

# 地震に備える

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。まずは落ち着いて身の安全を確保しましょう。地震はいつ起こるか分かりません。あらかじめ自身の災害リスクや避難行動を考えておくなど、事前の備えが大切です。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。

## ◆地震の基礎知識

### 「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

プレートの移動等によってプレート内に生じたひずみによりプレート内にずれ（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）

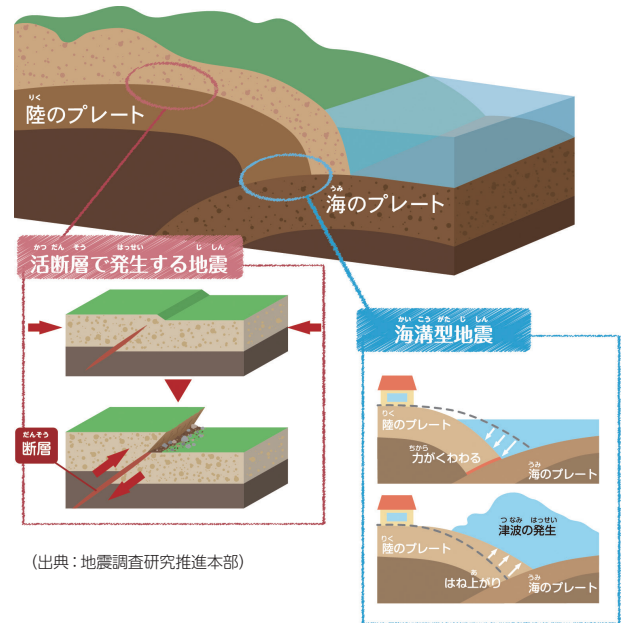
### 「南海トラフ地震」とは

静岡県沖から宮崎県沖に連なる一連の深海底の平坦な盆地（トラフ）一帯を震源とする地震で、おおむね 100 年から 150 年程度の周期で繰り返し起こっている地震です。

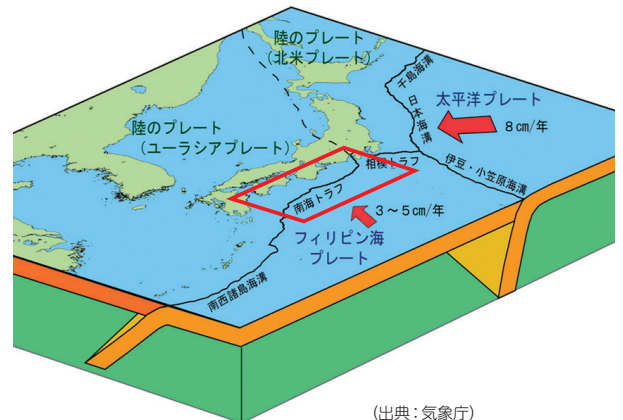
前回の南海トラフ地震（昭和東南海地震（昭和19年）及び南海地震（昭和21年））から 80 年近く経つので、次の地震に対する警戒が必要とされています。

南海トラフでは、ほぼ全域が震源となるマグニチュード 9 クラスの巨大地震（全割れ）のほか、一部エリアが震源となるマグニチュード 7～8 クラスの地震が先発（一部割れ、半割れ）し、その後数時間～数年後に後発地震が起こるといったパターンも過去に観測されています。

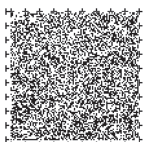
もし、一部割れや半割れの状態だと判断された場合は、気象庁から「南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）」や「（巨大地震警戒）」が発表され、後発地震への備えが呼び掛けられることになっています。



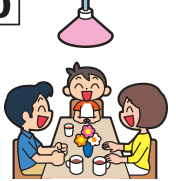

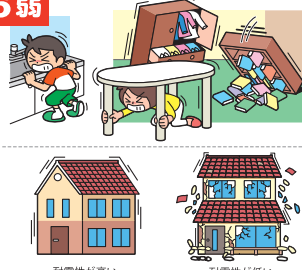




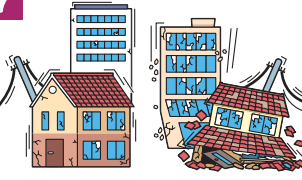
(出典：地震調査研究推進本部)



(出典：気象庁)






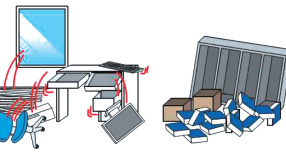
## 震度による揺れ方の目安

<p><b>0</b></p>  <p><b>【震度0】</b> 人は揺れを感じない。</p>	<p><b>4</b></p>  <p><b>【震度4】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ほとんどの人が驚く。</li> <li>●電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。</li> <li>●座りの悪い置物が、倒れることがある。</li> </ul>	<p><b>6弱</b></p>  <p><b>【震度6弱】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることが困難になる。</li> <li>●固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。</li> <li>●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。</li> <li>●耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。</li> </ul> <p>耐震性が高い      耐震性が低い</p>
<p><b>1</b></p>  <p><b>【震度1】</b> 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。</p>	<p><b>5弱</b></p>  <p><b>【震度5弱】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。</li> <li>●棚にある食器類や本が落ちることがある</li> <li>●固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。</li> </ul>	<p><b>6強</b></p>  <p><b>【震度6強】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●はわないと動くことができない。飛ばされることもある。</li> <li>●固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多い。</li> <li>●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが多い。</li> <li>●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。</li> </ul> <p>耐震性が高い      耐震性が低い</p>
<p><b>2</b></p>  <p><b>【震度2】</b> 屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。</p>	<p><b>5強</b></p>  <p><b>【震度5強】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●物につかまらなさと歩くことが難しい。</li> <li>●棚にある食器類や本で落ちるものが多い。</li> <li>●固定していない家具が倒れることがある。</li> <li>●補強されていないブロック塀が崩れることがある。</li> </ul>	<p><b>7</b></p>  <p><b>【震度7】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものがさらに多くなる。</li> <li>●耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。</li> <li>●耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多い。</li> </ul> <p>耐震性が高い      耐震性が低い</p>

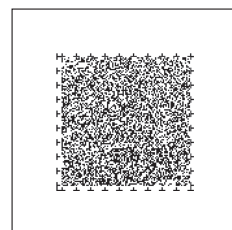
(出典：気象庁)

## 長周期地震動

大きな地震で生じる、周期（揺れが1往復するのにかかる時間）が長い大きな揺れのことをいいます。長周期地震動により、高層ビルは大きく長時間揺れ続けることがあります。また、遠くまで伝わりやすい性質があり、地震が発生した場所から数百 km は離れたところでも大きく長く揺れることがあります。長周期地震動による大きな揺れにより、家具類が倒れたり・落ちたりする危険に加え、大きく移動したりする危険があります。また、被害の程度から4段階に区分した揺れの大きさの指標を長周期地震動階級と言います。

<p><b>階級 1</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>●室内にいたほとんどの人が揺れを感じる。驚く人もいる。</li> <li>●ブラインドなど吊り下げものが大きく揺れる。</li> </ul>	<p><b>階級 2</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>●室内で大きな揺れを感じ、物につかまりたいと感じる。物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。</li> <li>●キャスター付きの家具類等がわずかに動く。棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。</li> </ul>	<p><b>階級 3</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることが困難になる。</li> <li>●キャスター付きの家具類等が大きく動く。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。</li> </ul>	<p><b>階級 4</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>●立っていることができません、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされる。</li> <li>●キャスター付きの家具類等が大きく動き、転倒するものがある。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。</li> </ul>
--	--	---	--

(出典：気象庁)



音声コード

# 地震に備える

## ◆災害リスクや避難方法を確認しよう

実際に地震防災マップ (津波ハザードマップの裏面) を見て確認してみましょう。



(地震防災マップはこちら)

### Check 1

#### 自宅等の災害リスクを確認

◎自宅等はどの程度揺れるのか。地震防災マップ上の色によって震度階級が分かります。

#### 耐震性の低い木造家屋は6弱～倒壊リスク大!

耐震化に関する補助制度は P18 へ



### Check 2

#### 避難方法を確認しよう

##### 緊急地震速報

最大震度5弱以上の揺れ・最大長周期地震動階級3以上を予想した場合、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

自宅が壊壊

#### 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。

(提供: 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議)

#### 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、電気のブレーカーを遮断し出口を確保しましょう。

#### 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う。  
◎近所の方の安否確認と無理のない範囲で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避難!

◎いっとき避難場所 (避難先の種類については、P28 へ) 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う。

#### 安全に生活できる場所へ移動

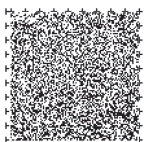
自宅が損壊、またはそのおそれがある場合は、安全な親戚・知人宅や避難所等へ避難しましょう。避難所では、避難所ごとのルールを守り、避難者同士協力して生活しましょう。

※避難所での生活については、P23～24 へ  
※指定避難所の場所については、「避難先一覧」P38～41 へ、「避難所マップ」P42～47 へ

#### 自宅で生活が可能

自宅に損壊のおそれがない場合は、在宅避難をしましょう。

※余震による損壊に注意してください。引き続き情報収集を続けましょう。  
※在宅避難については、P12 へ



## ◆避難行動を考えよう

自身の災害リスクや避難方法について、確認したことを踏まえ、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できます。



### ～平常時（発災前）～

#### ①家の中での確認事項

- 非常持ち出し品を準備し、持ち出しやすい場所に置く  家具の固定、不要な物の除去
- 感震ブレーカーの設置  ガラスの飛散防止  消火器の設置
- 家の耐震化  家庭での備蓄 ※家庭での備蓄については、P26～28 参照

#### ②ハザードマップでの確認事項

- 地震防災マップ、津波ハザードマップ、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）
- 落下物などの周囲の危険から離れ、姿勢を低くして身の安全確保（机がない場合）
- 家族の安否確認  津波に関する情報の入手・確認  非常持ち出し品の確認
- 可能な範囲でガスの元栓を閉める  ブレーカーを切る  戸締りをする

#### ②自宅からいっとき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（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いっとき避難場所で自主防災組織の活動に協力 ※自主防災組織については、P30 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

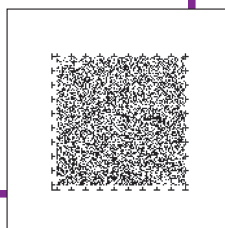
- 支援物資等の情報収集

⇒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 ※避難所運営については、P23～24 参照

- 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








音声コード

（上記の確認・注意事項は一例です）

# 地震に備える

## こんな場所で地震が起きたら…

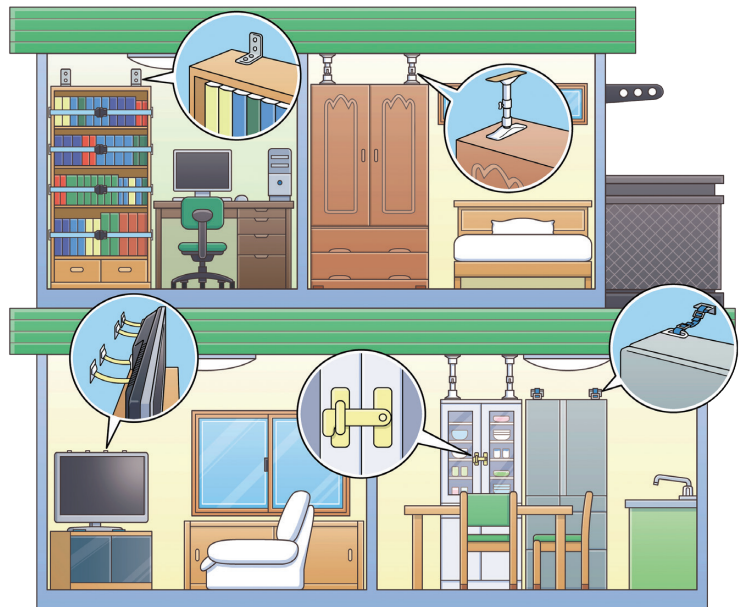
<p>◎エレベーターの中 全ての階のボタンを押し、止まった階で降りる。閉じ込められた場合は、非常呼び出しボタンを押し、外部と連絡を取る。</p> 	<p>◎地下 停電などによるパニックに注意。慌てて地上に出ようとせず、落ち着いて落下物から身を守り、柱や壁のそばで揺れが収まるのを待つ。</p> 	<p>◎路上 立ち止まらず、窓ガラスや看板などの落下物から頭を守りながら、空き地や公園などへ避難する。</p> 
<p>◎車の運転中 ハザードランプを点灯し、ゆっくりと道路の左側に車を停止させる。車から離れる場合は、車検証を持ち、鍵はつけたまま、ドアロックはかけない。</p> 	<p>◎海岸付近・山間部 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 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)

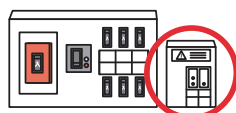
## 電気火災対策に、感震ブレーカーを設置しましょう

「感震ブレーカー」は、地震発生時に設定値以上の揺れを感知したときに、ブレーカーなどの電気を自動的に止める器具で、不在時やブレーカーを切る余裕がない場合に電気火災を防止する有効な手段です。

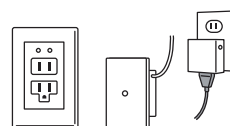
### 主な感震ブレーカーの種類



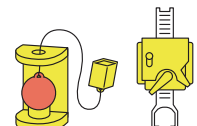
分電盤タイプ(内蔵型)



分電盤タイプ(後付型)

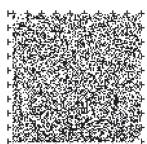


コンセントタイプ



簡易タイプ

※内閣府・消防庁・経済産業省が発行している資料から抜粋



# 地震に備える

## ◆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

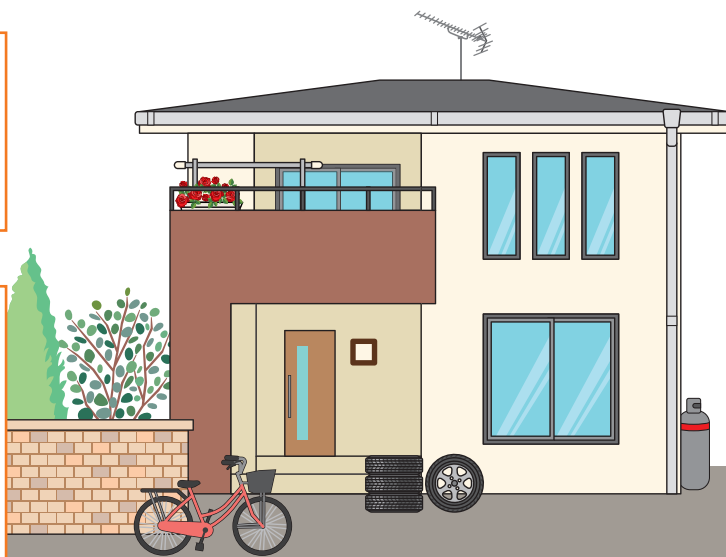
落下を防ぐため、不安定な瓦やアンテナはしっかりと固定しましょう。

### 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。

## 平塚市の補助制度

👉「命を守る耐震化が最優先」

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	<b>木造住宅耐震化促進事業補助金制度</b> 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	<b>ブロック塀等倒壊予防策補助金制度</b> 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	<b>耐震シェルター設置推進事業補助金制度</b> 寝室などの居室等の内側を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	<b>マンション耐震化促進事業補助金制度</b> 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HPでもご覧いただけます。

