

災害に備えて



NPO法人青森県防災士会

出典: 文部科学省研究開発局地震・防災研究課 青森市HP
農林水産省 地震調査研究本部 青森県防災危機管理局

次 第

- ・ 災害の種類
- ・ 青森県の活断層
- ・ 日本海溝沿いの地震活動
- ・ 災害（台風・大雨）の対応
- ・ 地震や津波から命を守るために
- ・ 避難所（公民館・市民センター）の状況は！
- ・ 水は1日にどれだけ必要？
- ・ 「自助」「共助」「公助」
- ・ どんな防災用品を備えるか
- ・ 災害から命を守る「避難三原則」
- ・ 避難情報

災害の種類

* 災害について大分類すると

「人為的災害」と「自然災害」に分類されます。

・「人為的災害」とは、日常災害(事故)等

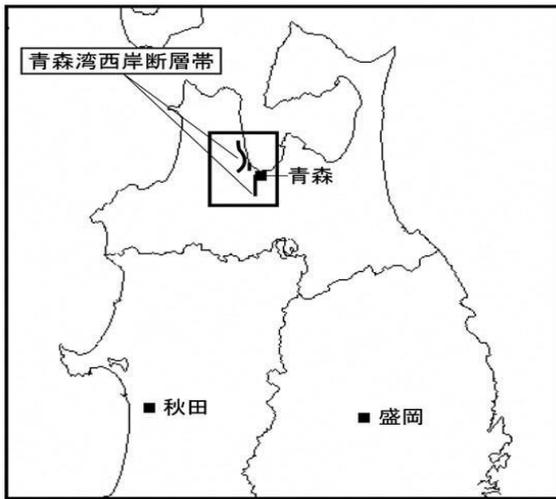
・「自然災害」とは、気象災害・地震・噴火等

○自然災害の対応はこれでいいということはない。最悪の状況を想定することによって対応の幅が広がる。

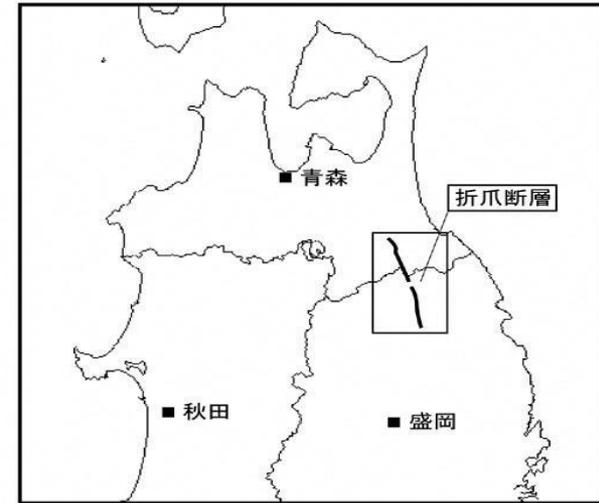
・台風・大雨・洪水については、事前に状況が把握できるので対応が可能です。

・地震・津波については想定を超える事態発生を想定することが必要。

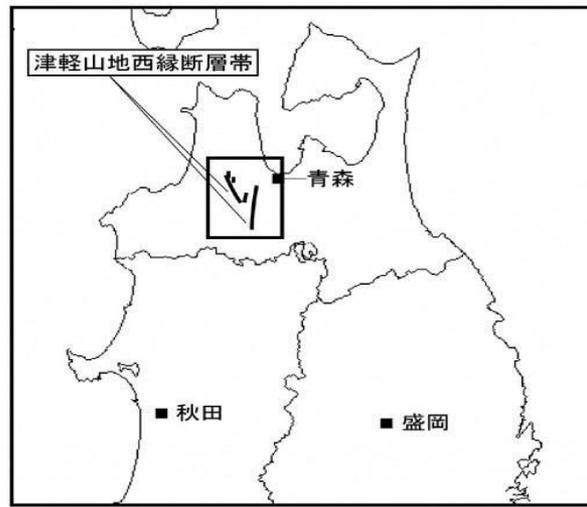
青森県の活断層



青森湾西岸断層帯の概略位置図

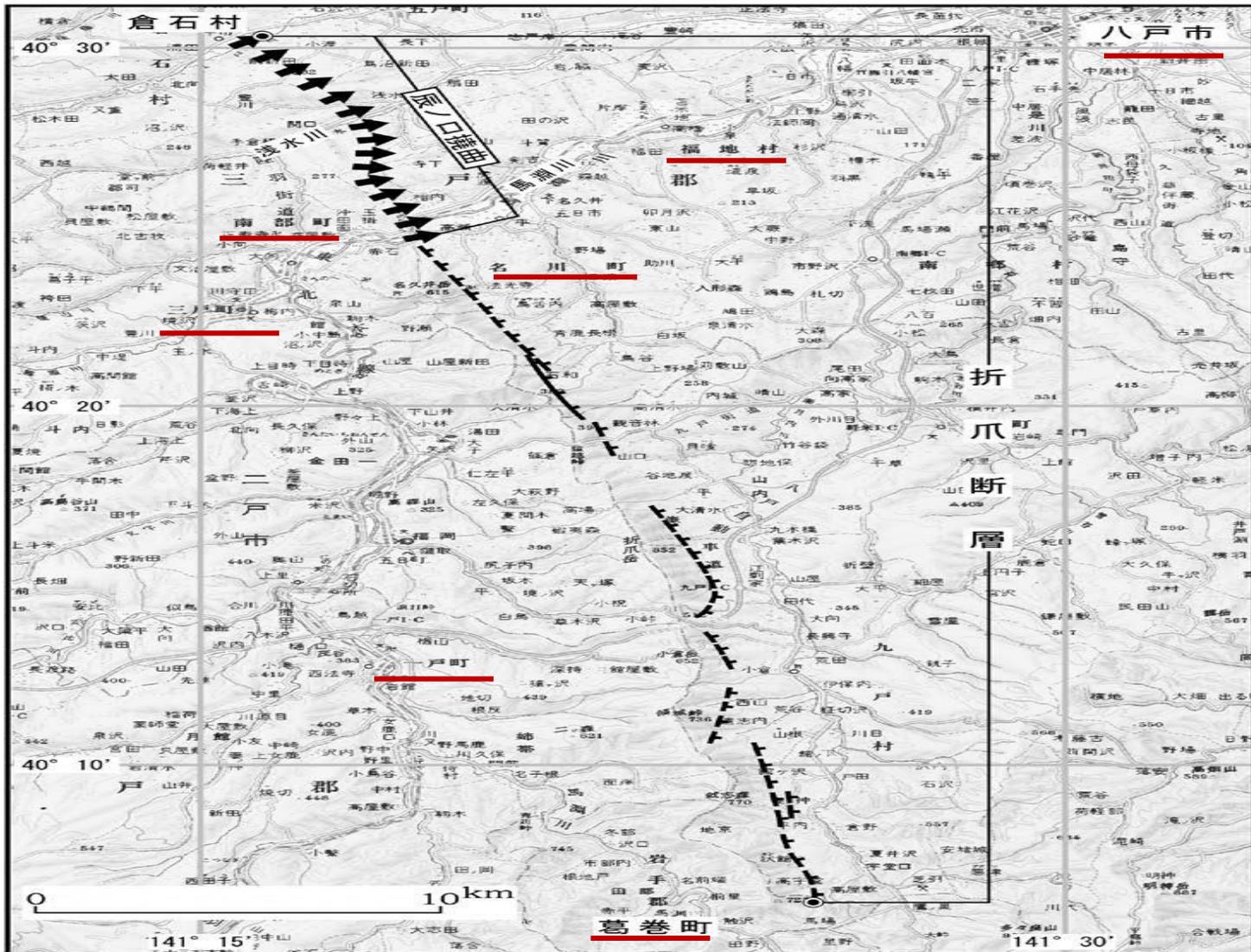


折爪断層の概略位置図



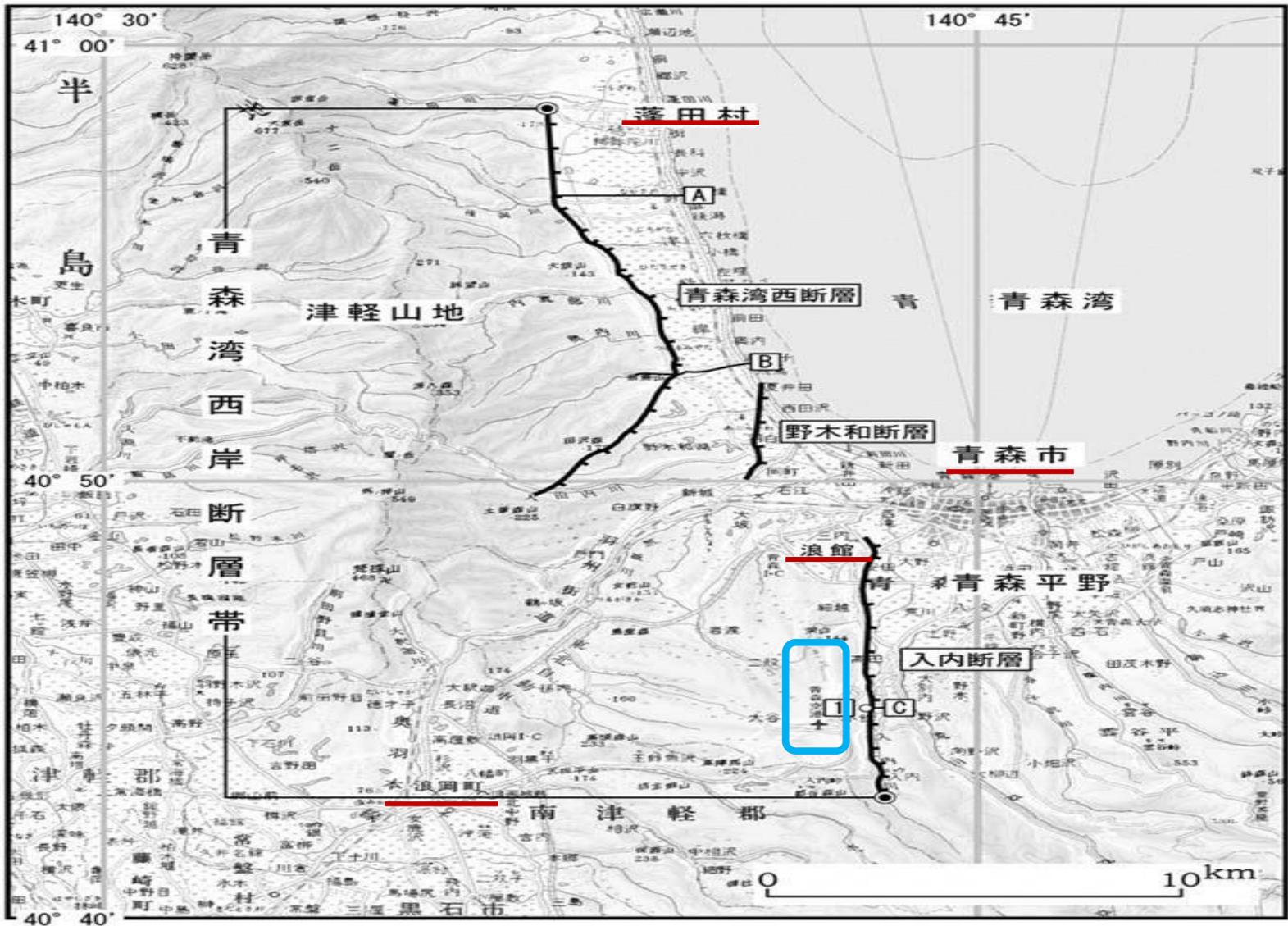
津軽山地西縁断層帯の概略位置図

折爪断層



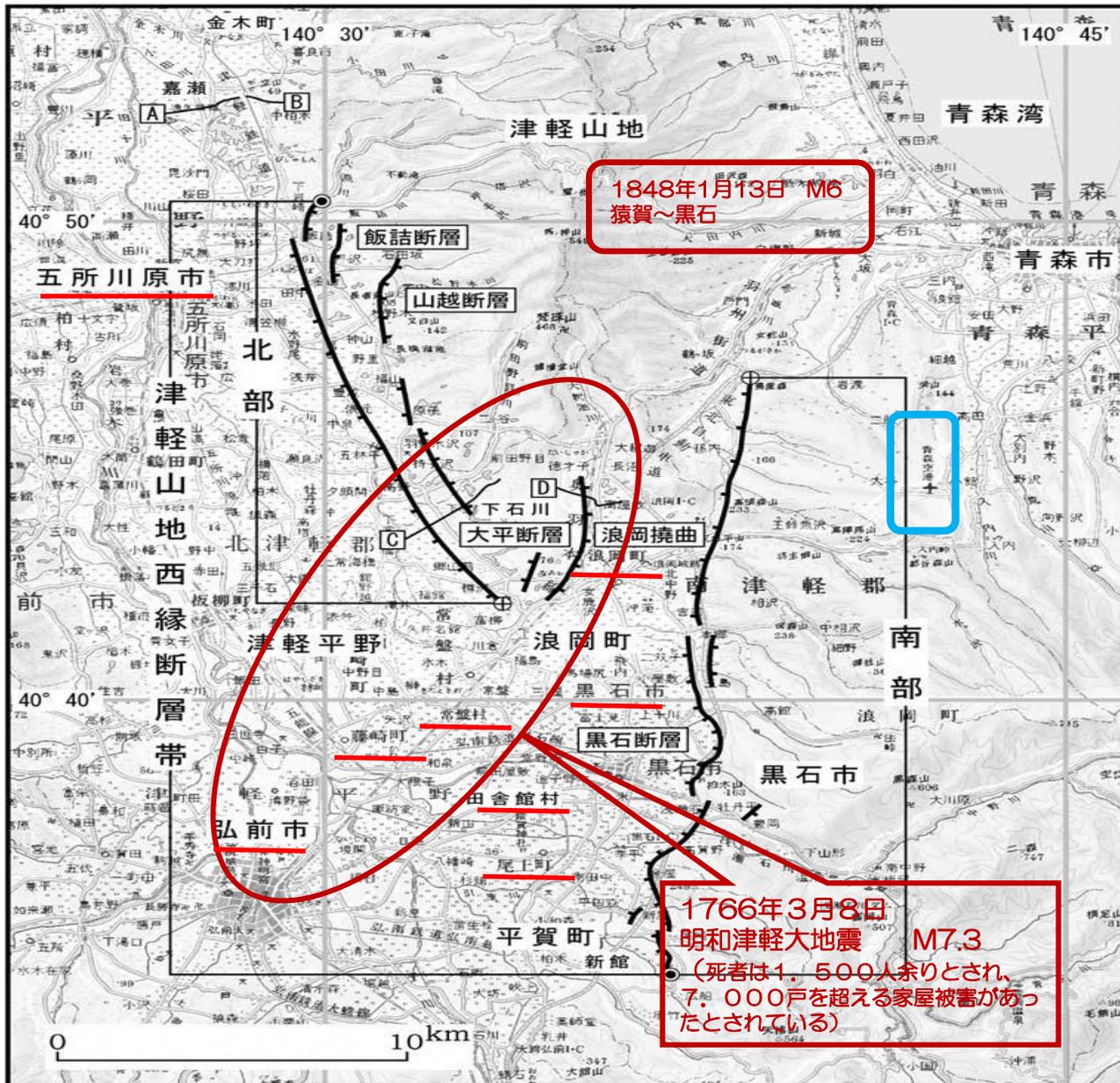
◎：断層の北端と南端
 折爪断層の位置は文献4による。ただし、辰ノ口撓曲については文献1による。
 基図は国土地理院発行数値地図200000「八戸」を使用。

青森湾西岸断層帯



1 : 小館地点 A-C : 反射法弾性波探査測線 (文献 1)
 ● : 断層帯の北端と南端
 活断層の位置は文献 2 に基づく。
 基図は国土地理院発行数値地図200000「青森」を使用。

津軽山地西縁断層帯



1848年1月13日 M6
猿賀～黒石

1766年3月8日
明和津軽大地震 M7.3
(死者は1,500人余りとされ、
7,000戸を超える家屋被害があっ
たとされている)

日本海溝沿いの地震活動の長期評価（平成31年2月26日）

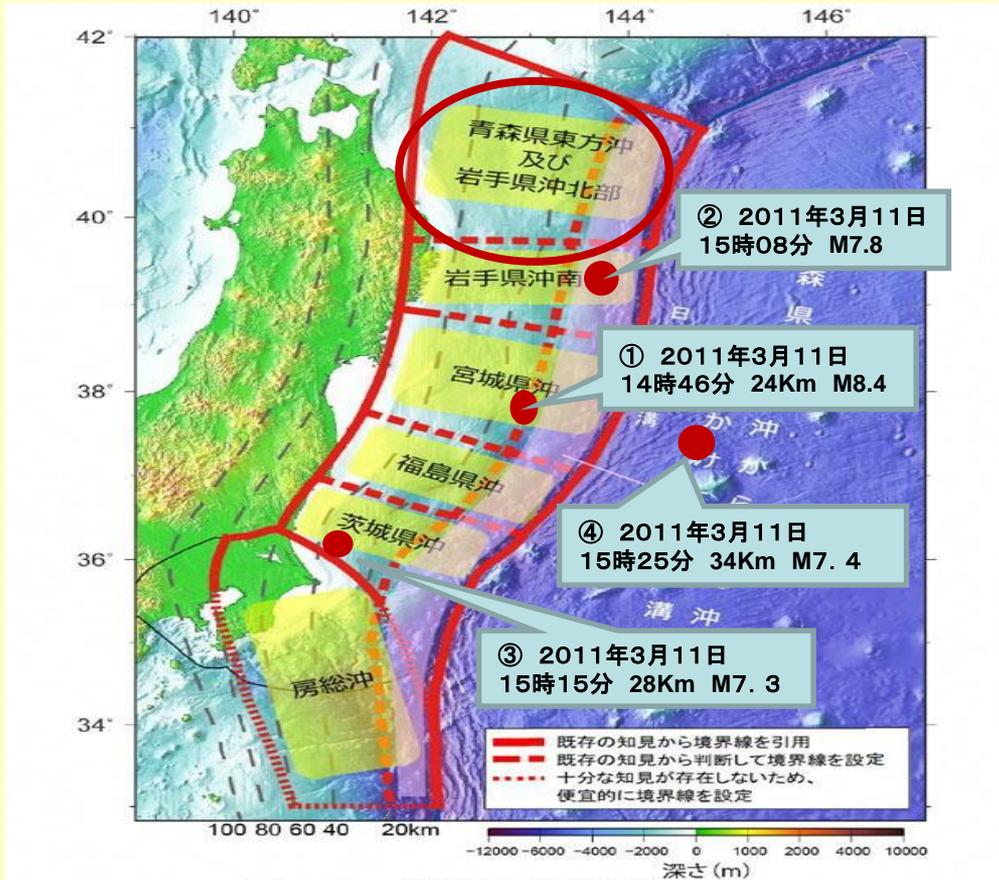


図1 プレート間地震の評価対象領域（赤枠）
プレート内地震は赤枠外で発生した地震も評価する。黒色実線は「相模トラフ沿いの地震活動の長期評価（第二版）」の評価対象領域。灰色破線は横田・他（2017）による太平洋プレート上面深さの等深線。

○青森県東方沖及び岩手県沖北部

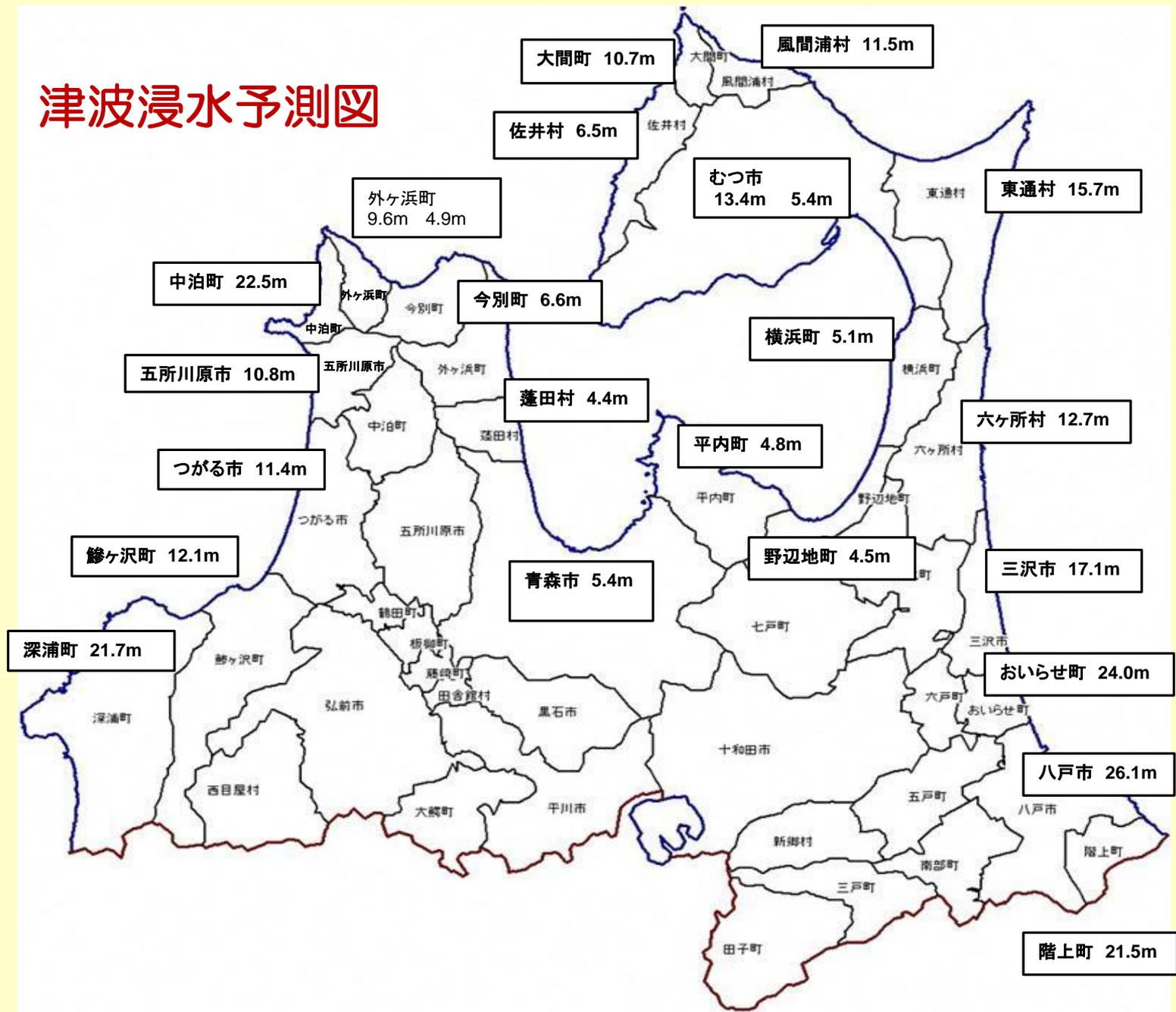
・将来の地震発生確率

今後10年以内の発生確率	70%程度
今後20年以内の発生確率	90%程度
今後30年以内の発生確率	90%程度以上
今後40年以内の発生確率	90%程度以上
今後50年以内の発生確率	90%程度以上

・地震の規模 M7.0~M7.5

*東北地方太平洋沖地震の余効すべりによる応力変化の影響で、当該地震が発生しやすくなったと考えられるため、発生確率はより高い可能性がある。

津波浸水予測図



災害(台風・大雨)の対応(1)

○住んでいる地区では、以前どのような災害があったか確認・把握しておくことも普段から必要!!

(ハザードマップ等の活用)

○台風・大雨等の情報は、天気予報で**事前**に把握可能である事。

* 大雨警報・洪水警報・土砂災害警戒警報



警戒レベル3

「高齢者等避難開始」

警戒レベル4

「避難指示(緊急)」

警戒レベル5

災害発生情報

「命を守る行動を」

災害(台風・大雨)の対応(2)

○洪水による氾濫、浸水等の可能性が出てきた場合

- ・避難は浸水する前が原則。
- ・水深が膝下を超えると安全な避難が困難であり、無理をせず屋内の高い場所へ移動。

○水深が膝下を超えている場合の避難。

- ・なが靴は履かない。
- ・棒を持ち足元を確かめながら移動。

(蓋の外れたマンホール、側溝に転落しないように)

地震や津波から命を守るため（1）

○地震発生時の注意点

・落ちてくるものに注意（例）

●蛍光灯 ●ガラス破片 ●看板

・動くものに注意（例）

●冷蔵庫 ●テレビ ●車

・倒れてくるものに注意（例）

●本箱 ●食器棚 ●タンス ●ブロック塀

○自分の身を守る。

・特に「頭」を保護する。

地震や津波から命を守るため（2）

○津波の場合

* 海岸で大きな揺れを感じたり、
津波警報を知ったとき

- ・海辺から離れてとにかく早く避難する
- ・高い所へ避難する

落ち着いて！

避難所(市民館・市民センター)の状況は！

○基本的に、備蓄物資は何もないと思ってください。

地区・地域により異なりますが、備蓄があったとしても避難者全員に配布できるかという問題が！

○避難所に避難する際は、最低 3日分 の食料等 が必要。

・食料 ・水(1人1日3リットル。500mlペットボトルの活用)

・防寒着 ・毛布 ・お菓子類

・薬(普段飲んでいるもの 一週間分、お薬手帳も)

・その他必要なもの等……非常持出袋へ

・**携帯トイレ**

・ホイッスル(笛)

etc

*災害が発生しライフラインが停止した時に一番必要なのは「トイレ」です。「トイレ」対策は万全に！！

水は1日にどれだけ必要?

◎1日に1人当たり飲料水として**最低限必要な量は、1リットル程度**です。

*飲料水として最低限必要な量は、体重1kgあたり15mlが一つの目安です。体重60kgの人であれば、 $15\text{ml} \times 60\text{kg} = 900\text{ml}$

◎ただし、調理に使用する水等の飲む以外の水も含めると、1日3リットル程度あれば安心です。また、湯せん、米や野菜、食器を洗ったりする水は、別途必要です。

「自助」「共助」「公助」とは

○「自助」

災害が発生した時に、自分自身の身の安全を守ること

○「共助」

地域やコミュニティといった周囲の人たちが協力して助け合うこと

○「公助」

市民、企業、自治体、防災機関等が協力して活動する

・ 災害の発生規模が大きければ大きいほど、公的な救援活動はすぐに期待できないことも多い。

どんな防災用品を備えるか

- * 防災用品は、様々な災害を想定すると必要と思われるものが際限なく増えてしまいます。
- * 「自助」のためにわが家で備える場合。家族構成、地域特性によって必要な物は変わります。非常持出袋は、**家族全員**の分を用意。（一人ひとり準備するものは違います）

「ポイント」

できる限り「**普段から使えるもの**」を揃える、あるいは「**普段から使うように心がける**」。

- * **非常時**には、すぐに持出しできるように。

災害から命を守る「避難三原則」(1)

(釜石市の津波防災教育)

- ・原則1: 想定にとらわれるな
「ハザードマップを信じるな」。
自分で状況判断を。
- ・原則2: その状況下で最善を尽くせ
「ここまで来たらもう大丈夫」と考える
のではなく**「その時できる最善の行動をとれ」**ということである。

災害から命を守る「避難三原則」(2)

(釜石市の津波防災教育)

・原則3: 率先避難者たれ

人間はいざというときに、なかなか「逃げる」という決断ができない。

例えば、

非常ベルがなっても逃げずに周りの様子を見てとどまっていることがほとんどである。

自分が「**率先避難者**」となり避難することにより、周囲もそれに同調して避難する。結果として皆の命を救うことになる。

避難情報(令和3年5月20日から)

警戒レベル

5	緊急安全確保
~警戒レベル4までに必ず避難~	
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)

注意点



この段階では災害が発生している場合も含むため、レベル4で避難が完了するように心がける。



高齢者だけでなく、健常者でも避難所が遠い場合や幼児等避難時間がかかる家族がいる場合は避難。それ以外の住民は避難の準備を行う。

◆避難所はどんなところ？

- 発災直後から生活が始まる
- 仮設住宅ができるまで続く
(数週～数ヶ月間、半年以上に及ぶことも！)
- 元々が居住空間ではない
- 夏は暑く、冬は寒い
- プライバシーは無いに等しい

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、
災害時には、**危険な場所にいる人は
避難することが原則**です。

知っておくべき5つのポイント

- 避難とは[難]を[避]けること。
安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、小中学校・公民館だけではありません。**安全な親戚・知人宅に避難**することも考えてみましょう。
- **マスク・消毒液・体温計**が不足しています。できるだけ**自ら携行**して下さい。
- 市町村が指定する**避難場所、避難所が変更・増設**されている可能性があります。災害時には**市町村ホームページ**等で確認して下さい。
- 豪雨時の屋外の移動は**車も含め危険**です。やむをえず**車中泊**をする場合は、浸水しないよう**周囲の状況等を十分確認**して下さい。



ありがとうございました。

NPO法人青森県防災士会