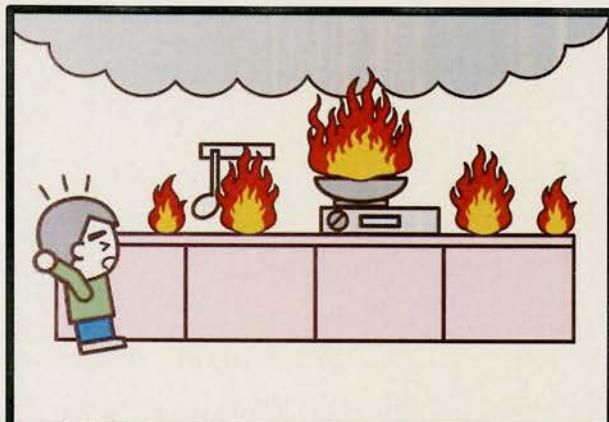
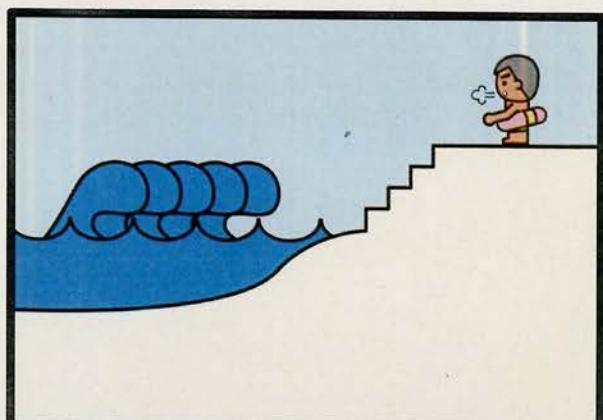
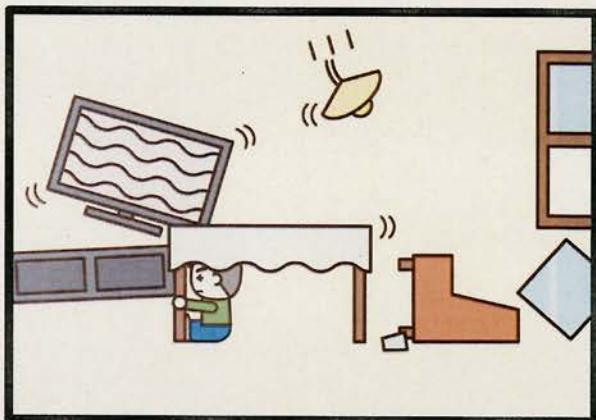


杵築市防災士 活動マニュアル



平成28年4月
杵築市防災士協議会

杵築市防災士活動マニュアル発刊にあたって

地域の安全・安心のためには、自主防災組織の核となる人材である「防災士」が地域で活動することが地域防災力向上のカギとなる。

しかしながら、防災士資格を取得して数年経過している防災士や日頃からスキルアップ等に時間を割くことが困難な防災士もいることから、このたび杵築市防災士協議会では杵築市防災士活動マニュアルを作成し、防災士個々のスキルアップをはかることとした。

このマニュアルにより各防災士が地域の防災リーダーとして防災力向上の中心となって活動することを期待する。

防災士とは

十分な意識と一定の知識・技能を持ち、防災リーダーとして総合的な防災力向上の中心となって活動することが期待されている。

したがって、何をしたらよいかといった指示待ちの受け身ではなく、
自分が家庭や職場、地域において何ができるのか、何をすべきか主体
的に考え、第一歩は自宅の防災対策から実行に移してほしい。

※防災士教本：防災士に期待される役割より抜粋

杵築市防災士活動マニュアル

— 目 次 —

①土砂災害・風水害対策編

(1) 土砂災害の危険から身を守るための行動	1
(2) 外で大雨にあったとき、身を守るための行動	2
(3) 風水害時の対応	3
(4) 過去に起きた風水害	5
(5) 被災者の体験を聞く	8
(6) 突風・竜巻から身を守るための行動	9
(7) 雷がなり始めたとき、身を守るための行動	10

②地震・津波対策編

(1) 家にいて地震にあったときの行動	12
(2) 外にいて地震にあったときの行動	13
(3) 海岸の近くで地震にあったときの行動	14
(4) 地しんって、なあに？（子供指導用）	15
(5) つ波って、なあに？（子供指導用）	16
(6) 火災・地震の被害を防ぐには	17
(7) 家具の配置・固定の工夫	18
(8) 災害のときの活動（地震のすぐあと）	24

(9) 地震のときの被害のようす ······ 25

(10) 被災者の体験を聞く ······ 26

(11) 緊急地震速報について ······ 31

③その他対策編

(1) 消火器の使い方 ······ 35

(2) バケツリレーの方法 ······ 36

(3) 119番通報の流れ ······ 37

(4) 「救命の連鎖」とは? ······ 38

(5) 応急手当「人が倒れていたら」 ······ 39

(6) 応急手当「心肺蘇生法」 ······ 40

(7) 応急手当「ケガの応急手当」 ······ 41

(8) 応急担架の作り方 ······ 42

(9) 紙食器の作り方 ······ 43

(10) 食用油でランプをつくる ······ 44

(11) 資機材の説明 ······ 45

(12) 災害用伝言ダイヤル「171」 ······ 46

④関連資料

(1) 防災○×クイズ集 ······ 49

(2) 火災・ケガ行動確認問題 ······ 52

①土砂災害・風水害対策編

土砂災害の危険から身を守るための行動

災害の前兆が確認されたときの対応

- ・土砂災害にはおおむね以下の3つの種類があり、それぞれ災害の特徴や起きたり方が異なることから、災害発生の前兆を確認し、早めの避難に備えます。
- ・地盤や斜面が動き出すなど明らかな災害発生の前兆がわかったら、即座に避難を開始します。
- ・過去の水害時には、河川の出水・増水等に気を取られ、土砂災害の発生を見逃した事例もあるので、十分注意します。



土砂災害はこんな“前兆”があると言われています。



がけ崩れの前兆
★がけからの水がにごる
★がけにひびわれが入る
★小石がバラバラと落ちてくる

地すべりの前兆

★地面にひび割れができる
★沢や井戸の水がにごる
★斜面から水がふき出す



土石流の前兆

★山鳴りがする
★雨が降りつづいているのに川の水位が下がる
★川の流れがにごったり泥木がまざり始める

(出典) 消防庁：防災サバイバル手帳（2007）をもとに作成

気象警報への備え

- ・土砂災害の危険がある場所に住んでいて、台風が接近している場合は、テレビ・ラジオなどで、気象庁が発表する大雨・台風に関する情報や都道府県・市町村が発表する情報をたえずチェックするようにします。
- ・雨が長時間続いたら、土砂災害が発生する危険が高まっているものと考え、早めに周りの様子を確認します。
- ・自主防災組織等の伝達事項に気をつけ、非常持ち出し品の準備などいつでも避難できる体制を整えます。

その他

- ・過去に災害がなかったことから避難を拒まれたとする事例も多いので、周りの状況をすみやかに伝え、避難するよう促します。
- ・大雨になってから、川やがけ地の様子を見回りに行く行為は、極力避けましょう。
- ・特に、高齢者など災害時要援護者がいる場合、間際の避難は間に合わないので、早目に避難に着手します。

外で大雨にあったとき、身を守るための行動

川岸・河原や水辺の近くの公園などにいて大雨にあったときの行動

- ・急激に増水することも見越して、水辺には近づかないようにします。
- ・ラジオ等で気象情報の収集に努め、「大雨・洪水警報」等が発令されていないか確認します。
- ・避難勧告・指示等が出ていないか、よく確認します。
- ・川の上流の雨の降り方や雨雲の様子などに気をつけます。
- ・バーベキューや水遊びは直ちに取りやめ、できるだけ早くその場から避難します。
- ・水遊びをしている人を目にしたら、避難を促します。

地下のガレージで大雨にあったときの行動

- ・雨の日に地下のガレージを使用するときは、適宜、外の雨の状況を確認します。浸水・流入の可能性があるので、十分注意しましょう。
- ・大雨が予想される場合、ポンプでの排水、土を盛る、浸水防止板を用いるなど、浸水・流入を防ぐ手立てを講じます。

周辺の地面より低くなっている道路のそばで大雨にあったときの行動

- ・交差する鉄道や道路などの下を通過することで、周囲より低くなっている場所を通過する道路（「アンダーパス」といいます）は、地形的に雨水が集中しやすい構造となっています。
- ・大雨時にこのような場所を走行するときは、十分に注意し、道路が冠水している状況を発見した場合は水の中で立ち往生することもありますので、走行してはいけません。
- ・万が一、冠水した道路に進入した場合、まずは車から脱出・待避することを優先しましょう。

その他

- ・雨水が排水しきれずに逆流するためにマンホールが浮き上がったり、道路沿いの排水溝などが見えなくなることがあるため、大雨のときこのようなところを避難するとき、被害に合わないよう細心の注意を払いましょう。
- ・幼児や高齢の人など災害時要援護者とともに家の外にいる場合は、とくに早めの避難の決断が必要です。

風水害時の対応

台風や大雨が来る際の注意点

1) 天気予報に注意し、警戒と早めの避難を行う	台風などの場合、おおむね天気予報などによって危険の接近を知ることができます。こうした情報に接した場合、十分警戒し、危険であると感じたら、早め早めに避難を行うことが重要です。
2) 防災行政無線に注意	多くの市町村では、広報用の屋外スピーカーが設置されていたり、家庭内に放送受信機が置かれています。これらからは、「堤防が決壊しそうだ」「小学校が浸水した」など、身近な情報が伝えられ、また、避難の呼び掛けも行われますので、十分注意しましょう。
3) 普段との様子の違いに注意	土砂災害では、雨が降り続いているのに川の水位が下がる、山鳴りがする、小石がバラバラ落ちてくるというように、普段とは違った前兆現象が見られることがあります。いつも前兆現象があるとは限りませんが、普段の様子との違いには十分注意しましょう。
4) 川や海には近づかない	風水害の危険がある場合、不用意に川や海に近づくことや田畠の見回りを行うことは大変危険です。また、川の上流で雨が降ると急激に川が増水することもありますので、そのような場合には、橋の下で雨宿りなどをすることがなく、早く川から離れることが重要です。
5) 強い風、飛来物に注意 (外出は控える)	強い風の際に外に出ると、屋根瓦、看板などが落ちてきたり、飛んできたりすることがあります。また、切断して垂れ下がった電線に触れて感電する危険もあります。屋根などの補修も、転落の危険性があることから、風が強くなる前に行いましょう。

風水害時の対応

避難の時の一般的な注意点

1) 早めの避難	危険が迫るぎりぎりまで自分は大丈夫だという気持ちを持ちがちで、その結果「逃げ遅れ」につながります。「空振りで幸い」という気持ちで、早めに避難することが大切です。
2) 正しい情報による避難	避難の際、情報は大変重要なものです。ラジオ、テレビ、防災行政無線などからの正しい情報を基に落ち着いて避難しましょう。
3) 歩いての避難	車での避難には、水に流されたり、浸水（水がつかること）した車から脱出できなかったりといったさまざまな危険があります。原則として歩いて避難をしましょう。
4) 避難の際の隣近所への声かけ	自分が危険を察知しても、隣近所の方が気づいていないことも考えられるので、避難の際は、大きな声で避難を呼びかけましょう。その際、お年寄りや身体の不自由な人など自力で避難することが難しい人がいたら、可能な限り避難の手助けをしましょう。
5) 普段から避難場所、避難経路を知っておくこと	避難しなければならない状況にいつ逢うかわかりません。その時になって慌てないように、普段から避難場所や避難経路（避難する際に通る道）を家族で確認しておきましょう。

風水害時の避難で特に注意する点

避難の原則	避難を決断する要因	避難する際の注意点
早めの避難	<ul style="list-style-type: none"> ・役場からの情報（避難勧告・指示（被害が発生する恐れがあるときに、役場が避難を促すこと）） ・住んでいる場所の条件による危険の予測（浸水危険や土砂崩れなど） ・子どもやお年寄りなど手助けが必要な人との避難 	<ul style="list-style-type: none"> ・道路などに水がかぶっているとき、そういうところを歩く時には、マンホールふたが開いてしまっていたり、水路などの危険が潜んでいる可能性があるので、長い棒をつえの代わりにして、水面下の安全を確認しながら歩きます。 ・急な大雨や、避難するタイミングを逃して、時間的に余裕がない場合は、自宅や隣接建物の2階等に避難することも考えられます。

過去に起きた風水害

1. 大きな被害をもたらした水害の事例：兵庫県佐用町、新潟県三条市



堤防の近くに建つ家の被害(佐用町)



欄干(橋の両側で人が落ちるのを防ぐつり)に引っ掛けている木片等(佐用町)

提供：三条市



堤防が決壊して市街地が水に浸かっている様子(三条市)



水の中を歩いている人(三条市)

【災害の概要】

兵庫県佐用町

平成21年8月8日から降り出した大雨により、兵庫県を中心に死者25名、行方不明者2名、床上浸水962棟、床下浸水4,399棟など大きな被害が発生しました。(被害は、平成21年10月26日15時現在)。兵庫県佐用町では24時間雨量327ミリと観測史上最大の雨量を記録しました。死者は、自宅の中だけでなく、クルマの中や田んぼの中、橋・川など屋外のさまざまな場所で発見され、中には避難しているときに濁流に流されて亡くなられた方もいました。

新潟県三条市

平成16年7月13日朝から昼頃にかけて新潟県中越地方や福島県会津地方で激しい雨が降り、この豪雨による新潟県内の被害は、死者15人(三条市9人、中之島町3人、その他3人)、床上浸水2,141棟、床下浸水6,118棟など大きな被害が発生しました(被害は、平成16年9月10日15時現在)。このときは、高齢者の方が自宅にいて避難ができずに溺れて亡くなったケースが多くありました。

過去に起きた風水害

2. ある特定の地域で降った大雨によって人がなくなった事例：兵庫県神戸市



都賀川の様子(平常時)



都賀川の様子(増水時、約11分後)



水害が発生した後のイベント中止を知らせる看板



水害の危険を示す標識

【災害の概要】

平成20年7月28日の午後、神戸市灘区の都賀川が大雨により、降りはじめから非常に短時間で急に増水しました。これにより、川で遊んでいた子ども3名を含む5名の方がなくなりました。

過去に起きた風水害

3. 土砂災害の事例：熊本県水俣市



土石流が流れた跡



被害の様子



土石流で流れてきた大きな岩



土砂で壊れた家

【災害の概要】

平成15年7月20日の未明に降った大雨により、宝川内集地区と深川新屋敷地区が土砂災害による被害を受けました。宝川内集地区では15名の方が、深川新屋敷地区では4名の方がなくなりました。

さらに、水俣川に架かる鶴田橋が流れてきた木によって壊れ、市中心部で浸水被害（洪水などで水がかかる被害）が発生したほか、その他の地区においても土砂崩れや浸水被害が多数発生し大きな被害を受けました。

被災者の体験を聞く（風水害体験）

平成16年新潟水害の体験談

Aさん(30歳代女性)：消防車で「避難してください」と言っているのを聞いたが、全然実感が湧かなかった。自宅2階から川が見えるが、こんなひどいことになるとは思ってもみなかつた。「もうこれで済むだろう」という感じでした。避難したくなかったのかもしれない。「歩いて避難してください」と言われたが、どこに避難したらいいのかわからなかつた。また、「避難してその後はどうなるんだろう」って思った。子どもが通っている小学校には何回も電話をしたが、「大丈夫です」というので、迎えには行かなかつた。道路には水が流れていたが、荷物を運び出そうともせず、避難勧告を聞いてからも30～40分は動けなかつた。水が入ってきて大変だと思ってから荷物やテレビを2階にあげた。

Bさん(50代男性)：市役所に避難勧告が出ているか確認したら、住んでいる曲渕3丁目には出でていないということだった。破堤の1時間前くらいに区長さんに電話で聞いたときも出でていないということだった。奥さんと娘さんを連れて渡瀬橋に様子を見に行つたところ、途中で会つた知人が「堤防が切れた」と教えてくれた。Uターンして戻ろうとしたが、間に合わないので途中で車を捨てて、やつとのことで自宅に逃げ込んだ。その後、ボートで救出された。避難というよりも脱出です。

Cさん(50歳代女性)：避難勧告は職場にいて聞いていない。午後2時半頃、職場周辺も側溝から水が出てきて品物などを棚の上に上げるなどしていた。家に電話すると「家はもう水がいっぱい入ってきて、畳の上だ」というので、急遽、帰宅。胸まで水に浸かり、垣根に捕まりながらやつとの思いで自宅に帰り着いた。家族そろつたところで、避難所である南小に行こうとしたが、危険で行けず、翌日、ボートで途中まで行って、そこからヘリで避難所に行った。

(出典) 東京経済大学コミュニケーション学部 吉井博明, 2005年, 大災害時の市町村の初動と住民の避難行動
—平成16年新潟豪雨、福井豪雨、豊岡水害、新潟県中越地震時の避難行動研究—

平成16年豊岡水害の体験談

Aさん：6時30～40分に家に帰つたら姪から防災無線で「避難がどうの」って言つていたと聞いた。親、姉夫婦とその子どもと一緒に暮らしているが、水が浸かり、姉夫婦が帰つてこられなくなり、結局、高齢の親(うちの母は寝たきりに近い病気)と子どもを抱えて避難できなかつた。避難指示が出て、危険だなあと思ったが、出石の方で決壊したと聞いたので、こちらは水が引くのかなあと思った。堤防決壊の情報が入つたとき、下に見に行くと車庫のところに水が渦を巻いて入つてきて、どうしてもあげたいものだけを2階にあげた。その後、感電する危険があるので、ブレーカーを落とした。

Bさん：戸別受信機はずーっとワアワア言つていた感じで、内容はよくわからなかつた。今、何とか水位がどこまで来て、どうのこうのと言つても、「それどこやろ？どこにポールがあるんやろ？」と想像力が働かなかつた。避難勧告はよく聞こえたが、避難しなければならないと言われても、どうなんだろうという感じで受け止めた。水はひたひたとゆっくり來た。早い段階で近所の人が避難する際に声をかけてもらつたが、それでも避難しなかつた。その後、避難しようかどうか迷つてゐるうちに冠水で道がみえなくなつたので、やっぱりダメだと思つ、そのまま自宅にいた。電気はずーっとついていた。

(出典) 東京経済大学コミュニケーション学部 吉井博明, 2005年, 大災害時の市町村の初動と住民の避難行動
—平成16年新潟豪雨、福井豪雨、豊岡水害、新潟県中越地震時の避難行動研究—

突風・竜巻から身を守るための行動

屋外

- ・学校の校庭、ビルの近くにいたときは、頑丈な構造物の物陰や建物の中で身を守りましょう。
- ・建物から飛び散ったガラスの破片でケガをすることがあるので、風下の壁のそばに待避します。
- ・待避する適当な建物が見あたらないとき、側溝やくぼ地などの低地で身を守りましょう。
- ・物置、車庫、プレハブの中は危険なので、より丈夫な建物に退避しましょう。
- ・サッカーゴール、仮設テントも突風・竜巻で被害を受けることがあるので、退避しましょう。
- ・電柱や樹木が竜巻で倒壊があるので、近づかないようにしましょう。

屋内

- ・丈夫な机・テーブルの下に入って、身を守るようにしましょう。
- ・大きな窓がある部屋、窓ガラスのそばは危険なので、近づかないようにしましょう。
- ・1階の窓がない部屋に移動します。
- ・窓やカーテンを閉めます。



★飛びちったガラスによる被害が多いので、ガラス戸などのない風下側、できればまわりをかべで囲まれた場所に避難しましょう。

★屋外において、建物のなかに避難する余裕のないときは、吹き飛ばされたものに直接あたらず、自分自身も吹き飛ばされることのない、側溝や窪地のなかなどの低地に避難することをこころがけましょう。

（出典）消防庁：防災サバイバル手帳（2007）をもとに作成

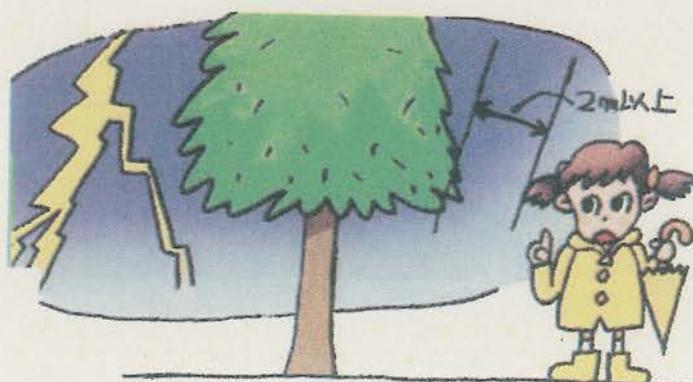
雷がなり始めたとき、身を守るための行動

家の外

- 家の軒先は、雷の電流が通過したとき危険です。最寄りの待避場所を早急に確保します。



- 背の高い樹木・電柱などは危険です。最低 2m 程度離れます。



- 釣り具、傘など金属やカーボン製の用具類は雷がなり始めたら手放すようにします。



- 自動車・バス・電車などは安全。ただし、安易に外に出ないように気をつけます。



- ハイキング・登山・海水浴・釣りなど、落雷の危険を避けにくいので、気象情報に留意し、「雷注意報」が出ているなど雷が予想される気象条件のときは、外に出かけないようにします。

家の中

- 外にいるときより安全ですが、全ての電気機器から 1m 以上離れましょう。
- 雷が鳴り出したら、電気のコンセントからケーブル類をはずしておきましょう。



(出典) 消防庁: 防災サバイバル手帳(2007) をもとに作成

②地震・津波対策編

家において地震にあったときの行動

家中で地震にあったときの直後の行動

丈夫な机やテーブルなどの下にもぐり、机などの脚をしっかりと握りましょう。また、頭を座布団などで保護して、揺れが収まるのを待ちましょう。

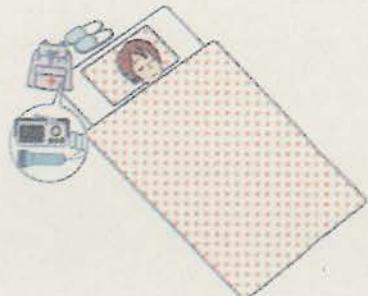
- 突然大きな揺れに襲われたときは、まずは自分の身を安全に守れるように心がけましょう。
- 戸を開けて、出入り口の確保をしましょう。
- 棚や棚に乗せてあるもの、テレビなどが落ちてきたりするので、離れて揺れが収まるのを待ちましょう。
- 瓦が落ちてきてケガをしたり、交通事故にあうことがあるので、あわてて戸外に飛び出さないようにしましょう。



就寝中に地震にあったときの直後の行動

揺れで目覚めたら寝具にもぐりこむかベッドの下に入れる場合はベッドの下に入り、身の安全を確保しましょう。

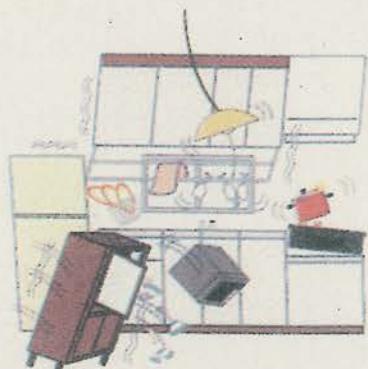
- 暗闇では、割れた窓ガラスや照明器具の破片でケガをしやすいので注意をしましょう。
- 枕元には、厚手の靴下やスリッパ、懐中電灯、携帯ラジオなどを置いておき、避難が出来る準備をしておきましょう。
- 寝室には、倒れそうなもの等をおかないようにし、頭の上にものが落ちてこない所に寝ましょう。



台所

まずは、テーブルなどの下に身を伏せ、揺れが収まるのを待ちましょう。

- 無理して火を消しに行くと調理器具が落ちてきてやけどなどをしたりするので、揺れが収まるまで待って火を消しましょう。
- 食器棚や冷蔵庫が倒れてくるだけでなく、中身が飛び出してくることもあるので注意しましょう。
- コンロの近くの場合、調理器具が滑り落ちてくる場合があるので、コンロの近くから離れ、揺れが収まったら落ち着いて火を消しましょう。
- 揺れを感じて自動的にガスの供給を停止するマイコンメータがほとんどの家庭に設置されています。特性や使い方を十分に理解しておきましょう。



風呂場・トイレ

揺れが収まるのを待ちましょう。(ガラス等でケガをするおそれがあるので、可能な場合のみ避難路の確保をしましょう)

- 風呂場ではタイルや鏡、トイレでは水洗用のタンクなどが落ちてくることがありますので注意しましょう。
- 入浴中は鏡やガラスの破損によるケガに注意しましょう。
- 浴槽の中では、風呂のふたなどをかぶり、頭部を守りましょう。
- 揺れが収まるのを待って避難しましょう。



外において地震にあったときの行動

住宅地

- 強い揺れに襲われると、住宅地の路上には落下物や倒壊物があふれます。
- 電柱や自動販売機も倒れてくることがありますので、そばから離れましょう。
 - 屋根瓦や二階建て以上の住宅のベランダに置かれているエアコンの室外機、植木鉢などが落下してくることがあります。頭の上も注意しましょう。
 - 強い揺れが起きると、耐震性能の低い住宅が倒壊する場合もあります。これにより瓦礫や窓ガラスが道路内に散乱する可能性もありますので、揺れを感じたら周辺の状況に注意しましょう。



オフィス街（中高層ビル）・繁華街

- 中高層ビルが建ち並ぶオフィス街や繁華街では、窓ガラスや外壁、看板などが落下してくる危険性があります。
- オフィスビルの窓ガラスが割れて落下すると、時速40～60kmで、高さの1.5倍くらいの距離まで広範囲に拡散します。ビルの外壁や張られているタイル、外壁に取り付けられている看板などが剥がれ落ちることもあります。鞄などで頭を保護し、できるだけ建物に入るか、建物から離れましょう。
 - 繁華街では、オフィス街には少ない、店の看板やネオンサインなどの落下・転倒物が加わります。強い揺れに襲われた際には十分注意しましょう。



地下街

- 慌てずに、バッグなどで頭を保護し揺れが収まるのを待ちましょう。
- 停電になってしまっても、非常照明がつくまでむやみに動かないようにしましょう。
 - 地下街では60メートルごとに非常口が設置されているので、一つの非常口に殺到せずに地上に落ち着いて脱出しましょう。
 - 脱出するときは、壁づたいに歩いて避難しましょう。
 - 火災が発生しなければ比較的安全なので、慌てずに行動しましょう。



エレベーター

- 全ての階のボタンを押し、最初に停止した階でおりるのが原則ですが、停止した階で慌てておりるのではなく、階の状況を見極めるのも大切です。
- 地震の時は同様に閉じこめられている人も大勢いると予想されます。その際、ひとまずエレベーターからでて、階段を使っておきます。
 - エレベーターに閉じこめられても、焦らず冷静になって「非常用呼び出しボタン」等での連絡を取る努力をしましょう。



海岸の近くで地震にあったときの行動

海岸にいたときの対応

海岸で強い揺れに襲われたら、一番恐ろしいのは津波です。避難の指示や勧告を待つことなく、安全な高台や避難地を目指しましょう。

- 近くに高台がない場合は、3階建て以上の建物を目指し、3階より上に上がります。
- 津波は繰り返し襲って来て、第一波の後にさらに高い波が来ることもあります。いったん波が引いても、警報や避難勧告・指示が解除されるまで絶対に戻ってはいけません。
- 避難標識が整備されている場合には避難する際の目安になります。
- 海水浴中の場合は、監視員やライフセーバーがいる海水浴場では指示に従って避難しましょう。



津波注意標識の例

川のそばにいたときの対応

津波は、川を遡ります。

- 流れに沿って上流側へ避難しても津波は追いかけてきます。流れに対して直角方向に素早く避難します。



（出典）消防庁：地震防災マニュアル（2007）をもとに作成

地しんって、なあに？

地しんはなぜおこる？

日本でおきる地しんには、①海ていにあるプレートとよばれる板のような岩盤が地きゅうの運動によりひずみ、元にもどろうとしてずれることでおこるものと、②内りくにあるかつだんそうとよばれる地めんのさけめが動いておこるものとのタイプがあります。同じ地しんでも、それを引きおこすしくみは、まったくちがうものなのです。

▶ プレートとつ波のしくみ



▶ 地しんによるひがいの例



はげしいゆれにより、住たくがひがいを受けます。



がけくずれにより人がなくなったり、道ろが通れなくなったりします。



つ波って、なあに？

つ波はなぜおこる？

つ波は、海でいで地しんがおきたときに、海でいが持ち上がりったり、しづみこんだりすることでおこります。平成5年に起きた「北海道南西沖地しん」では、奥尻島に高さやく30mという大きなつ波がおしよせました。

つ波のこわいところは、スピードがものすごく速いということです。海が深い場合、ジェットきなみ(びょう速やく200m)の速さで進むこともあるといわれています。したがって、つ波が発表される前にやってくることもあります。海や川(河口部)のそばにいて地しんを感じたら、ゆれが小さくても、すぐに高いところに上げることが大切です。



平成5年の「北海道南西沖地しん」で、つ波のひがいを受けた奥尻島。(提供：北海道奥尻町)

つ波からの サバイバル

- ★地しんのゆれが小さくてもつ波が発生することがあるので、ゆだんしないようにする。
- ★つ波は何度もやってくる。さいしょのつ波がすぎさつたからといって安心はできない。めずらしいからといって、見物はきけん。



火災・地震の被害を防ぐには

【1. 家で火災を出さないために】※具体例

- ・消火器の準備：設置場所については、台所は湿気が多いため玄関などのはうがよい。
- ・消火器の使い方についても熟知しておく。
- ・住宅用火災警報器の設置：既存の建物にも設置が義務づけされている。
- ・防炎製品の使用：カーテンやカーペット、服などに防炎製品を使う。
- ・タバコの始末はしっかりと：吸殻をためすぎない。寝たばこはしない。（お家の人に）
- ・家の周りなどに燃えやすいものを置かない。（放火防止）
- ・調理中に台所から離れない。（電話や来客などの際は火を消してから）
- ・コンセントにほこりが着かないように掃除する。（トラッキング現象といってほこり部分から火花が出て火事になる恐れがある。冷蔵庫の裏など要注意）
- ・タコ足配線にしない。（ひとつのコンセントに多数の電気器具を使用しない）
- ・ロウソク使用時にはそばから離れない。（仏壇やアロマオイルなど）
- ・暖房器具などの周りに燃えやすいものを置かない。ストーブの上も同様。（ストーブの上に洗濯物を干すと、万が一落ちると火災になる恐れがある）
- ・小さな子どもの手の届くところにライター、マッチなどを置かない。
- ・ストーブをつけたまま寝ない。（寝具に燃えうつると危険）
- ・火遊びはしない！

【2. 地震で被害を出さないために】※具体例

- ・家を丈夫に：耐震化
- ・家具などを固定する。（本棚や食器棚などは中身も飛び出さないようにする）
- ・寝室に家具などを置かない、または離しておく。（少しくらい離しても家具は移動して倒れる恐れがある）
- ・重たいものを上に置かない。（落ちてくると危険）
- ・ガラスが割れないようする。（飛散防止シートなどを貼る）
- ・万が一ガラスが割れた時のために、スリッパを用意しておく。（寝室などに用意しておく）
- ・地震があればすぐに机の下などに隠れる。座布団などで頭を守る。
- ・地震があればすぐに火を消す。（火災の防止）
- ・地震がきてもすぐに外に出ない。（落下物に注意）
- ・ブロック塀や古い建物、電柱などのそばから離れる。（倒れてくる恐れがある）
- ・海など沿岸部では地震が発生すればすぐに高台へ避難する。（津波に注意）
- ・地震に備えてひなんリュックを準備しておく。
- ・地震に備えて家族で避難先など話し合っておく。
- ・地震に備えて風呂の水などを貯めておく。（生活用水、消火などに使用する）

家具の配置・固定の工夫

寝る場所の工夫…………家具が転倒・移動しても影響がない位置に寝る場所を確保する。

家具の配置の工夫…………寝る場所や出入り口に近い場所にタンス・家具を置かない。方向を変える。

収納方法の工夫…………重いものは、家具の下の方に収納する。家具の上に重いものを置かない。

家具の固定…………各種固定器具で固定する（L型金物、ポール式、チェーン等による）。

家具の下にストッパーやマットを入れて補強するほか、壁への家具固定と家具の上下連結の併用など、2つ以上の補強を行うと効果的。

ガラスの飛散防止…………食器棚や本箱などに飛散防止フィルムを貼り付ける。

扉開放防止器具…………食器棚や本箱などに扉開放防止器具を貼り付ける。

1 安全な家具の配置の工夫

① 寝る場所を安全にする

寝る場所には、背の高い家具を置かないことが大事です。どうしても置かなければならない時は、置く向きに注意すること、家具の上に物を置かないこと、重い物は下へ置くこと等に気を付けましょう。

寝る場所とのとの位置関係では、家具の側方が安全です。もしも、家具の前の方で寝る場合は、家具の高さ以上に十分に離れましょう。

スライド書架付きの本棚は、安定が悪いので寝る場所からなるべく離しましょう。部屋の間取りと家具の配置を紙に書きだしてみると、家の中の危険を把握しやすくなります。



(出典)消防庁：震災対策ビデオ(2009)、家具の転倒を防ぐには(1996)をもとに作成

家具の配置・固定の工夫

② ピアノを置く位置

ピアノは、キャスターが付いているため確実な移動防止が行われている場合以外は、寝る場所に置かないようにしましょう。



③ テレビやパソコンを置く位置

台の上に乗せたテレビやパソコンは飛び出す可能性があるので寝る場所の近くに置かないようにしましょう。



④ 出入り口付近の家具を置く位置

出入口の近くに家具を置くと、家具の移動や転倒、収納物の散乱などによって避難路が遮られることがあるので、なるべく家具を置かないようにしましょう。



⑤ 座布団やスリッパなどの常備

ガラスの破片が散乱した場合でも通路を確保できるよう、台所には座布団やスリッパなどを常備しておきましょう。



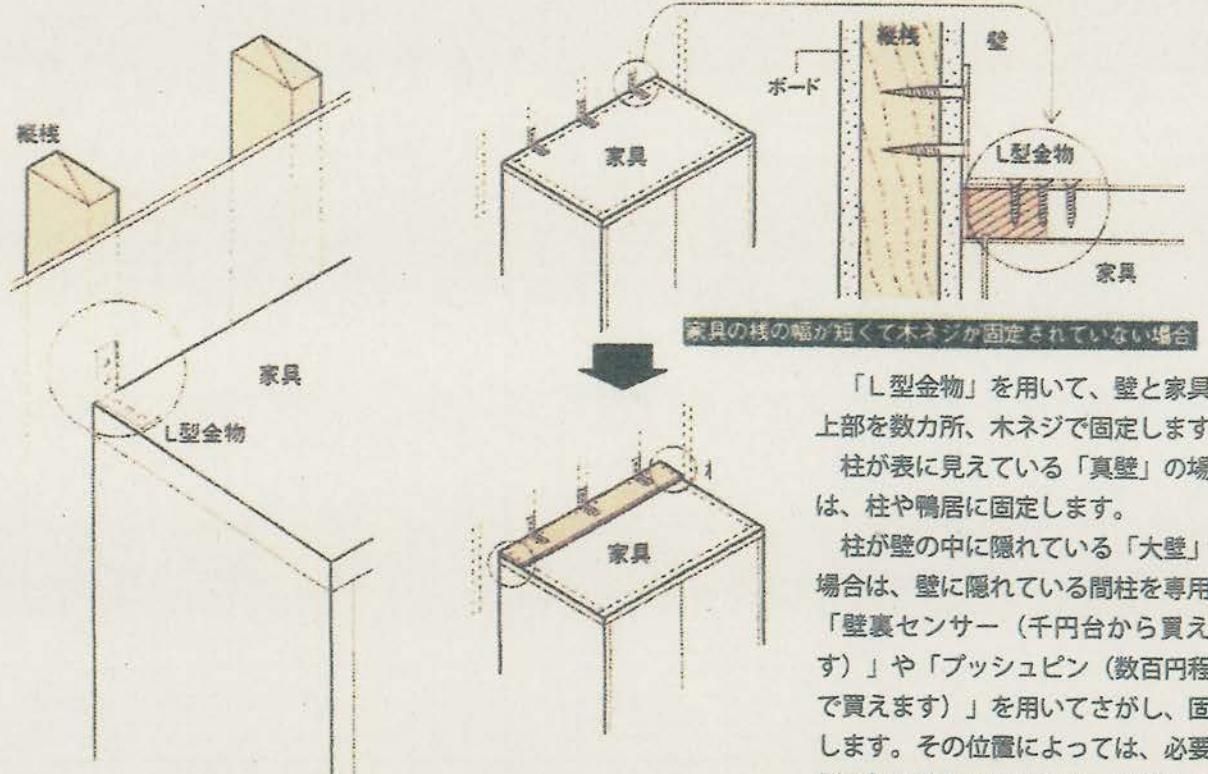
⑥ 家具の収納方法の工夫

家具の中の重い物は下へ置くようにしましょう。家具の上に物を置かないようにしましょう。

家具の配置・固定の工夫

2 家具の固定方法

① 棚に直接固定する方法

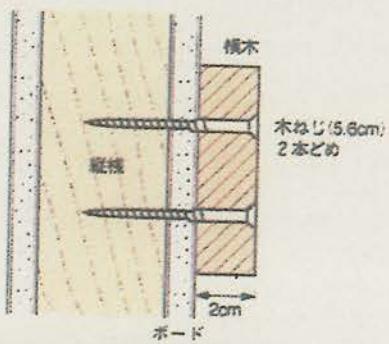
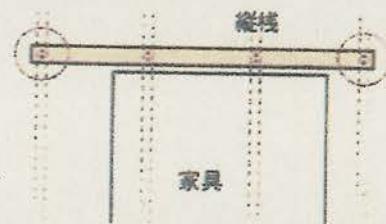


(出典)消防庁：震災対策ビデオ(2009)、家具の転倒を防ぐには(1996)をもとに作成

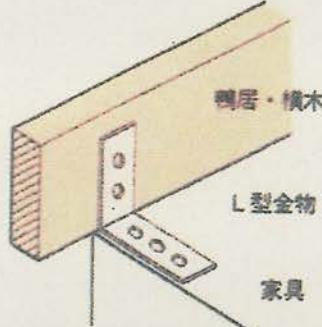
家具の配置・固定の工夫

② 鴨居や横木への固定方法

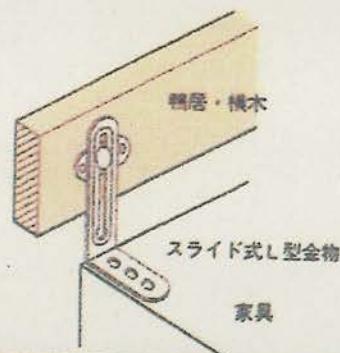
家具を鴨居に固定するほか、壁に横木を取り付けてし型金物を固定することもできます。横木と家具の高さがそろわない場合（10cm未満）、スライド式金具を使用します。



45cm間隔の縦桿に横木を取り付ける場合



鴨居や横木が金具の上端と同じ高さの場合



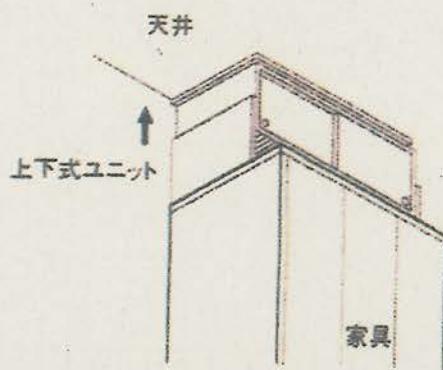
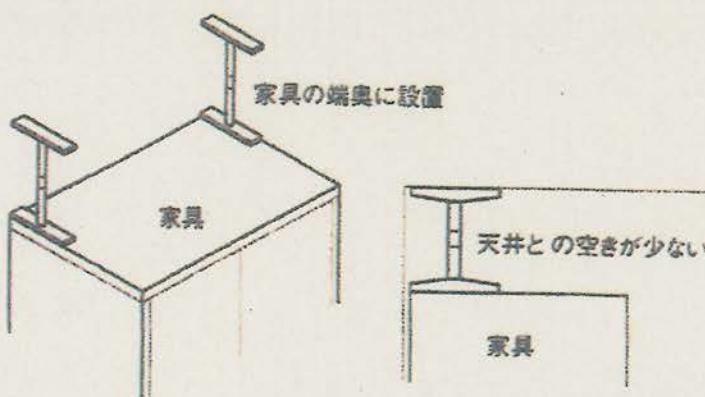
鴨居や横木が家具の上端から10cm未満の寸法で離れている場合

③ 檻に固定できない場合の固定方法

固定できない壁の場合には、家具を天井と床の両方で固定します。天井は、「ポール式」か「隙間家具」で、床の部分は「粘着マット式」か「ストッパー式」を使って固定します。

「ポール式」は、まず両端から、家具の後側にポールが真直ぐ立つように取り付けてください。木造住宅等で天井に強度がない場合があるので、このような場合には、当て板を一枚引いてから取り付けてください。

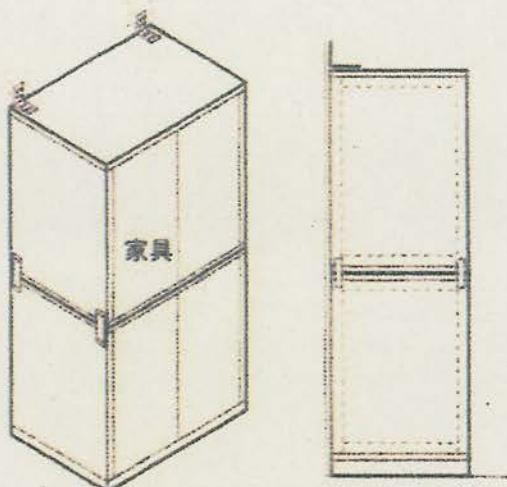
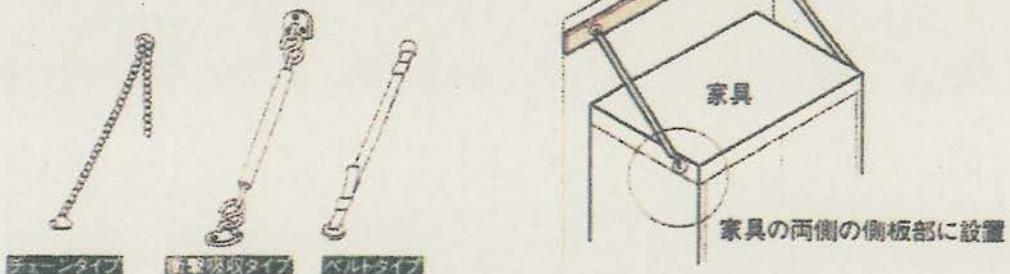
「ストッパー」を入れると、家具が壁側に傾いて手前に倒れにくくなります。



(出典) 消防庁：震災対策ビデオ(2009)、家具の転倒を防ぐには(1996)をもとに作成

家具の配置・固定の工夫

「真壁」のように家具の上に鳴居があり、10cm以上離れている場合は、「ベルト式」「チェーン式」も効果的です。取り付ける際は、ベルトを30度以下の角度にピンと張って固定します。



④ 積み重ね家具の固定方法

上下に積み重ねて使う家具は、家具の側面等で上下を連絡した上で、最上部を壁の「間柱」に固定するようにしましょう。

⑤ ガラス飛散防止フィルム

食器棚は、壁に固定する以外に、ガラス部分が破損することと、食器の飛び出しに注意が必要です。ガラスが割れるのを防ぐため、「ガラス飛散防止フィルム」を貼ります。ガラス部分の表と裏の両方に取り付けると、さらに強度が増します。



家具の配置・固定の工夫

6 扉開放防止器具

食器棚などの観音開きの扉は地震のとき聞きやすいので、「扉開放防止器具」を取りつけてください。キッチンの引き出しあり、地震の揺れで飛び出してしまうことがあるので、「引き出しストッパー」を取り付けましょう。



7 テレビ等の固定

テレビも地震のとき、倒れるとたいへん危険ですので、倒れないようにしっかりと固定しましょう。最も確実な方法は、床や壁に固定したテレビ台とテレビを直接木ネジ等で固定することです。

ネジ穴が無いテレビは、壁の「間柱」等にヒートンを取り付けてロープでテレビを固定します。壁に穴を開けられない場合は、「ストラップ式」を4本以上使って固定します。小型のテレビであれば、「粘着マット式」や「ストラップ式」で大丈夫です。

いずれの場合も、まずは、テレビ台をきちんと固定した上で行ってください。



8 電子レンジや冷蔵庫

電子レンジは、テレビと同様にストラップ式や粘着マット式で固定します。それぞれ、重さに応じてストラップや粘着マットの数を増やしてください。冷蔵庫は、上部の後ろ側にベルトの取り付け部分がありますので、ロープを使って、テレビと同じ要領で壁に固定しましょう。壁に穴を開けられない場合は粘着タイプの「ストラップ式」で固定することができます。



(出典)消防庁:震災対策ビデオ(2009)、家具の転倒を防ぐには(1996)をもとに作成

資料 9-6

[指導者用]

災害のときの活動（地震のすぐあと）

一般住民	小学生
<input type="checkbox"/> 身の安全の確保 →（日頃）家具の固定等	<input type="checkbox"/> 身の安全の確保 →（日頃）家具の固定等を保護者と話し合う
<input type="checkbox"/> 家族が無事かどうかの確認 →（日頃）地震があった時にどこに集まるかの確認、171や災害用伝言板の習得	<input type="checkbox"/> 家族が無事かどうかの確認 →（日頃）地震があった時にどこに集まるかを保護者と話し合い、171や災害用伝言板の習得
<input type="checkbox"/> 避難所への避難 →（日頃）避難所の確認、避難の道順の検討	<input type="checkbox"/> 避難所への避難 →（日頃）避難所や避難の道順を保護者と確認
<input type="checkbox"/> （火災が発生した場合）無理のない範囲で消火（消火器、バケツリレーなど）を行う。 →（日頃）消火器等の使い方の習得、消火器等の場所の確認	<input type="checkbox"/> （火災が発生した場合）大人が行っている消火の手伝い（資機材を持ってくる、バケツリレーを手伝うなど）を行う。 →（日頃）消火器等の場所の確認
<input type="checkbox"/> （救出現場（生き埋め者等を助けるべき場所）があった場合）周りの大人を集めて、バールやジャッキを使って救出活動（生き埋め者等を助ける活動）を行う。 →（日頃）救出資機材（生き埋め者等を助けるための資機材）の使用方法や救出方法の習得、救出資機材の場所の確認	<input type="checkbox"/> （救出現場があった場合）大人が救出活動を行う際の手伝い（資機材を持ってくる、まわりのじゃまなものを片づけるなど）を行う。 →（日頃）救出資機材の場所の確認
<input type="checkbox"/> （ケガ人がいた場合）可能な範囲でケガ人等の手当を行う。 →（日頃）ケガ人への対処方法の習得、心肺蘇生法（心臓が止まっている人への対処法）・AED（電気的なショックを与えて、心臓の正常な働きをとり戻す機械）の使い方の習得、AED設置場所等の確認	<input type="checkbox"/> （ケガ人がいた場合）大人がケガ人等の手当を行う際の補助（救急箱・AED等を持ってくるなど） →（日頃）AED設置場所等の確認

災害のときの活動（避難所）

一般住民	小学生
<input type="checkbox"/> 避難所のルール作り →（日頃）各自治体が作成する避難所運営マニュアル等の習熟など	
<input type="checkbox"/> 避難所受付の手伝い →（日頃）各自治体が作成する避難所運営マニュアル等の習熟など	
<input type="checkbox"/> 炊き出し →（日頃）炊き出し訓練の実施	<input type="checkbox"/> 炊き出しの手伝い（食器洗い、配給など） →（日頃）炊き出し訓練の実施
<input type="checkbox"/> 救援物資の荷降ろし、仕分け	<input type="checkbox"/> 救援物資の荷降ろし、仕分けの手伝い
<input type="checkbox"/> 食料の配給	<input type="checkbox"/> 食料の配給
<input type="checkbox"/> 仮設トイレの設置、掃除	<input type="checkbox"/> 仮設トイレの設置、掃除
<input type="checkbox"/> 手洗いや洗たくなどに使う水の確保（プール用水の利用など）	<input type="checkbox"/> 手洗いや洗たくなどに使う水の確保（プール用水の利用など）
<input type="checkbox"/> 災害のときに手助けが必要な人への配慮 ・一人暮らし老人への声かけ ・乳幼児の遊びの相手	<input type="checkbox"/> 災害のときに手助けが必要な人への配慮 ・一人暮らし老人への声かけ ・乳幼児の遊びの相手

地震のときの被害のようす



建物の被害

揺れに弱い建物は倒れます。



提供：兵庫県神戸市



地震により発生した火事

木造の建物が集まっているところで火事が起きると、燃え広がり、大きな被害となります。



家のなかの被害

固定していない家具は倒れたり落下します。



ブロック塀・灯籠の被害

ブロック塀や灯籠が倒れて亡くなつた方もいます。



がけ崩れ

がけ崩れにより人が亡くなつたり、道路が通れなくなつたりします。



道路のほうに倒れた家

家が道路側に倒れると、道路がふさがります。

被災者の体験を聞く（阪神・淡路大震災）

震災の日、私は消防署に残っていた1本のノコギリを持って現場に飛び出しました。そこはとてつもなく大きな火災現場でした。瓦礫に足をはさまれた人と遭遇し、その人から「そのノコギリではさまれている足を切ってほしい。」と懇願されました。火はすぐ近くまで迫っており、彼の希望する意味をすぐに理解できましたが、足を切れませんでした。次に見にきたときには、焼け死んでおられました。私は、あのとき、足を切るべきだったのでしょうか。

（出典）消防隊員が見た阪神・淡路大震災（財団法人神戸市防災安全公社）

力及ばず…それでも胸が熱くなった現場エピソード

救出活動をするなかで、2階建てアパートの下敷きになっていた20歳くらいの女性を助けてあげられないことがありました。かわいそうでしたが、消防職員と消防団が力を合わせても、人間の力ではどうにもならないこともあるんですね。何とも言葉に表せない想いでいたとき、彼女のお父さんが「消防さんはよくやってくれた、ありがとう。一生懸命助けてくれた、それでも助からなかった…消防さんは悪くない」と感謝の言葉を述べられました。取り乱すことなくそういう言葉を発せられ、なんと立派なお父さんだらうと思ったのと同時に、ホロリと涙がこぼれました。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第26回）」から抜粋

自宅は倒壊、ただ運良く怪我一つなし

地震のあった当時、私は神戸市灘区で妻と2人、長屋のような2階建て木造住宅に住んでいました。5時頃に起床する習慣があったので、地震のときは起きていました。そこで、8～10秒くらいで自宅が倒壊してしまうのを見たのです。屋根は南にずれて崩れるような形で倒壊、私自身、土壁に遮られて身動きができなくなりました。ですが、私と妻はその北側の1階におり、2人とも不思議と怪我もなく無事だったのです。そこから、土壁の間から何とか這い上がるのに、4、50分かかりました。脱出したときはパジャマと裸足の姿。近所の人から靴をもらい、すぐさま手作業で近くのアパートにいる住民の救助にかかりました。救助した3世帯は、一人暮らしの女性に、2組の夫婦。この夫婦は、残念ながらどちらも奥さんが亡くなっていたのです。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第2回）」から抜粋

忘ることのできない、伝えておきたい避難所でのエピソード

全身打撲やショックが残っており、私が体育館で横になっていた時のことです。隣には視覚障害のご夫婦と小学生の姉弟が身を寄せていました。ある日、姉弟の目の前で父親がバッタリと倒れ、そのまま運ばれて行ってしまいました。まだ幼い子どもたちの姿と父親の容態を慮っていた翌日、父親の兄弟だという男性と子どもたちが戻ってきました。父親は亡くなられたとのことでした。荷物をまとめて避難所を立ち去ろうとしたその時、姉弟は手にしていた牛乳パックを「残っている人に置いてあげよう」「早く飲むようにと書いておこう」と相談をはじめたのです。大震災に見舞われ、衝撃的に父親を亡くし、悲しみがはち切れんばかりであるはずなのに、なんて思いやりのある姉弟だろうかと私はいたく感動していました。しばらくして、学校の先生らしき女性が姿をあらわすと、これまで気丈に振る舞っていた子どもたちがその女性の胸に顔を埋めてワーッと泣き出したのです。私はさつきまでの感動に大きな悲しみが重なって、言葉にはできない思いにかられました。この光景は、決して忘ることができず、いまでもこの姉弟の将来に幸あれと祈り続けています。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第5回）」から抜粋

※URLは、<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

被災者の体験を聞く（阪神・淡路大震災）

家具をすべて固定していたことが、家族の命を守りました

私たち家族が、幸運にも全員無事だった理由を思い起こしてみると、「ローチェスト(3段のタンス)のうえに家の梁が落ちてきて、生存可能な空間ができたこと」、「日頃から家具をすべて鴨居に金属で固定していたために、家具の転倒がなかったこと」この2つが大きかったと思います。私は神戸で暮らす以前に地震が頻発する東京に住んでいたため、「家具を固定する」という習慣がありました。

このたびの大地震では、家そのものが命を奪う凶器となってしまうことを痛感しましたね。私の住んでいた神戸市東灘区では1,471人が亡くなられたのですが、そのほとんどが倒壊した家屋もしくは家具の下敷きになってしまったのです。その後に再建したわが家では、こうした教訓を活かして大地震に襲われても生き延びることができるよう、設計に工夫を凝らしています。

(出典) 人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第34回）」から抜粋

炊き出しのリーダー

避難生活をしているあいだ、私は炊き出しのリーダー格として火の番をしていました。はじめは自分と家族のために夢中でとった行動が、自然と人のためにもなっていました。被災した人々はみな疲れ果てていて、なかなか自分で何かをしようとしなかったんですね。ただ途方に暮れ、誰かが何かをしてくれるのを待っていました。でも、人に助けていただくことと甘えることは違うんですよね。自分にできることは、自分でやっていかなければダメ。そのことに気づいてからは、ひたすら責き通してきました。

(出典) 人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第5回）」から抜粋

徒歩5分の病院、小学校まで25分もかかる

亡くなった方のご遺体やケガ人を運ぶため、避難所と病院へ向かうのですが、倒壊した家、倒れた電柱の間を歩くには、とても時間がかかるのです。徒歩5分の道のりに25～30分もかかってしまいました。すべての作業を終えるのに夕方までかかってしまったのです。

そしてこの日から小学校での避難所生活がはじまります。体育館で寝泊まりをしていたのですが、しばらくして授業を体育館で行うため、各教室へ移ることになりました。私は、4年1組。せまい教室に7人が寝泊まりする生活が続きます。もちろん、当時は会社員でしたので、会社へも小学校から通っていました。

(出典) 人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第2回）」から抜粋
※URLは、<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

被災者の体験を聞く（阪神・淡路大震災）

譲り合い、助け合い…他人が身内のように感じられました

倒壊を免れた近所の方の家で休ませていただいたあと、近くの小学校の体育館で避難所生活をはじめました。外に出て最初の驚きは、見慣れた街並みが一変していたこと。近所の古い木造住宅は全滅、壊は道路に崩れ落ちてはるか向こうまで街が見渡せ、被害のひどさを物語っていました。避難所での生活は辛いこともたくさんありましたが、それ以上に感動させされることもたくさんありました。せまいスペースのなかで見知らぬ者同士が場所を譲り合っていたこと、自分の家が潰れてしまって大変だというのに炊き出しに参加する人がいたこと、次にトイレを使う人のためにバケツリレーで水を運ぶという思いやりあふれる行動…どれもが印象的でした。そして電気が復旧してTVがついたとき、ほんのすこし日常が戻った気がして何とも言えない安心感を覚えたことを思い出します。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第9回）」から抜粋

テント生活中に目の当たりにした人間模様

私たちが避難していた公園には、名古屋からきてくださった自衛隊によって大きな17張りのテントが設営されました。テントの床にはブロックを置き、その上に畳をのせました。床が高くなつた分、余震が遠く感じるような気がしました。しかし非常に寒く、朝は布団の上に霜がおりることも。公園という子どもの遊び場を占領していましたので、公園の外回りの掃除と水やり、雨上がりのあとにできたくぼみの土埋め、缶やゴミ拾いなどを家族で行い、いつでも返せるように努めていました。この公園は「指定避難所」には認定されていなかったため、行政からの支援はありませんでした。指定の場所以外は、面倒をみてくれないんですね。皆さんも避難されるようなことがあつたら、このことをぜひ思い出してください。こうした生活のなか、本当に色々な人間模様を目の当たりにしてきました。人間の良い面と悪い面の両方を見てしまったんですね。たとえば、用意された公衆電話に長蛇の列ができているのですが、10円玉で1回電話をかけたら列の最後尾に並び直す、こうした思いやりのルールが自然と生まれたことなどは嬉しいことでした。ご近所で倒壊を免れたお宅では「水出ます。裏に回ってください」「トイレ使用してください」という張り紙も。同じ被災者であるのにこうして声をかけてくださることが、本当にありがたかったです。その一方で、届けられた善意の物資を独占したり、厚かましく一番先頭に割り込んだりする最悪な方もおられました。この年になって、こんな対照的な人間の表と裏を知ることになるとは思いもしませんでしたね。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第17回）」から抜粋

※URLは、<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

被災者の体験を聞く（阪神・淡路大震災）

ひごろの経験が活きたのか、チームワークで9人の救出に成功！

全壊した我が家から脱出したときは、まさに着の身着のままという状態。パジャマに裸足です。8割ほどの家屋が全壊という悲惨な状態に驚きながら公園に行くと、近所の人たちも集まっていました。みんな、ご近所どうしの顔をよく知り合っていたので、どこの誰がいないかをすぐに把握。まだ生き埋め状態の人がいるとわかると、家族を中心にグループをわけ、道具なんか何もない状態で救出活動にむかいました。家屋が密集していたため、家が倒れていても隙間はあるもの。倒れたタンスやがれきを素手で取り除きながら、腹ばいになってなかへと入っては「どこにありますか？」と声をかけました。タンスなどの下敷きになって自力で動けない人が多く、わずかにみえていた足をつかんでは、腹ばいのまま外へと引きずり出して救出しました。また別の家では、私の首に抱きついでもらい、そのまま後ずさりをするように引きずって助け出したこともありましたね。私のいた中学校では学期ごとに避難訓練をやっていましたが、その訓練経験がどれほど活かせたかは、はっきりわかりません。でも、考えるより先に体が動いていたように思います。普段、指示を出す立場にいるせいかな近所の人たちにも指示出しをしていて、気がつくとみんなの協力で家の下敷きになっていた人たち9人を助け出していました。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第5回）」から抜粋

避難所は地獄のよう。公園にもどっての最初の夜

夕方になって避難所に行きましたが、避難できる状態ではありませんでした。体育館も教室も廊下も人・人・人。ケガ人やご遺体が次々運びこまれてきて、その地獄のような光景を見ただけで精神的に参つてしまい、元の公園に戻りました。崩れた家から家族が登山用のテントを引きずり出してきて張ってくれ、そこで寒さをしのぐことになりました。夜の10時頃になって大阪の友人が訪ねて来てくれました。私は、「会えて嬉しい！ありがとう」という思いでいっぱいになり、このとき初めて涙が出ました。昨日の夜から何も食べておらず、差し入れのおにぎりと温かな湯気と香りのお味噌汁は本当においしかったのですが、胃はびっくりして、せっかくの差し入れを受けつけてはくれませんでした。相変わらず地面の奥から響くような余震が続き、不安な夜を過ごしました。

（出典）人と防災未来センターホームページ「震災を語る（第17回）」から抜粋

※URLは、<http://www.dri.ne.jp/shiryo/katari.html>

被災者の体験を聞く（津波体験）

狂った海に次々にのまれた9人の釣り人

理性を失った海は、放たれてしまった矢のように、次々と釣り人をのみ込んでいく。橋まであと7~80メートルの地点まで逃げのびた人も、ついに足を濁流に掬われて転倒してしまった。津波が去って静寂が戻った時、釣り人の姿は一人としてそこにはなかった。寂寞とした砂浜だけが残った。

（青森県市浦村十三湖に被害調査に赴いていた役場職員）

（出典）秋田県つり連合会編、1983、「大津波に襲われた・釣り人が証言する日本海中部地震」

死に神につかり、岸壁をよじ登り助かる

押し流されてから、まず、足をばたつかせました。すると、長ぐつがそのままするっと抜けたのです。「しめた」と思いました。足を動かしたら、水面に顔が出たのです。一呼吸ほどでした。再び水面の下になり、今度はどうしても浮かべないです。これでは死ぬと思い、手の竿を離し、クーラーを水面下から手をのばしてつかまえ、やつとのことで顔を出すことができました。すると、目の前に海岸の崖が見えたのです。ほんの2メートルぐらいのところでした。

しかし、その2メートルの所へ向かって泳いでも泳いでも進まないのです。すでに引き波の始まるころだったからです。やつとのことで崖の岩につかり、「もうはなすもんか」とつい声が出たくらいです。

（青森県深浦町椿山海岸で磯釣りをしていた人）

（出典）秋田県つり連合会編、1983、「大津波に襲われた・釣り人が証言する日本海中部地震」

波間で娘とはぐれる。そして再会

私は高校生の娘と2人暮らしをしていたのですが、あの地震の瞬間は、2人ともそれぞれ2階の自分の部屋にいました。家ごと流されながら、水の中で私は娘をしっかり抱いていたのですが、娘が苦しいというのでちょっと腕の力をゆるめてしまったのです。そのとたんに、娘は、あっという間に消えてしまいました。（本人は砂浜に打ち上げられ助かる。娘も漁船に助けられる。）

娘とは函館の病院で再会しました。震災の翌日の夕方、たぶん4時から5時ごろだったと思います。声をかけることもできず、2人ともただただ抱き合いながら泣きました。

（青苗地区の女性）

（出典）奥尻町、1996、「北海道南西沖地震奥尻町記録書」

懐中電灯の光を目指して裏山をよじ登る

なにしろ海辺の町に暮らすのは初めてだったので、地震＝津波とか、その津波がどれほど恐ろしいものであるかというような認識はまったくありませんでした。（津波に襲われたが職員住宅の屋根の上に出られた）

メガネをなくしていたので、よくわからなかつたのですが、そのとき、山のほうで懐中電灯のものらしい光が見えたんですね。あそこには人がいる。あそこまで行けば助かるのではないか。とっさにそう思い、屋根から飛び降りると、裏山に登りはじめました。

（奥尻に赴任したばかりの小学校教諭）

（出典）奥尻町、1996、「北海道南西沖地震奥尻町記録書」

ぼくたちの
命をまもるおしらせだ

いのう

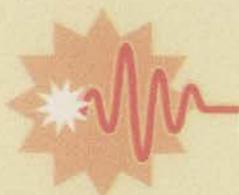
高知県 北岡七海さんの作品

きん きゅう じ しん そく ほう

緊急地震速報

地震による強い揺れを事前にお知らせするための
地震動の予報・警報です

緊急地震速報のながれ



じしん はっせい
地震発生!



じしん けい
地震計

はじめにくる弱い揺れを
すばやくキャッチ!



き しょ うちょう
気象庁

緊急地震速報を
配信!



テレビ・ラジオ など

ただちに放送!

ピロン オローン
ピロン ガローン

国土交通省

気象庁

緊急地震速報 利用の心得

ふだんから、家屋の耐震化や家具の固定など、地震に備えましょう！

まわりの人にも声をかけながら

地震の揺れを感じたら…
(緊急地震速報がなくとも)

あわてず、まづ身の安全を!!

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れがくるまでの時間は
数秒から數十秒 しかありません

家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外へ飛び出さない
- むりに火を消そうとしない



自動車運転中は

- あわててスピードードをおとさない
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をつながす
- 急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす



屋外(街)では

- スロック解の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしつかりつかまる



エレベーターでは

- 最寄りの階に停止させ



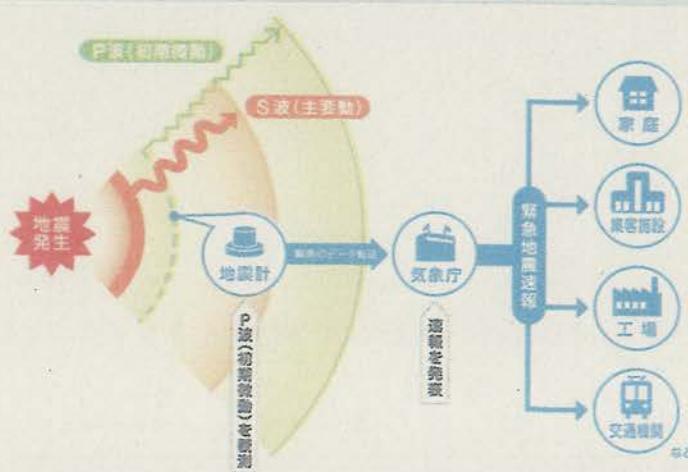
人が大勢いる施設では

- 係員の指示にしたがう
- あわてて出口に走り出さない



周囲の状況により具体的な行動は異なります。日頃からいざというときの行動を考えておきましょう

緊急地震速報のしくみ



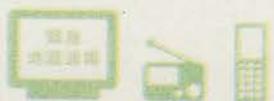
- 震源近くで地震波(P波、初期微動)をキャッチし、震源や規模、想定される揺れの強さ(震度)等を自動計算
- 地震による強い揺れ(S波、主要動)が始まる前に素早くお知らせ
- 震度5弱以上を予測した場合に、緊急地震速報(警報)を発表
- 時間経過とともに精度がよくなる緊急地震速報(予報)を繰り返し発表

*震源に近い地域では、緊急地震速報が強い揺れに間に合いません

*緊急地震速報(警報)を早いタイミングで発表できない場合があります

*予測した震度には±1程度の誤差を伴います

緊急地震速報は、どうやって聞くことができるの？



テレビ・ラジオ・携帯電話



防災行政無線



専用受信端末など

- テレビやラジオ^{※1}を視聴している時に、報知音とともに放送されます
- 緊急地震速報を受信できる携帯電話があります

- 市町村^{※1}の防災行政無線から報知音とともに放送されます

- 専用受信端末^{※2}などでは、気象庁が発表する警報や予報のほか、独自に個別地点の震度を予測し、報知します

*1 準備の整った放送局や市町村(全国瞬時警報システム(J-ALERT)を利用)から放送が開始されています

震度5弱以上で放送する局ばかりではなく、もっと大きな震度の時だけ放送するところもあります

*2 緊急地震速報を受信し、音声報知や機器の制御を行うための装置。専用受信端末を導入した事業者では、法人税等の軽減措置を受けられる場合があります

緊急地震速報を聞いたら、いつまで身を守ればいいの？

- 震源から遠い場所では、強い揺れが届くまでに時間がかかりますので、揺れがこなっても見聞きしてから1分程度は、身を守るなど警戒しましょう

- 地震による強い揺れは、長くても1分程度ですでの、その間は身を守る行動をとり続け、揺れが収まってから落ち着いて行動しましょう

ご注意ください！

気象庁が、国民のみなさまに受信装置の設置を義務づけたり、直接設置に伺ったりすることはありません！

* 緊急地震速報は、財団法人鉄道総合技術研究所と気象庁による共同技術開発と、独立行政法人防災科学技術研究所による技術開発の成果により可能となりました

[お問い合わせ先]



気象庁 地震火山部管理課
〒100-8122 東京都千代田区大手町1丁目3番4号
電話:(03)3212-8341(代表)

詳しくは

気象庁ホームページ

<http://www.jma.go.jp/>

このリーフレットは、印刷用の紙へリサイクルできます。

平成21年11月

③その他対策編

消火器の使い方



安全ピン(栓)をぬく。

左手でホースの先を
つかんで、火のほう
にむける。

右手で、上のレバーと
下のレバーをいっしょに
強くにぎると、
消火剤が放出される。

消火器の種類 →

消火器は、燃えるものの性質
によって大きく3種類にわか
れ、白・黄・青の3色の丸い
マークでしめされています。

白=普通火災
(一般住宅の火災)

黄=油火災

青=電気火災



購入するときの注意

必ず、「国家検定合格証票」を
確認しましょう。

バケツリレーの方法

★バケツリレーの並び方★

それぞれ一長一短があります。くんれんさんか者のじょうたい（人数やしゅうじゅく度）により、どのならび方にするのかえらんでください。

①一列リレー

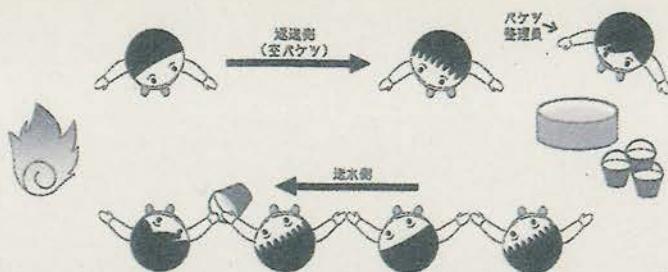
人数が少ない場合にできている方法。

約1. 5mのかんかくで一列に並び、水げんから火元までバケツをリレーします。

空バケツをうんぱんする人員は、そう水がわ人員の1/5といどします。

けつ点はせ中がわが見えないこと。

ひつように応じ、安全かんしたんとう者をはいちしましょう（たとえば、列が道ろをおうだんする場合など）。

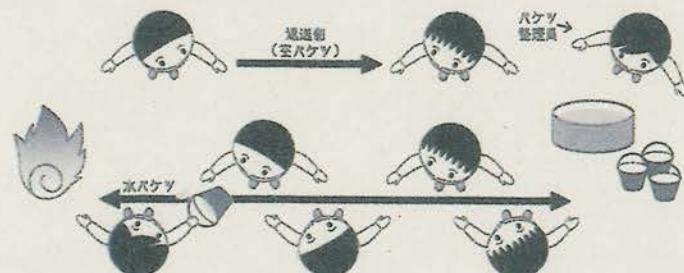


②千鳥リレー

一列リレーのおう用れい。

一列リレーを一人ずつこうご向かい合わせになることで、お互いに相手のせ中がわの安全確認を行うことができる方法。

けつ点は、人がならび終えるのに少し時間がかかることです。

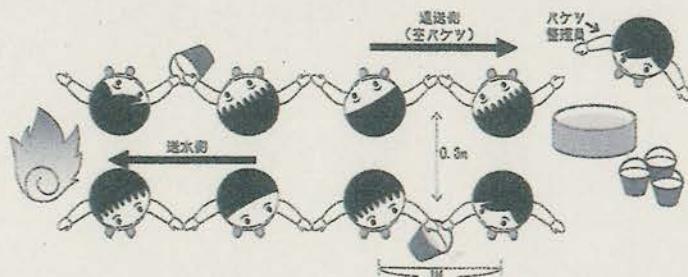


③二列リレー

人数が多い場合に行う方法。

そう水がわ、へんそうがわの二列がせ中合せに並び、それが安全確認をしながらバケツをリレーする方法（向かい合せに並ぶと、安全確認がせ中ごしになりこんなんになります）。

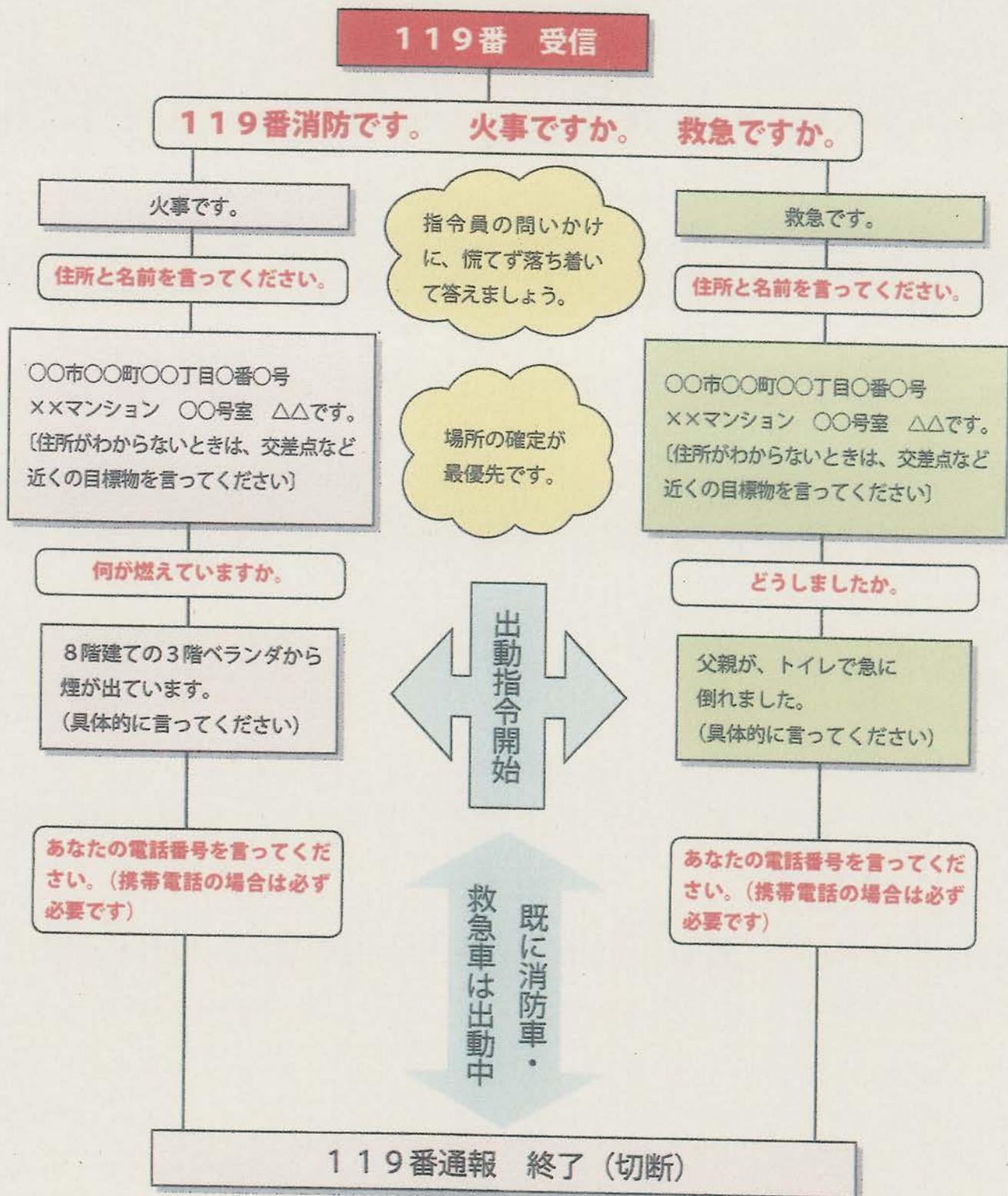
かんかくはかた手かんかく（約1m）とします。ただし人数が少なめの場合、そう水がわを約1mかんかくではいちし、残った人数でへんそうがわ（空バケツ）を担当します。



(注)かんかくはめやすです。体かくなどに合わせてちょうせいしてください(子どもではもっとせまくなる)。

(注)バケツの水は、入れすぎない(5~6分目くらいまで)ようにしてください。

119番通報の流れ



*消防本部によって問い合わせ方に多少ちがいがあります。

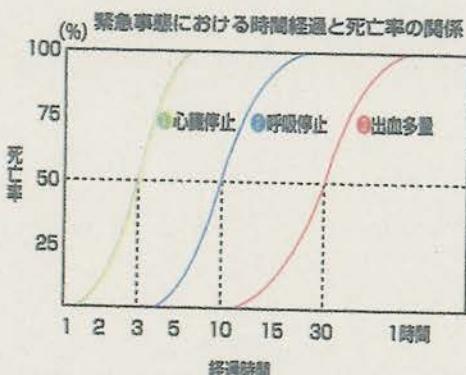
「救命の連鎖」とは？

「救命の連鎖」とは、下の図のような一連の流れのことを言います。救命の連鎖では、この4つの要素のうちどれが欠けても命を救えるチャンスは少なくなってしまいます。



救急車の現場到着時間の全国平均は、
約7分

救急車が到着してからでは間に合わない



心臓が停止した人を3分間そのままにしただけで、死亡率は50%となり、7分後（救急車が到着する平均時間）には、さらに死亡率が高くなります。そのため、それまでの時間、市民による応急救手当が重要になってきます。

AEDとは？

AEDは、Automated External Defibrillatorの頭文字をとったもので、日本語訳は自動体外式除細動器といいます。小型の器械で、体外（裸の胸の上）に貼った電極のついたパッドから自動的に心臓の状態を判断します。もし心臓が細かくブルブルふるえていて、血液を全身に送ることができない状態（心室細動という不整脈）を起こしていれば、強い電流を一瞬流して心臓にショックを与えること（電気ショック）で、心臓の状態を正常に戻す機能を持っています。器械の電源を入れれば音声が使い方を順に指示してくれるので、だれでもこの器械を使って救命することができます。

AEDは、学校、駅、公共施設などさまざまなおところに設置されています。
学校のどこにAEDがあるか探してみてその場所を覚えておきましょう。



応急手当 [人が倒れていたら]

どうする?! 人が倒れていたら

①意識があるか調べる

意識を確認する方法

- ★呼びかけて返事をするか。 ★話はできるか。
- ★手足を動かしているか。

②協力してくれる人を求める

- ★意識の障害があった場合は、大声で周りの人を呼びます。
- 救急車を呼んでもらったり、AEDを持ってきてもらうなど協力を求めます。

③5つの観察と応急手当

周囲の安全の確保

倒れている場所が安全かどうかを確認し、危険な場所なら安全な場所に移動する。

救急車を呼ぶ

まず意識の有無を確認し、意識がなければ近くの人に協力を求め、救急車を呼ぶ。

呼吸の観察

呼吸が止まっていたら、すぐに人工呼吸を行う。

出血の観察

大出血があったら、すぐに止血する。

気道の確保

意識がないときは、呼吸がしやすいよう空気の通り道を確保するとともに回復体位をとらせる。



応急手当 [心肺蘇生法]

人工呼吸

*口対口の人工呼吸がためらわれたり、感染防止処置（人工呼吸用マウスピース等）ができないときは、胸骨圧迫を行うだけでも救命効果があります。

- ①親指と人差し指で、鼻をつまみ
鼻の孔をふさぎます。



- ②大きく口を開けて、静かに
1回1秒かけて息を吹き込みます。



- ③いったん口をはなし、
もう一回息を吹き込みます。



胸骨圧迫

- ①胸のまんなかに手を重ね、
垂直に体重をかけ、胸骨が
4cm～5cm下方に圧縮さ
れるように1分間100回の
早さで圧迫します。
(肘はまげない)



- ②30回圧迫後、人工呼吸を2
回行います。この操作を一
定間隔でくり返します。



AEDが到着したら

- ①電源を入れる



- ②電極パッドを胸に貼る

体が汗や水でぬれてい
たら、タオルでふきます。



- ③電気ショックの必要性を
AEDが判断

心電図解析中は、だれもケ
ガ人や急病人にふれないよ
うにします。



- ④ショックボタンを押す

だれもケガ人や急病人にふ
れていないことを確認した
ら、点滅しているショック
ボタンを押します。



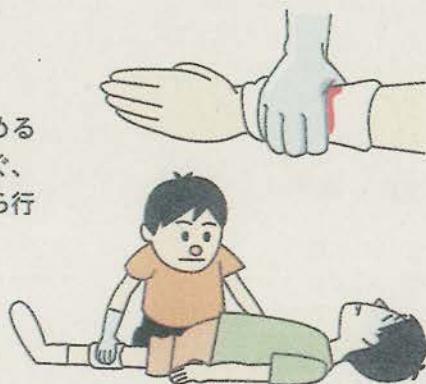
- ⑤以後は、AEDの音声メッセージにしたがい、胸骨圧迫を継続する

*心肺蘇生（人工呼吸・胸骨圧迫）とAEDの手順は、救急隊に引きつぐか、何らかの応答や目的のある仕草（例えば、いやがるなどの体動）が出現したり、ふだんどおりの息が出現するまで続けます。

応急手当【ケガの応急手当】

出血のときの止血

傷の手当では、①出血を止める（止血）、②細菌の侵入を防ぐ、という2つのことを意識しながら行おう。



応急手当

- ①出血しているところを完全におおえる大きさの清潔なガーゼや布でやや強く押さえ、止血する。
- ②患部を清潔に保ち、包帯などを巻く。
- ③じかに血液にふれないように、ビニール・ゴム手袋を利用する（スーパーの袋などでもよい）。

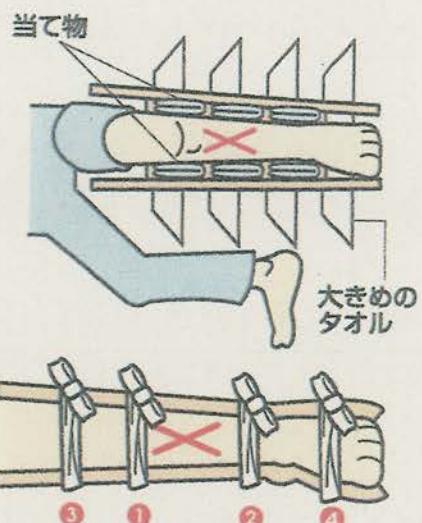
骨折

【骨折の見方】

- ・はげしい痛み
- ・はれたり変形している
- ・冷や汗がでたり、寒気がする
- ・傷口から骨の端がでている

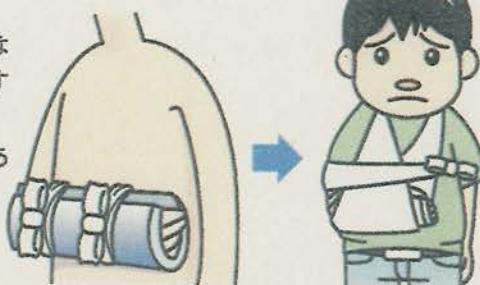
応急手当

- ①出血している場合は、その手当をする。
- ②雑誌などをあて、痛くない位置で固定する。雑誌などは骨折部分の上下の関節より長くする。
- ③骨がつき出ているときは、その上に清潔なガーゼか布をあて、シーツなどでくるむ。



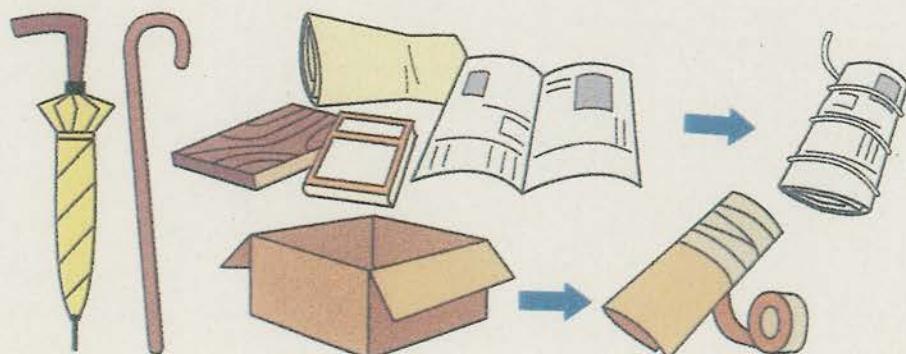
【腕の骨折】

- ①骨折しているところに雑誌などをあて、その上下を固定する。
- ②大きめのタオルでつったあと、さらに胸部に固定する。



【足の骨折】

- ①骨折しているところの両側から、雑誌などをあてる。
- ②関節が動かないよう、①～④の順番に固定する。



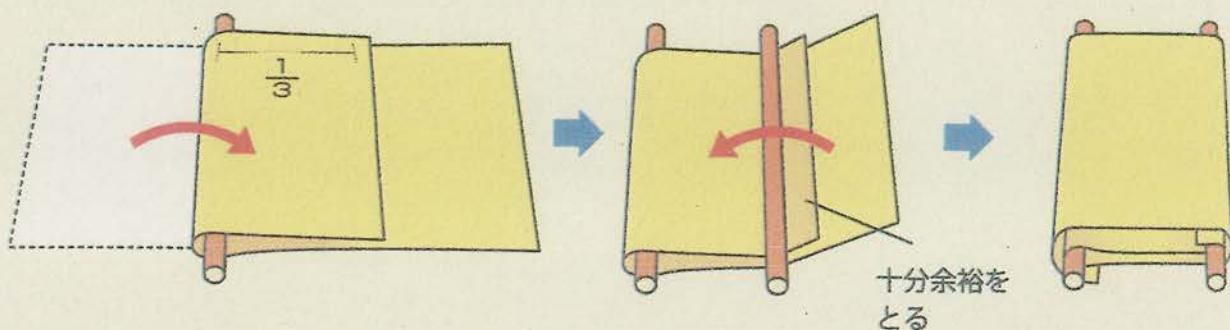
棒や板、かさ、ステッキ、ダンボール、新聞紙（かたく折りまげる）などでも代用することができます。

応急担架の作り方

動けない人を運ぶときは、衣類や毛布を使って応急担架を作ります。

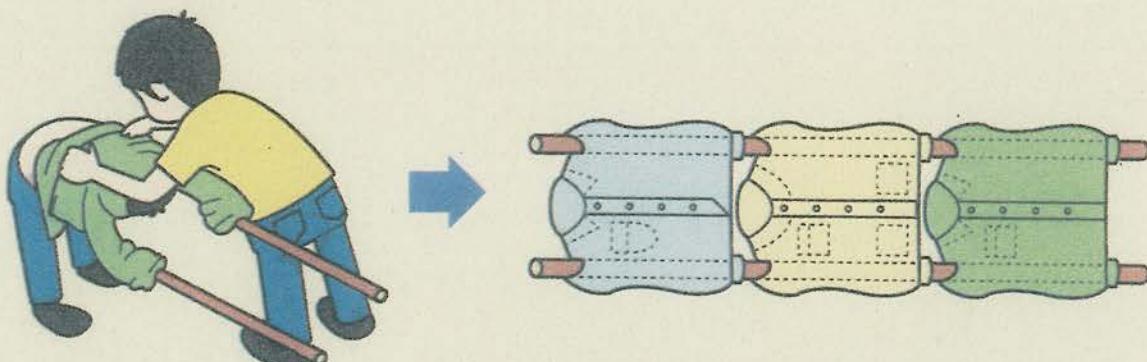
①毛布を使う

毛布の1／3のところに棒を置いて、毛布をおり返して作ります。



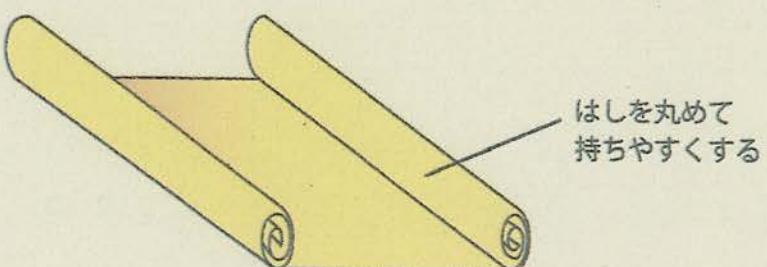
②上着を使う

図のように、2本の棒に上着（5着以上）を通します。



③毛布のはしを丸める

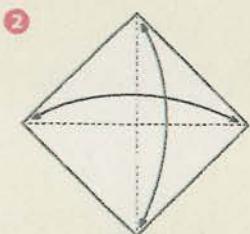
毛布のはしを丸めて、持ちやすくしておきます。



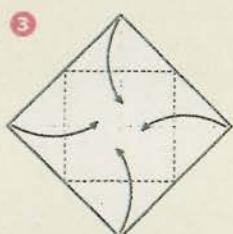
紙食器の作り方

★おかずボックスの作り方★

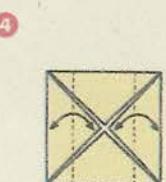
- ①新聞紙をまず正方形にする。



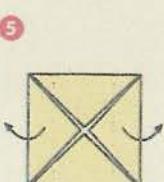
タテ・ヨコに半分に
折って、戻す。



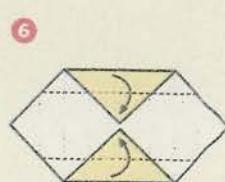
点線で前に折る。



折って戻して
折り目をつける。



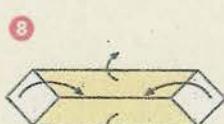
開く。



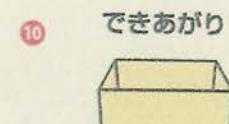
点線で前に折る。



折って戻して
折り目をつける。



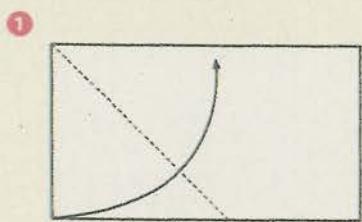
広げて、折り目に
そって折りたたむ。



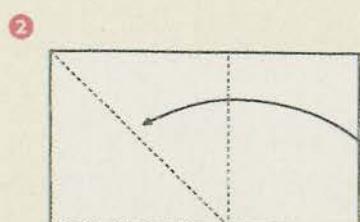
できあがり
ビニール袋をかぶせれば、
お味噌汁やスープも飲めます。

★こんな折り方もあります★

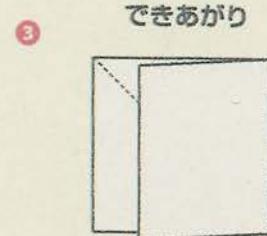
- ①新聞紙をまず正方形にする。



新聞紙を正方形に折る。

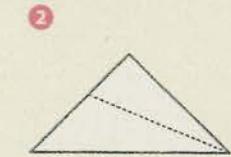
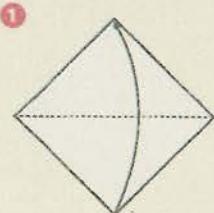


折った三角形を開く。

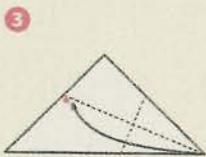


できあがり
三角形の折り目のはしに合わせ
て、新聞を四角形に折る。

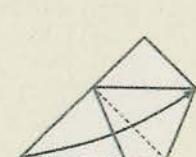
- ②①で作った正方形を使って、紙食器を折る。



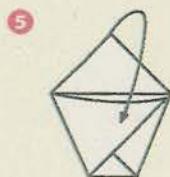
ふちとふちを合わせ、
折り筋をつける。



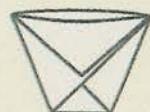
カドと印を合わせる
ようにする。



カドとカドを合わせる
ように折る。



うしろに折る。



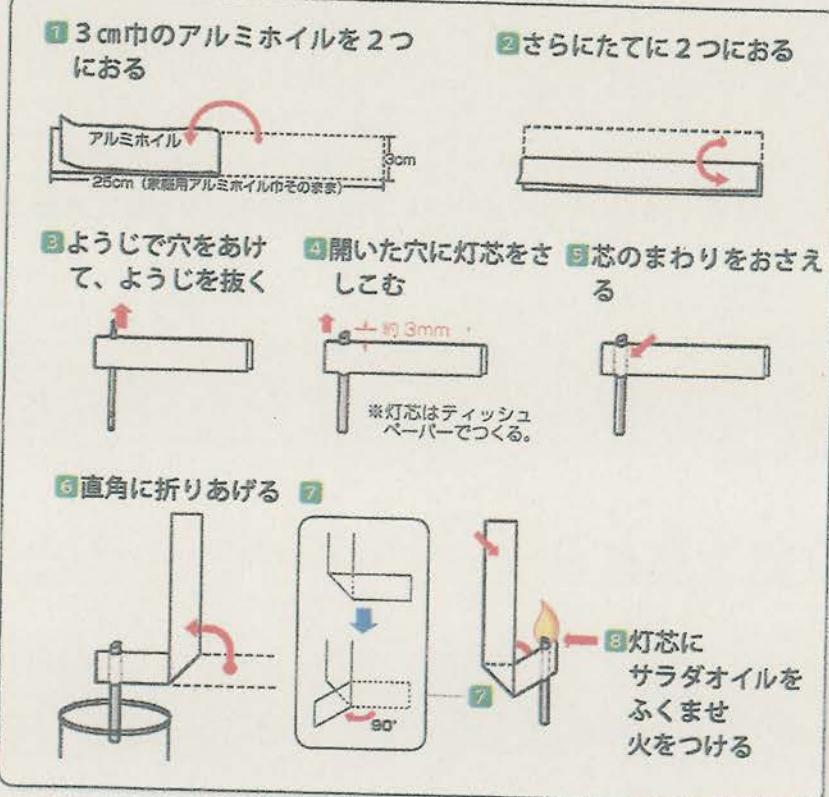
できあがり

食用油でランプをつくる

コップや空きびんと
食用油があれば
ランプができる！

材料は、サラダオイル（食用油なら可）、ティッシュペーパー、アルミホイル、ガラスのカップです。

使う油の量は3時間で5cc程度、つまり少量で長く灯し続けることができます。



■ 灯芯のつくり方



【こんな方法も】さいばしと大根がろうそく立てに

さいばしにろうそくをさし、アルミはくでまく。輪切りの大根につき立てればろうそく立てに。

※注意 火の取りあつかいには十分注意しましょう。

(出典) 財団法人市民防災研究所

資機材の説明

(あなたの町の資機材倉庫は
にあります)

使い道	名前	何にどうやって使うのか	写真
救出救助	バール	ドアやシャッターなどをこじ開けたり、てこの原理で物を持ち上げたりできます。	
救出救助	ジャッキ	重いものを持ち上げたり、すき間を広げるのに使用します。ゆか部分がしっかりして（かたく）ないと使用できません。	
救出救助	とび口	トタン屋根やかべ板などをこわすときに使用します。板状のガレキなどを取り除くときにも使えます。	
救出救助	ハンマー	ブロックベいなどをこわすのに使います。重いので使う時には注意が必要です。	
消防	バケツ	バケツリレーなどにも使用します。	
救出救助	のこぎり	折りたたみ式のものは、けい帯に便利で、せまい場所での作業が便利です。	
救出救助	つるはし	かたい地面をほり起こしたり、かべなどにあなを開けるときに使用します。	
救出救助	ボルトクリッパー	コンクリートのかべやブロックベいには、中に鉄金（鉄できた太い針金）が入っています。この中の鉄金を切だんするときに使用します。	
搬送	たんか	ケガ人などをはん送する時に使用します。なにもないときには折りたたんだり、まいたりしてしまることができます。	
消防	小型動力ポンプ	防火水そうの他、川や池など自然の水を使って消火できます。訓練では訓練用の水そうと組み合わせて水を出します。ホースやつつ先などと共に使います。	

この他にもたくさんあります。あなたの住んでいる所では、どんな資機材がどこにありますか？調べてみましょう。

災害用伝言ダイヤル「171」

どんなときに使うの? ☎

地震などが発生すると、無事かどうか確認するためたくさんの電話が使われます。すると、電話が使えない状態が続きます。阪神・淡路大震災のときには、5日間くらい使えない状態が続きました。

そのためNTTでは、地震など災害が発生したときに使える伝言ダイヤルサービスを平成10年から開始しました。震度6弱以上の地震や火山の噴火など、たくさん的人が電話を使い、つながりにくくなりそうなとき、NTTが伝言ダイヤルを使えるように設定します(普段なにもないときにはこのサービスは実施していません)。

ただし、使い方などを体験できるよう、毎月1日やお正月、防災週間(8月30日～9月5日)などの日に利用することができますので、家族で使い方などを体験してみてください。

使い方 ☎

- ①「171」に電話します。「忘れてイナイ?」と覚えましょう。
- ②自動的に音声案内が流れますので、案内にしたがいます。



録音する場合

「171」にダイヤルする。



「1」をプッシュする。



自分の家の電話番号をダイヤルする。

例) 012-345-6789



音声案内にしたがって録音する。

例) もも子です。わたしは無事です。近くの
小学校に避難しています。

※録音時間は30秒



音声案内にしたがって電話を切る。

再生する場合

「171」にダイヤルする。



「2」をプッシュする。



自分の家の電話番号をダイヤルする。

例) 012-345-6789



音声案内にしたがって再生する。

例) もも子です。わたしは無事です。近くの
小学校に避難しています。

※くり返して聞くこともできます

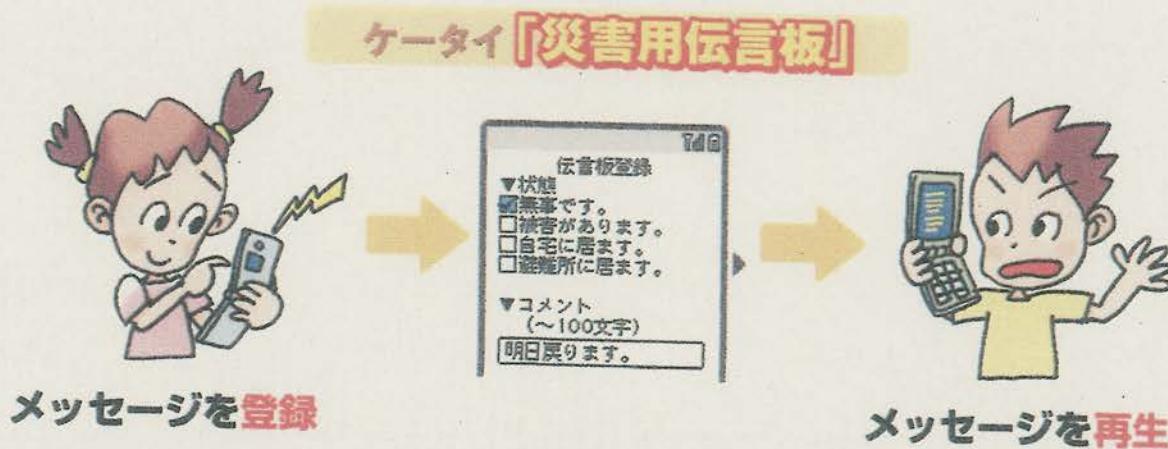


音声案内にしたがって電話を切る。

携帯電話の「災害用伝言板」

大規模な災害が発生した場合、NTT ドコモ、au、SoftBank、WILLCOM、イー・モバイルでは、「災害用伝言板」を使うことができ、自らの安否やコメントを登録することができます。登録された伝言は、インターネット接続が可能なパソコンや他社の携帯・PHS からも、下記のURLで参照できます。

[NTT ドコモ] <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
[au] <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
[SoftBank] <http://dengon.softbank.ne.jp/>
[WILLCOM] <http://dengon.clubh.ne.jp> (WILLCOMからのアクセス)
<http://dengon.willcom-inc.com> (他社携帯からのアクセス)
[イー・モバイル] <http://dengon.emnet.ne.jp/>



④関連資料

防災○×クイズ集

- 子どもの発達過程に応じて、子どもでも分かる表現で出題・解説を行ってください。
- 種別は、「消防・火事・地震・風水害・救急」に分かれています。
- 対象種別の「全」は全ての方を対象に実施できる問題、「低」は小学校高学年以上には簡単すぎる問題、対象「高」は小学校高学年以上でなければ難しい問題となっています。

問題	正解	解説	学年	種別
なまづは地震の予知能力がある。	?	非常に弱い地震を感じて暴れているとも言われていますが…	全	練習問題
119番通報は近くの消防署につながる。	×	119番は消防局や消防本部にある消防管制室につながります。	全	消防
消防署は日曜日は休みである。	×	消防署は休みなく災害に備えています。	全	消防
消防車、救急車は急いでいるから、どれだけスピードを出してよい。	×	消防車などの緊急車両は一般道では時速80キロが制限速度となっています。	全	消防
消防車から放水する水は最大で約40m飛ぶ。	○	平行に放水して20m以上、角度をつけて一番飛ぶように放水した場合には40m飛びます。 (但し、条件による)	全	消防
消防車を呼ぶ電話番号と救急車を呼ぶ電話番号は同じである。	○	同じく「119」番です。 最初は112番（昭和元年まで）でした。	全	消防
消防栓に使うための消火栓（消火用のホースをつなげて使用する、消火用の水が出るところ）の水は、みんなの家で使っている水と同じである。	○	同じ上水道を使っています。このため、火災等により消火栓（消火用のホースをつなげて使用する、消火用の水が出るところ）を使用した場合に近隣住宅等に影響が出る場合があります。	全	消防
消防署で出動指令（命令）を受けてから、約1分で出動が可能である。	○	内容や条件にもあります。	高	消防
コンセントにほこりがたると火災になる危険がある。	○	コンセントにほこりがたると、それが原因で火災になる可能性があります。	全	火事
ごみステーションにごみを出すのは前日でもいい。	×	前日にごみを出すと放火されたり、ごみが荒らされたりしますので、当日の朝に出しましょう。	全	火事
火災の発生をなるべく早く気づかせるための「火災警報器」は、大きなビルだけでなく、みんなの家にもつけなくてはいけない。	○	「住宅用火災警報器」は法令で設置が義務付けられています。	全	火事
火災や地震が発生して逃げるときにはエレベーターで避難してはいけない。	○	停電などでエレベーターが停止して閉じ込められる可能性があります。階段で避難しましょう。	全	火事

問題	正解	解説	学年	種別
学校にいるときに火災が発生した場合は、早く逃げることが重要なので、走って逃げる。	×	校舎内で大勢の人が避難する場合には、走って逃げると転倒してしまうなど大変危険です。落ち着いて避難しましょう。	低	火事
消火器の粉が出る時間は約13秒である。	○	消火器の大きさにもよりますが、概ね10~15秒程度です。	高	火事
消火器で消火を行うときには、風上から消火する。	○	風上から消火すれば煙を吸う危険も少なくなり、視界も良好です。	高	火事
地震が発生したときには、絶対に火を止めることを優先する。	×	まずは自分の身を守るために、机の下に潜ったり、頭を守ったりしましょう。無理に火を消すのは危険です。	全	地震
海の近くで大きな地震を感じた。揺れがおさまっても、危険なので、その場でじっとしておいたほうがよい。	×	地震のあとには津波が来る可能性があります。海のそばからすぐに離れ、高いところに避難しましょう。	全	地震
津波の進む速さは海の深いところほど速くなりますが、速いときには飛行機より速く進む。	○	時速約800キロで進む場合があります。	全	地震
日本は地震が少ない国である。	×	世界で発生する20%以上の地震（マグニチュード6以上）が日本で発生しています。	低	地震
地震が起きたときに「ひなんリュック」を用意しておくとよいが、とにかくたくさん入れておいたほうが安心である。	×	持ち運べないと意味がありません。「かさばらない」「日持ちする」ことが重要です。	低	地震
地震が発生した場合には、うわさ話にしつかり耳を傾ける。	×	うわさ話は憶測やデマの可能性があります。ラジオ等で正確な情報が聞けるように、準備しておきましょう。	高	地震
地震が発生すると、その後に津波が発生する。この「津波」は英語でも「ツナミ」という。	○	残念なことに、日本ではこれまでにたくさんの津波被害にあつたため、「ツナミ」が世界的に有名になりました。それだけ地震が多い国です。しつかり備えておきましょう。	高	地震
平成7年に起きた、阪神・淡路大震災では、ガソリンスタンドが大きな被害を受け、火災が発生した。	×	阪神・淡路大震災にはガソリンスタンドの倒壊はほとんどありませんでした。また、危険物を貯蔵しているので、燃え広がりにくい構造となっています。	高	地震
平成7年に起きた、阪神・淡路大震災では崩れた建物から助けられた人のほとんどが、消防や警察、自衛隊などに助けられた。	×	7割以上の人人が近隣住民等により助けられました。日ごろからの地域とのつながりが重要です。	高	地震
小学校は、災害時の避難所になっている。	○	小学校が市町村が指定する避難所となっている場合、さまざまな備えがあります。（備蓄食糧、備蓄毛布、仮設トイレ、給水設備など）	高	地震
地震のあと、家が停電し、崩れる危険があるので避難する。このとき電気のブレーカーは切っておいたほうが良い。	○	停電が復旧した場合に、損傷した電気器具から火災が発生する場合があります。	高	地震
地震などの大きな災害時には電話が通じなくなる。このとき、別の場所の人と連絡をとるための「災害用伝言ダイヤル」の番号は、117である。	×	正解は117です。117は時刻を聞く番号です。毎月1日の体験可能日に一度練習してみましょう。	高	地震
地震の揺れの大きさを表すのは「マグニチュード」である。	×	「震度」です。「マグニチュード」は地震のエネルギーの大きさを表す単位です。	高	地震

問題	正解	解説	学年	種別
川で遊んでいると、少し雨が降ってきた。小雨ならまだ大丈夫である。	×	川の増水は急激に起こります。少しでも雨が降つたらすぐに川から上がり、河川敷から離れましょう。	全	風水害
大雨や台風は地震と同じく、事前に災害を予測することはできない。	×	テレビやラジオの天気予報などで、ある程度は予測が可能です。悪天候が予想される場合は事前にしっかり情報収集し、安全に過ごしましょう。	全	風水害
大雨が降って危険なので、丈夫な地下街に避難する。	×	地下街は雨水が流れ込むことがあるため危険です。	全	風水害
遊んでいる川の付近は雨が降っていないが、山が黒い雲に覆われているので、川遊びをやめた。	○	川の上流で大雨が降ると、下流で急激に増水するときがあります。自分がいる場所で雨が降っていないなくても、天候等には十分注意しましょう。	全	風水害
公園で遊んでいると、雷が鳴り、大雨が降り出したので、大きな木の下で雨宿りをした。	×	雷は高い場所に落ちる可能性が高いので、木の下は危険です。建物内や車の中に避難しましょう。	全	風水害
警報は注意報よりも危険である。	○	そのとおりです。しかし注意報が発令された場合にも気象状況等には十分に注意しましょう。	低	風水害
雨が降り始めてから、川の水が増水するまでには、約1時間かかる。	×	急激に増水することもあります。川にいるときに雨が降つたら、川から離れて安全な場所に避難しましょう。	高	風水害
町の中で人が突然倒れた。動かすと良くないので、何もせずに様子をみておいた。	×	近くの大人に知らせたり、119番通報したり、状況によっては応急処置を実施するなど「できること」を考えましょう。	全	救急
救急車を呼んだとき、救急車が来るまでは何もしてはいけない。	×	呼吸をしていない場合は人工呼吸を実施するなど、救急車が来るまでの処置が命を救う場合があります。	全	救急
熱湯でやけどをした人がいたので、すぐに服を脱がせてあげた。	×	やけどをした場合、服を脱がせると皮膚がはがれる可能性があります。すぐに流水で流すなどして速やかに病院にいきましょう。状況によっては119通報をしましょう。	全	救急
救急車を呼んで病院に行ったほうが、早く診てもらえる。	×	医師や看護師の判断で優先順位が決められます。必ずしも早く診断が受けられるわけではありません。	全	救急
AEDとは、人工呼吸をする機械である。	×	心臓が停止したときに、電気ショックを与え、心拍を再開させる機械です。	全	救急
AEDは、医師や救急隊員しか使用できない。	×	一般の方でも使用可能です。使用方法についての講習を受けましょう。	全	救急
近くで人がはねられた。すぐに近くにいて応急処置をしてあげた。	×	まずは自分の身を守るために、周囲の状況を確認し、安全な場所で処置を行いましょう。また、血液などからの感染防止にも気をつけましょう。	全	救急

正しく伝えましょう



あなたは目撃者です。近くに大人の人はいません。
119番に通報しましょう。

1



あなたのお家です。(こんなことにならないよう注意しましょう。今日は訓練です。)

2



あなたの小学校のすぐ近くのお家です。すぐ横には家が並んで建っています。(人はいないうえです。)

3



お友だちが車に当たってケガをして歩けません。

4



意識がない人。

資料 1B-3(1)

[指導者用]

【火災編】

通報（管制係員役）対応要領例

(1)



(2)



管制係員役	通報者返答例
※電話がかかってきたら 「119番消防です。火事ですか？救急ですか？」	「火事です」
「何が燃えていますか？」	「○○が燃えています」
「場所はどこですか？」	(お家の住所・小学校の住所などを言ってもらう)
※場所がいえない場合 「近くになにか目標になる建物はありますか？」	「小学校があります」など
「あなたのお名前を教えてください」	「○○です」
「あなたの電話番号を教えてください」	「○○○-○○○○○です」
「分かりました。すぐに消防車を出動させます。 危険ならば安全な場所に避難してください」	「はい」
※電話を切る	※電話を切る
※オプション	
「近くに大人の人はいませんか？」 ※いるなら「すぐに大人の人に知らせて ください」	「いません」「います」「はい」
※(2)の場合「家のどこが燃えていますか？」	「家の2階が燃えています」
※(2)の場合「逃げ遅れた人はいませんか？」	「はいいません」「わかりません」
※(1)の場合「お家に弟さんや妹さんはいます か？」※いるなら「一緒に連れて逃げてください」	「いません」「います」「はい」
※なにも言えないなど、困っているようなら 誘導してあげてください。	

【救急編】

通報（管制係員役）対応要領例

(3)



(4)



管制係員役	通報者返答例
※電話がかかってきたら 「119番消防です。火事ですか？救急ですか？」	「救急です」
「救急ですね？どうされましたか？」	「友だちが車に当たりました」
「場所はどこですか？」	(適当な住所を言う)
※場所がいえない場合 「近くになにか目標になる建物はありますか？」	「工場があります」
「あなたのお名前を教えてください」	「○○です」
「あなたの電話番号を教えてください」	「○○○-○○○○○です」
「分かりました。すぐに救急車を出動させます。 救急車が来たら誘導してください」	「はい」
※電話を切る	※電話を切る
※オプション	
「ケガした方は意識はありますか？」	「あります」
「交通事故はどのような事故ですか？」	「車と人です」
「相手の車はどんな車ですか？トラックですか？」	「普通の乗用車です」
「他にケガをした人はいませんか？」	「はい、いません」
※なにも言えないなど、困っているようなら 誘導してあげてください。	

平成 28 年 4 月

杵築市防災土活動マニュアル作成部会

作成部会メンバー 富田 真也、岩瀬 幹彦、田中 寛美