

今すぐできる地震対策

地震によって建物が倒壊しない場合でも、大きな家具の転倒やガラスの飛散などにより、ケガをしたり、閉じ込められたりするおそれがあるので、今すぐ地震対策をしましょう。

<p>収納に工夫を</p> <ul style="list-style-type: none"> ●タンスや本棚などにものを入れる場合は、重いものは下に、軽いものは上に収納するようにしましょう。 ●本棚は隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。 	<p>耐震金具の利用を</p> <p>転倒防止金具 壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと、天井などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって使い分けましょう。</p> <p>重ね留め用金具 重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぎましょう。</p>
<p>照明器具の補強を</p> <ul style="list-style-type: none"> ●吊り下げ式蛍光灯は、チェーンなどで止めておきましょう。 	<p>扉・引き出し開放防止金具 地震発生時に、扉・引き出しが開かないように固定しましょう。さらに、収納物の落下を防止するために棚板にふきんを敷いたり、木や金属棒などで飛び出し防止枠をつけると安心です。</p>
<p>置き方に工夫を</p> <ul style="list-style-type: none"> ●家具の下部の前方に転倒を防止するための板などを入れ、壁にもたれ気味にしましょう。 ●出入口や通路には、なるべく荷物を置かないようにしましょう。 ●就寝場所には基本的に大きな家具を置かないようにしましょう。 <p>地震のときに家具などが倒れて避難経路をふさがないように配置を工夫しましょう。</p> <p>正しい配置</p>	<p>手近な取り出しやすい所に運動靴などを用意しておくと、災害時の足のケガを防止できます。</p>
<p>ガラスの飛散防止を</p> <ul style="list-style-type: none"> ●割れたガラスが飛び散るのを防ぐため、ガラス飛散防止フィルムを貼りましょう。 	

緊急地震速報を見聞きしたら…

「緊急地震速報」は、地震によって大きな被害が出ると予想される地域を対象に、揺れが始まる前にテレビ・ラジオ・防災行政無線や携帯電話(対応機種)などからみなさんに伝えられます。この「緊急地震速報」を見聞きしてから数秒～数十秒後に強い揺れが始まりますので、この間に身を守るための行動をとる必要があります。ただし、震源域に近い地域では「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。

<p>家庭では…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。 ●あわてて外へ飛び出さない。 ●無理に火を消そうとしない。 	<p>屋外では…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ブロック塀の倒壊等に注意する。 ●看板や割れたガラスの落下に注意し、丈夫なビルのそばであれば、ビルの中に避難する。 	<p>人がおおぜいいる施設では…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●施設の係員の指示に従う。 ●落ち着いて行動する。 ●あわてて出口に走り出さない。
<p>自動車運転中は…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●あわててブレーキをかけない。 ●ハザードランプを点灯し、路肩にゆっくり停止する。 	<p>鉄道やバスでは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●つり革や手すりにしっかりつかまる。 <p>山やがけ付近では…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●落石やがけ崩れに注意する。 	<p>エレベーターでは…</p> <ul style="list-style-type: none"> ●最寄りの階で停止させ、すぐに降りる。 <p>周囲の状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しよう</p>

津波避難のポイント

- ゆれたら** → 長く大きな揺れがおさまったら。高知県の想定では、南海トラフ地震の場合は揺れが2分半から3分程度続くとされています。
- とにかく** → 警報を待たず、身一つで! メガネ、薬、携帯ラジオ、懐中電灯など避難するのに必要なものは、すぐ持ち出せるようにしておきましょう。
- はしって** → 近くの高台へ早く逃げましょう。高台がない場合は、津波避難ビルに指定された高くて頑丈な建物など、可能な限り高いところへ避難しましょう。原則、車を使わず走って逃げてください。
- 戻らない** → 津波は繰り返し襲ってきます。安全なところに避難したら津波警報が解除されるまで戻らないようにしましょう。

時間差で発生する巨大地震に備えましょう

南海トラフ地震の発生可能性が通常と比べて相対的に高まったと評価された場合に気象庁から「南海トラフ地震臨時情報」が発表されます。

南海トラフ地震臨時情報	
巨大地震警戒	●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M8.0以上の地震が発生したと評価した場合
巨大地震注意	●南海トラフ地震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 ●想定震源域のプレート境界以外や、想定震源域の海溝軸外側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 ●ひずみ計等で有意な変化として捉えられる、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通常とは異なるゆっくりすべりが観測された場合

■臨時情報は地震の予測ではありませんので、発表されたとしても、後発の大規模地震が発生しないこともありますし、逆に、臨時情報が発表されずに大規模地震が発生することもあります。■地震対策は、突発的に発生する地震に備えることが基本です。臨時情報が発表されることとなった現在においても、それは変わりません。

臨時情報(巨大地震警戒)が発表された場合の防災対応

南海トラフ東側で地震発生			
防災対応	1週間まで	1週間～2週間	2週間以降
対象地域	巨大地震警戒 対応	巨大地震注意 対応	通常の生活に戻る
より内陸の地域	地震への備えを再確認する等、警戒レベルを上げて生活	地震への備えを再確認する等、警戒レベルを上げて生活	大規模地震発生の可能性がなくなったわけではないことに留意しつつ、地震の発生に注意しながら通常の生活を行う
高齢者等 事前避難対象地域	避難に時間を要する配慮が必要な方は避難(高齢者等)		
住民 事前避難対象地域	全住民避難(健常者を含む)		
海			