

10月4日発生「北海道東方沖地震」
によりゆがむ道道歯舞線

特集

災害に備えて

「その日のためにいま、できること」

現在、政府の地震調査委員会が公表した千島海溝沿い地震活動の「長期評価」において、今後30年以内に根室沖での巨大地震が発生する確率は80%程度とされています。さらに、超巨大地震も切迫している可能性が高いとされ、地震やそれに伴う巨大津波の発生が危惧されている状況にあります。また、全国各地で風水害などが相次ぐ中、いつ、どこで、災害が発生するかわからない状況です。

実際に自分が被災してしまった時、あなたの備えは大丈夫ですか？ 災害への備えについて、改めて考えてみましょう。

問合せ先 市総務課総務・防災担当

☎ (23) 6111番 内線2223

平成23年3月11日発生「東北地方太平洋沖地震」
防潮堤を越えて流入した津波



平成6年10月
地盤沈下による



平成26年12月17日
高潮で浸水した商店街地区



昭和48年6月17日発生「根室半島沖地震」
津波により路上に押し上げられた漁船



もしもの備え、できていますか

災 害が発生して、避難が必要になった時に必要なものは準備してありますか？非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックなどに詰めておき、玄関に置いておくなど、いつでもすぐ持ち出せるように準備しておきましょう。



✓ 非常持出品チェックリスト

非常食



飲料水



ラジオ (手回し)



懐中電灯



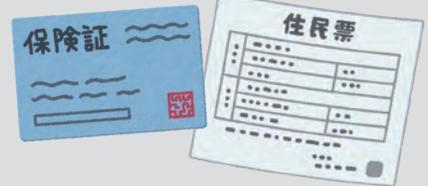
救急医薬品



貴重品 (預金通帳・印鑑など)



健康保険証・住民票のコピー



ろうそく

ライター (マッチ)

ティッシュ

ナイフ

缶切り・栓抜き

タオル

ビニール袋

上着・下着

常備薬・お薬手帳

現金

軍手

日常備蓄、知っていますか

備 蓄品についてはこれまで、被災後の「3日間分」の備蓄が必要といわれてきましたが、昨今の大規模災害を受け、今は「1週間分」の備蓄が必要とされています。

1週間分と言われるとお家のスペースも確保しないとけないし、消費期限の管理も大変…そう思うかもしれませんが「日常備蓄」を活用して、災害に備えましょう！

■ 日常備蓄のイメージ



Q 日常備蓄って？

A 日常備蓄とは、“ローリングストック”と言われる手法を使った備蓄の方法です。

ローリングストックとは、従来からの「災害用の備蓄は期限の長いものを買って、何かあるまで触らずに置いておく」という備蓄方法ではなく、普段の生活で使う食料（もちろん非常食でもOK）や日用品を、もしもの場合に備えて多めに買って置き、ストックされたもののうち古いものから順に日々の生活の中で使い、その使った分を買い足すことで、常に新しいものが保存（備蓄）されていくという災害用備蓄の考え方です。

Q 日常備蓄のメリットは？

- A
- ◎古いものから消費し、新しいものを買っていき、備蓄品の「期限切れ」を防止できる！
 - ◎普段から食べ慣れたもの、使い慣れたものを食べたり使用できる！
 - ◎消費（賞味）期限の長いものに限る必要がないので、様々な種類のものを備えておくことができる！

自宅の家具、大丈夫ですか

近年発生した地震で怪我をした人のうち3～5割の方は、家具の転倒・落下が原因といわれています。

建物が大丈夫でも、家具の転倒に巻き込まれたり、飛散したガラスを踏んで怪我をしてしまうことがあります。また家具によっては、扉や玄関が塞がれてしまい、逃げ遅れや家の中に取り残されてしまうこともあります。

これまで住み慣れたご自宅でも、改めて見てみると、危険が潜んでいるかもしれません。今一度お家の中をよく見渡してみましょう。

■家具の転倒を防ぐためには

1 収納の工夫 重いものは下に、軽いものは上に収納するなどして家具を安定させる

2 置き方の工夫 家具の向きを変えたり、下に板や厚手のタオルなどを挟み、壁に傾けるように置く

3 家具の固定 棚やタンスと天井の間にピッタリはまるダンボールを挟む
転倒防止金具を使って壁と家具を固定する



情報を入手する手段、ありますか

地震などの大規模災害が発生した場合、普段当たり前のように使っている電化製品が突然使えなくなることがあります。電気が途絶えても情報収集できる準備をしておきましょう。

中でも、災害時、最も活躍すると言われているのが「ラジオ」です。ラジオは電池で動きますし、最近では手回しで充電できるラジオもあります。外からの電気に頼らず使用できるラジオは非常に有効な情報収集手段です。



ですが、ラジオも万能なわけではありません。電池が切れた時や電波が届かない時は、情報が入手できなくなってしまいます。

根室市の登録制メールサービス「ねむろメール」や自宅の電話・FAXに情報が届く「緊急情報配信サービス」の登録など、様々な方法で情報を入手できるようにしておくことが最も重要です。

■選べる情報配信サービス

携帯電話(スマホ・ガラケー)を持っている!!

ねむろメール

お持ちの電子メールアドレスに防災情報はもちろん、生活に役立つさまざまな情報をお知らせするサービスです。

○登録方法 右のQRコードを読み取り、空メールを送信してください。数分以内に返信がありますので、メールの指示に従って進むと、登録ができます。



携帯電話を持っていない!!

緊急情報 配信サービス

携帯電話をお持ちでない世帯へ津波警報や避難情報などを電話・FAXでお知らせするサービスです。

○登録方法 市役所2階総務課総務・防災担当で登録申請書を提出してください。