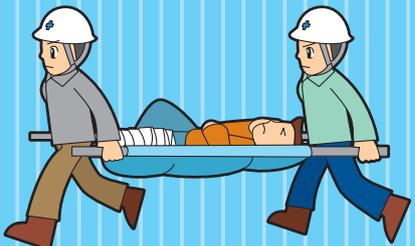
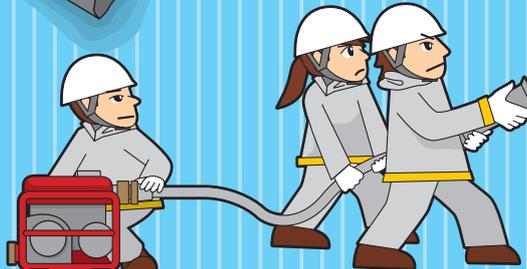
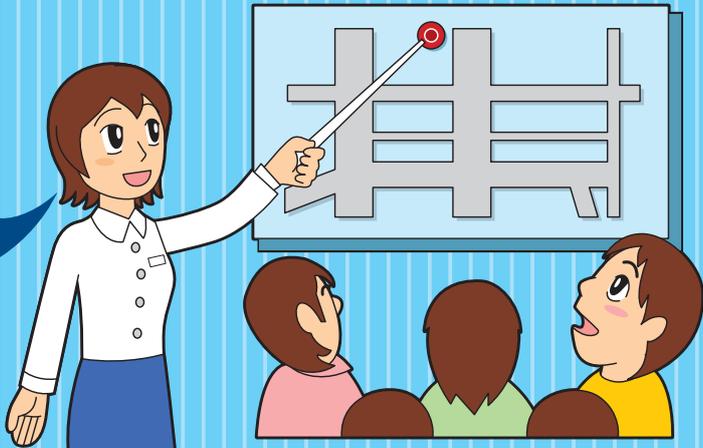


ふじのくに防災ガイドブック

備えは
だいじょうぶ



目 次

I 地震対策編	1
1. 地震災害に学ぼう	1
2. 想定される巨大地震とは	3
3. 巨大地震の被害想定	5
4. 南海トラフ地震に関連する情報	9
5. 突然地震が起きたら	11
6. 緊急地震速報	12
7. 地震に強いわが家にしよう	13
8. 家具等の転倒防止	14
9. ブロック塀をチェック	15
10. 非常持出し品・備蓄品	16
11. 役割分担行動表や防災マップを作ろう	18
12. 高層住宅における地震対策	19
13. 火災予防対策	20
14. 地域の防災活動に参加しよう	20
15. 自主防災組織	21
II 風水害対策編	22
1. 静岡県における風水害の特徴	22
2. 日頃の備え	23
3. 避難判断のための情報	23
III 火山災害対策編	24
1. 日本の火山、静岡県の火山	24
2. 火山災害への対応	25
IV 資料編	26
家庭内 DIG 地震がきてもわが家で暮らす方法	26
静岡県総合防災アプリ 静岡県防災	28

2) 静岡県周辺で起こった大きな地震

① 関東地震 (関東大震災) **M7.9** 1923年 (大正12年) 9月1日 各地で火災が発生したため、被害が増大した。死者・行方不明者105,385人、家屋の全半壊約254,499棟、焼失447,128棟などの甚大な被害に見舞われた。相模湾沿岸には津波が来襲し、波高は熱海で12mにも及んだ。

② 北伊豆地震 **M7.3** 1930年 (昭和5年) 11月26日 死者272名、家屋の全壊2,165棟。丹那断層(長さ35km、横ずれ最大2~3m)が動き、山崩れや崖崩れが多数発生した。

③ 静岡地震 **M6.4** 1935年 (昭和10年) 7月11日 死者9名、家屋の全壊363棟。静岡・清水に被害が多く、清水港で岸壁・倉庫が大破などの被害があった。

④ 東南海地震 **M7.9** 1944年 (昭和19年) 12月7日 静岡、愛知、岐阜、三重の各県に被害が多く、全体で死者・行方不明者1,251名、住家の全壊16,455棟など。遠州灘沿岸で1~2m、下田市で最大2.1mの津波に襲われた。



⑤ 三河地震 **M6.8** 1945年 (昭和20年) 1月13日 死者2,306名、住家の全壊7,221棟など、三河湾沿岸の幡豆郡を中心に被害が発生した。

⑥ 伊豆半島沖地震 **M6.9** 1974年 (昭和49年) 5月9日 石廊崎付近の活断層が動き、死者30名、負傷者102名、家屋の全壊134棟など、南伊豆町を中心に被害が発生した。

⑦ 伊豆大島近海の地震 **M7.0** 1978年 (昭和53年) 1月14日 死者25名、負傷者211名、家屋の全壊96棟など、河津町を中心に被害が発生した。

⑧ 駿河湾を震源とする地震 **M6.5** 2009年 (平成21年) 8月11日 死者1名、負傷者319名、家屋の全壊はなかったが、半壊6棟、一部損壊8,672棟など、静岡県中部を中心に被害が発生した。(平成22年3月12日現在)

⑨ 静岡県東部の地震 **M6.4** 2011年 (平成23年) 3月15日 負傷者50名、家屋の一部損壊521棟など、富士宮市、富士市を中心に被害が発生した。(平成23年3月17日現在)

2 想定される巨大地震とは

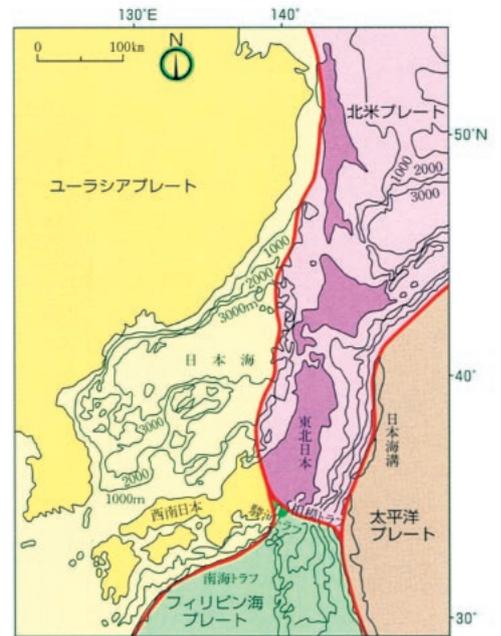
1) 東海地震説の発表

地球の表面は、10数枚のプレートと呼ばれる硬い板状のブロックによって、ジグソーパズルのように敷きつめられています。このプレートが地球内部のマントルの動きによって年間数cmから10数cmの速さで移動しながら、ぶつかり合ったり、潜り込んだりしている（プレートテクトニクス理論）と考えられています。

プレートどうしの境界では、大山脈、海溝、海底山脈などの大規模な地形の形成や地震・火山活動を引き起こしているのです。

1976年（昭和51年）8月に、駿河湾付近のプレート潜り込みでの地震を想定し、静岡県を中心とした東海地域で、「**大地震が明日起こっても不思議ではない**」という東海地震説が発表され、大きな社会問題となりました。これをきっかけに、静岡県の地震対策が始まりました。

日本列島付近のプレート



(瀬野徹三氏による)

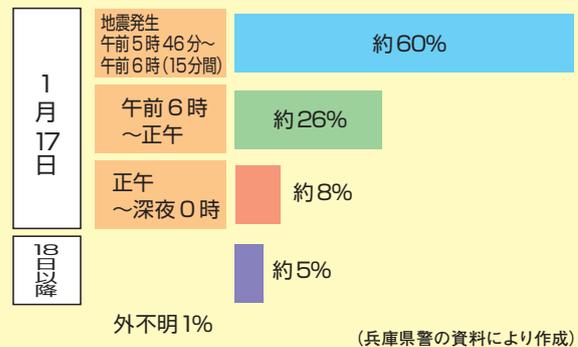
阪神・淡路大震災からの教訓

1 被害者をただちに助けることの重要性

阪神・淡路大震災では、死者のうち発生から15分間で約60%の方が、また、約6時間で約86%の方が亡くなっています。

いざという時のために、地域の防災訓練等に積極的に参加して、救出・救助や救急救命法を体得しておきましょう。(20 ページ参照)

死亡時間別死者数(阪神・淡路大震災の死者の分析)

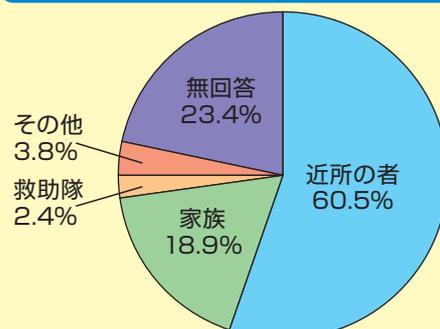


2 自主防災活動の重要性

被害者をただちに助けることが大切にもかかわらず、大震災の際は、行政による救援がすぐには期待できません。実際、阪神・淡路大震災で被害者の救出・救助に当たったのは、80%近くが近所や家族の方でした。

自主防災活動に積極的に参加して、災害に強い地域づくりを進めましょう。(21 ページ参照)

阪神・淡路大震災で救出・救助に当たったのは

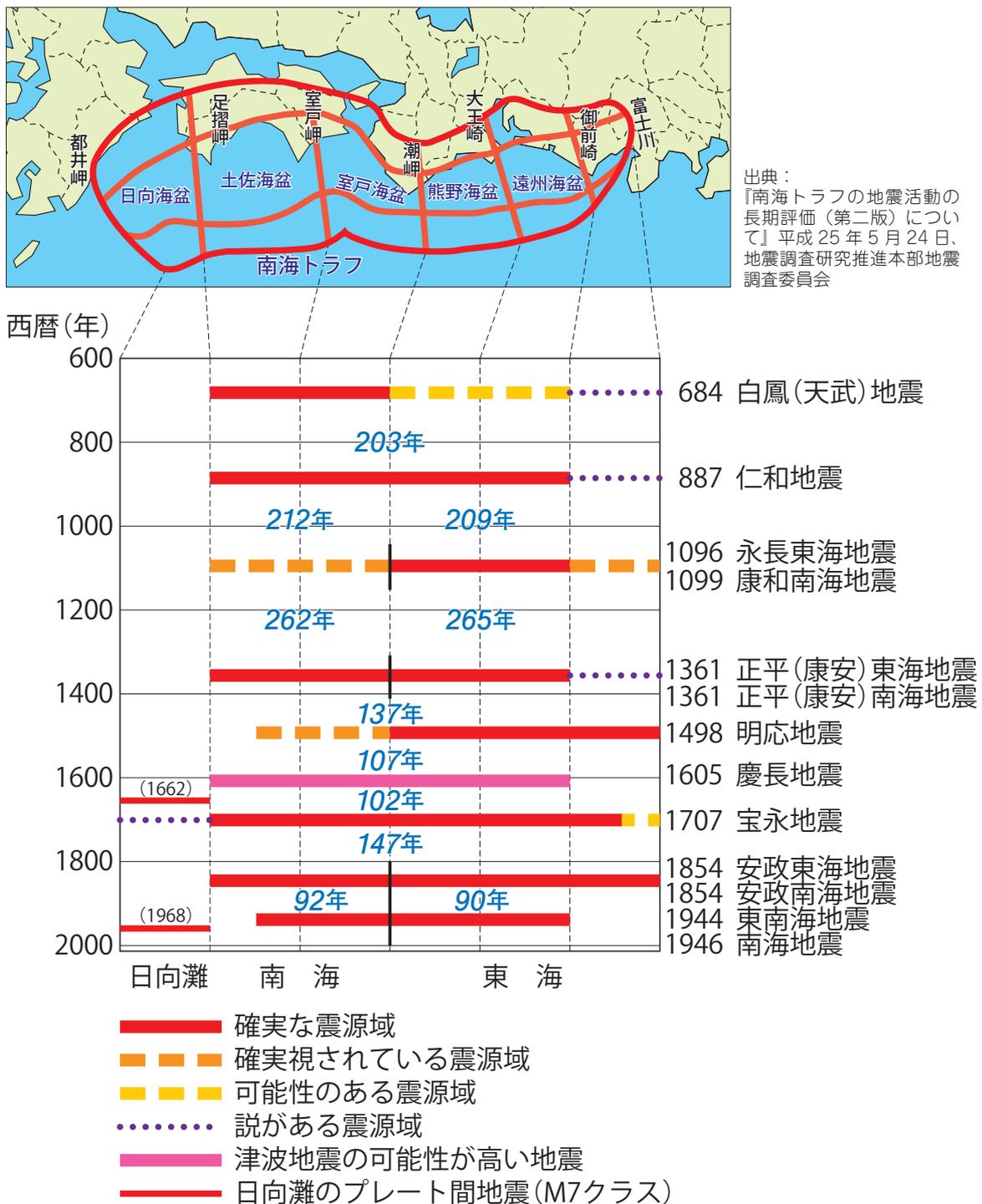


避難所の神戸市民840人の聞き取り調査(%) (平成7年2月神戸市消防局調査)

2) 繰り返し起こる大地震

東海から九州にかけての海域は、フィリピン海プレートが潜り込む駿河トラフ・南海トラフ沿いに位置し、国の地震調査研究推進本部による南海トラフ沿いの地震の長期評価によれば、南海トラフ全域（日向灘～富士川の領域）において、M8～M9クラスの地震が30年以内に発生する確率は70～80%程度と予想されています。過去の事例からみて、南海トラフの地震の発生には多様性があり、駿河湾から四国沖にかけての複数の領域で同時に、もしくは時間差をおいて発生するなど様々な場合が考えられます。

南海トラフで過去に起きた大地震の震源域の時空間分布



※図中青い数字は、地震の発生間隔年を示す。

※震源域は地形の境界(都井岬、足摺岬、室戸岬、潮岬、大王崎、御前崎、富士川)で東西に区切っている。

※黒の縦棒は、南海と東海の地震が時間差(数年以内)をおいて発生したことを示す。

3

巨大地震の被害想定

1) 第4次地震被害想定

静岡県では、東日本大震災の教訓を活かし、今後の地震・津波対策の基礎資料として活用するため、2013年（平成25年）に被害想定を見直し、「静岡県第4次地震被害想定」を策定しました。

レベル1の地震・津波

発生頻度が比較的高く（駿河トラフ・南海トラフでは約100～150年に1回程度）、発生すれば大きな被害をもたらす地震・津波

レベル2の地震・津波

発生頻度は極めて低いが、発生すれば甚大な被害をもたらす、あらゆる可能性を考慮した最大クラスの地震・津波

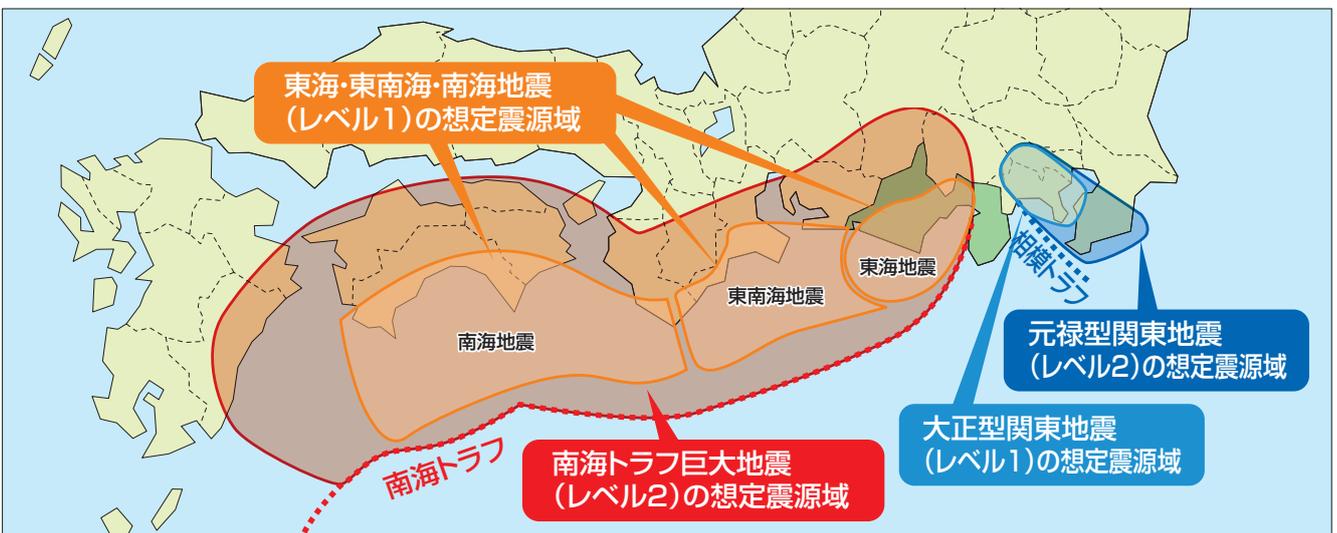


想定対象地震

区分	駿河トラフ・南海トラフ沿いで発生する地震	区分	相模トラフ沿いで発生する地震
レベル1の地震・津波	東海地震 東海・東南海・南海地震等 (マグニチュード8.0～8.7程度)	レベル1の地震・津波	大正型関東地震 (マグニチュード8.0～8.2程度)
レベル2の地震・津波	南海トラフ巨大地震 (マグニチュード9程度)	レベル2の地震・津波	元禄型関東地震 (マグニチュード8.2～8.5程度) 相模トラフ沿いの最大クラスの地震 (マグニチュード8.7程度)

第4次地震被害 想定概要	駿河トラフ・南海トラフ沿いで発生する地震		相模トラフ沿いで発生する地震	
	レベル1	レベル2	レベル1	レベル2
震度7の地域	345km ²	345～726km ²	42km ²	110km ²
最大津波高	11m	33m	9m	18m
人的被害 (死者数) [※]	地震	約16,000人	約3,000人	約6,000人
	うち津波	約9,000人	約96,000人	約2,900人

※冬の深夜で早期避難率が低い場合



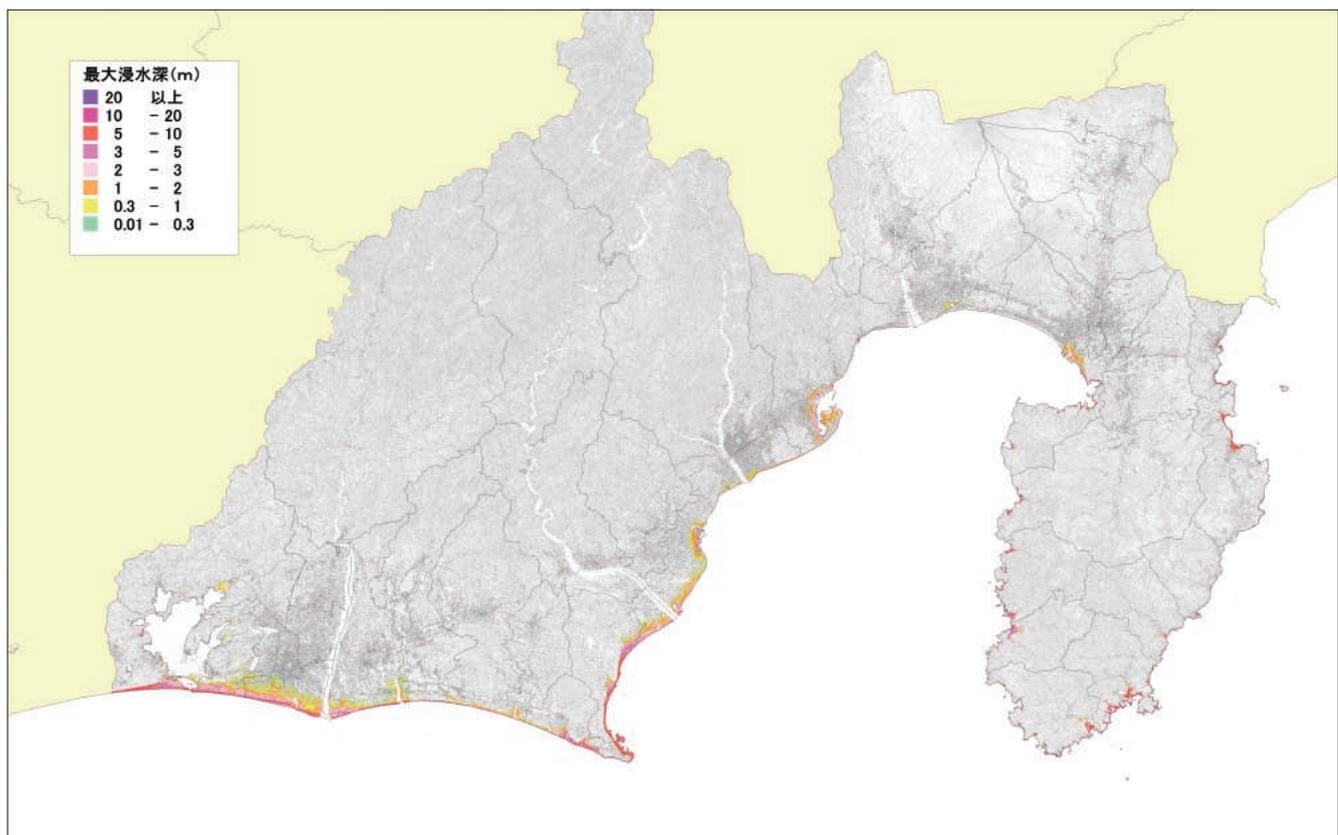
2) ライフラインの機能支障・復旧想定

①電力	発災直後は県内の需要家の9割程度が停電、4日後でも1割弱程度で停電が継続。応急復旧には、1週間程度が必要
②電話	固定電話は、発災直後は県内回線の9割程度が不通、1日後でも8割程度が不通のまま。応急復旧には、1～2週間程度が必要 携帯電話は、基地局の停波や停電の影響で発災1日後には県内全域で非常につながりにくい状態。応急復旧には、1～2週間程度が必要 上記以外に、発災直後から通話量の急激な増大による輻輳が発生し、電話がつながりにくい状態
③上水道	発災直後は県内ほぼ全域で断水、1週間後でも県内の給水人口の5割以上で断水が継続。応急復旧には、4～6週間程度が必要
④下水道	発災1日後、県内の処理人口の5～7割近くが機能支障となり、各地で排水困難な地区が発生。応急復旧には、2～5週間程度が必要
⑤ガス	都市ガスは、発災直後の県内供給停止率7～8割程度。応急復旧には、4～6週間程度が必要 LPガスは、発災直後に3～4割程度の需要家で機能支障が発生するが、点検後、早期の復旧が可能
⑥エレベーター	震度4相当以上でほぼ全てのエレベーターが停止。電力復旧、点検後に使用が可能

※静岡県第4次地震被害想定～駿河トラフ・南海トラフ沿いで発生する地震・津波の場合

3) 静岡県で想定される津波 [静岡県第4次地震被害想定津波浸水] (レベル2津波の最大浸水域重ね合わせ図)

津波危険予想地域や山崖崩れの危険箇所等については市町などに情報があります。市町では、危険箇所を地図にした「**ハザードマップ**」を作成し、ホームページ等で公開しています。



地震だ、津波だ、すぐ避難！

海岸付近にいて、地震の揺れを感じたとき
(長い時間ゆっくりと揺れを感じたときにも)

津波警報が出たとき (津波: 1m以上、大津波: 3m以上)



ただちに
高い所へ

津波注意報が出たとき
(20cm以上1m未満)



海岸にいる人は
高い所へ速やかに避難

あなたの住居・職場・学校等における危険を知る

自然災害とは、地震・大雨・強風・噴火などの自然現象が、地形や地盤に作用することで地盤の強振動（地震動）・洪水・高潮・斜面崩壊・火砕流などが発生し、これにより人間社会に引き起こされるさまざまな被害や悪影響をいいます。

自然災害の種類は、災害を引き起こす原因と地形や地盤の特性によりほぼ決まるとされています。

例えば、地震が軟らかい地層に作用すると強い振動が起こり、海水を揺らすと津波が発生します。

現在、地震や大雨などによる災害を高い精度で予知・予報することは困難です。しかし、地形・地盤などの性質は場所ごとに把握され、そこで起こる災害の種類と危険度・危険範囲はおおむね判明しています。

予知・予報が難しい現状を考えると、自然災害がいつ起こっても災害を回避あるいは被害を少なくするための備えが必要です。

そのためには、各種のハザードマップから各人の行動範囲内の危険性を把握し、その危険な状態が発生した時の自分への影響を考え、その影響をできるだけ少なくする方法を検討し・実行する（対策）ことが必要です。

ここでは、各種の危険性が把握できる「静岡県地理情報システム（GIS）」を紹介します。

なお、市町で作成配布されている「ハザードマップ（災害の危険性と避難所などが掲載）」も確認しておきましょう。

静岡県地震防災センターのホームページの「調べる」から「第4次地震被害想定（GIS）」を選択します。

利用規約画面が表示されるので「同意」すると、画面左に地図切り替えボタン「切替」をクリックすると利用可能な情報（約26種類）が表示され選択可能となります。

「第4次地震被害想定」では南海トラフ巨大地震で想定される震度分布、津波浸水区域、液状化分布をみることができ、外面上の検索バーに住所又は公共機関名を入力するとその場所の危険度を把握することができます。また、津波浸水区域図では地図上をクリックするとその場所での最大浸水深などを知ることができます。

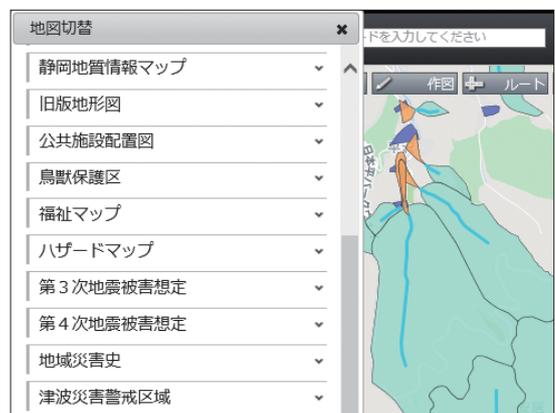
「土砂災害情報マップ」では、急傾斜地や土石流などの危険箇所、警戒区域、特別警戒区域を知ることができます。

「地域災害史」では寺社等に残る古文書などの記録を見ることができます。

その他に、地質情報、洪水浸水想定図、富士山火災防災などの情報もご覧いただけます。



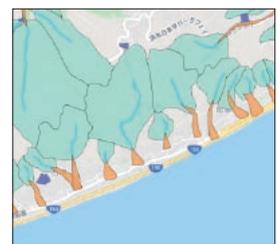
(GIS) 情報切り替え画面



(GIS) 情報選択画面



(GIS) 津波浸水区域図



(GIS) 急傾斜地危険箇所

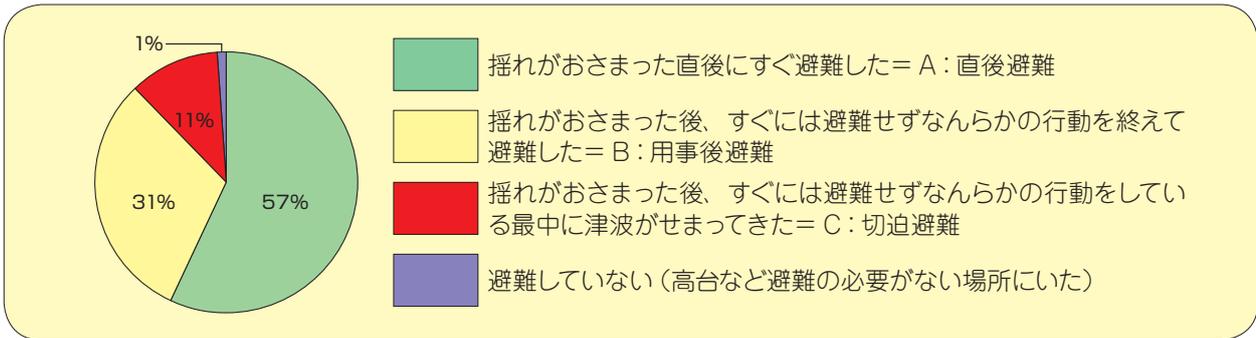
東日本大震災からの教訓

一東日本大震災の津波で多くの尊い命が失われた理由は？一

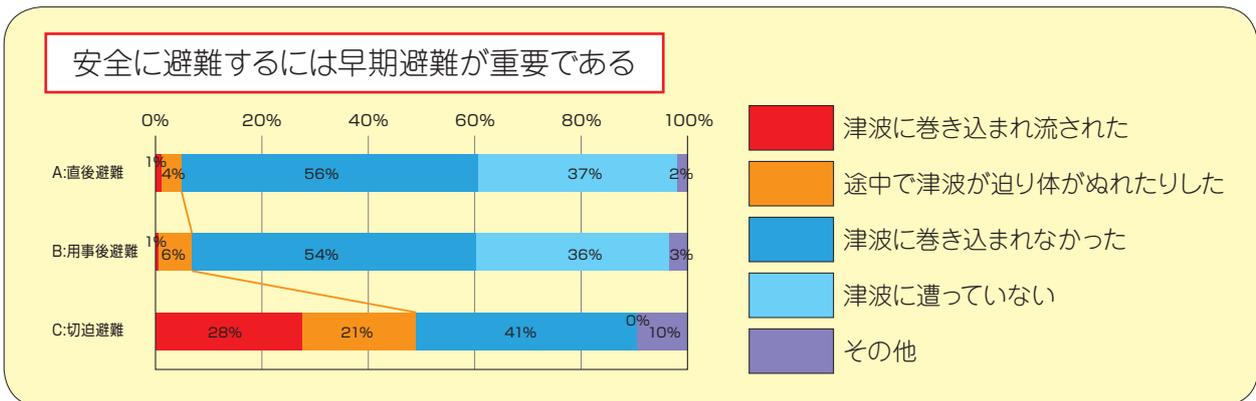
東日本大震災では、19,600人以上の尊い命が失われ、その90%以上が津波によるものでした。国は岩手、宮城、福島3県の沿岸地域で避難所等に避難した870人を対象にアンケート調査「平成23年東日本大震災における避難行動等に関する面接調査(住民)」を行いました。

その調査結果は南海トラフ巨大地震で大きな津波被害が予想される本県にとって多くの教訓が読み取れます。

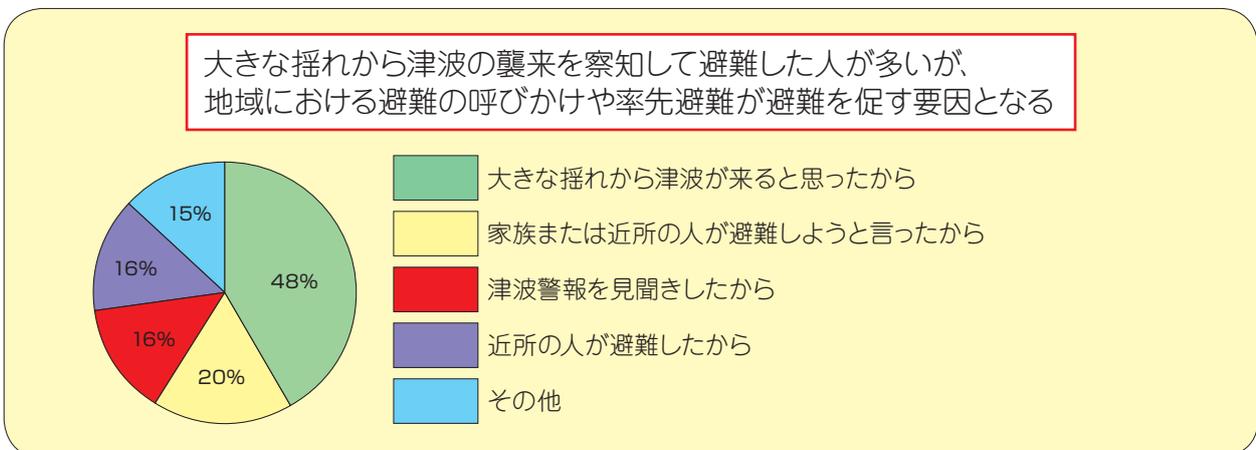
1 地震の揺れがおさまった後の避難行動(複数回答)



2 避難行動パターンと津波との遭遇の関係



3 避難したきっかけ(複数回答)

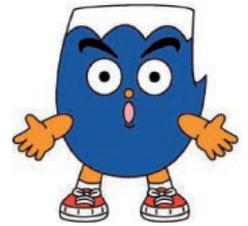


想定される南海トラフ巨大地震による静岡県沿岸を襲う津波は東日本大震災の津波に比べ場所によってはより早く、高い津波が予想されます。

そのため「地震だ、津波だ、すぐ避難!」を県民1人1人が肝に銘じ、訓練を通じて体でおぼえることが重要です。

地震発生の予測は難しい

国の中央防災会議では、「現在の科学的知見からは、確度の高い地震の予測は難しい。」とし、東海地震のみに着目した情報の発表はなくなりました。



南海トラフ地震に関わる情報

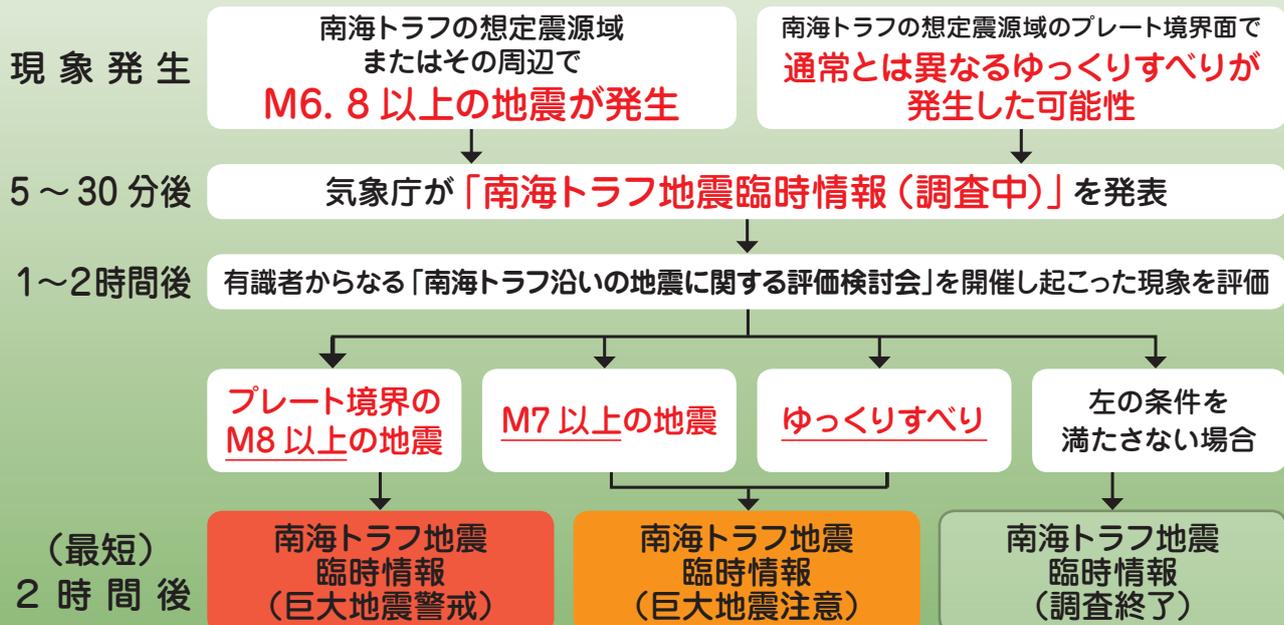
令和元年5月31日から南海トラフ地震に関わる情報として、「南海トラフ地震臨時情報」と「南海トラフ地震関連解説情報」が気象庁から発表する運用が始まりました。

臨時情報には「(調査中)」、「(巨大地震警戒)」、「(巨大地震注意)」、「(調査終了)」の4種類があります。

臨時情報は、南海トラフの想定震源域やその周辺でマグニチュード6.8以上の地震が発生又はプレート境界での通常とは異なるゆっくりすべりが発生などの現象が見られた場合に、下に示した流れ図に沿って発表されます。

また、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時と、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には「解説情報」が発表されます。

南海トラフ地震臨時情報の情報発表までの流れ



政府の呼びかけに応じて地方公共団体、企業、住民等が防災対応を実施
南海トラフ地震の多様な発生形態に備えた防災対応検討ガイドライン【第1版】の図を修正

「南海トラフ地震臨時情報」の運用が開始されました

南海トラフ沿いで大規模な地震が発生する可能性が高まった場合に発表される「南海トラフ地震臨時情報」。発表されるタイミングや、それに応じた防災対応を知り、大規模地震の発生に備えましょう。

南海トラフ地震臨時情報が発表されなくても、大規模な地震が発生することがあります。



*地震への備えの例：避難場所や避難経路の確認、家具の固定、水や食料の備蓄など

5

突然地震が起きたら

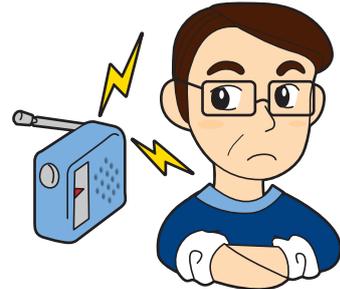
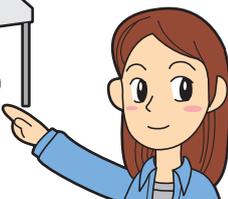
- 1 ● 激しい揺れは、**長い場合には3分以上**続きます。あわてて外に飛び出さない。落ちついて冷静に。
- 地震発生直後は、**わが身の安全確保が最優先!**
- 大きな地震の後には、多くの場合、その近くで引き続いて多数の地震(余震等)が発生します。
- 小さなケガなら家族で手当て。



- 2 ● 火元の周辺にもものを置かない。
- 火災が発生しても、あわてずに初期消火。火元の安全確認。
- 近所に火の手は? 消火活動は隣近所みんなに呼びかけ、協力を!

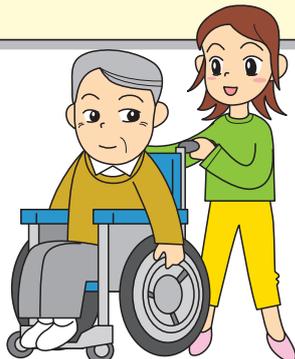


- 3 ● 自宅を離れる時は、家族の安否、行き先などは「伝言ダイヤル171」又は「災害用伝言板」を利用。
- ガスの元栓を閉め、電気ブレーカーを切る。
- 戸締まりを忘れずに。



- 4 ● デマに注意。最新の正確な情報入手しよう。
- 電話の使用は極力控える。安否情報は、「伝言ダイヤル171」(携帯電話は「災害用伝言板」)を利用。

- 5 ● 避難所は共同生活の場。決められたルールを守り、協力と助け合い。
- 体の不自由な方や負傷者などに心遣いを。



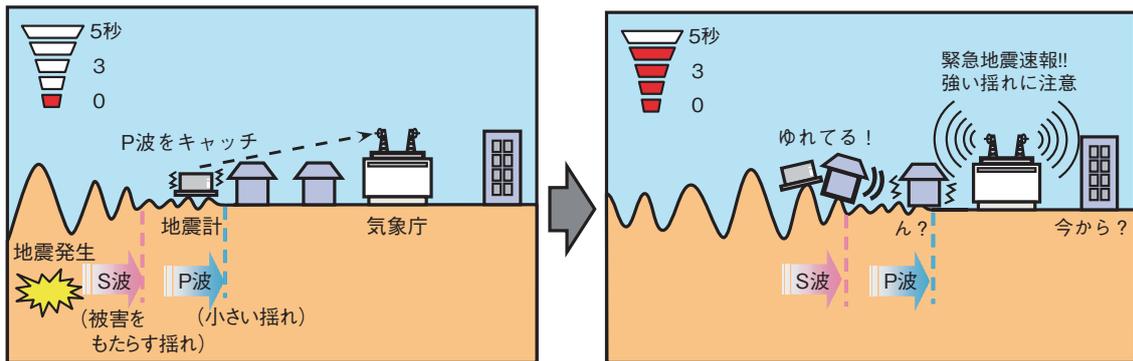
- 6 ● 発災後数日は、物資の援助は期待できない。日頃の備えの大切さが分かる時。しばらくは非常持出し品や備蓄食で生活を。

緊急地震速報とは

緊急地震速報とは、2ヶ所以上の地震観測点で地震波を観測し、最大震度が5弱以上と予想された場合に震度5弱以上の強い揺れが予想される地域名と震度4が予想される地域名を発表する**警報**です。

緊急地震速報は、テレビやラジオ、携帯電話などを通じて伝達されます。

緊急地震速報は、地震の揺れを震源に近いところで捉えてから発表される情報です。このため、緊急地震速報の発表から強い揺れが来るまでの時間は数秒から数十秒程度で、震源に近い場所では揺れに間に合わない場合があります。



(気象庁資料による)

緊急地震速報の利用の心得

！ 緊急地震速報を見聞きしたら

(または、緊急地震速報より先に地震の揺れを感じたら)

○ 慌てず、まずは身の安全を図る

- ・ 頭を保護し、丈夫な机の下等、安全な場所へ避難する。
- ・ 慌てて外に飛び出さない。
- ・ 無理に火を消そうとしない。

その他、屋外ではブロック塀の倒壊や割れたガラスの落下に注意、エレベータでは最寄りの階に停止させる、自動車運転中はゆっくり速度を落として停止させ、ハザードランプで後続車に注意を促す等。

○ 家具の転倒防止、ガラス飛散防止等、常日頃からの備え

○ 大きな揺れが到達するまでの、わずかな時間で対応できるよう訓練の実施

震災による死者を減らすためには、「住宅の倒壊、家具の転倒による圧死・窒息死を防ぐ」ことが重要です。静岡県では、地震発生時に住宅の倒壊から県民の生命を守るため、木造住宅の耐震化プロジェクト「TOUKAI-0」を実施しています。

トウカイ 東海倒壊 TOUKAI-0 地震に強いわが家にしよう!!

耐震診断は**無料** 設計や耐震補強工事には**補助金**が出ます [対象は昭和56年5月以前の木造住宅]

耐震診断から補強工事までの流れ

1
ワン

専門家の
耐震診断

無料

電話一本で市町が派遣する専門家による耐震診断を無料で受けることができます。

市や町の窓口で電話で申し込みください。



2
ツ

耐震補強
工事の設計

補助額

96,000円/戸まで
(費用の2/3以内)

どこをどう補強するか検討して、「耐震補強計画」を作成し、補強のための工事費を算出します。

知り合いの工務店や建築士の方に相談してください。誰に頼んでもよいかかわからない時は、市町の窓口の名簿をご覧ください。

3
スリー

耐震補強
工事

補助額

30万円/戸から

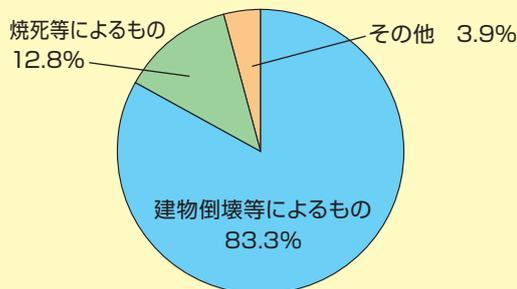
高齢者のみの世帯、障害のある方等と同居の世帯には**20万円**の割増補助。市町によってはさらに上乗せ補助があります。

阪神・淡路大震災からの教訓

建物の耐震化と家具等の転倒防止の重要性

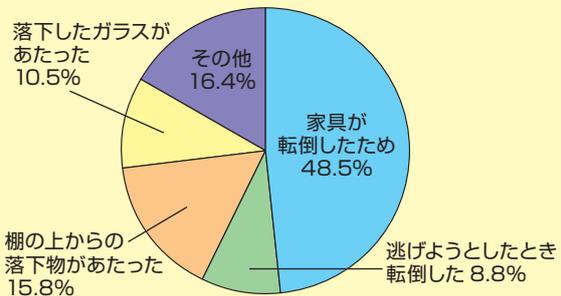
死者 6,400 人余、負傷者約 43,800 人の大惨事となった阪神・淡路大震災。亡くなった方の80%以上は建物の倒壊等によるもので、ケガをした方の半数近くは家具の転倒によるものでした。

亡くなった人の原因



出典：「神戸市内における検死統計」(兵庫県監察医 平成7年)

ケガした人の原因



(平成7年2月神戸市消防局調査)

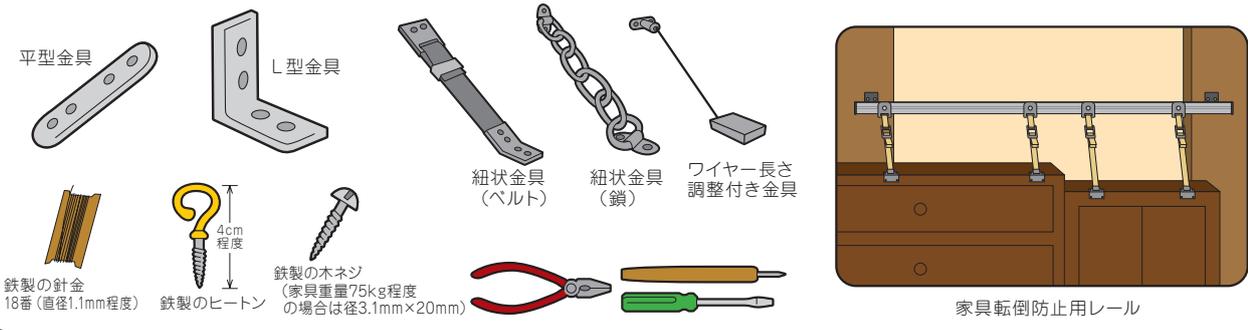
わが家での安全な暮らしのために

- 昭和56年5月以前の木造住宅は、すぐに市役所・町役場に相談を無料の耐震診断や補助金の制度があります。
- 家具等の転倒防止をしよう(14ページ参照)
個人で出来ない場合、業者に依頼することができます。
その時は、まず市町の防災担当に相談して下さい。

8 家具等の転倒防止

地震のとき、家具の転倒や棚から物の落下、ガラスの破損などによって死亡したりケガをすることがあります。タンスや食器戸棚などの家具のほか、冷蔵庫やテレビなどの電化製品も転倒や落下の防止対策を行い、出入口の扉や窓のガラスに飛散防止フィルムを貼るなどの対策を行ってください。また、寝る場所には家具を置かない、家具の配置を工夫するなど安全に対する備えが必要です。
注…家具等の転倒防止費用について助成制度を設けている市町がありますので、市町の防災担当課に問合せてください。

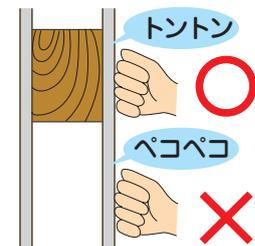
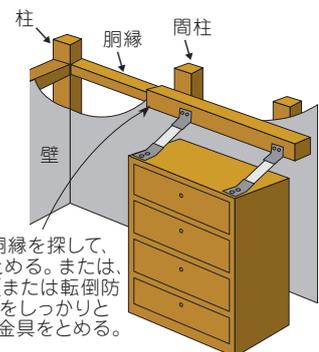
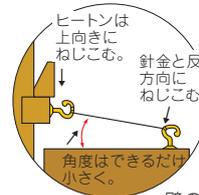
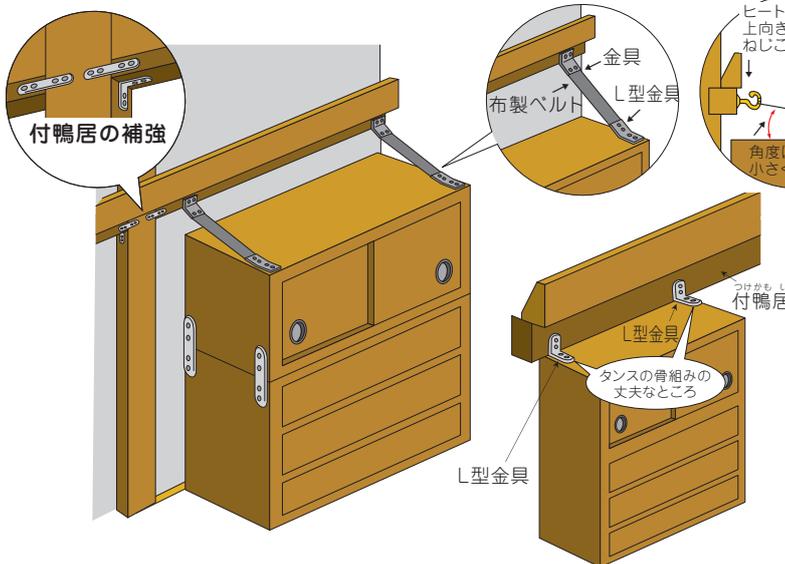
用意するもの



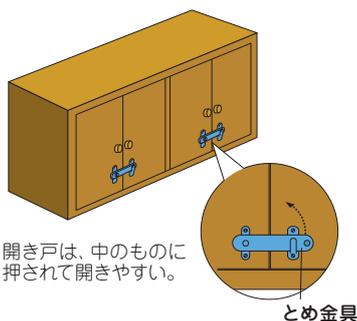
タンスのとめかた

背の高い家具は、鴨居に針金やL型金具でとめる。

柱の見えない壁にとめる場合

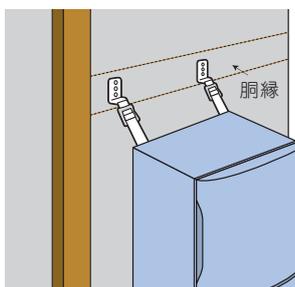


開き戸



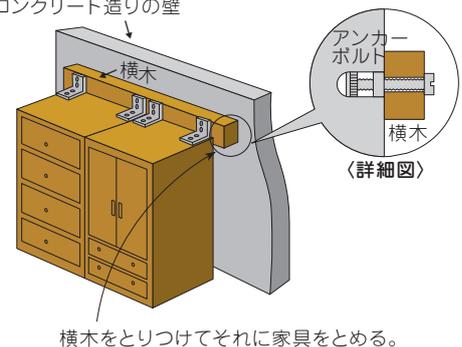
冷蔵庫

裏側にある取手(手カケ)に固定用ベルトを通して固定する。



鉄筋コンクリート造りの場合

コンクリート造りの壁



9 ブロック塀をチェック

点検結果に1つでも不適合があれば、そのブロック塀は危険性が大きく、改善する必要があります。

以下の5項目について点検しましょう

1 基礎の根入れはあるか 適・不適

コンクリートの基礎は、**地盤から30cm以上根入れ**されていることが必要です。まわりを掘って調べて下さい。
(根入れは**40cm以上が望ましい**)
(「根入れ」とは、基礎のうち土の中に入っている部分をいいます。)

地盤に差があるところは、低い方の地盤から計る。
根入れ30cm以上 (40cm以上が望ましい)

石積の近くにある塀は、図のように計る。
地盤とみなす線
根入れ30cm以上 (40cm以上が望ましい)
45度

側溝に沿ったところは、側溝の底から計る。
根入れ30cm以上 (40cm以上が望ましい)

石積の上にあるものは、根入れがないものとする。

2 塀は高すぎないか 適・不適

塀の高さは、地盤から**2m以下**かどうか調べてください。

地盤に差があるところは、低い方の地盤から計る。
高さ2m以下
ブロック1段の高さは20cm
高い方の地盤
低い方の地盤

側溝に沿ったところは、側溝の底から計る。
高さ2m以下
道路
側溝
地盤

石積の近くにある塀は、図のように計る。
高さ2m以下
地盤とみなす線
45度
地盤

3 控え壁はあるか (塀の高さが1.2m超の場合) 適・不適

① 控え壁は塀の長さ**3.2m (ブロック8個) 以下**にあるか
② 控え壁の**長さは40cm以上**あるか

控え壁
40cm
40cm
3.2m以下 (ブロック8個以下)

4 塀の傾き、ひび割れはないか 適・不適

塀が傾いたり、ひび割れしていないか、また鉄筋が錆びていないか

鉄筋の入っているところに沿ってブロックが茶色にじんできたり、はじけていたら、中の鉄筋が錆びています。

5 塀に鉄筋が入っているか 適・不適

直径9mmの鉄筋が次の①、②、③のように入っているか。

この点検は、堀を造った施工者などと相談して行って下さい。

- ① 鉄筋が、縦横とも80cm以下の間隔で入っているか。(縦筋は40cm間隔が望ましい。)
- ② 縦筋は、頂部の横筋、または、基礎の下側の横筋にかぎがけされているか。
- ③ 控え壁の鉄筋も①②のように入っているか。

各市町では、危険なブロック塀の撤去や改善のための補助制度を設けています。詳しくは各市町の窓口にお問い合わせください。※補助制度のない市町があります。

10 非常持出し品・備蓄品

非常持出し品は、家族構成を考えて必要なものを用意しておきましょう。「わが家の非常持出し品リスト」を作り定期的に点検を行ない、非常持出し袋などに入れ、いつでも持ち出せる場所に置きましょう。また、備蓄しておき後で取り出す物と分けておきましょう。

ポイント

- 非常持ち出し品は、両手が使えるリュックタイプの袋などにまとめておきましょう。
- 避難の妨げにならないように、軽くコンパクトにまとめましょう。
- 自分に必要なものの優先順位を決めて準備しましょう。
- 定期的の中身をチェックしましょう。

貴重品

- 現金（小銭を含む）
- 車や家の予備鍵
- 予備の眼鏡、コンタクトレンズなど
- 通帳、保険証、免許証のコピー
- 母子健康手帳
- お薬手帳



情報収集用品

- 携帯電話（充電器を含む）
- 携帯ラジオ（予備電池を含む）
- 家族の写真（はくれた時の確認用）
- 緊急時の家族、親戚、知人の連絡先
- 広域避難地図（ポケット地図でも可）
- 筆記用具・ノート



食料など

- 食料品
（非常食3日分を含む7日分）
- 飲料水
（1人1日3リットルを7日分）



便利品など

- 非常用トイレ
- ヘルメットか防災ずきん
- 懐中電灯（予備電池を含む）
- 笛やブザー
（音を出して居場所を知らせるもの）
- 万能ナイフ
- スプーン・はし・カップ
- ラップ類
- 使い捨てカイロ



- マスク
- ビニール袋
- アルミ製保温シート
- 毛布又は寝袋
- スリッパ
- 軍手か皮手袋
- マッチライター
- 給水袋
- 雨具（レインコート、長靴など）
- レジャーシート
- テント
- パール・ジャッキ
- バイク・自転車
（できればノーパンク仕様）



清潔・健康のためのもの

- 救急セット
- 常備薬・持病薬
- タオル
- トイレットペーパー・ティッシュペーパー
- 着替え（下着を含む）
- ウェットティッシュ・汗取りシート
- 予備の入れ歯・補聴器
- 歯みがきセット



その他

- 紙おむつ（幼児用・高齢者用など）
- 生理用品
- 粉ミルク・哺乳瓶
（赤ちゃんに必要なもの）
- ペットフード
- その他自分の生活に欠かせないもの



ご自身の環境に合わせて必要なものを準備してください。

11 役割分担行動表や防災マップを作ろう

役割分担行動表

名前	ふだんの日の昼間にいる可能性の高い場所	家族の集合場所	避難所

★家族の役割

内容	名前	内容	名前	内容	名前	内容	名前
ラジオ・テレビで情報を確認		窓ガラスなどにガムテープをはる		電気器具のコンセントを抜く		非常持出し品の確認	
火を消す		出入口を確保する		棚の上から物をおろす		すぐに戻ってこれない家族への伝言があれば書いておく	
ガスの元栓、プロパンガスボンベのバルブを締める		消火器・バケツの用意		家具などを倒れないようにする		子供や老人の世話	
危険物を安全なところに移す		飲料水を確保					

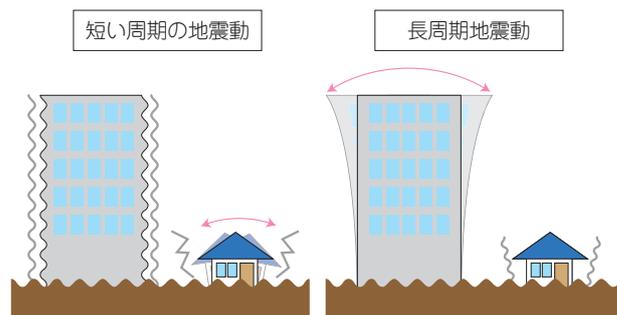
付近の防災マップを作ろう



12 高層住宅における地震対策

1) 高層住宅の被害の特徴

中高層住宅では、地震の際に、高層になるほど長い時間、大きく揺れ、家具等の転倒や、テレビ・電子レンジ・パソコン等の落下などの原因で負傷する方が出てまいります。また、多くの建物のエレベーターが停止し、特に高層住宅では、住民の移動や水・生活物資等の運搬に支障をきたします。



高層ビルは、短い周期の揺れは、「柳に風」のように、揺れを逃すよう柔らかくできていますが、長い周期の揺れがあると共振し、大きく・長く揺れることがあります。

2) 高層住宅における地震対策

家庭での対策

・室内の安全確保

大きな揺れに対しても家具類の転倒や家財の落下により負傷しないように、家具類の転倒防止対策を確実にし、高いところに物を置かないようにしましょう。

窓ガラスには飛散防止フィルムを貼り、カーテンで飛散防止効果を向上させましょう。

食器棚等のガラス戸には飛散防止フィルムを貼り、地震の揺れで扉が開き食器等が飛び出さないようにするなど、家財の飛散を防止する対策をしましょう。

駿河トラフ・南海トラフ沿いで発生するレベル2の地震は、発生の頻度は極めて低いと予想されますが、震源域が非常に広いことから、長周期の揺れが3～4分（軟弱地盤では5分以上）と長く続くと考えられます。長周期の地震は、高層マンションなどでは揺れが増幅し、さらに長い時間揺れるため、家具固定などの対策がより重要になります。

・備蓄

高層階になるほど水や生活物資等の運搬が難しくなるため、最低7日間は自立して生活できる準備をしておく必要があります。

7日分以上の飲料水の備蓄のほか、生活用水の確保として風呂水の溜め置きをしましょう。（ただし、乳幼児等のいる家庭では浴槽への転落防止のための工夫をしましょう。）

食料品についても、3日分程度の調理不要の非常食を含め、7日分の食料の備蓄をしましょう。（アレルギー食や粉ミルク、離乳食、介護食など家族の状況に応じた備蓄を考えましょう。また、ペットがいる場合はペットフードも備蓄しておきましょう。）

断水や停電、下水道や浄化槽の損壊により水洗トイレが使用なくなるため、携帯トイレなどを準備しておきましょう。

管理組合・自治会での対策

- ・各家庭で準備することが難しい物の備蓄や対策を検討しておく必要があります。
- ・飲料水を確保するために、受水槽や高架水槽を活用しましょう。
- ・高層階は生活物資等の運搬が困難なため、一定階ごとに備蓄倉庫やごみ集積場所を確保しましょう。
- ・エレベーター用の非常用電源の確保や、エレベーターが使用できない場合の運搬手段として階段昇降車等を準備しましょう。

13 火災予防対策

日頃から「もし火がでたら」を考え、家のどこに「火の元」があるのかを確認するなど、防火対策を講じておきましょう。日頃の備えがあつてこそ初期消火は成功します。地域で行われる防災訓練には必ず参加し、近隣の人たちと協力して防火対策に取り組みましょう。

- 消火器は必ず設置。使い方を理解しておく。
粉末消火器はどのような火災にも適応性があります。
消火器や消火器具は見やすく、取り出しやすい場所に置きましょう。
- バケツ（複数）に水を入れて常備
- 燃えやすいものなどは、ストーブなどの周りに置かない。
- ガスボンベ、灯油容器などは転倒防止
- ガスの元栓、電気ブレーカーの位置は家族全員で確認
操作方法も熟知しよう。



14 地域の防災活動に参加しよう

自らの命は自ら守る。自らの地域は皆で守る。
一人ひとりが自主防災組織のメンバーです。

- 防災訓練に、家族全員で参加しよう。

- ・ 8月30日～9月5日、防災週間 9月1日「防災の日」には総合防災訓練
- ・ 11月、地震防災強化月間 11月5日は「世界津波の日」
県内各地で防災展や講演会など
- ・ 12月の第1日曜日、地域防災の日 大規模な地震が突然発生したことを想定した訓練
- ・ 1月15日～1月21日、防災とボランティア週間 1月17日は「防災とボランティアの日」
- ・ 3月11日を含む3月上中旬、津波対策推進旬間 沿岸地域では津波避難訓練

- 大規模な災害が発生したら、積極的に初期消火や救出救助などの活動に取り組みましょう。

- 地域には防災に携わるさまざまな人たちがいます。いざという時には、お互いが協力し合い、一丸となって防災活動に取り組みましょう。



1) 平常時・災害時の活動

大地震から自分や家族の命を守るためには、普段から様々な備えを講じておくことが大切です。しかし、個人や家族の力だけでは限界があります。隣近所の人たちが互いに協力し合い防災活動に組織的に取り組むことが必要です。

災害発生時はもちろん、日ごろから地域の皆さんと一緒に防災活動に取り組むための組織、これが「自主防災組織」です。男性・女性、高齢者、障害のある人、子ども・若者、外国人等多様な個人の意見を聞き、自主防災組織の運営に反映させましょう。

- 平常時
 - 地域内の安全点検・・・巡回点検、危険個所の調査など
 - 防災知識の普及・啓発・・・地域の災害危険度、家庭での対策、要配慮者の把握など
 - 防災訓練・・・訓練の企画と実施、応急手当の講習など
- 災害時
 - 初期消火・・・出火防止対策の呼びかけ、初期消火、火災の警戒
 - 救出・救助・・・救出・救助、防災機関との協力
 - 応急手当・搬送・・・応急手当、家庭の医薬品の活用、搬送先病院の状況確認
 - 情報の収集・伝達・・・情報の収集伝達、デマ防止、防災機関への被害報告
 - 避難誘導・・・避難の呼びかけ、安全な避難誘導、避難者氏名等の確認
 - 避難所の運営・管理・・・物資配分の協力、炊き出し、生活ルールの調整・決定

2) 防災資機材の整備

自主防災組織に必要とされる防災資機材は、地域の実情に応じて何がどのくらい必要か検討し、不足するもの、新たに必要なものがあれば整備するようにしましょう。その際に、女性や高齢者でも使いやすい資機材の整備も心がけましょう。

ただし、いくら防災資機材が揃っていても、いざという時に使えないのでは意味がありません。日ごろから、点検や動作訓練、消耗品のチェックなどを実施しておきましょう。

【消防庁が示す防災資機材(例)】

出典：消防庁発行「自主防災組織の手引き」

目的	防 災 資 機 材
①情報収集・伝達用	携帯用無線機、受令機、電池メガホン、携帯用ラジオ、腕章、住宅地図、模造紙、メモ帳、油性マジック(安否・被害状況等情報収集・提供の際に用いる筆記用具として)等
②初期消火用	可搬式動力ポンプ、可搬式散水装置、簡易防火水槽、ホース、スタンドパイプ、格納器具一式、街頭用消火器、防火衣、鳶口、ヘルメット、水バケツ、防火井戸等
③水防用	救命ボート、救命胴衣、防水シート、シャベル、ツルハシ、スコップ、ロープ、かけや、くい、土のう袋、ゴム手袋等
④救出用	パール、はしご、のこぎり、スコップ、なた、ジャッキ、ベンチ、ハンマー、ロープ、チェーンソー、エンジンカッター、チェーンブロック、油圧式救助器具、可搬式ウィンチ、防煙・防塵マスク等
⑤救護用	担架、救急箱、テント、毛布、シート、簡易ベッド等
⑥避難所・避難用	リヤカー、発電機、警報器具、携帯用投光機、標識板、標旗、強力ライト、簡易(携帯)トイレ、寝袋、組立式シャワー等
⑦給食・給水用	炊飯装置、鍋、こんろ、ガスボンベ、給水タンク、緊急用ろ水装置、飲料用水槽等
⑧訓練・防災教育用	模擬消火訓練装置、放送機器、119番訓練用装置、組立式水槽、煙霧機、視聴覚機器(ビデオ・映写機等)、火災実験装置、訓練用消火器、心肺蘇生用訓練人形、住宅用訓練火災警報器等
⑨その他	簡易資機材倉庫、ビニールシート、携帯電話機用充電器、除雪機等

II 風水害対策編

1 静岡県における風水害の特徴

本県は、台風や低気圧の影響を受けることが多く、南からの湿った空気が流れ込みやすく、山間部を中心に降水量が多くなっています。また、海上や海岸では強い風が吹き、波が高くなることもあります。

また、近年は全国で非常に激しい雨（1時間降水量50mm以上）の年間発生回数が増加していることが報告されており、大雨による災害のリスクが増加していることにも注意が必要です。

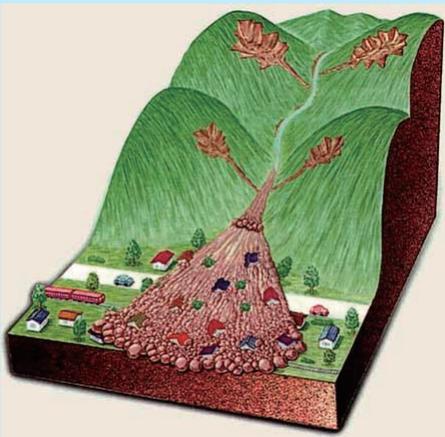
・浸水、洪水

静岡県内には、天竜川、安倍川等の一級河川が6水系268河川と、太田川、都田川、巴川等の二級河川が83水系265河川あります。南アルプスや富士山が背後にあることから南北に流れる河川には急流河川が多く、一方で、海岸に沿って東西に流れる河川は緩勾配で、排水に困難を来しています。このため、過去から幾度となく水害に見舞われており、各地で治水事業が行われてきました。しかし、近年では河川流域の都市化に伴う雨水流出の増大や浸水区域への人口等の集中による災害のリスクが増しています。

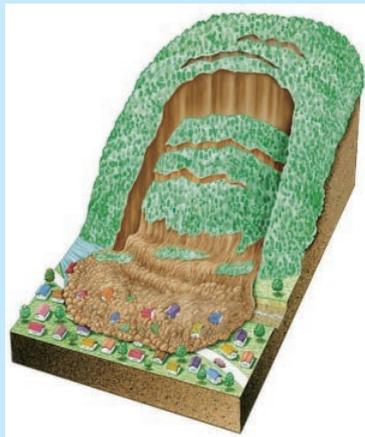
・土砂災害

土砂災害は、大雨や地震などが引き金となって、山やがけが崩れたり、水と混じり合った土や石が速い速度で流れ、家や田畑等の財産に被害を及ぼしたり、時には生命まで奪ったりする危険な自然災害です。主なものとして、土石流、地すべり、がけ崩れなどがあります。

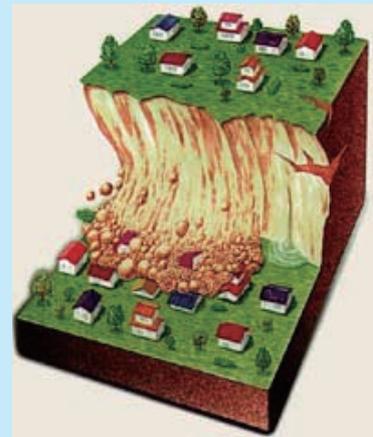
静岡県内では、土砂災害のおそれがある区域を「土砂災害警戒区域」として、16,814区域、建築物に損壊が生じ、住民に著しい危害が生じる恐れがある区域を「土砂災害特別警戒区域」として14,057区域を指定し、警戒避難体制の整備や危険箇所への新規住宅等の立地抑制等の対策を実施しています。（区域の指定数は令和元年10月23日現在）



土石流



地すべり



がけ崩れ

（国土交通省 水管理・国土保全局HPより）

・高潮、高波

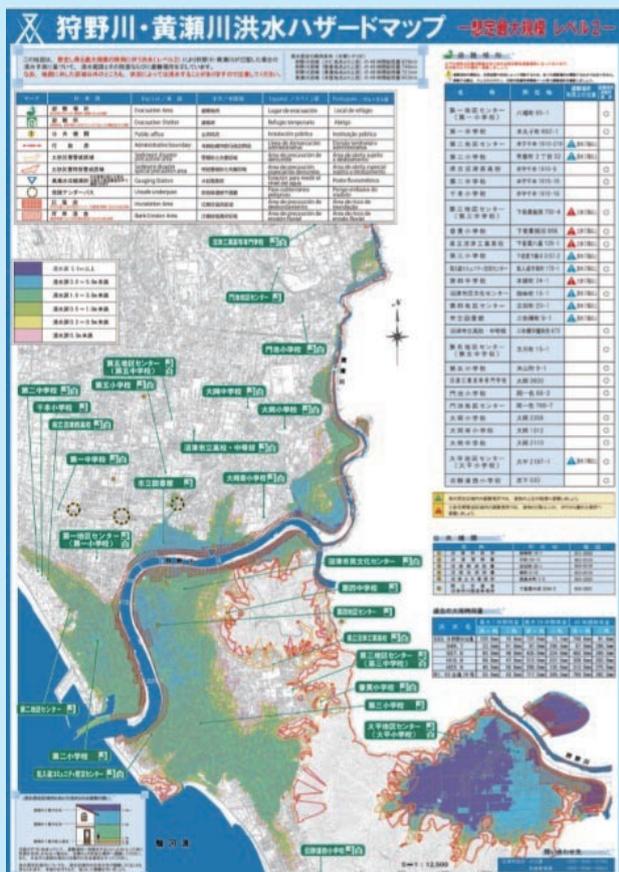
静岡県は、太平洋に面しているため、台風や低気圧の影響により、高潮や高波による災害が発生しています。

高潮とは、台風や低気圧に伴う気圧降下による海面の吸い上げ効果と風による海水の吹き寄せ効果のため、海面が異常に上昇する現象。高波とは、風によって発生し、波浪注意報・警報の対象になる程度の高い波のことです。

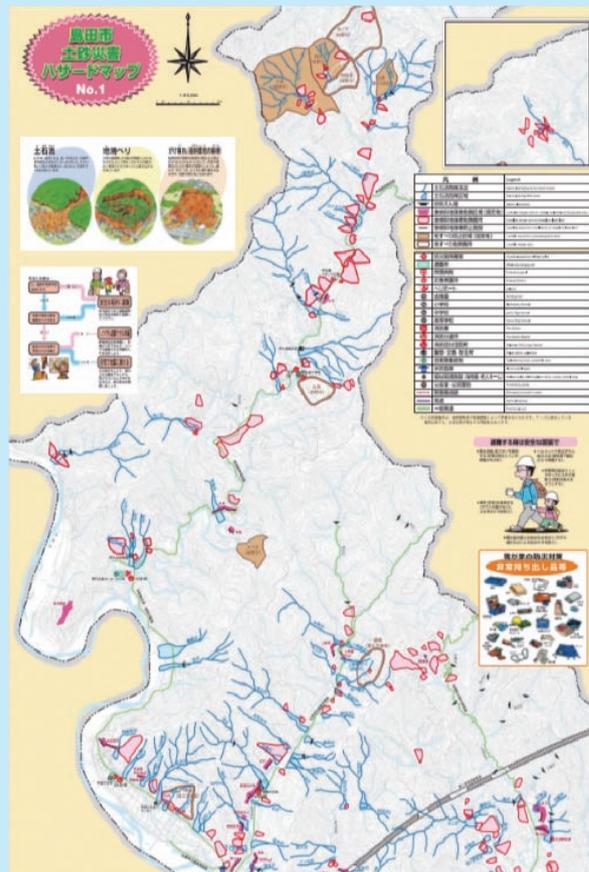
2 日頃の備え

市町が作成・公表をしているハザードマップなどを用いて、災害種別毎に自宅等が、立退き避難が必要な場所なのか、あるいは、上階への移動等で命に危険が及ぶ可能性がなくなるのか等について、あらかじめ確認しましょう。

また、立ち退き避難が必要な場合は「どこへ」（避難場所）「どのように」（避難経路）避難すればよいかも確認し、防災情報が発表された場合に、情報に応じて「いつ」避難すればよいかも、あらかじめ考えておきましょう。



洪水ハザードマップ例
(沼津市ホームページより)



土砂災害ハザードマップ例
(島田市ホームページより)

3 避難判断のための情報

地震や火山の災害と異なり、風水害については、現象の定量的な予想が可能であることから気象庁や国土交通省、都道府県などから事前に様々な情報が発表されます。

これらの情報はテレビ、ラジオ等で把握でき、市町の防災行政無線で放送される場合もあります。

市町が発令する避難勧告等に従い、速やかに避難行動を取ることはもとより、洪水予報や河川の水位情報、気象警報・注意報、土砂災害警戒情報等などの情報をテレビ、ラジオ、インターネット等から入手し、逃げ遅れのないように警戒レベルに応じた避難行動を取りましょう。

警戒レベルと住民がとるべき行動等 (内閣府ホームページより)

警戒レベル	住民が取るべき行動	住民に行動を促す情報	住民が自ら行動をとる際の判断に参考となる情報 (警戒レベル相当情報)		
		避難情報等	洪水に関する情報		土砂災害に関する情報
			水位情報がある場合	水位情報がない場合	
警戒レベル5	既に災害が発生している状況であり、命を守るための最善の行動をとる。	災害発生情報 ^{※1} ※1 可能な範囲で発令	氾濫発生情報	(大雨特別警報(浸水害)) ^{※3}	(大雨特別警報(土砂災害)) ^{※3}
警戒レベル4	・指定緊急避難場所等への立退き避難を基本とする避難行動をとる。 ・災害が発生するおそれが極めて高い状況等となっており、緊急に避難する。	・避難勧告 ・避難指示(緊急) ^{※2} ※2 緊急的又は重ねて避難を促す場合に発令	氾濫危険情報	・洪水警報の危険度分布(非常に危険)	・土砂災害警戒情報 ・土砂災害に関するメッシュ情報(非常に危険) ・土砂災害に関するメッシュ情報(極めて危険) ^{※4}
警戒レベル3	高齢者等は立退き避難する。その他の者は立退き避難の準備をし、自発的に避難する。	避難準備・高齢者等避難開始	氾濫警戒情報	・洪水警報 ・洪水警報の危険度分布(警戒)	・大雨警報(土砂災害) ・土砂災害に関するメッシュ情報(警戒)
警戒レベル2	避難に備え自らの避難行動を確認する。	洪水注意報 大雨注意報	氾濫注意情報	・洪水警報の危険度分布(注意)	・土砂災害に関するメッシュ情報(注意)
警戒レベル1	災害への心構えを高める。	早期注意情報			

※3 大雨特別警報は、洪水や土砂災害の発生情報ではないものの、災害が既に発生している蓋然性が極めて高い情報として、警戒レベル5相当情報[洪水]や警戒レベル5相当情報[土砂災害]として運用する。ただし、市町村長は警戒レベル5の災害発生情報の発令基準としては用いない。

※4 「極めて危険」については、現行では避難指示(緊急)の発令を判断するための情報であるが、今後、技術的な改善を進めた段階で、警戒レベルへの位置付けを改めて検討する。

注1) 市町村が発令する避難勧告等は、市町村が総合的に判断して発令するものであることから、警戒レベル相当情報が出されたとしても発令されないことがある。

注2) 本ガイドラインでは、土砂災害警戒判定メッシュ情報(大雨警報(土砂災害)の危険度分布)、都道府県が提供する土砂災害危険度情報をまとめて「土砂災害に関するメッシュ情報」と呼ぶ。

Ⅲ 火山災害対策編

① 日本の火山、静岡県の火山

日本の火山は、海洋プレートが大陸プレートに潜り込むことによって形成されています。日本には現在111の活火山があり、世界でも有数の火山国です。活火山とは「概ね1万年以内に噴火した火山及び現在活発な噴気活動のある火山」と定義されています。

災害の要因となる主な火山現象には、大きな噴石、火砕流、融雪型火山泥流、溶岩流、小さな噴石・火山灰、火山ガス等があります。



雲仙岳の火砕流(平成6年6月24日)



伊豆大島噴火の溶岩流(昭和61年11月19日)
(気象庁ホームページより)

静岡県内の火山は、富士山と伊豆東部火山群があり、さらに隣接する神奈川県火山として箱根山があります。

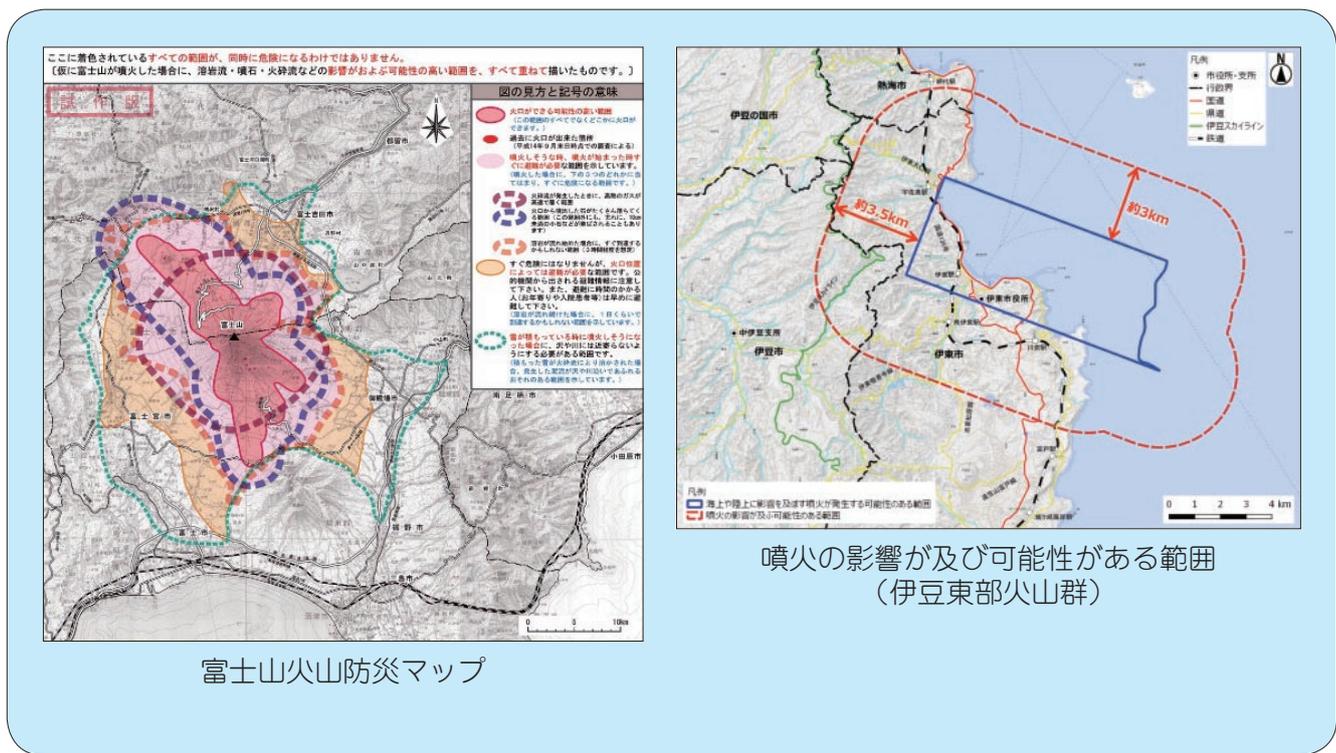
近年の火山活動としては、富士山では、1707年の噴火で南東山腹から噴火し、江戸方面への大量の降灰など甚大な被害を及ぼしました。近年では2000～2001年に深部低周波地震が多発、2011年3月15日には静岡県東部（富士山の南部付近）で地震（M6.4）が発生し、その後も地震活動は低下しつつも継続しています。

伊豆東部火山群では、1989年(平成元年)7月13日に伊東湾の手石海丘で海底噴火が発生しています。

2 火山災害への対応

日本全国の111の活火山のうち富士山、伊豆東部火山群及び箱根山を含む50の活火山は、気象庁が24時間体制で常時監視しています。火山の活動状況に変化があれば、気象庁から「警戒が必要な範囲」を明示し、噴火警戒レベルを付して、地元の避難計画と一体的に噴火警報・予報が発表されます。市町が、あらかじめ合意された範囲に対して迅速に入山規制や避難勧告等の防災対応をとることで、噴火災害の軽減につなげることができます。

また、富士山が噴火したら、自分の家や職場などにどのような影響が出て、安全を確保するためにはどう対処すればよいかを「富士山ハザードマップ」で事前確認しておくことが必要です。伊豆東部火山群については、活発な群発地震活動の発生が予測された場合、噴火警戒レベル2、3の発表がなく、レベル4以上が発表されることに留意しましょう。



富士山、伊豆東部火山群の噴火警戒レベルの設定や噴火警報の発表状況は、以下の気象庁ホームページで確認できます。

噴火警戒レベル (表から富士山、伊豆東部火山群を選択)

<http://www.data.jma.go.jp/svd/vois/data/tokyo/keikailevel.html>

噴火警報・予報の発表状況

https://www.jma.go.jp/jp/volcano/map_0.html

家庭内

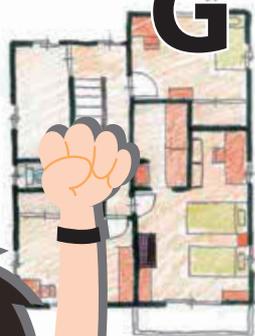
DIG

ディグ

地震がきても

わが家で暮らす

方法



ディグ
『DIG』って
何??

『DIG』とは、大きな地図を囲みながら、参加者全員で災害時の対応策などを考える訓練のことで、Disaster Imagination Game の頭文字をとって『DIG (ディグ)』と名付けられました。英語の動詞 “dig” には、「掘り起こす、探求する、理解する」といった意味があります。『DIG』という名称には「防災意識を掘り起こそう」「地域を探求しよう」「災害を理解しよう」といった、この訓練のねらいが込められています。

これまでに起きた地震では、家屋の倒壊のほか、家具の転倒や落下物、ガラスの破損などにより、多くの方がケガをし、命を落とされました。

「いつ起きても不思議ではない」といわれる東海地震においても、対策を取らなければ、大きな被害があることは明らかです。

東海地震が起きた時、自宅を命を落とさない、ケガをしないにはどうすればよいか、考えてみましょう。

また、過去の災害では、多くの被災者が避難所に押し寄せ、避難所での生活は大変過酷なものでした。



そんな避難生活をするのではなく、引き続き自宅で生活したいものです。

地震の後、電気・ガス・水道が止まってしまっている不自由な中、いかにして自宅で生活していくか、そのためには、どのような準備をしておけばいいのか、

この家庭内 DIG を使って家族で話し合いをしてみましょう。

CHECK

右のステップで
わが家の危険度を
チェック
してみよう!!



STEP1 ~平面図を描く~

下の枠内に自宅の平面図を描いてみよう

STEP2 ~危険な場所を探す~

右のページを参考に、自宅の危険な場所
をチェックしてみよう。

STEP3 ~元栓等の位置を確認~

電気のブレーカー、ガスの元栓やマイコ
ンメーターの場所を確認しよう。

過去の災害では、停電回復後の通電火災が多数発生しています。
災害発生後、避難する場合は必ずブレーカーを落としてから避難
しましょう。ガスの元栓も忘れずに。

STEP4 ~避難経路の確認~

地震発生後の家の中は、倒れた家具や割れ
たガラスなどで屋外に出るのは至難の業で
す。普段過ごす部屋から屋外への避難経路
を考えてみよう。

STEP5 ~震災後の生活を考える~

地震発生後もわが家で生活するため、次の
ことを考えておきましょう。

☆どの部屋で生活するか?

☆食料、飲料水はどうする?

☆トイレの問題は?

☆寒さ対策は?

静岡県総合防災アプリ

静岡県防災

静岡県では令和元年6月1日から、スマートフォン向け総合防災アプリ「静岡県防災」の運用を開始しました。

各種緊急防災情報の通知から、ハザードマップの確認、

平時の防災学習や避難トレーニングまで、緊急時に幅広く役立つ機能を備えています。



緊急時の行動をサポート

- 気象警報が瞬時に届いた!
- 今ここは安全かな?
- 今、一番近い避難場所はどこ?



平常時のトレーニングをサポート

- どれくらい浸水してしまうの?
- 避難ルートはどこを通ろうか?
- 「避難勧告」と「避難指示」の違いって何?

緊急防災情報をいつでも確認!

防災情報・お知らせ

現在地の危険度がわかる!

現在地の防災情報

地域の危険性や避難先を把握!

マップ・避難場所等

浸水状況をビジュアルで確認!

AR 危険度体験

防災訓練にもオススメ!

避難 トレーニング

防災知識を学んでテスト!

学習 コンテンツ



静岡県総合防災アプリ
静岡県防災

もしものために今!
インストールから始めよう!



QRコードを
読み込んで
アクセス





※各コーナーで「知ったこと」、「家庭や学校(職場)、地域で備えておくべきこと」、「これから行動すること」など気付いたことを書き留め、実行しましょう。

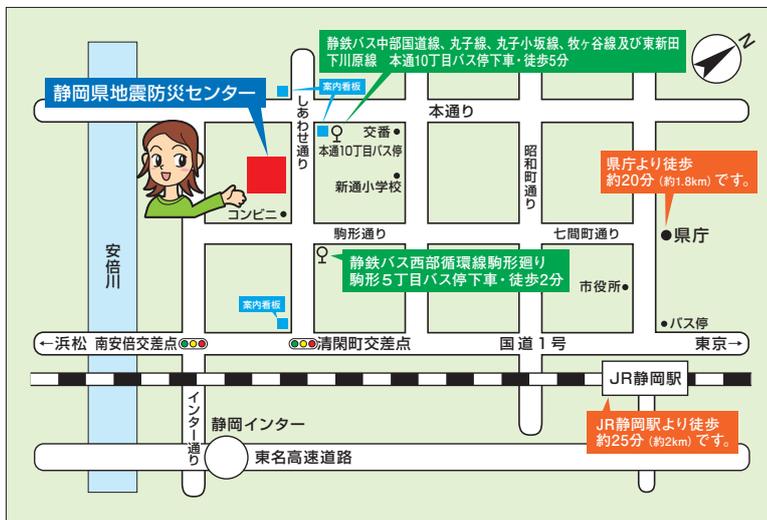
1階	地震・津波 ゾーン	
2階	風水害 ゾーン	
	火山災害 ゾーン	

わたしは、すぐにこれを実行します!

体験しながら地震・風水害・火山について学ぶことができます 静岡県地震防災センターに行ってみよう

入場
無料

—誰でも、自由に見学できます—



バスでのご案内

しずてつジャストライン

- 中部国道線・丸子線・丸子小坂線・牧ヶ谷線
東新田下川原線「静岡駅前 (7番)」
本通10丁目バス停下車 徒歩5分
- 西部循環駒形回り線「静岡駅前 (8番A)」
駒形5丁目バス停下車 徒歩2分

東名でのご案内

東名静岡インターを降り「インター通り」を北進、国道1号「南安倍」交差点を右折、2つ目信号の「清閑町」交差点を左折、「しあわせ通り」の左側

開館時間 9:00~16:00

休館日 月曜日、年末年始

問い合わせ

静岡県地震防災センター

〒420-0042

静岡市葵区駒形通5丁目9番1号

TEL. 054-251-7100

FAX. 054-251-7300

※番号はお間違いのないようお願いします。

※団体で利用される方はあらかじめ申し込みをお願いします。

インターネットによる防災情報

は、下記のホームページで提供しています。

静岡県地震防災センター

● <http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/e-quakes/index.html>

静岡県危機管理部

● <http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/>

来館記念スタンプ