

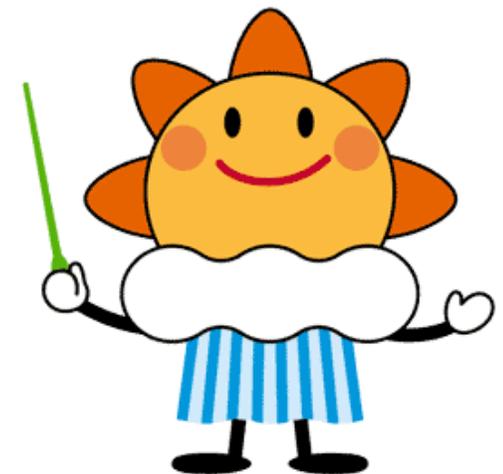
令和7年度

安全統括管理者・運航管理者研修会

地震・津波防災について

福岡管区気象台
気象防災部地震火山課

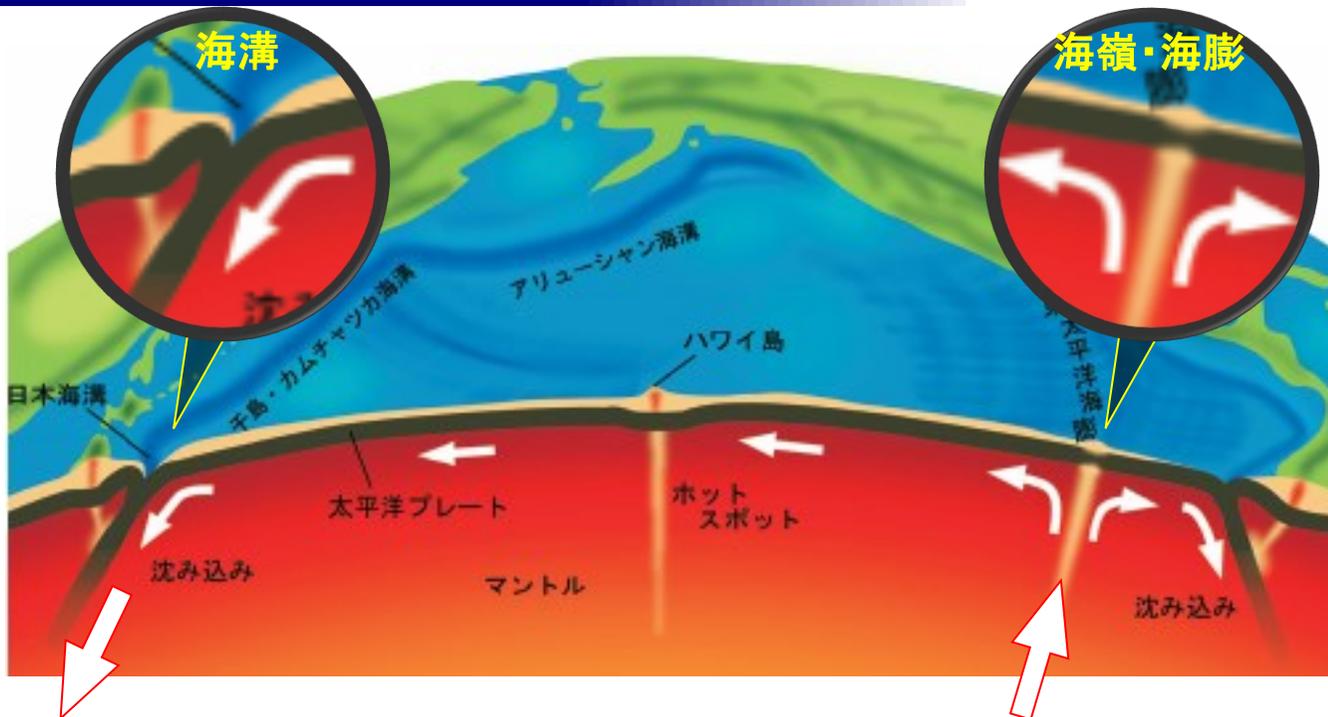
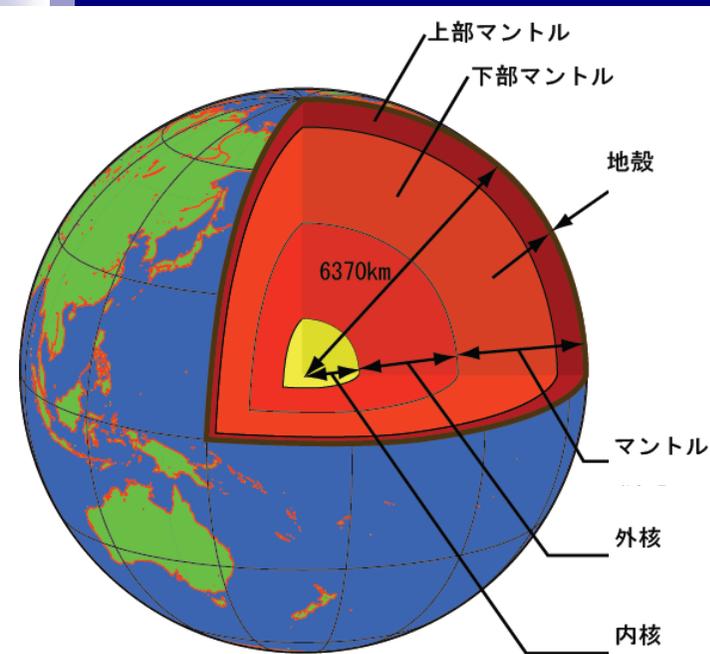
1. 地震のしくみ
2. 活断層について
3. 津波のしくみ
4. 南海トラフ地震について
5. 地震・津波に関する防災情報
6. 事前の備えのすすめ



気象庁マスコットキャラクター
「はれるん」

1. 地震のしくみ

- ・地震の基礎知識
- ・地震による被害の様子



＜地球の構造＞

地球は、中心から「核(内核、外核)」「マントル(下部マントル、上部マントル)」「地殻」という層構造になっていると考えられています。このうち「地殻」と「上部マントルの地殻に近いところ」は硬い板状の岩盤となっており、これを「プレート」と呼びます。

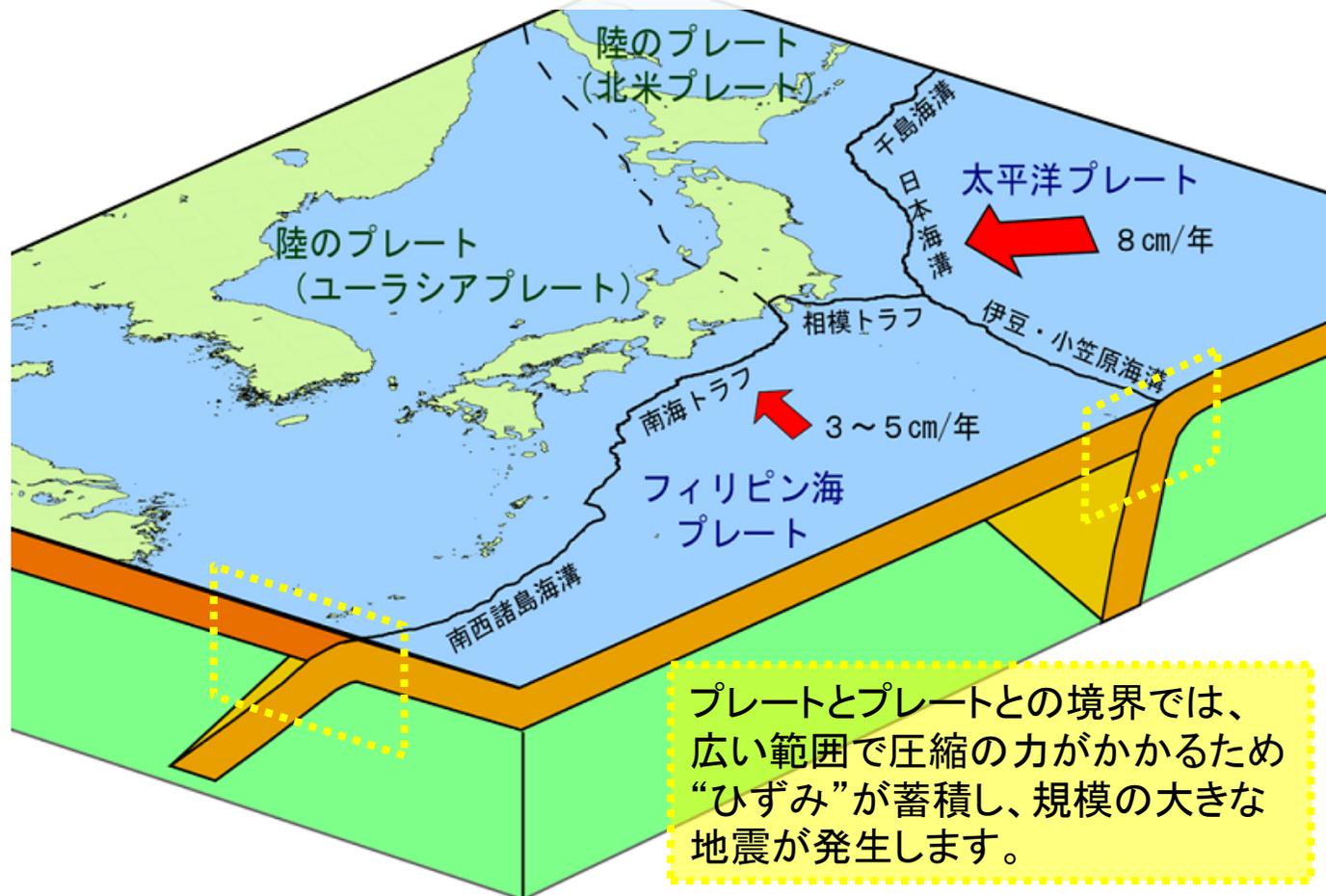
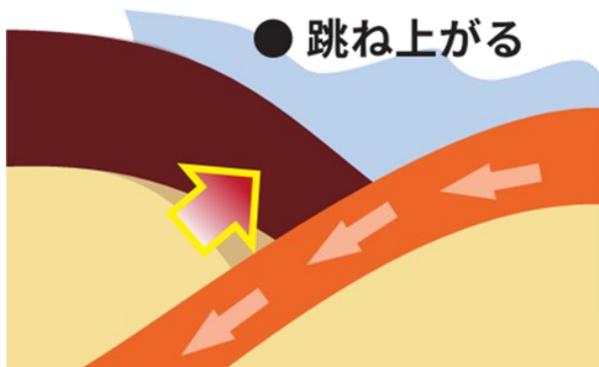
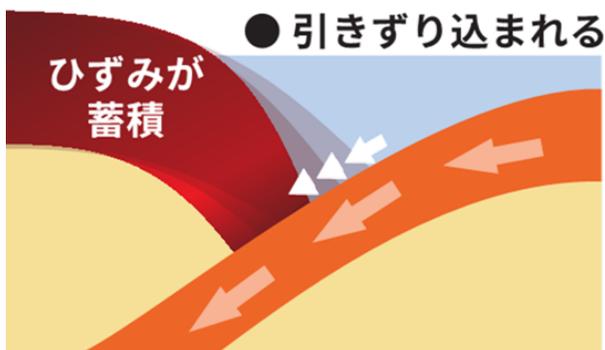
＜地震の発生＞

プレートは、地球内部で対流しているマントルの上に乗っています。そのため、プレートはごくわずかですが、少しずつ動いています。そして、プレート同士がぶつかったり、すれ違ったり、片方のプレートがもう一方のプレートの下に沈み込んだりしています。この付近では、地下では岩盤に強い力がかかっており、それに耐えられなくなったときに岩盤がずれ、“地震”が起こります。

日本周辺で地震の起こる場所（プレート境界）

日本周辺では、海のプレート（太平洋プレートやフィリピン海プレート）が、陸のプレート（北米プレートやユーラシアプレート）を地下へ引きずり込みながら、沈み込んでいます。陸のプレートが引きずりに耐えられなくなり、跳ね上げられるように起こるのが「プレート境界の地震」です。さらに、地震の規模が大きいと津波も発生します。

南海トラフ地震や日向灘の地震は、このタイプの地震です。



プレートの内部に力が加わって発生する地震が、プレート内の地震です。プレート内の地震には、沈み込む「海洋プレート内の地震」と「陸域の浅い地震」があります。

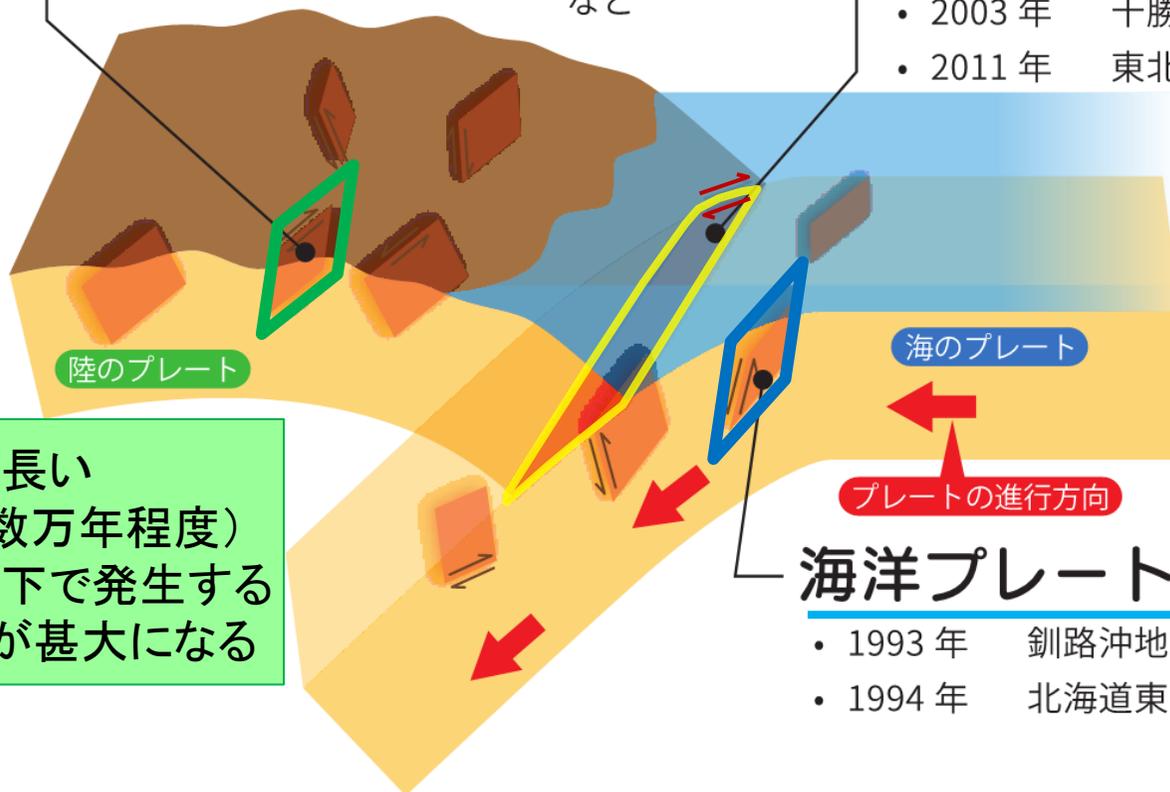
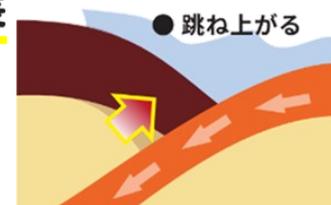
※活断層はこれに該当 陸域の浅い地震



- 1995年 兵庫県南部地震
- 2016年 熊本地震
- 2018年 北海道胆振東部地震
など

プレート境界の地震

- 1944年 昭和東南海地震
- 1946年 昭和南海地震
- 2003年 十勝沖地震
- 2011年 東北地方太平洋沖地震
など



• 発生間隔が短い
(数十年～数百年程度)
• 海底が隆起、沈降し、
津波が発生することも

• 発生間隔が長い
(数百年～数万年程度)
• 生活圏の直下で発生する
ため、被害が甚大になる

海洋プレート内の地震

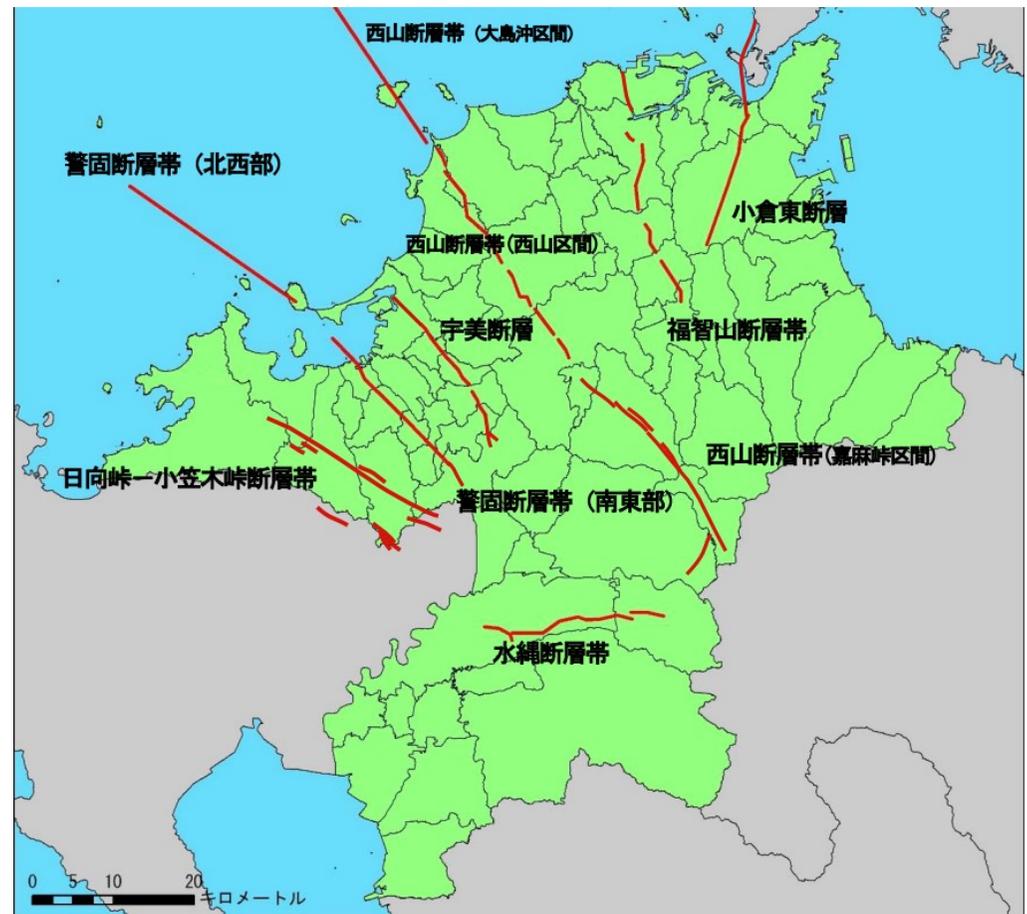
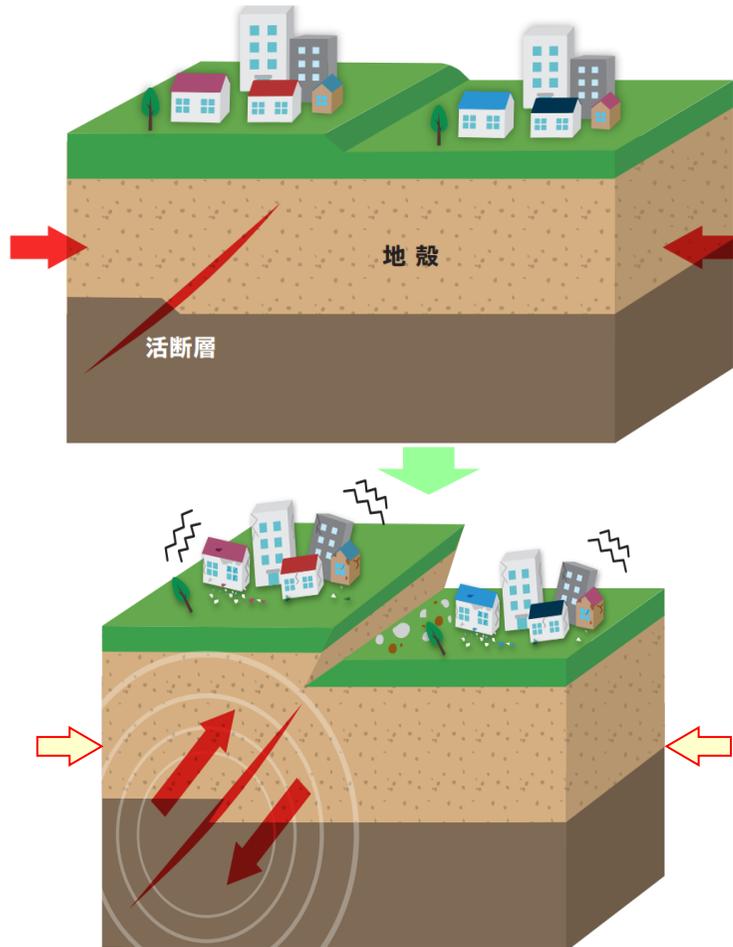
- 1993年 釧路沖地震
- 1994年 北海道東方沖地震
など

2. 活断層について

- ・活断層とは
- ・福岡県西方沖の地震
- ・警固断層帯南東部と被害想定
- ・地震が起こったら

長い年月をかけて地下の岩盤に力が加わり、それが限界に達したとき、岩盤が「断層」を境に急速に動き、地震が発生します。

過去に繰り返し地震を起こし、将来も地震を起こすと考えられている断層を「活断層」と言います（古傷のようなもの）。日本の周辺には約2,000もの活断層があり、それ以外にもまだ見つかっていない活断層が多数あると言われています。



福岡県の活断層 出典:福岡県地域防災計画(地震・津波対策編)

活断層の例 (布田川断層帯 2016年熊本地震)



出典：国土地理院

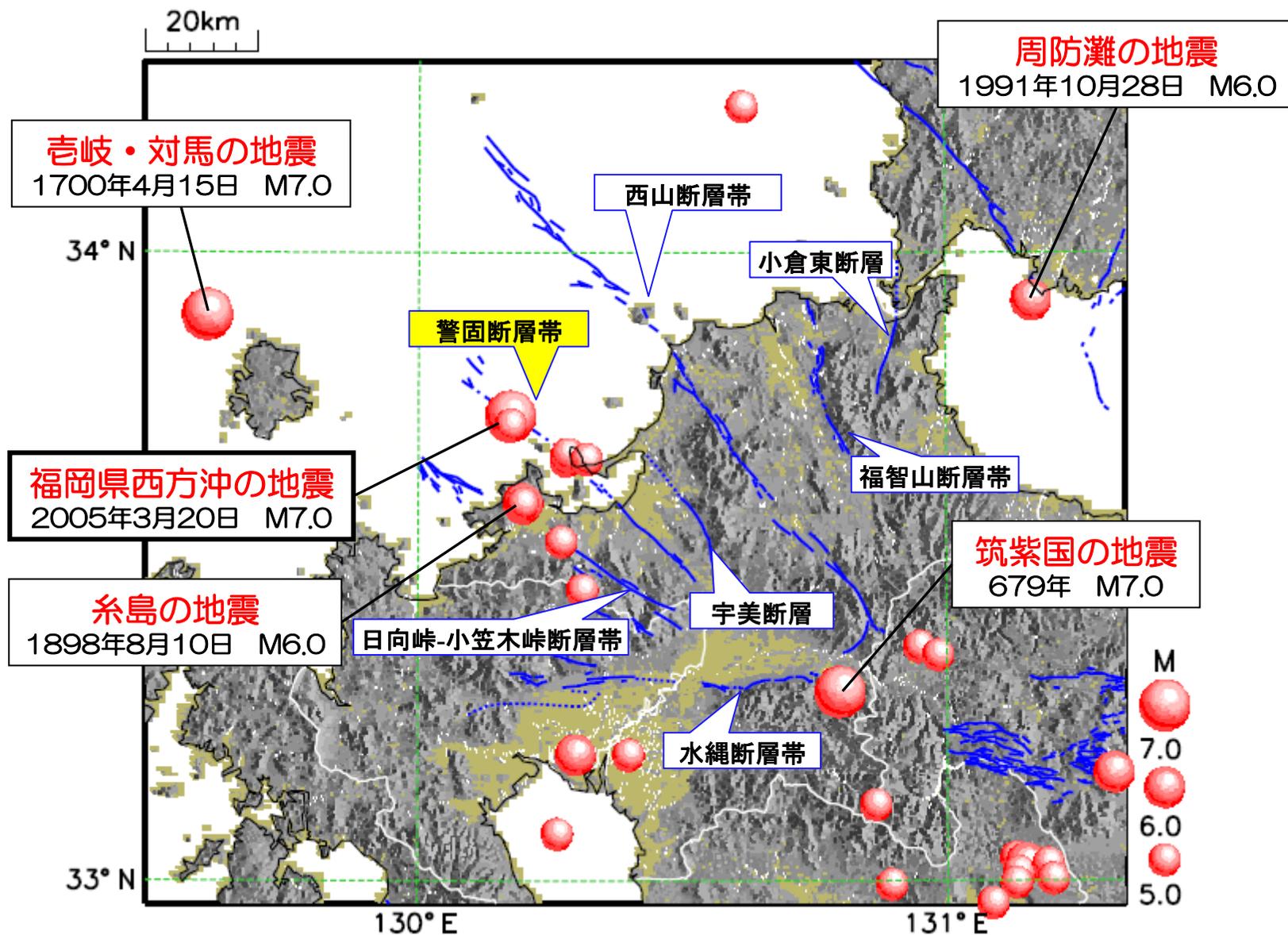


出典：国土地理院

福岡県周辺の過去の被害地震や活断層

2005年に起こった福岡県西方沖の地震では、警固断層帯の北西部が活動しました。

(現在の震央地名は福岡県北西沖)



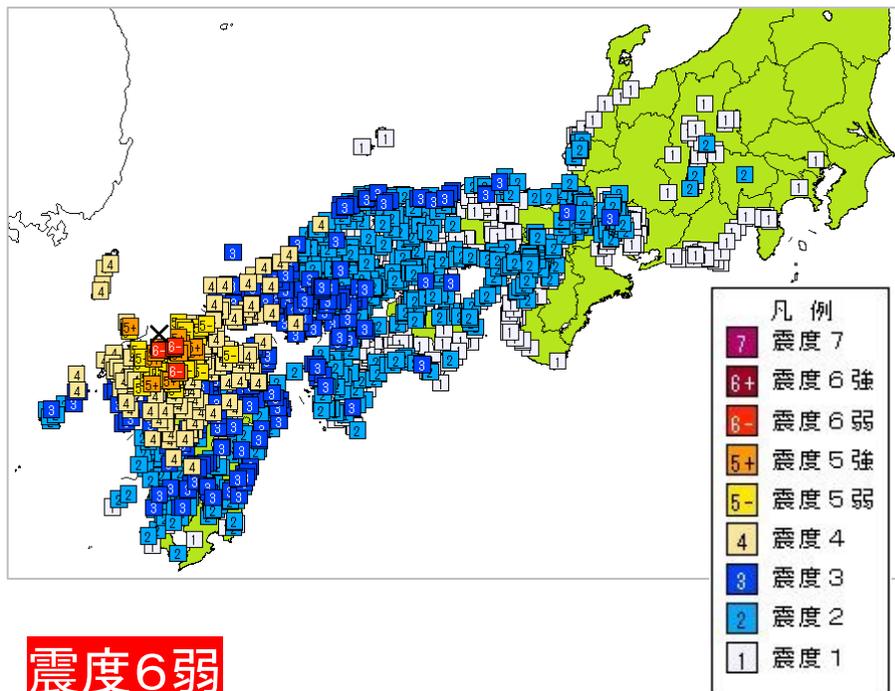
2005年3月20日 福岡県西方沖の地震 M7.0



福岡管区気象台

(現在の震央地名は福岡県北西沖)

福岡県の福岡市、前原市(現・糸島市)、佐賀県のみやき町で震度6弱を観測し、東京や神奈川でも震度1を観測しました。

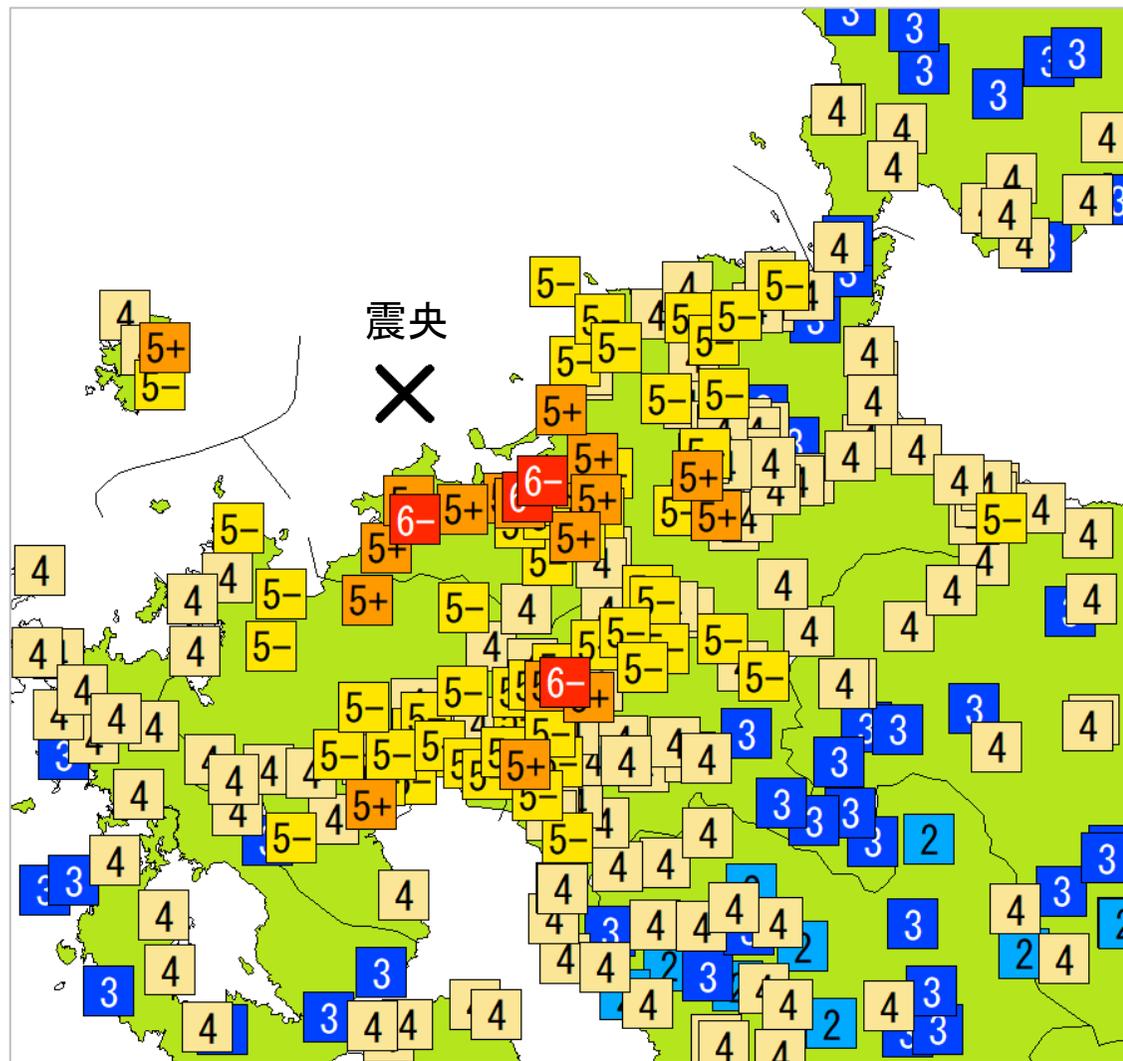


震度6弱

福岡県 福岡市、前原市(現・糸島市)
佐賀県 みやき町

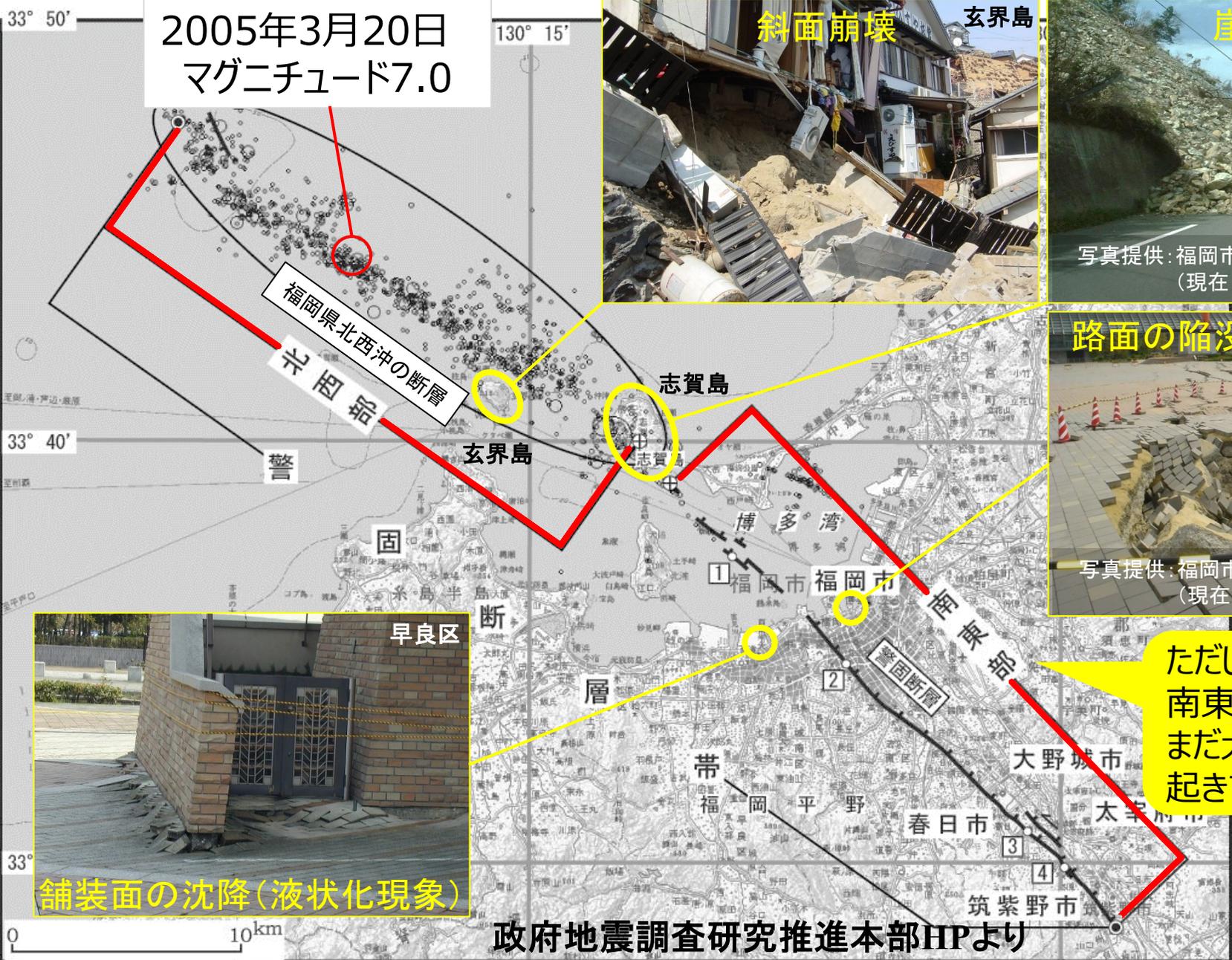
人的被害			住家被害		
死者	重傷者	軽傷者	全壊	半壊	一部破損
人	人	人	棟	棟	棟
1	198	1,006	144	353	9,338

被害は総務省消防庁より



観測点別震度分布図

警固断層帯 北西部と南東部 について



2005年3月20日
マグニチュード7.0



斜面崩壊



崖崩れ

写真提供: 福岡市市民局防災危機管理課
(現在: 地域防災課)



路面の陥没(液状化現象)

写真提供: 福岡市市民局防災危機管理課
(現在: 地域防災課)



舗装面の沈降(液状化現象)

ただし、
南東部では
まだ大きな地震が
起きていません。

政府地震調査研究推進本部HPより

想定される地震の規模	M7.2程度
我が国の主な活断層における相対的評価	S＊ランク（一番高いランク）
30年以内に地震が発生する確率	0.3～6%
平均活動間隔	約3,100年～5,500年
最新活動時期	約4,300年前以後、 約3,400年前以前
地震後経過率	0.6～1.4

<過去の大地震が起きる直前の発生確率>

- ・ 2024年 能登半島地震：ほぼ0%～0.3%
- ・ 2016年 熊本地震：ほぼ0%～0.9%
- ・ 2011年 東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）：10%～20%
- ・ 1995年 兵庫県南部地震（阪神淡路大震災）：0.02%～8%

- 活断層で起きる地震は、発生間隔が数千年程度と長いため、30年程度の間の地震発生確率の値は大きな値とはなりません。
- 地震発生確率の値が小さいように見えても、決して地震が発生しないことを意味してはいません。

地震の揺れを感じたら／緊急地震速報が鳴ったら...

地震の揺れを感じたら …

緊急地震速報を見聞きしたら …

あわてず、まず身の安全を!!



家庭では



- ❖ 安全スペースに避難
- ❖ 頭部を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難
- ❖ あわてて外へとびださない
- ❖ 無理に火を消そうとしない

自動車運転中は

- ❖ 急ブレーキはかけず、緩やかに速度をおとす
- ❖ ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意を促す



屋外（街）では

- ❖ ブロック塀などの倒壊に注意
- ❖ 看板や割れたガラスの落下に注意



エレベーターでは

- ❖ 最寄の階に停止させ、すぐに降りる

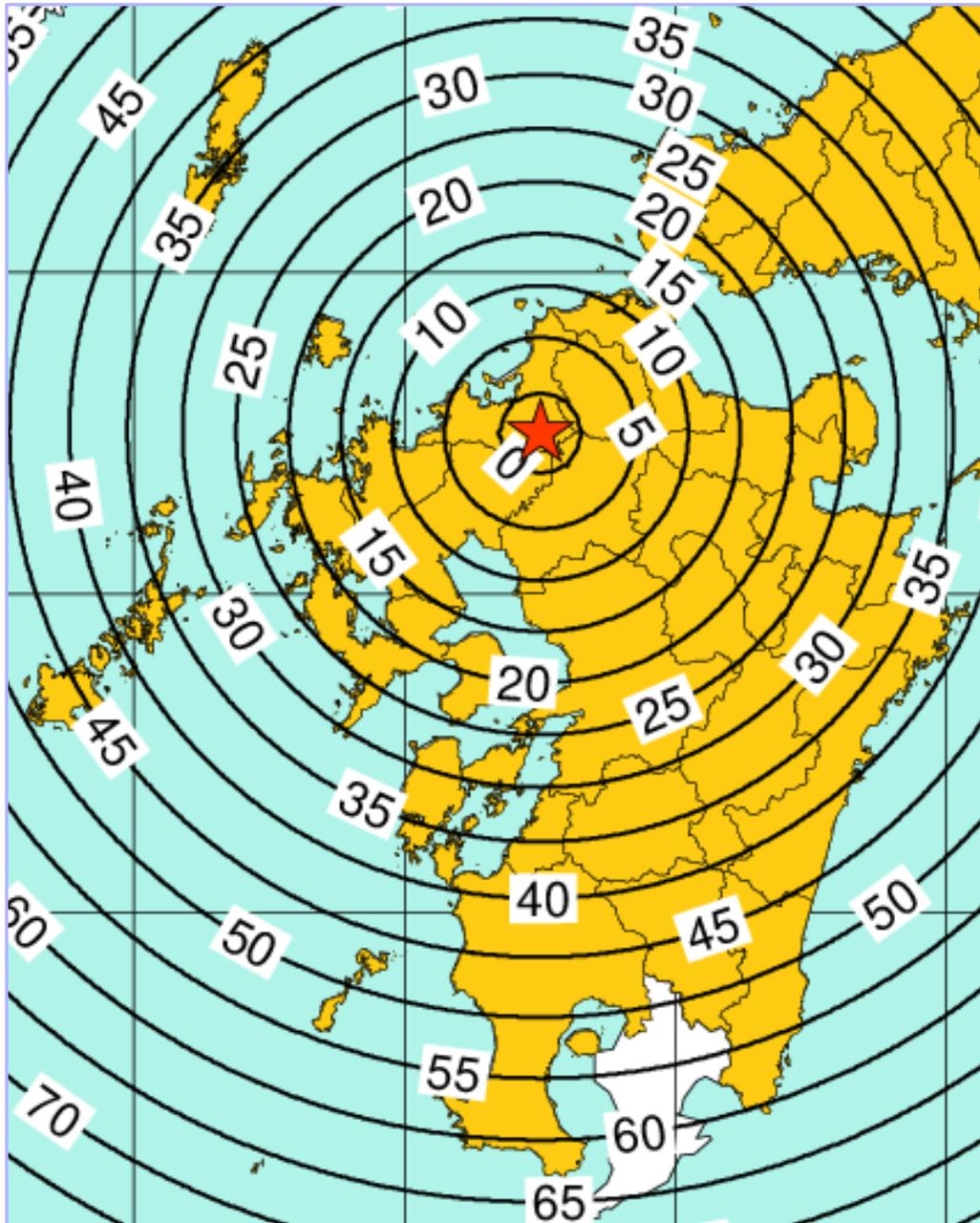


鉄道・バスでは

- ❖ つり革・手すりにしっかりつかまる



★ 警固断層南東部で大きな地震が起こった場合、福岡市周辺に **緊急地震速報** は、間に合いま…



警固断層南東部の地震では、
福岡市周辺に緊急地震速報は
間に合いません！

震源に近い場所では、緊急地震速報の提供が強い揺れに間に合いません。

また、複数の地震が近接して発生したときは適切に発表できないことがあります。

そのため、**日頃の備えが大事**と言えます。
いざというときの行動を考えておきましょう。

←主要動到達までの猶予時間(秒)

3. 津波のしくみ

- ・津波の基礎知識
- ・津波からの避難行動

海底下で大きな地震が発生すると、断層運動により海底が隆起もしくは沈降します。これに伴って海面が変動し、大きな波となって四方八方に伝播するものが津波です。

② ^{つなみ}海水をおし上げて津波が起こります

②

④

^{つなみ}海岸に津波がおしよせます

③ ^を海の表面から底までの水がかたまりとなってやってきます

^{じしん}地震により ① ^を海の底が動きます

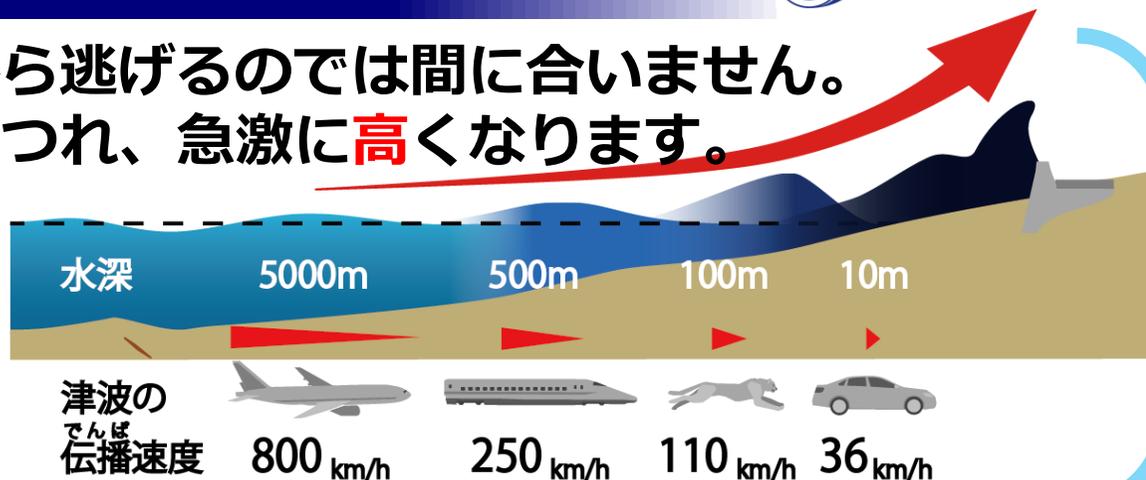
^{じしん}地震発生!

※海岸に押し波が先に来るか、引き波が先に来るかは、海底がどのように変動したかや、震源域と海岸の位置関係によって決まります。

^{つなみ}津波の力はとても強く、家や車をあっという間におし流してしまいます。

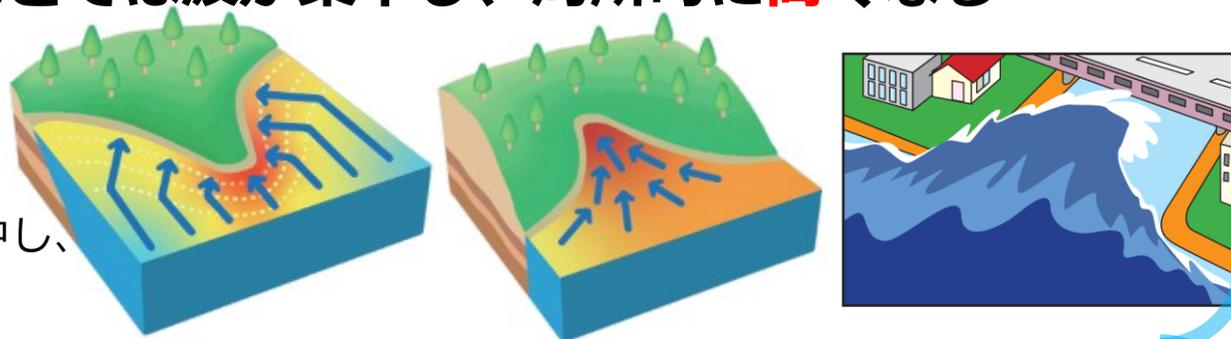
- 伝播速度は非常に**速く**、見てから逃げるのでは間に合いません。
- 沿岸に近づき水深が浅くなるにつれ、急激に**高くなります**。

(津波が陸地に近づくにつれ、減速した波に後方の波が追いつくことで、波高が高くなります。)

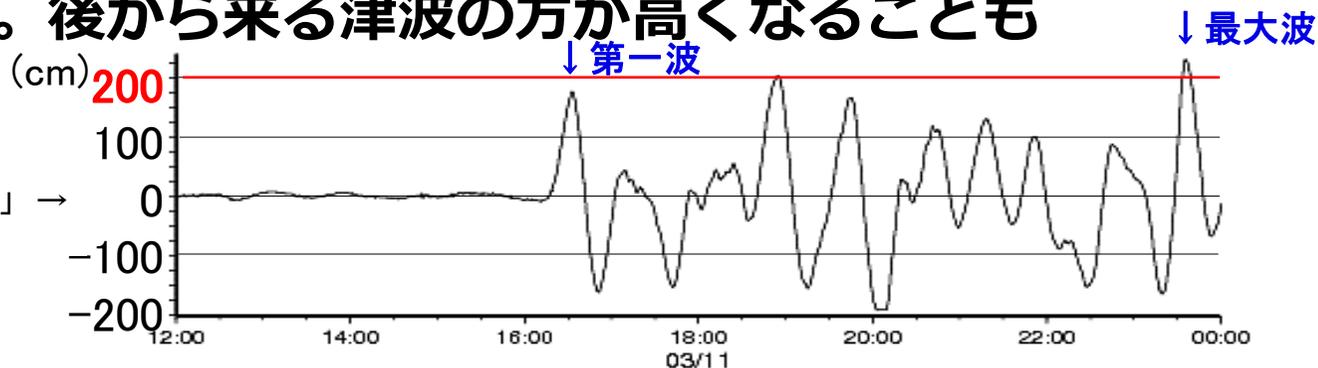


- 岬の**先端**やV字型の湾の**奥**などでは波が集中し、局所的に**高くなる**こともあります。
また、河川を遡上します。

(岬の先端では、津波が海岸線に対し平行になろうとしてエネルギーが集中し、波高が高くなります。)



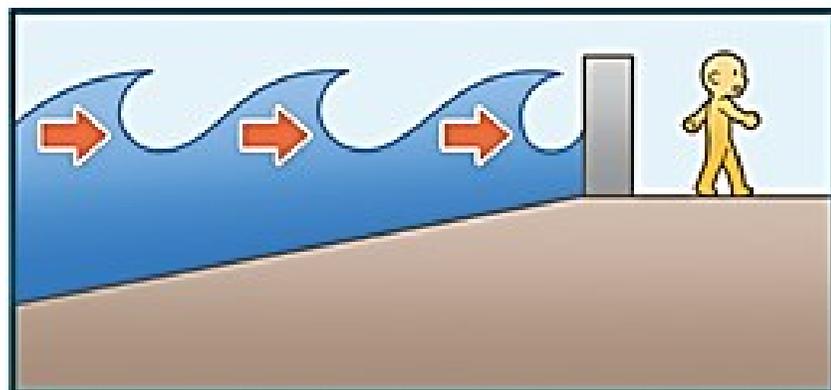
- **繰り返し襲ってきます**。後から来る津波の方が**高くなる**こともあります。



「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震」による津波の観測 (函館検潮所)

普通の波

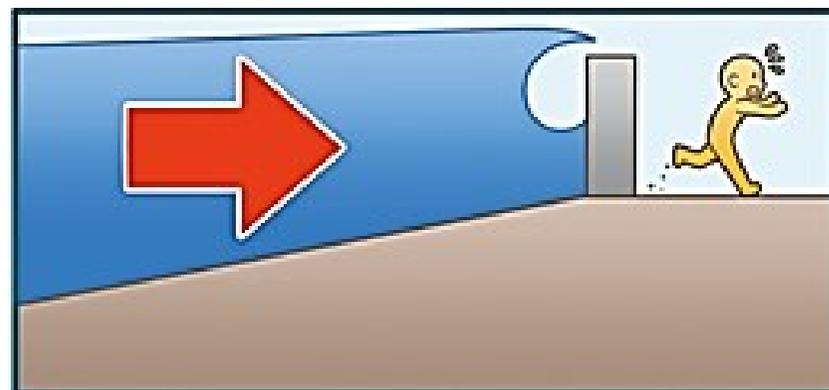
海域で吹いている風によって生じ、
海の表面近くの海水が動く現象。
波長は数m～数百m程度。



津波と高さが同じでも、波は波長が短いため、一つ一つの波により加わる力は小さく、沿岸で砕け散ります。

津波

地震などにより海底地形が変形することで、
海の表面から海底までの海水全体が動いて伝わる現象。
波長は数km～数百kmに及ぶこともあります。



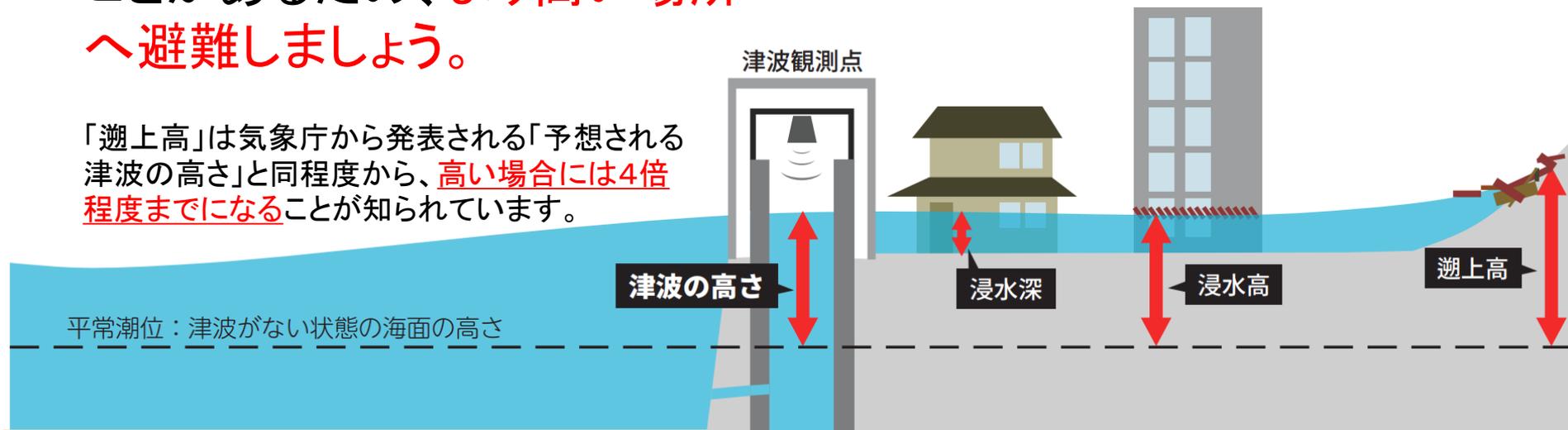
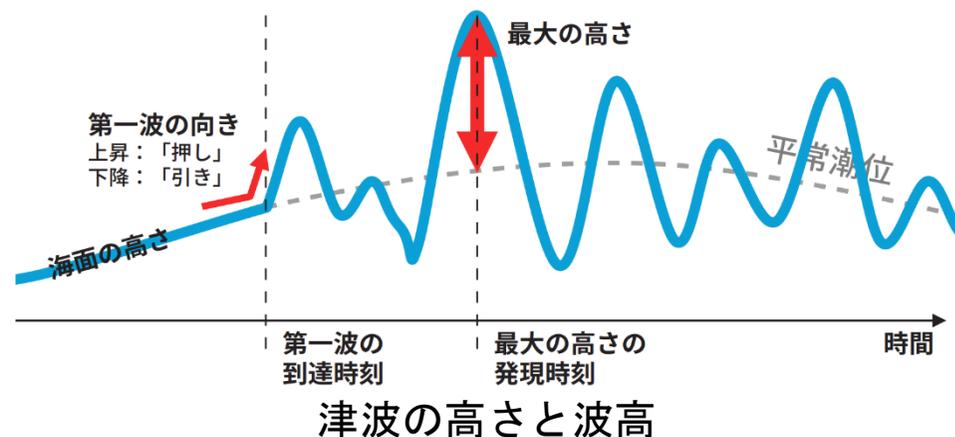
巨大な水の壁となって長時間力が加わる津波は、陸上のものを破壊しながら内陸まで一気に浸水します。

「津波の高さ」とは

津波がない場合の潮位（平常潮位）から、津波によって海面が上昇したその高さの差

予想される津波の高さよりも高いところまで津波が「遡上」することがあるため、**より高い場所へ避難しましょう。**

「遡上高」は気象庁から発表される「予想される津波の高さ」と同程度から、**高い場合には4倍程度までになる**ことが知られています。



検潮所における津波の高さと浸水深、浸水高、遡上高の関係

もし津波が起こった時は...



海岸付近で地震の揺れを感じたり津波警報が発表されたら、
ただちに高い場所に急いで避難しましょう。

目指すところは、避難所ではなく **避難場所！**

沿岸沿いにお住まいの方や旅行される方は、「津波ハザードマップ」で「津波の避難場所」等を確認しておきましょう。

また、日頃からいろいろな場合を考えて、避難経路やいざという時の行動などを周りの人と話し合っておくことが大切です。

(避難所はその後の避難生活を送るための場所なので、切迫した災害の危険から逃れるための避難場所とは違います。)



津波警報等を知る手段



テレビ、ラジオ、スマホ等により最新の情報を確認しましょう。

4. 南海トラフ地震について

- ・南海トラフ地震について
- ・南海トラフ地震臨時情報と防災対応

南海トラフ地震について

南海トラフ地震は、駿河湾から日向灘沖にかけてのプレート境界を震源域とする地震で、科学的に想定される最大クラスの南海トラフ地震(南海トラフ巨大地震)が発生した場合、静岡県から宮崎県にかけての一部では震度7となる可能性があるほか、関東地方から九州地方にかけての太平洋沿岸の広い地域に10mを超える大津波の襲来が想定されています。

今後30年以内の発生確率は

高い

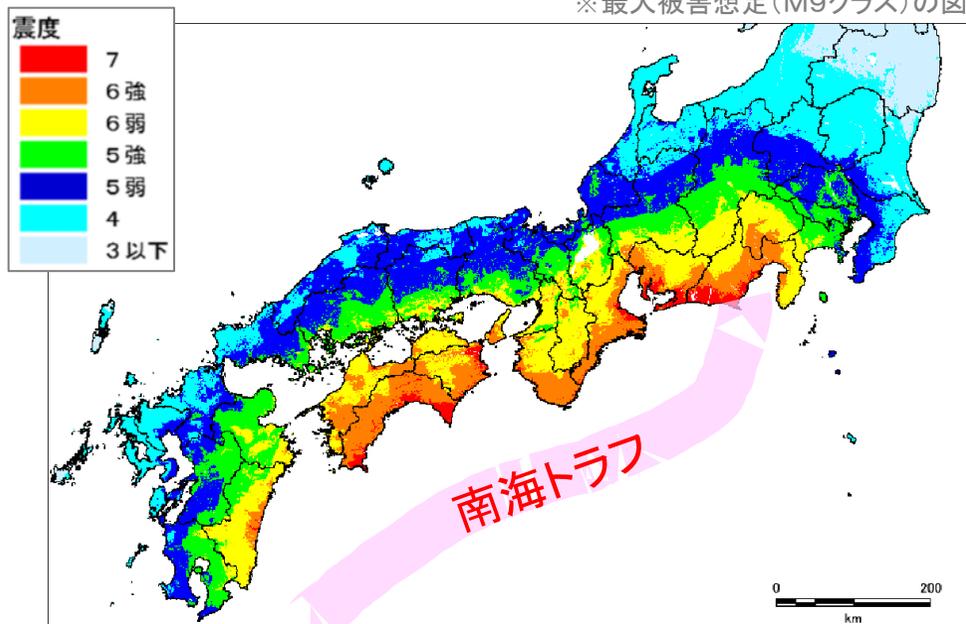
※ 計算手法により30年以内で20~50%や60~90%程度以上とされるが、いずれにしても起こる確率は「高い」といえる。

九州・山口県では

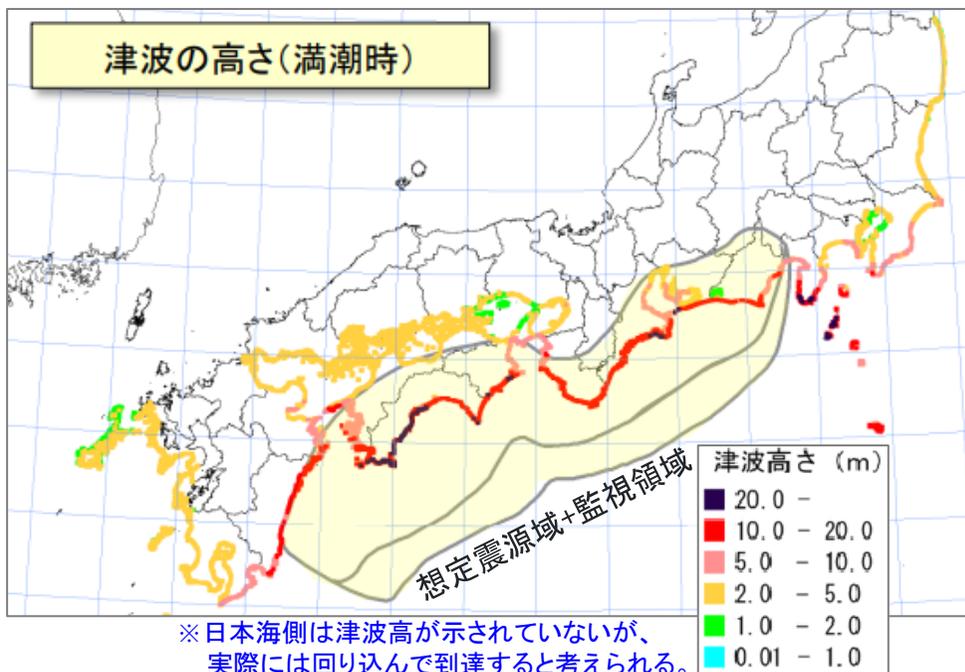
【震度】最大震度7(宮崎県)

【津波】最大津波高17m(宮崎県)(T.P.)※満潮位を含む

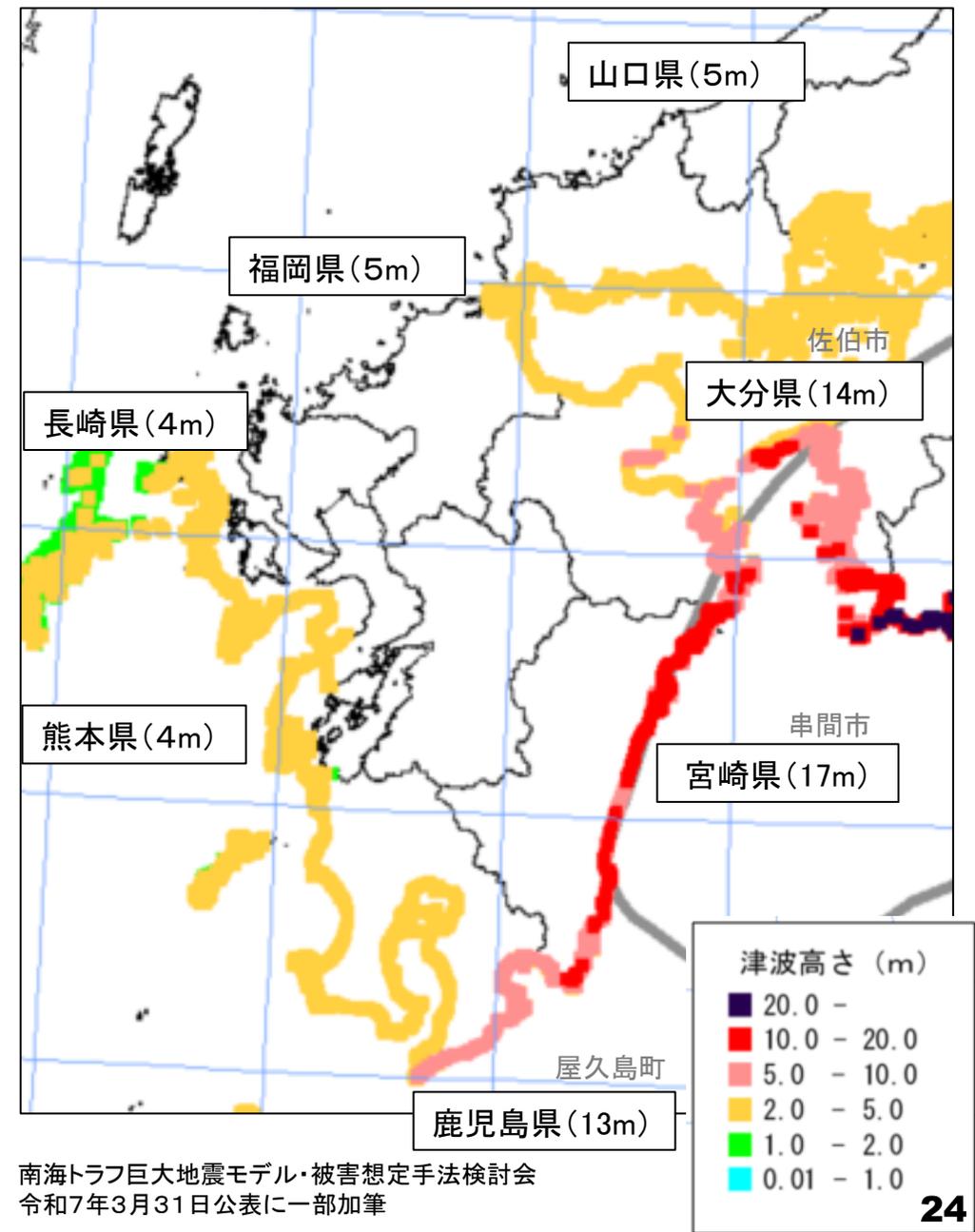
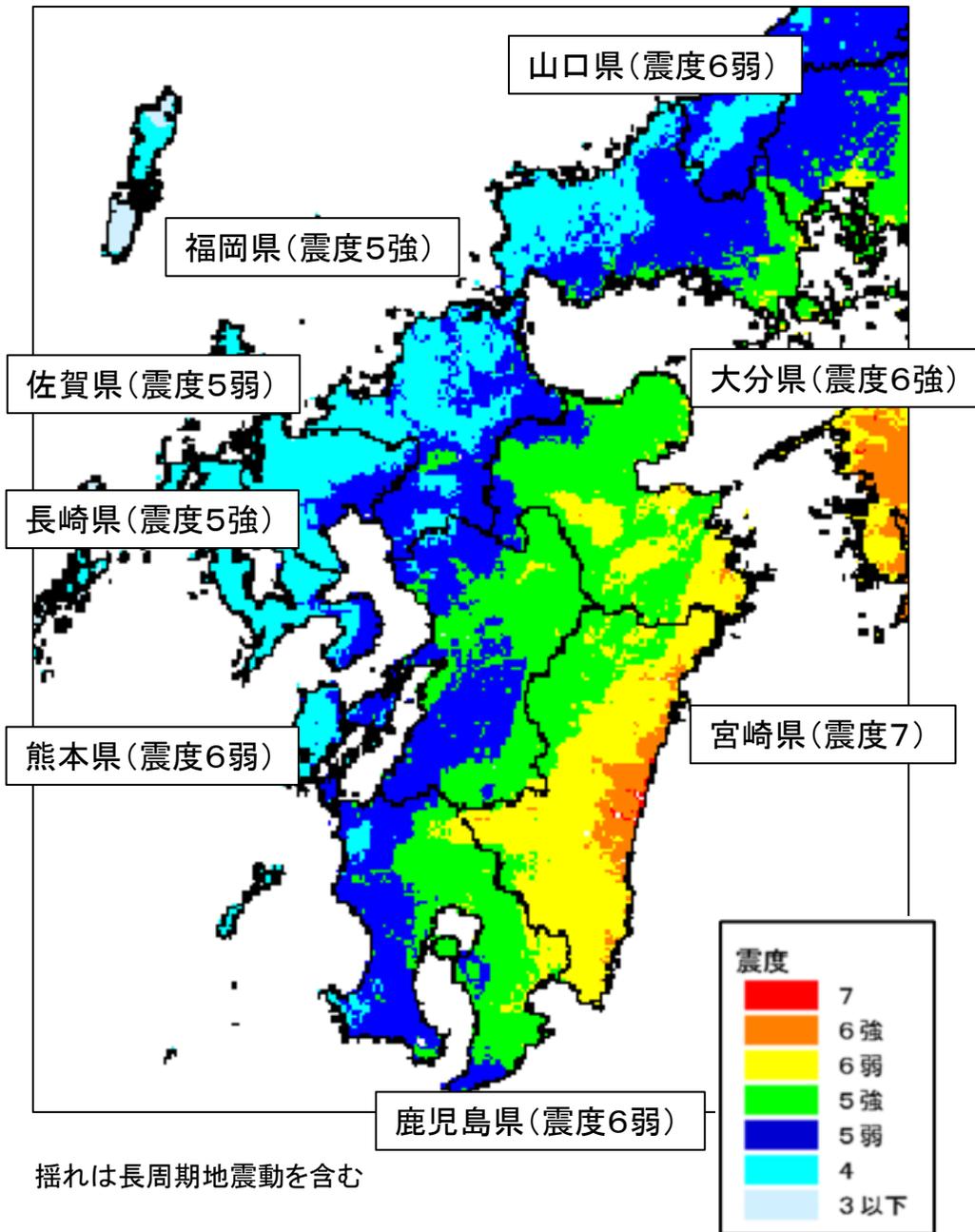
※最大被害想定(M9クラス)の図



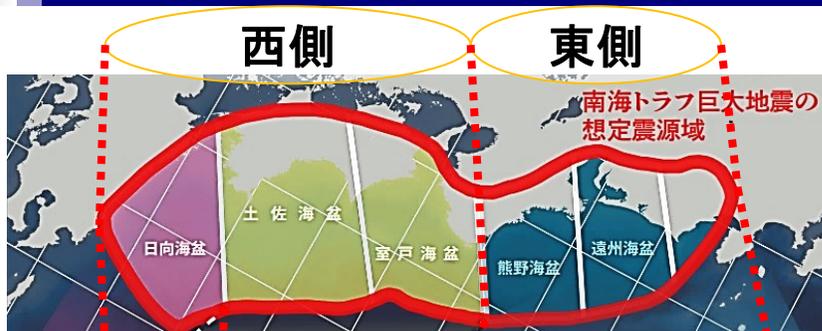
※最大被害想定(M9クラス)の図



九州・山口県で想定されている震度・津波高



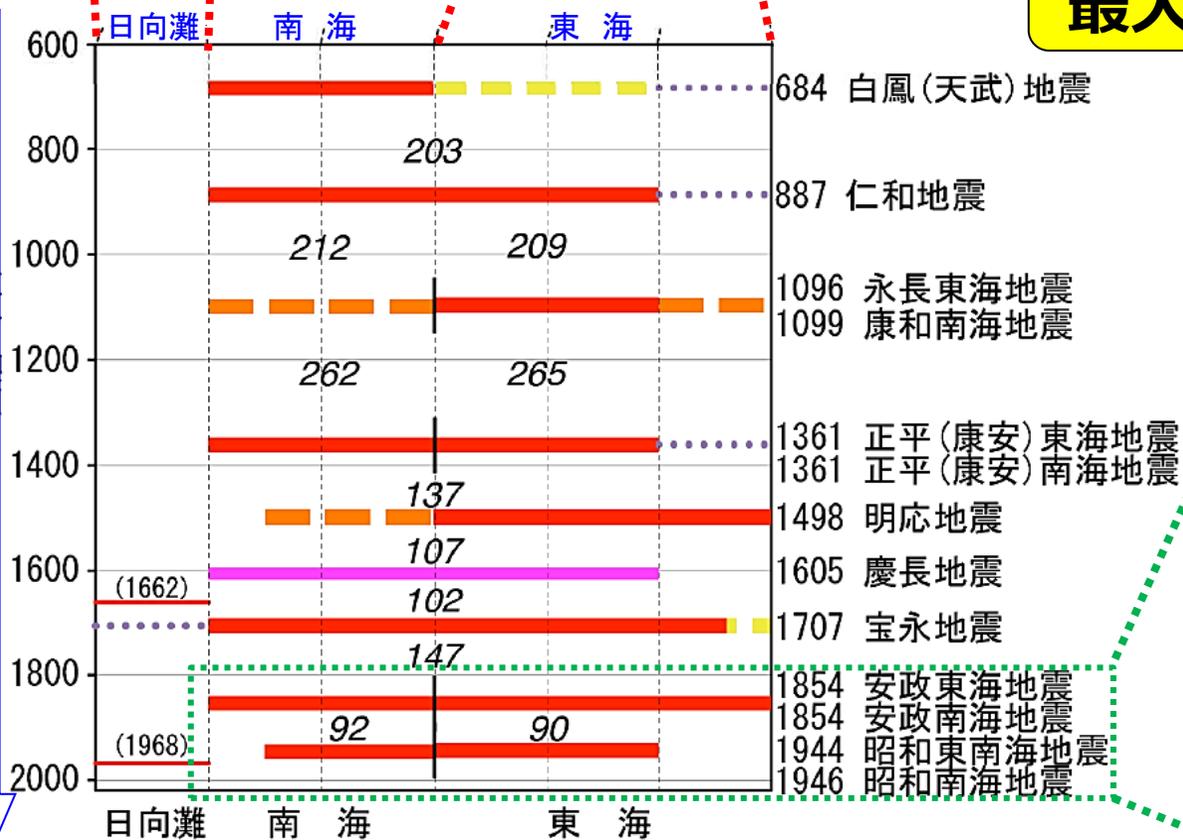
南海トラフ地震について



南海トラフ地震は、概ね100~150年間隔で繰り返し発生しており、前回(1944年及び1946年)から約80年が経過した現在では、次の南海トラフ地震発生の切迫性が高い状態です。

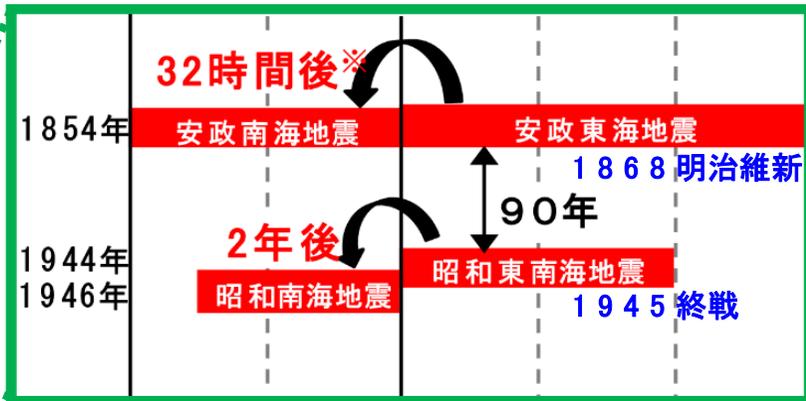
想定される震度
最大震度7

想定される津波高
最大30m超



- 確実な震源域
- 確実視されている震源域
- 可能性のある震源域
- ⋯ 説がある震源域
- 津波地震の可能性が高い地震
- 日向灘のプレート間地震(M7クラス)

隣接する領域において、
時間差で地震が続発した事例



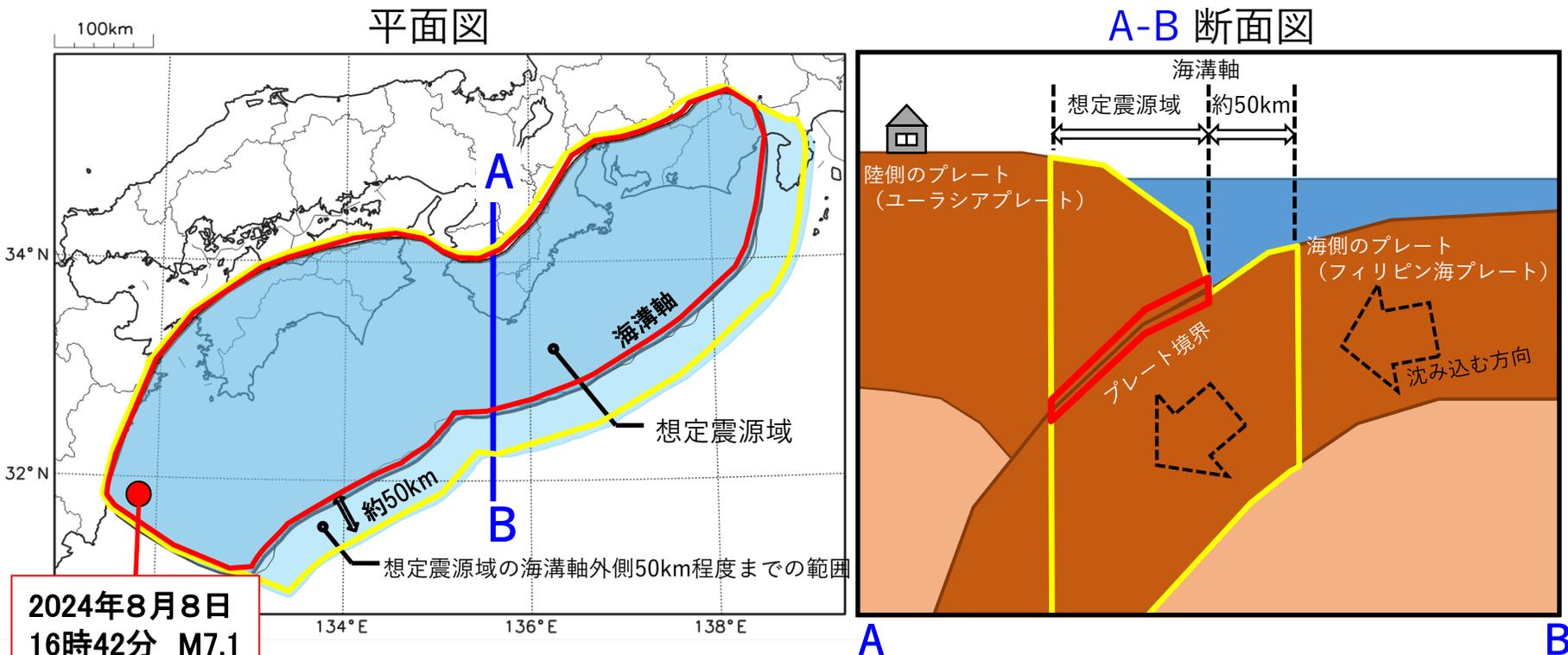
※最近の調査では、30時間後との結果も報告されている。

年表は南海トラフ沿いの地震観測・評価に基づく防災対応検討ワーキンググループの報告(平成29年9月)に追記

気象庁では、南海トラフ沿いの大規模地震の発生の可能性が平常時と比べて相対的に高まったと評価された場合等に、「南海トラフ地震臨時情報」や「南海トラフ地震関連解説情報」を発表します。

情報名	キーワード	情報発表条件
南海トラフ地震 臨時情報 ※防災対応がとりやすいようキーワードを付して情報発表します	(調査中)	観測された異常な現象が南海トラフ沿いの大規模な地震と関連するかどうか調査を開始した場合、または調査を継続している場合
	(巨大地震警戒)	巨大地震の発生に警戒が必要な場合 ※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Mw8.0以上の地震が発生したと評価した場合
	(巨大地震注意)	巨大地震の発生に注意が必要な場合 ※南海トラフ沿いの監視領域内でMw7.0以上の地震が発生したと評価した場合(巨大地震警戒に該当するもの、太平洋プレートの沈み込みに伴う震源が深い地震を除く) 通常と異なるゆっくりすべりを観測したと評価した場合
	(調査終了)	(巨大地震警戒)、(巨大地震注意)のいずれにも当てはまらない現象と評価した場合
南海トラフ地震 関連解説情報	<ul style="list-style-type: none"> ● 観測された異常な現象の調査結果を発表した後の状況等を発表する場合 ● 「南海トラフ沿いの地震に関する評価検討会」の定例会合における調査結果を発表する場合(ただし臨時情報を発表する場合を除く) 	

- 異常な現象が発生せず、情報の発表がないまま、突発的に南海トラフ地震が発生することもあります。
- 地震発生の可能性が相対的に高まったと評価した場合でも南海トラフ地震が発生しないこともあります。
- 南海トラフ地震の切迫性は高い状態にあり、いつ地震が発生してもおかしくないことに留意が必要です。



2024年8月8日
16時42分 M7.1

日向灘の地震

遠州灘～紀伊半島沖～日向灘にかけての**想定震源域**(赤枠内)及び、過去の事例を踏まえた海溝軸外側約50km程度の範囲を含めた領域(黄枠内)を、**監視領域**としています。

ただし、太平洋プレートの沈み込みに伴う震源が深い地震は除きます。

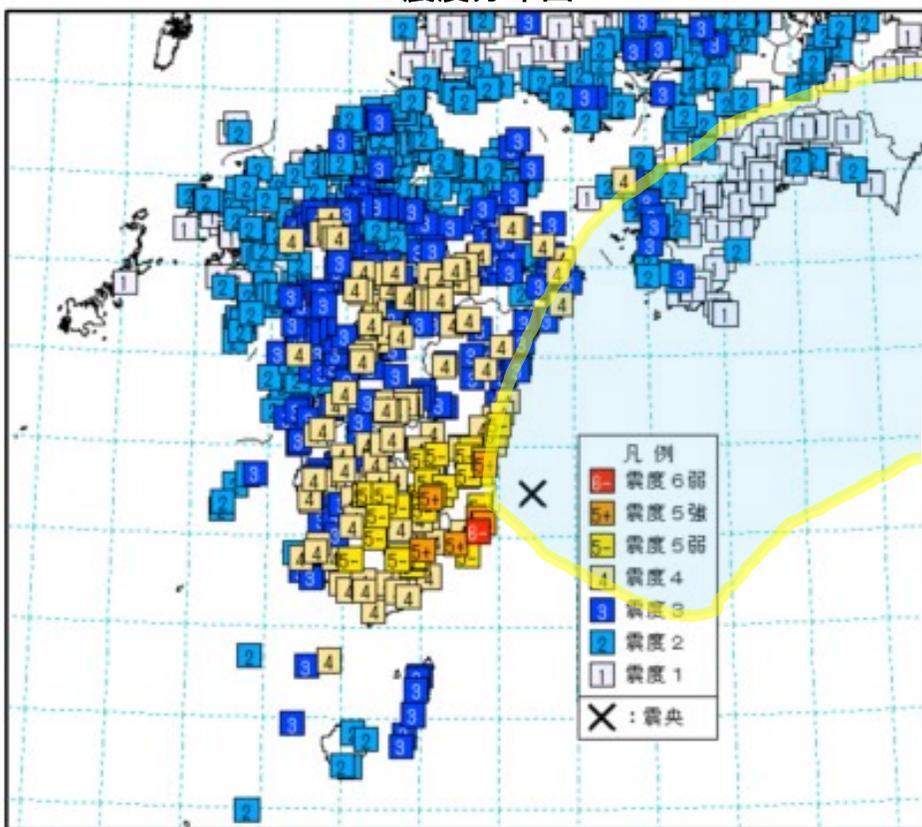
監視領域内で、速報的に求めたマグニチュードで6.8以上の地震が発生した場合や、1カ所以上のひずみ計での有意な変化と共に、他の複数の観測点でもそれに関係すると思われる変化が観測された場合等に、**南海トラフ地震臨時情報(調査中)**が発表されます。

2024年8月8日16時42分 日向灘の地震

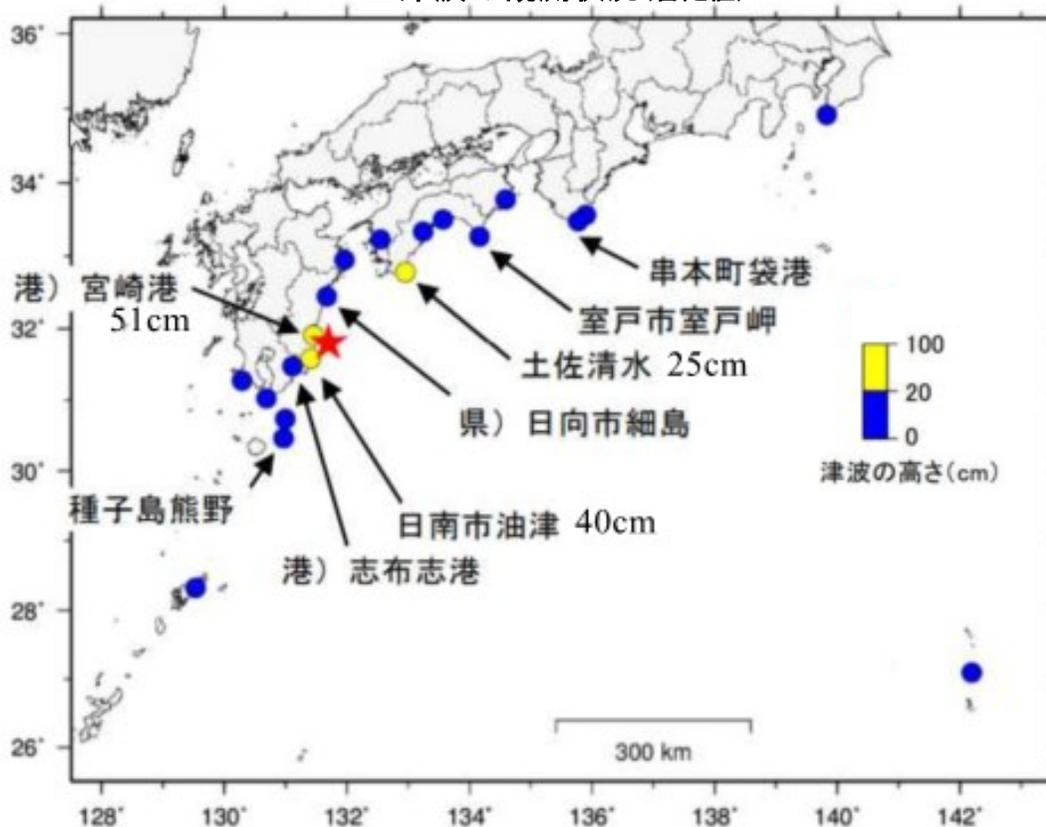
2024年8月8日16時42分にマグニチュード7.1(モーメントマグニチュード7.0)、深さ31kmの地震が発生し、宮崎県日南市で震度6弱を観測したほか、東海地方から奄美群島にかけて震度5強～1を観測しました。

この地震により四国から九州にかけて16時44分に津波注意報を発表しました(16時52分範囲拡大、22時00分に全て解除)。宮崎港で51cm、日南市油津で40cmなど、千葉県から鹿児島県にかけて津波を観測しました。

■震度分布図



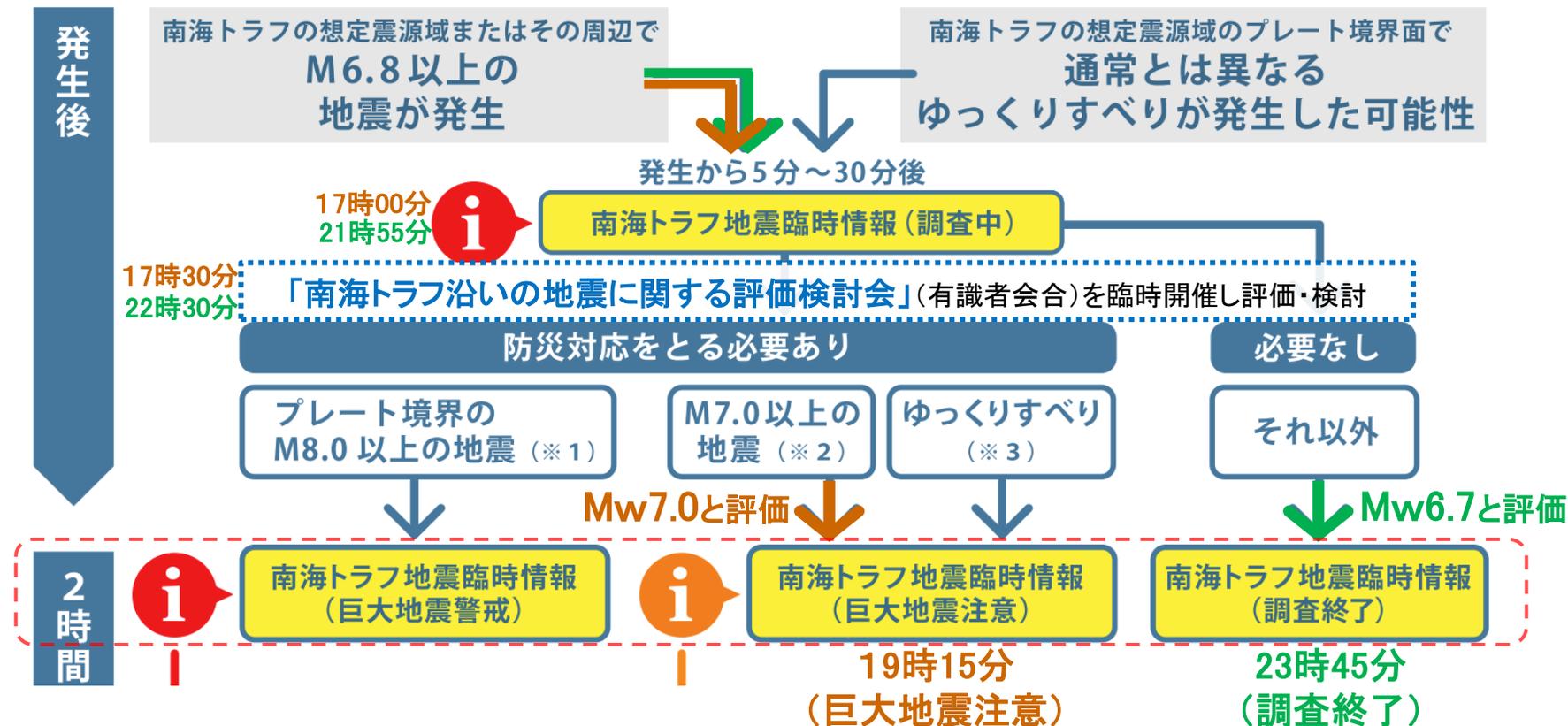
■津波の観測状況(暫定値)



※ 県) は宮崎県、港) は国土交通省港湾局の所属

2024年8月8日
日向灘の地震 16時43分頃 M6.9(速報)の地震が発生

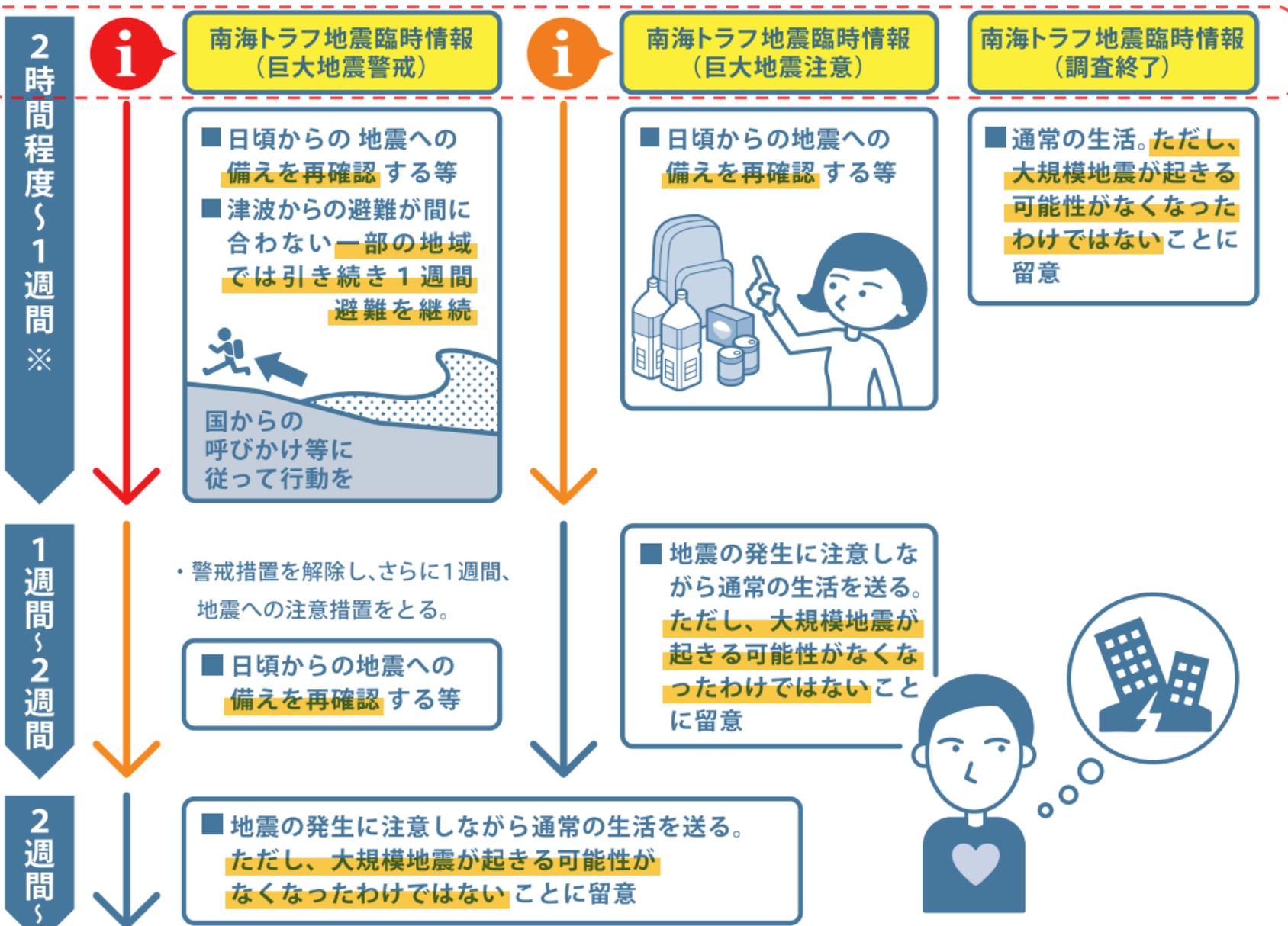
2025年1月13日
日向灘の地震 21時19分頃 M6.9(速報)の地震が発生



※1 想定震源域のプレート境界でMw8.0以上の地震が発生
※2 想定震源域、またはその周辺でMw7.0以上の地震が発生(ただし、プレート境界のMw8.0以上の地震を除く)
※3 住民が揺れを感じることがない、プレート境界面のゆっくりとしたずれによる地殻変動を観測した場合など

2024年8月8日日向灘の地震

※ゆっくりすべりが観測された場合は、それが収まったと評価されるまで

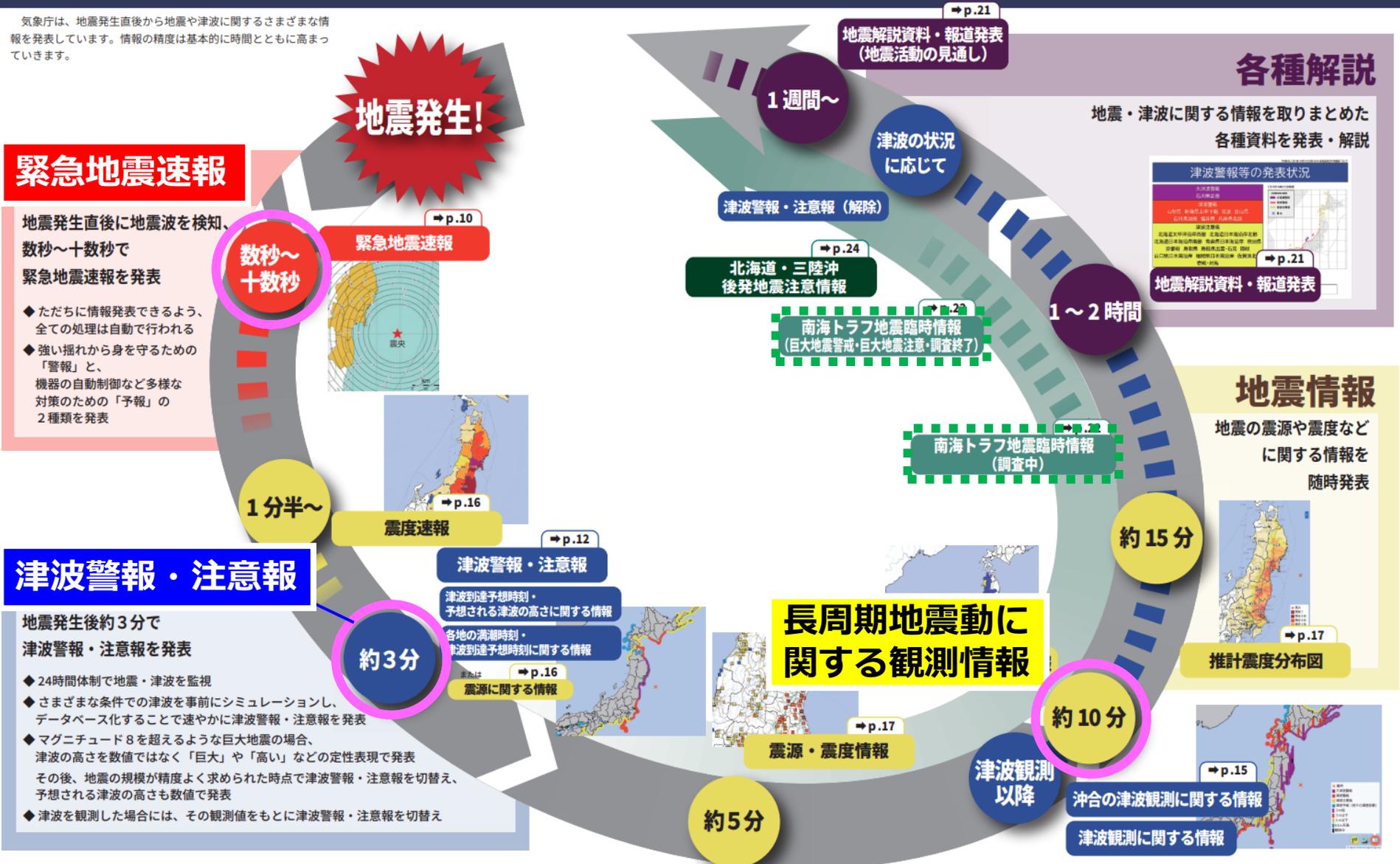


5. 地震・津波に関する防災情報

- ・緊急地震速報
- ・津波警報・注意報
- ・長周期地震動について
- ・事前の備え

情報発表のタイミング

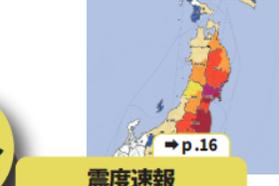
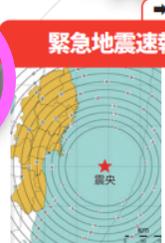
気象庁は、地震発生直後から地震や津波に関するさまざまな情報を発表しています。情報の精度は基本的に時間とともに高まっています。



緊急地震速報

地震発生直後に地震波を検知、数秒～十数秒で緊急地震速報を発表

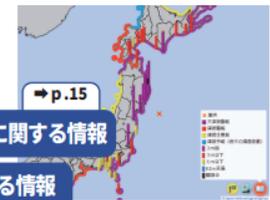
- ◆ただちに情報発表できるよう、全ての処理は自動で行われる
- ◆強い揺れから身を守るための「警報」と、機器の自動制御など多様な対策のための「予報」の2種類を発表



津波警報・注意報

地震発生後約3分で津波警報・注意報を発表

- ◆24時間体制で地震・津波を監視
- ◆さまざまな条件での津波を事前にシミュレーションし、データベース化することで速やかに津波警報・注意報を発表
- ◆マグニチュード8を超えるような巨大地震の場合、津波の高さを数値ではなく「巨大」や「高い」などの定性表現で発表
その後、地震の規模が精度よく求められた時点で津波警報・注意報を切替、予想される津波の高さも数値で発表
- ◆津波を観測した場合には、その観測値をもとに津波警報・注意報を切替え



各種解説

地震・津波に関する情報を取りまとめた各種資料を発表・解説

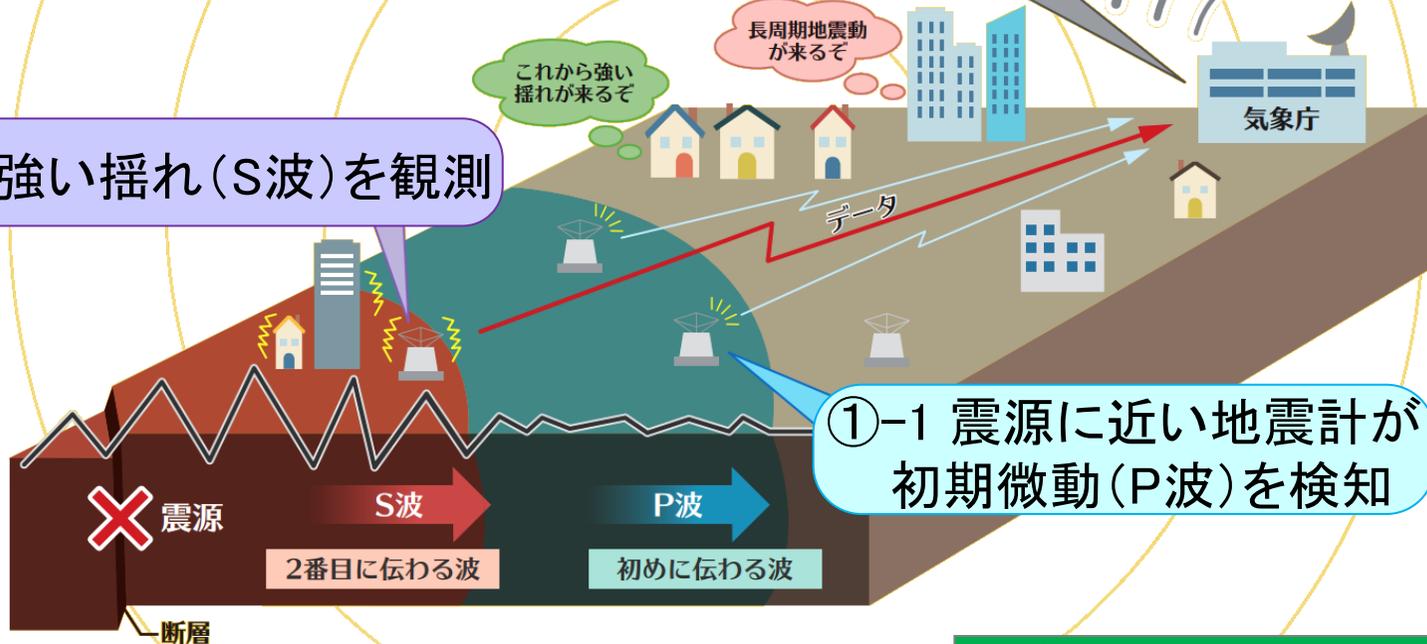
最大震度5弱以上または長周期地震動階級3以上の揺れが予想された場合に、震度4以上または長周期地震動階級3以上の揺れが予想された地域に発表

③緊急地震速報 発表

②瞬時に推定した震源・規模や、観測した強い揺れから震度等を予想

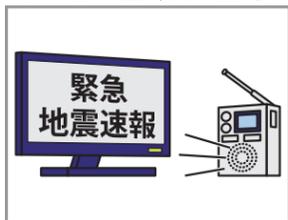
①-2 強い揺れ(S波)を観測

①-1 震源に近い地震計が初期微動(P波)を検知



④緊急地震速報を知る方法

緊急地震速報を見聞きした時は...



テレビ・ラジオ



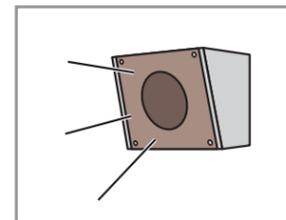
携帯電話・スマホ



防災行政無線



受信端末



館内放送



地震の揺れを感じたら…
(緊急地震速報がなくても)

まわりの人にも声をかけながら

あわてず、まず身の安全を!!



緊急地震速報を見聞きしたら…
(地震の揺れを感じなくても)

※ 震源に近い場所では、緊急地震速報が間に合いません!

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うながす
- 急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす



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



屋外(街)では

- スロッキン塀の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる



エレベーターでは

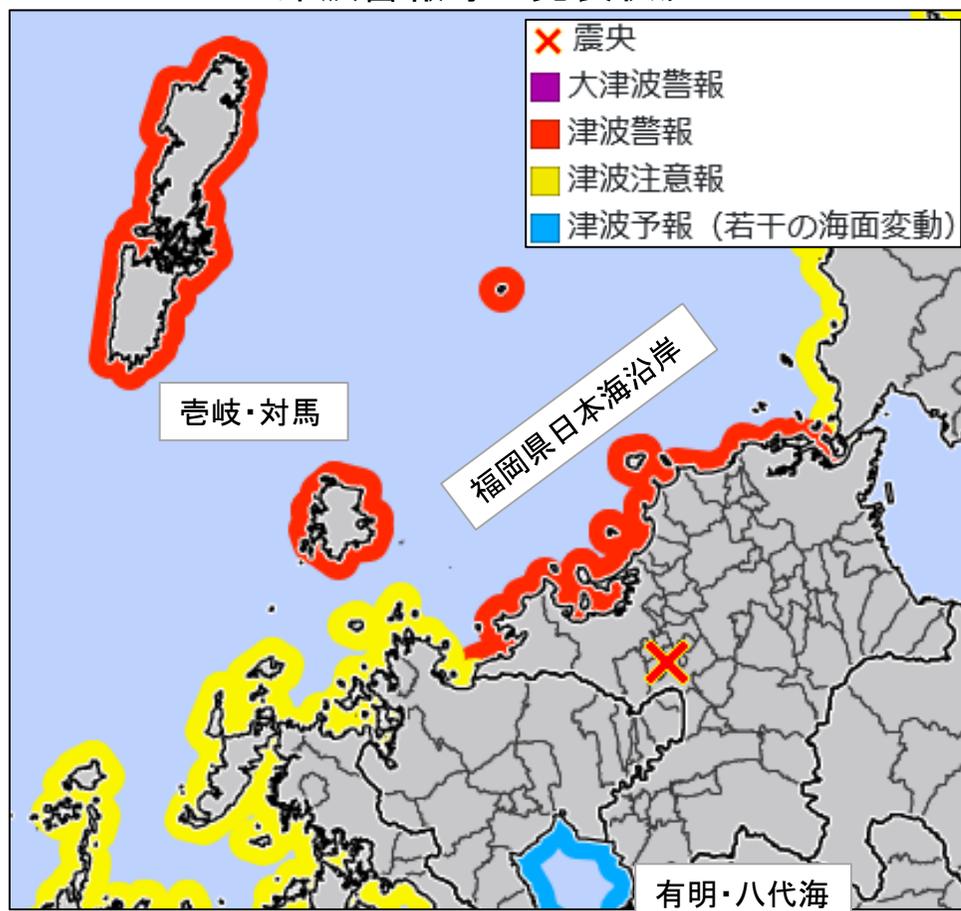
- 最寄りの階に停止させ、すぐにおりる



まず最初に地震の位置と規模を求め、そこから津波予報データベースを用いて津波の高さと到達時刻を推定し、その結果、**災害の発生が予想される場合に、津波警報・注意報**を発表します。

その後、「予想される津波の高さ」、「津波の到達予想時刻」等の情報を発表します。

津波警報等の発表状況



←例えば、
もし警固断層帯南東部の地震
(M7.2程度)が起こったら…

断層北西端が博多湾に位置しているので、
津波警報等が発表される可能性があります。



種類	発表される津波の高さ		発表基準	被害と避難の呼びかけ (★) の例
	巨大地震の場合の発表	数値での表現 (予想される津波の高さ区分)		
大津波警報	巨大	10m 超 (10m < 予想される津波の最大波の高さ)	予想される津波の最大波の高さが高いところで 3mを超える 場合	巨大な津波が襲い、木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。 ★ <u>大きな津波が襲い甚大な被害が発生します。沿岸部や川沿いにいる人はただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってきます。警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。</u>
		10m (5m < 予想される津波の最大波の高さ ≤ 10m)		
		5m (3m < 予想される津波の最大波の高さ ≤ 5m)		
津波警報	高い	3m (1m < 予想される津波の最大波の高さ ≤ 3m)	予想される津波の最大波の高さが高いところで 1mを超え 3m以下 の場合	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。 ★ <u>津波による被害が発生します。沿岸部や川沿いにいる人はただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってきます。警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。</u>
津波注意報	表記しない	1m (0.2m ≤ 予想される津波の最大波の高さ ≤ 1m)	予想される津波の最大波の高さが高いところで 0.2m以上 1m以下 の場合 であって、津波による災害のおそれがある場合	海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、養殖いかだが流失し小型船舶が転覆します。 ★ <u>海の中や海岸付近は危険です。海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください。潮の流れが速い状態が続きますので、注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近づいたりしないようにしてください。</u>

津波警報が出たら... すぐ避難！高い場所へ！ ※ 大津波警報を「特別警報」に位置づけています。



海岸付近で地震の揺れを感じたり津波警報が発表されたら、
ただちに高い場所に急いで避難しましょう。

目指すところは、避難所ではなく **避難場所！**

沿岸沿いにお住まいの方や旅行される方は、「津波ハザードマップ」で「津波の避難場所」等を確認しておきましょう。

また、日頃からいろいろな場合を考えて、避難経路やいざという時の行動などを周りの人と話し合っておくことが大切です。

(避難所はその後の避難生活を送るための場所なので、切迫した災害の危険から逃れるための避難場所とは違います。)



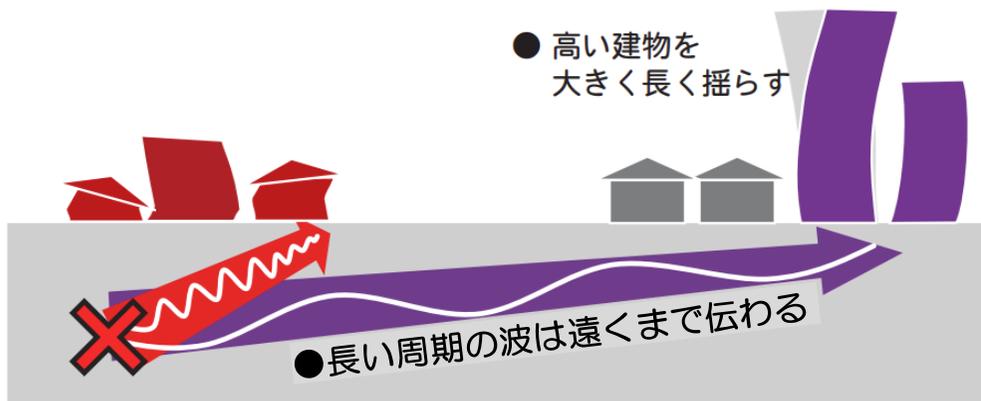
津波警報等を知る手段



テレビ、ラジオ、スマホ等により最新の情報を確認しましょう。

長周期地震動とは

- 大きな地震が発生したとき、その地震波の周期(1往復するのにかかる時間)が長い揺れのことを**長周期地震動**といいます。建物には固有の揺れやすい周期(**固有周期**)があります。地震波の周期と建物の固有周期が**一致すると共振**して、建物が大きく揺れます。



2011年東北地方太平洋沖地震のときの東京都内のビルの室内の様子(工学院大学提供)

長周期地震動階級

- 長周期地震動階級とは、固有周期が1～2秒から7～8秒程度の揺れが生じる高層ビル内(概ね14、15階建以上)における、地震時の人の行動の困難さの程度や、家具や什器の移動・転倒などの被害の程度から、4つの段階に区分した揺れの大きさの指標です。
- この観測情報を地震発生から約10分で発表します。

<h3>階級1</h3> <ul style="list-style-type: none">●室内にいたほとんどの人が揺れを感じる。驚く人もいる。●ブラインドなど吊り下げものが大きく揺れる。 	<h3>階級2</h3> <ul style="list-style-type: none">●室内で大きな揺れを感じ、物につかまりたいと感じる。物につかまらなると歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。●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。 
<h3>階級3</h3> <ul style="list-style-type: none">●立っていることが困難になる。●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。 	<h3>階級4</h3> <ul style="list-style-type: none">●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る。●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。 

緊急地震速報(警報)は階級3以上を予想した場合に発表

これら地震や津波に対しては、事前の備えが大切です。

6. 事前の備え 地震や津波から命を守るために

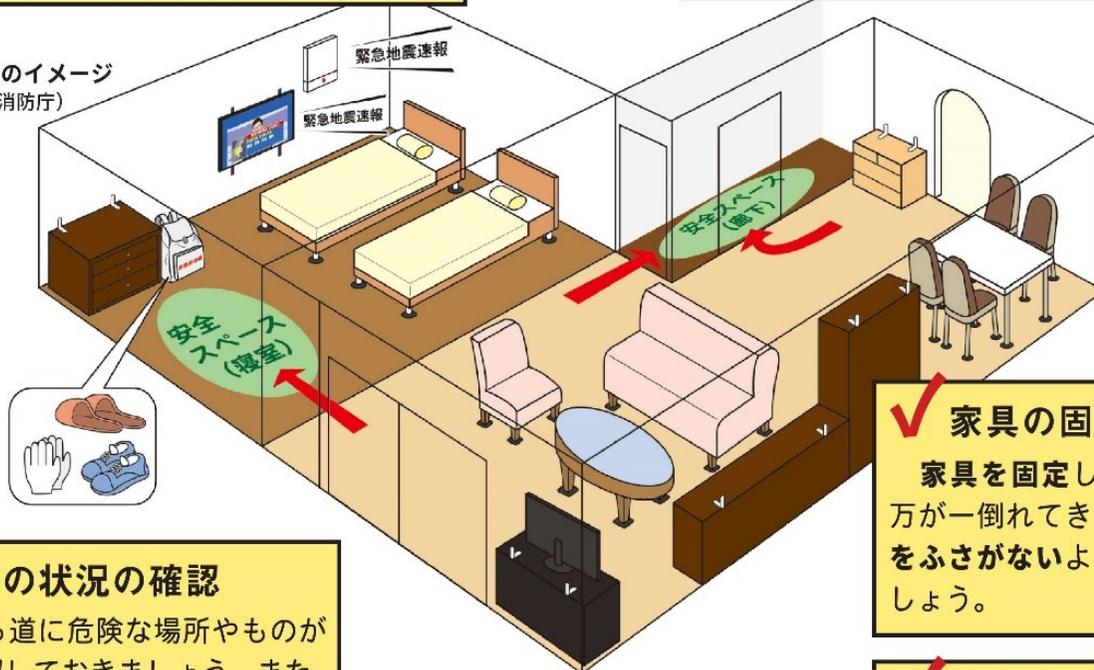
地震から身を守る行動の具体例：日頃からの備えの例（室内の備えのイメージ）

地震の揺れは突然襲ってきます。いつ揺れに見舞われても身を守ることができるように、屋内・屋外問わず周囲の状況や避難経路を確認し、揺れに備えましょう。

✓ **備蓄・非常持ち出し品の準備**
非常時の水・食料の備蓄や、非常用持ち出し品を準備しておきましょう。

✓ **安全スペースの確保**
室内になるべくものを置かない「安全スペース」（ものが落ちてこない・倒れてこない・移動しない空間）を作っておきましょう。

室内の備えのイメージ
(資料：東京消防庁)



✓ **周囲の状況の確認**
普段通る道に危険な場所やものがないか確認しておきましょう。また、地盤の弱い場所や地震によって地盤の緩んだ場所では、降雨などにより土砂災害が発生することがあります。前もって周囲の状況を確認しておきましょう。

✓ **連絡手段の確認**
地震が発生したときの連絡手段や集合場所について、**あらかじめ**家庭で話し合っておきましょう。

✓ **家具の固定**
家具を固定しましょう。また、万が一倒れてきた場合でも、**通路**をふさがらないような配置を考えましょう。

✓ **訓練に参加しよう**
本当に地震が起こったときに、あわてずに身の安全を図ることができますか？**積極的に訓練**に参加しましょう。

6. 事前の備え 地震や津波から命を守るために

津波から身を守る行動の具体例：日頃からの備えの例

✓ 危険な場所を確認

自宅や学校、職場周辺などで津波に襲われるおそれのある場所をハザードマップや周囲の地形から確認しておきましょう。海から離れていても、川に沿って津波が襲ってくることもあります。

✓ 避難場所を確認

津波避難場所や避難ビルがどこにあるか、また避難経路などを周りの人と確認しておきましょう。避難場所は1ヶ所だけでなく、さらに高い場所にあるところも調べておきましょう。

✓ 訓練に参加しよう

実際に避難経路をたどってみるなど、積極的に訓練に参加しましょう。



津波注意

津波が来襲する**危険**のある地域を示します



津波避難ビル・津波避難場所

津波から一時的に避難する場所を示します



気象庁では24時間体制で、地震や津波を監視しています。地震が発生したり津波の発生が予想される場合は、直ちに情報や警報の発表を行ないます。

自然災害の防止・軽減のためには、気象庁が発信する「最新の情報」を「適切なタイミング」で「的確に活用」していただくことが重要です。

地震や津波に対する知識と情報を活用して、適切な行動をとることが重要ですが、**命を守るために最も大切なのは 事前の備え です。**