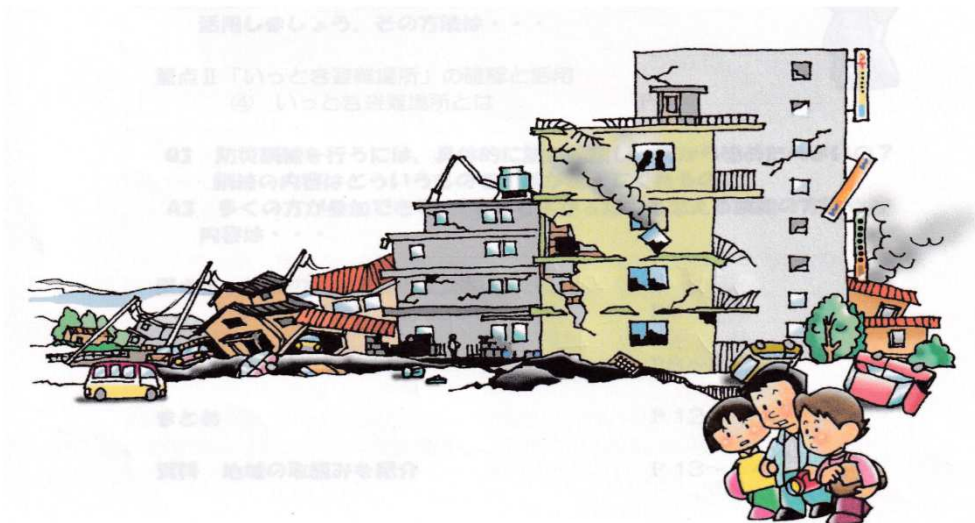


自主防災マニュアル

小嶺自治会用



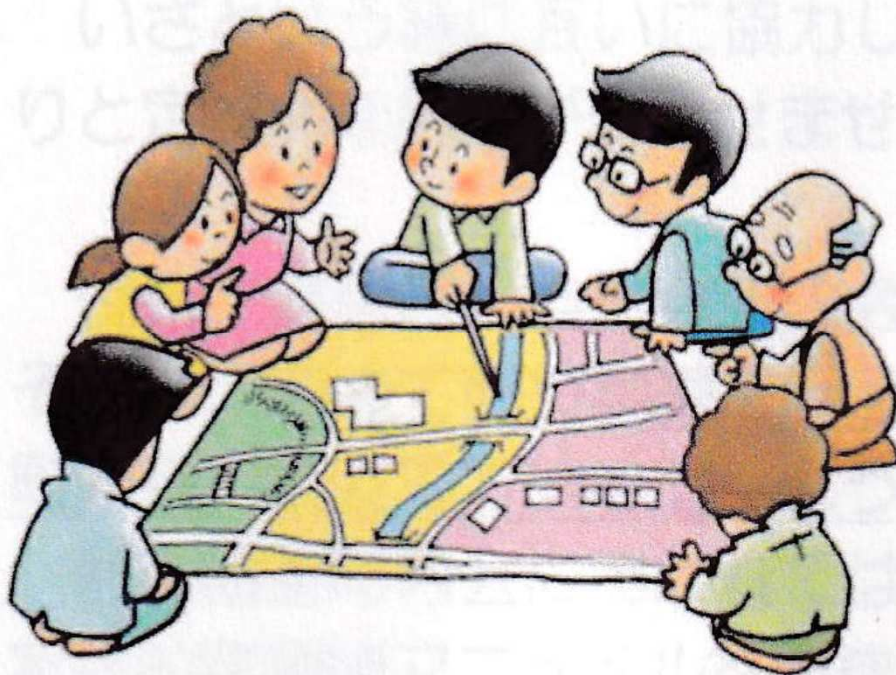
令和4年度版
豊田小嶺自治会

はじめに

これまで日本は、関東大震災、阪神淡路大震災、東日本大震災をはじめとして、各地で大きな震災が発生しています。そして平塚でも、近い将来、大きな地震が発生する危険性があると言われてい

ます。大きな災害に備え、安全な環境づくりを進めるには、家庭内での備えをはじめとして「自助」（各個人が身の安全確保する）に加え、となり近所の助け合いなどの、「共助」が必要です。では、実際に自治会の中で、災害時に1人での行動が出来ない災害弱者の方（高齢の方、障害のある方、妊産婦等）などを見守り、互いに助け合いながら、安全に避難するにはどうしたら良いのでしょうか？いざという時に互いに協力しあえるようにするには、日頃からのつながりと定期的な訓練、そして各一人々が災害に対しての備えを意識し行動するようにしなければならないと思います。

そこで、今回豊田小嶺自治会として地区の皆さんが自助・共助の視点から日頃から確認しておくため、平塚市等の地震対策に関する資料を抜粋し整理してみました。ご一読いただき「いざ地震」という時のためにお役立ていただければ幸いです。

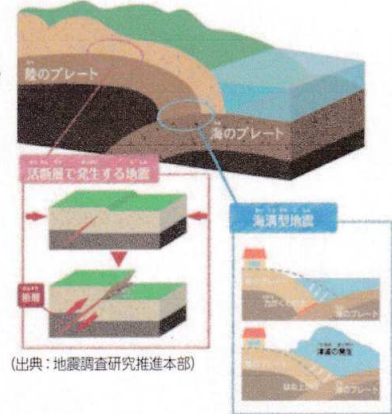


緊急地震速報を受信後、おおよそ数秒から数十秒後に揺れが来ます。特に地震発生の瞬間は気が動転し、適切な判断が難しくなることも考えられます。まずは落ち着いて安全な場所に避難しましょう。また、地震により、津波や土砂災害が発生することがあります。海岸付近や丘陵地にお住まいの方などは、地震に対する行動だけでなく、津波や土砂災害に対する行動も必ず考えておきましょう。

「海溝型地震」とは

海側のプレートが陸側のプレートの下に潜り込んで蓄積されたひずみが限界に達したとき、陸側のプレートが跳ね上がることで起きる地震です。

例) 南海トラフ巨大地震、東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)



「活断層型地震」とは

プレートの移動によって陸側のプレート内に出来た岩盤のずれ(断層)が生じて起きる地震です。

例) 都心南部直下地震、兵庫県南部地震(阪神・淡路大震災)

◆自宅の災害リスクを確認しよう(地震防災マップ)

実際に地震防災マップ、被災ハザードマップの裏面)を見て確認してみましょう。



(地震防災マップ・津波ハザードマップはこちら)

自宅はどの程度揺れるのか

震度階級の見方

震度階級	人の体感・行動	屋内の状況
7	立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。	固定していない家具のほとんどが移動し、倒れる。また、飛ぶこともある。
6強	立っていることができず、飛ばされることもある。	固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。

- ◎地図上で、自宅の場所に色は塗られている?
- ◎何色で塗られている?

(出典：震度階級関連解説表(気象庁))

日頃の備えが命を守る

けがや死亡の原因の多くが家具の転倒・落下によるものだとされています。また、大地震により火災が発生することもあります。

たとえ、大地震が発生したとしても家具の固定、感震ブレーカー、食器棚扉開き止め金具などを備えておくことで、けがや火災等の危険性は大きく下がります。

震度による揺れ方の目安

震度0	人は揺れを感じない。	震度5弱	大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。棚にある食器類や本が落ちることがある。
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5強	大半の人が物につかまらなさと歩くことが難しい。家具や自動販売機が倒れることがある。
震度2	屋内で静かにしている人の多くが、揺れを感じる。つり下がっている電灯等がわずかに揺れる。	震度6弱	立っていることが難しい。家具の大半が移動し倒れる物があり、窓ガラスが割れることがある。
震度3	屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。棚にある食器類は音をたてることもある。	震度6強	立っていられず、はわないと動くことができない。家具のほとんどが移動し、倒れる物が多くなる。
震度4	眠っている人のほとんどが目覚めます。部屋の不安定な置物が倒れることがある。電線が大きく揺れる。	震度7	揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。

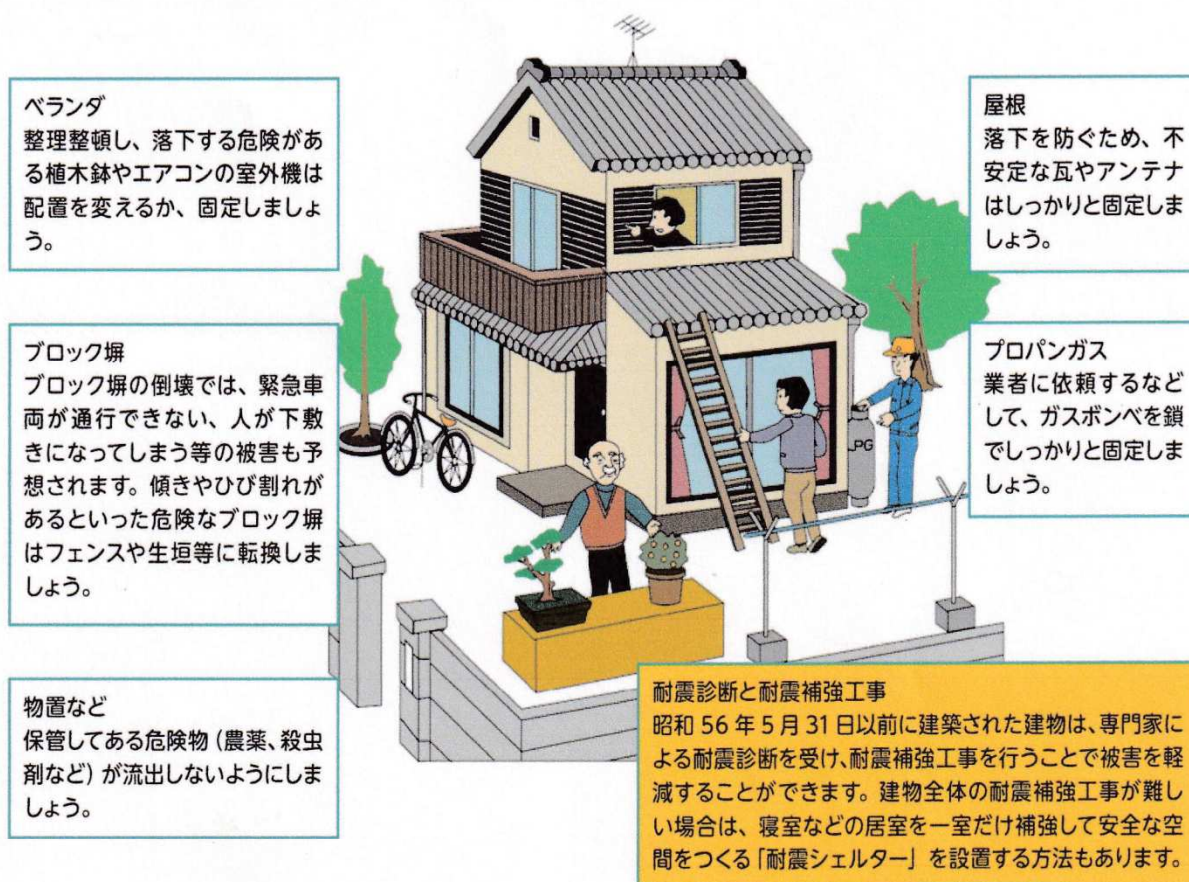
(「気象庁震度階級関連解説表」を参考に作成)

帰宅困難者

災害により鉄道や路線バスなどの公共交通機関の運行が停止すると、自宅に帰れない帰宅困難者が大量に発生します。帰宅困難者が一斉に徒歩帰宅を始めると、道路の混雑によって緊急輸送路が妨げられたり、集団転倒などが発生するおそれがあるため、企業などでは従業員を保護し、帰宅を抑制することが推奨されています。

◆今からできる地震対策！

室内だけでなく、自宅の周りでも対策をとっておきましょう。



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、固定しましょう。

屋根
落下を防ぐため、不安定な瓦やアンテナはしっかりと固定しましょう。

ブロック塀
ブロック塀の倒壊では、緊急車両が通行できない、人が下敷きになってしまう等の被害も予想されます。傾きやひび割れがあるといった危険なブロック塀はフェンスや生垣等に転換しましょう。

プロパンガス
業者に依頼するなどして、ガスボンベを鎖でしっかりと固定しましょう。

物置など
保管してある危険物（農薬、殺虫剤など）が流出ないようにしましょう。






耐震診断と耐震補強工事
昭和56年5月31日以前に建築された建物は、専門家による耐震診断を受け、耐震補強工事を行うことで被害を軽減することができます。建物全体の耐震補強工事が難しい場合は、寝室などの居室を一室だけ補強して安全な空間をつくる「耐震シェルター」を設置する方法もあります。

平塚市には次のような補助制度があります。

どのような状況？	制度内容
①耐震化の済んでいない木造住宅に住んでいる	木造住宅耐震化促進事業補助金制度 昭和56年5月31日以前に建築された一戸建て木造住宅の耐震診断、耐震補強設計、耐震補強工事の費用を補助します。
②家の前のブロック塀が今にも崩れそう	ブロック塀等倒壊予防策補助金制度 道路沿いにある一戸建て住宅の「危険なブロック塀等」の撤去費用を補助します。
③耐震化が済んでいない木造住宅の一部屋を耐震化したい	耐震シェルター設置推進事業補助金制度 寝室などの居室等の内側に鉄骨や木質系パネルにより囲む箱型の構造物で、居室自体に安全な空間を確保することができる「耐震シェルター」の費用を補助します。
④住んでいるマンションの耐震性を確認したい	マンション耐震化促進事業補助金制度 マンションの耐震診断・耐震改修の専門家をマンションの管理組合へ派遣します。分譲マンションの耐震診断費用を補助します。

補助を受けるための条件など、詳細については
建築指導課 ☎ 21-9731 [直通] へお問い合わせください。また市ウェブでもご覧いただけます。

こんな場所で地震が起きたら…

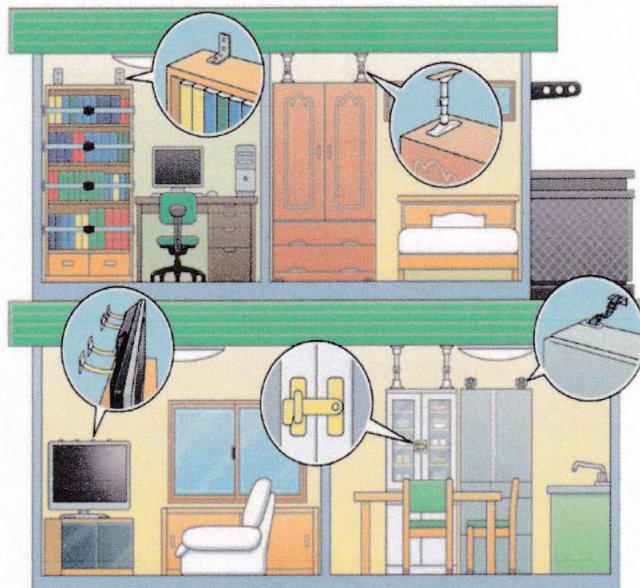
<p>◎エレベーターの中</p> <p>全ての階のボタンを押し、止まった階で降りる。閉じ込められた場合は、非常呼び出しボタンを押し、外部と連絡を取る。</p> 	<p>◎地下</p> <p>停電などによるパニックに注意。慌てて地上に出ようとせず、落ち着いて落下物から身を守り、柱や壁のそばで揺れが収まるのを待つ。</p> 	<p>◎路上</p> <p>立ち止まらず、窓ガラスや看板などの落下物から頭を守りながら、空き地や公園などへ避難する。</p> 
<p>◎車の運転中</p> <p>ゆっくりと道路の左側に車を停止させる。車から離れる場合は、車検証を持ち、鍵はつけたまま、ドアロックはかけない。</p> 	<p>◎海岸付近・山間部</p> <p>海岸付近にいた場合は、津波が発生するおそれがあるため、すぐに「遠くより高い」場所へ避難する。山間部にいた場合は、土砂災害が発生するおそれがあるため、すぐに斜面やがけから離れる。</p>	<p>◎電車・バス</p> <p>なるべく窓際から離れて、つり革や手すりにつかまり、落下物や急停車に備える。</p> 

◆今からできる地震対策！

地震での被害を減らすためには、日頃からの備えが大切です。家の中を点検してみましょう。

安全対策のポイント

- 本棚やタンス：なるべく壁面に接近させて置き、床側はストッパー、天井側はL字金具やポール式器具で固定する。
- 食器棚：扉が開かないよう金具を付けるなどして、食器が飛び出すのを防ぐ。
- テレビ：できるだけ低い位置に置いて、滑り止めマットを敷き、機器の裏側をワイヤーなどで壁やテレビボードに固定する。
- 窓ガラス：飛散防止フィルムを貼る。
- 寝室：布団やベッドの上に家具が倒れてこないような配置にする。停電に備えて懐中電灯や非常用ライトを備えておく。
- 出入口・通路：部屋の出入口や玄関までの通路に、倒れやすいものは置かない。いざという時に避難経路を塞ぐおそれがある。



(出典：政府広報オンライン)

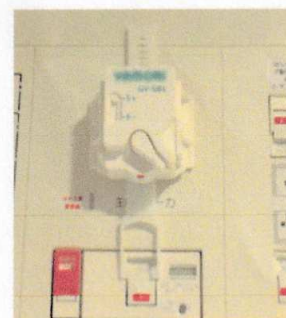
平塚市では、感震ブレーカー「簡易タイプ」の設置を推進しています！

感震ブレーカーとは、地震の発生時に大きな揺れを感知すると、ブレーカースイッチを遮断し、電気の供給を停止させるものです。取り付けは両面テープで貼り付けるだけで工事の必要はありません。避難などにより、自宅から離れている間に、電力供給が再開されても、取り残された電気器具を出火先とした火災を防ぐことができます。

感震ブレーカーの配布や申し込みについては、災害対策課（☎ 21-9734 [直通]）へお問い合わせください。また、市ウェブでもご確認いただけます。

夜間の照明確保

夜間に感震ブレーカーが作動すると、電気が消えて真っ暗になります。照明確保のために、停電時に作動する足元灯や懐中電灯などの照明器具を常備しましょう。



◆避難行動を考えよう

地震はいつ起こるか分かりません。自宅の災害リスク → 避難方法 → について、確認したことを踏まえ、突然の地震に備えるため、自分自身や家族がとるべき行動について、「いつ」「誰が」「何をするか」をあらかじめ時系列で整理した避難行動計画を考えましょう。地震発生時における行動のチェックリストとして、また、避難判断のサポートツールとして活用し、いざというときのために安全を確保しましょう。



～平常時（発災前）～

①家の中での安全対策

- 非常持ち出し品を準備し、持ち出しやすい場所に置く
- 家具を固定する
- 感震ブレーカーを設置する
- ガラス飛散防止をする
- 消火器を設置する
- 家を耐震化する

②ハザードマップでの確認事項

- 地震防災マップで災害リスクの確認
- 津波ハザードマップで災害リスクの確認
- 土砂災害ハザードマップで災害リスクの確認
- 避難先や避難経路の確認

～発災時～

①発災から避難開始までの注意事項

- 机の下に隠れて、身の安全確保を行い、慌てて外に飛び出さない（シェイクアウト）
- 家族の安否確認
- 津波警報の確認
- 非常持ち出し品の確認
- ガスの元栓を閉める
- ブレーカーを切る
- 戸締りをする

②自宅から一時避難場所に避難する際の注意事項

- すぐに土砂災害警戒区域外へ避難する（土砂災害警戒区域やその付近にいる場合）
- ※土砂災害のおそれがあるため、土砂災害警戒区域には戻らない
- ブロック塀や電柱等落下や倒壊の危険がある場所には近づかない

③一時避難場所で自主防災組織の活動に協力する（※自主防災組織については、31 ページ参照）

- 安否確認
- 初期消火
- 救助活動
- 応急手当
- 避難誘導

④在宅避難の可否確認（自宅の焼失や損壊がないか）

⇒在宅避難した場合

- 支援物資等の情報収集をする

⇒在宅避難できず、避難所に避難した場合

- 避難所運営活動に協力をする

⑤避難所運営活動に協力

- 情報収集
- 応急手当
- 環境整備
- 清掃
- 配慮を必要とする方（身体が不自由な方、外国人の方等）のサポート

◆避難方法を確認しよう

命を守ることが最優先。いざというときのために、避難方法を確認しておきましょう。

緊急地震速報

震度5弱以上の揺れが予想される場合、緊急地震速報が発表され、テレビ、ラジオ、携帯電話などでお知らせされます。

※震源に近い地域では速報が間に合わない場合があります。



地震発生!

揺れが
収まった!

避難に向けて、
隣近所や地域で
助け合い!



自宅が無事

自宅が損壊

自宅で生活が可能

自宅が損壊、またはそのおそれがない場合は、在宅避難をしましょう。

まずは身を守る!! (シェイクアウト)

自宅で地震が発生した場合、机の下などに潜り、揺れが収まるまで動かず、自分の身を守りましょう。

周囲の安全確認!!

- ◎室内に割れたガラスが散乱していないかを確認した後、火元の確認と消火、ブレーカーを遮断しましょう。
- ◎出口を確保しましょう。
- ◎土砂災害のおそれがあるため、土砂災害警戒区域外へ避難しましょう。

- ◎家族の安否確認方法
「家族防災会議を開こう」
- ◎非常持ち出し品の準備
「家庭で備蓄をしよう」

隣近所での助け合い

- ◎火災が発生した場合は、近所で協力して消火器等で初期消火を行いましょ。
- ◎近所の方の安否確認と救出救護を協力して行いましょう。

身の安全を確保できる場所へ! 地域での助け合い

- ◎一時避難場所(小嶺自治会館、小嶺公園)へ避難しましょう。
- ◎地域の自主防災組織と協力し、避難誘導や救出・救護活動を行いましょ。

安全に生活できる場所へ移動

自宅が損壊、またはそのおそれがある場合は、安全な親戚・知人宅や避難所等へ避難しましょう。避難所では、避難所ごとのルールを守り、避難者同士協力して生活しましょ。

避難施設(豊田小学校)へ避難しましょ。