断は禁物です。現在あなたがいる場所は安全かどうか、自分自身で考えて避難するようにしましょう!

避難所
自宅が被害にあった人が一定期間の避難生活を送る
・指定避難所

避難場所
災害による身の危険から、命を守るために緊急的に逃げる場所
・指定緊急避難場所
・津波避難ビル

継続的な避難
自宅に被害があり生活できないと判断した場合
備蓄品
何日か生活できるよう、家に備えておくもの。最低でも3日分を用意しましょう。

一時的な避難
危険な場所にいる時や自宅が危険な場合
非常持ち出し品
さまざまな災害に備え、避難先で数時間過ごせるよう、用意をしましょう。

避難する時間を確保するための津波情報発表の流れ

第1報は地震発生後約3分で発表されます。
「予想される津波の高さ」や「津波の到達予想時刻」等の情報は確認次第発表されます。

津波注意報と警報の違いを紹介!

津波注意報	津波警報	大津波警報
20cm~1m	1m~3m	3m~10m超
●海にいる人は海岸から離れ注意報が解除されるまで海に近づかない	●直ちに高い場所へ避難する ●高台や避難ビルなど安全な場所へ避難する ●津波は繰り返し襲ってくるので解除されるまで安全な場所で待機する	