

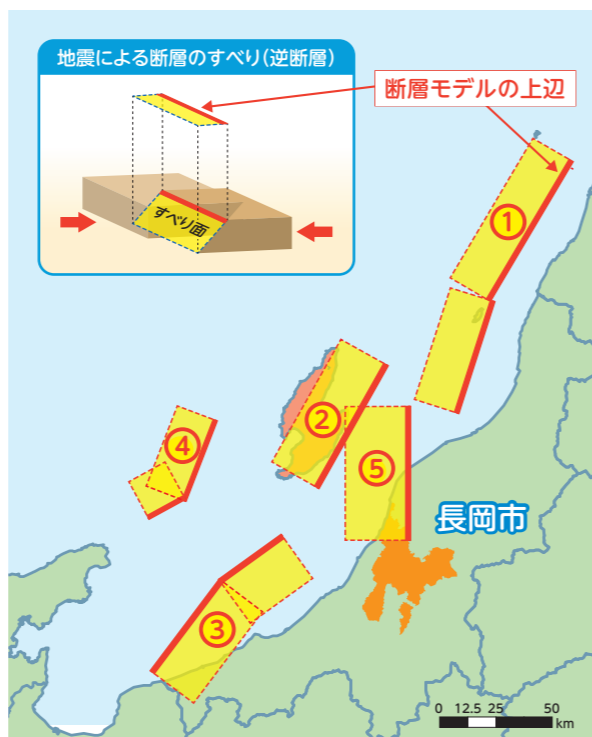
津波を知る

津波ハザードマップの断層モデル

長岡市の対象地震・断層モデル

No.	公表	断層モデル	マグニチュード*
①	国	F34 県北・山形沖	7.7
②	国	F38 越佐海峡	7.5
③	国	F41 上越・糸魚川沖	7.6
④	国	F42 佐渡西方・能登半島北東沖	7.3
⑤	県	長岡平野西縁断層帯 (弥彦-角田断層)	7.63

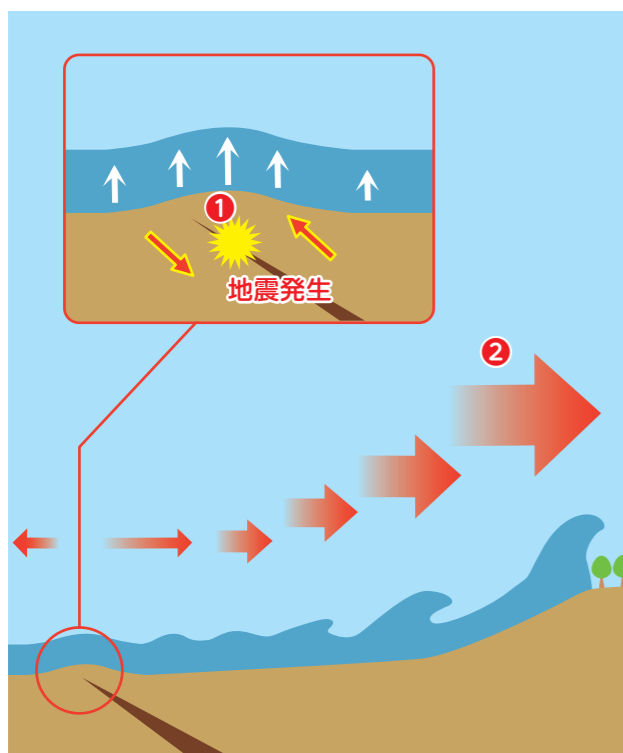
※岩盤のずれの規模をもとに地震の大きさを示したモーメントマグニチュードを記載しています。



津波発生の仕組み

海底の地下の浅い所で大きな地震が起こると、断層の運動により海底の地盤が隆起したり沈降したりします。この海底の変形に伴って海面が変動し、津波の原因となります。

- 地震により海底・海面が隆起・沈降
- 海面波動が大きな波となって四方八方へ伝わり、沿岸をおそいます。



津波の特徴

沖合ではジェット機並み

津波は沖合ではジェット機並みの速度(時速800km)に匹敵し、浅い所や陸上でもオリンピックの短距離選手並みの速さ(時速36km)になります。



引き潮が無くても来る

地震の起こり方や震源付近の地形によっては、引き潮が起こらないこともあります。



2波、3波と繰り返す

津波は繰り返しおそってきます。第1波が最大であるとは限りません。



想定以上の高さの津波に注意

津波の高さは海岸の地形などに大きく左右されます。岬の先端やV字型の湾の奥などでは波が集中するため、特に注意が必要です。



災害から身を守るための備えと行動① 自助

災害による被害を最小限に抑えるためには、自分や家族で取り組む「自助」、地域の方々の助け合いによる「共助」、自助と共助を行政が支える「公助」が重要です。その中で最も基本となるのは、自ら行う「自助」です。

掲載している内容は、あくまで目安です。一人ひとりで状況が異なるため、自分に何が必要なのかをしっかりと考え、「自らの命は自らが守る」意識のもとに、自らの判断で行動しましょう。

自助1 日頃の備え

家族で話し合い

ハザードマップを使って、家族で避難先や避難経路など災害時の行動を確認しておきましょう。



非常持ち出し品・備蓄品の準備

避難する際には、避難先で当面必要となるものを自宅から持ち出すことが基本です。いざという時に必要なものをすぐに持ち出せるよう、非常持ち出し品を玄関や寝室、車の中、日中過ごす場所などに保管しましょう。また、災害が発生しても自宅で生活できるよう、家族の状況に合わせて必要な食料や生活必需品を日頃から備えておきましょう。



【ながおか防災ホームページ】

非常持ち出し品

非常食

- 水(2~3ℓ)
- 食料(1食分、できれば1日分)

衣類など

- ヘルメット
- 手袋
- マスク
- 眼鏡
- コンタクトレンズ
- 雨具
- 使い捨てカイロや解熱シップ
- 下着・靴下
- タオル
- 歯ブラシ、マウスウォッシュ

防災用品

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 乾電池
- 充電器(手回し含む)
- 筆記用具(ペン・メモ用紙)
- ポリ袋、防臭袋
- レジャーシート
- 携帯トイレ

救急医療品

- 常備薬
- 簡単な救急セット
- ウェットティッシュ

大切なものはまとめておく

- 現金
- 健康保険証
- お薬手帳
- 通帳・印鑑
- 身分証明書
- 障害者手帳など

備蓄品

少なくとも3日分、できれば1週間分準備!

食料など

- 水
- 食料
- 紙皿・割り箸・ラップ・卓上コンロ・ガスボンベ

衣類など

- 防寒着
- 毛布または寝袋
- 使い捨てカイロや解熱シップ

日用品

- 万能ナイフ
- ランタン
- ライター
- 乾電池
- トイレトペーパー
- ティッシュペーパー
- 携帯トイレ
- 消毒液

家族構成などに合わせて必要なもの

乳幼児

- ミルク(粉・液体)、哺乳瓶、おむつ、離乳食、スプーン、洗浄綿、おんぶひもなど

妊婦

- 脱脂綿、ガーゼ、さらし、T字帯、洗浄綿、新生児用品、母子手帳など

高齢者

- おむつ、入れ歯、洗浄剤、補聴器、補助具の予備、常備薬など

ペット

- ペット用フード、水、キャリーバッグ、リード、ケージ、ペット用トイレ用品など

災害から身を守るための備えと行動② 自助

自助2 避難の心得

海岸に近づかない

津波の状況を確認に行くことは大変危険です。確認したい場合は、ながお防犯ホームページのライブカメラを活用しましょう。



▶ 避難に関する情報

→P4参照

危険な場所は避けて避難

津波がさかのぼる可能性の高い河川の近くや土砂災害警戒区域など、危険な場所を確認し、できるだけ安全な経路で避難しましょう。



▶ 危険な区域・箇所

→P4参照

建物や塀等の倒壊に注意

避難時は、ブロック塀や門柱等の倒壊や、屋根瓦等の落下に注意しましょう。



徒歩での避難が原則

渋滞が起きるおそれがあるため、原則として車で避難することは避けましょう。徒歩での避難が可能な方は、徒歩で避難してください。



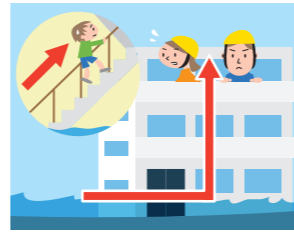
避難したら戻らない

津波は繰り返しおそってきます。避難指示が解除されるまでは、安全な避難場所から離れないようにしましょう。



万が一逃げ遅れたら

すぐ近くまで津波が来てしまった場合は、近くの高くて頑丈な建物のより上の階などに逃げ込みましょう。



災害時に支援を必要とする方々があります

要配慮者

高齢者、障害者、乳幼児、妊産婦、外国人その他の特に配慮を要する方

避難行動要支援者

要配慮者のうち、自ら避難することが困難で、円滑かつ迅速な避難の確保を図るため、特に支援を要する方



避難行動要支援者の支援のポイント

- 誰が支援するか(複数人の支援者、班で支援等)
- どうやって避難情報を伝達し安否確認を行うか
- 個別の支援方法を決めておく
 - ▶ 地域の実情に応じて
 - ▶ 話し合っ
 - ▶ できることから
 - ▶ 定期的に見直す

避難支援ガイドブックを参考に

避難行動要支援者の支援手順や参考事例をまとめています



問い合わせ：
福祉総務課 ☎0258-39-2217

共助2 情報伝達・避難判断

隣近所で情報共有／地域で避難

地域で収集した情報や市からの避難情報を、地域の中で支援が必要な方に声がけるなどして伝えましょう。聴覚障害をお持ちの方には手話や筆談、身振り手振りで伝えましょう。危険が高まるにつれて避難が難しくなるため、早めの声かけが重要です。

▶ 情報収集 →P3参照 ▶ 避難判断 →P1・2参照



共助3 避難支援・避難生活

避難は複数で、お互い助け合って

一人での避難は危険を伴います。助け合えるよう複数人で避難しましょう。できる範囲で子どもやお年寄り、身体の不自由な方の避難に協力しましょう。また、電話などにより安否確認を行いましょう。



避難生活もみんな協力

避難施設での生活は、市職員、施設管理者(学校関係者など)、避難者が協働して運営します。性別を問わず、多様な方々で話し合い、生活ルールの決定や要配慮者への支援、避難者数の把握、物資の配布など、助け合いや譲り合いの気持ちを忘れずに、避難生活を送りましょう。



地域で避難の協力・助け合い 共助

災害時は、市や消防などの避難支援・救助活動まで一定の時間を要します。発災直後に助け合うことができるのは近所の方々です。「自分たちの地域は自分たちで守る」という基本的な考えのもと、自主防災会・自治会・民生委員など、地域ぐるみで助け合いましょう。

共助1 日頃の備え

地域で助け合える関係をつくりましょう

日頃から隣近所の方とあいさつや地域の活動を通じて、気軽に話や相談ができる関係をつくりましょう。

避難訓練を実施しましょう

いざというときに地域で協力して活動できるよう、定期的に訓練を実施して経験を積みましょう。