

慌てず素早く避難しよう!

避難の呼びかけがあったり、身の危険が迫っているときは安全な場所に避難することが必要です。ときには、自分の判断で避難する必要もあるので、「自分の身は自分で守る」心構えをしっかりとって慌てず素早く避難しましょう。

避難するときはここに注意!!

- 火の始末、戸締まりをしっかりとる
- なるべく家族や近所の人と避難し、一人で避難するときはメモを残していく
- 非常時の持ち出し品を持っていき、動きやすい服装で避難する(荷物は最小限にとどめる)

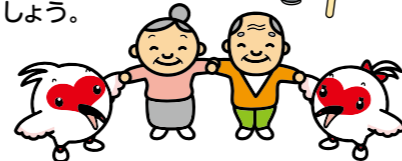


- 安全な道を通って避難する(普段から避難場所までの安全な道を確認しておく)
- 洪水のとき、側溝やマンホールにはまらないように長い棒などで確認しながら歩く
- 水の深さがひざより上まであるときは、無理に避難せず2階など高いところで助けを待つ



大切な「地域での助け合い」

災害のときは「地域での助け合い」がとても大切です。お年寄りや困っている人たちに、あなたは何かできるのか考えてみましょう。

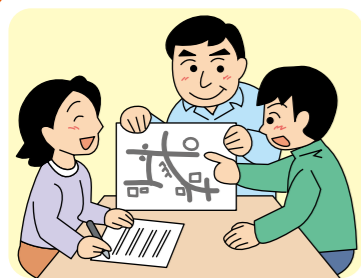


いざというとき頼りになるのは「地域の力」! 普段から挨拶をしっかりと、地域の行事にも積極的に参加しよう!



家族防災会議を開こう

家族みんなで、防災に関するいろいろなことを話し合ってみましょう。



- 離れ離れになったときの集合場所や連絡方法を確認しよう
- 地域の危険な場所をハザードマップなどで調べ、避難場所までの安全な道を考えてみよう
- 地震のときに家具が倒れたりしないか調べてみよう
- 家族に必要な持ち出し品は何か考えてみよう
- 地域の防災訓練に家族で参加してみよう



☆覚えておこう! 緊急時の連絡先や避難場所

災害が起きたとき、家族と一緒にいるとは限りません。緊急時の連絡先や、避難場所などをあらかじめ話しあっておきましょう。(このページをコピーして点線に沿って切り抜くと防災メモとして使えます)

●我が家の防災メモ

氏名	年齢	血液型
住所	電話番号	
学校	学校	年 組
備考		

●家族への連絡先

名前	電話番号
名前	電話番号
名前	電話番号

●集合場所や避難場所

家族の集合場所
避難場所①
避難場所②

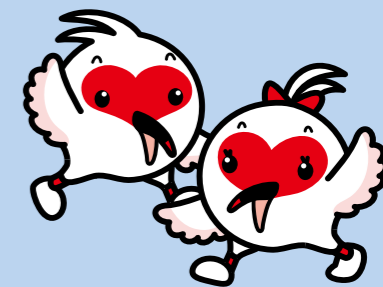
〒950-8570 新潟市中央区新光町 4-1

新潟県防災局防災企画課 TEL: 025-282-1606 E-mail: ngt130010@pref.niigata.lg.jp
新潟県教育庁保健体育課 TEL: 025-280-5622 E-mail: ngt500070@pref.niigata.lg.jp

ホームページ: 新潟県防災ポータル <http://www.bousai.pref.niigata.jp/> ※災害に関する様々な情報を提供しています

災害から 自分を守るために ~「防災」を考えよう~

中学生用



地震や津波、大雨などの「災害」は私たちの大切なものや、ときには命まで奪っていきことがあります。「防災」とは、いつかやってくる「災害」にそなえて、普段からどのように行動したらよいか考え、準備することです。

いざというときに、落ちついて行動し、自分の身は自分で守れるように、「防災」について考えてみましょう。

新潟県を襲った2つの大地震

中越大地震(平成16年10月23日発生)

- ◇最大震度7を記録
- ◇死者68人、怪我人約4,800人
- ◇全壊、半壊した住宅約17,000棟

中越沖地震(平成19年7月16日発生)

- ◇最大震度6強を記録
- ◇死者15人、怪我人約2,300人
- ◇全壊、半壊した住宅約7,000棟

- ◆2つの地震をあわせて83人が命を落とし、多くの人が怪我を負いました
- ◆多くの道路、線路などで長期間にわたり通行止めとなり、山間地では大規模な土砂災害も発生しました
- ◆多くの住宅が倒壊、破損したため、たくさんの人が学校などの避難所で生活をおくることになりました
- ◆大変な被害が発生した中、日頃からの備えや、地域の人たちの助け合い・支え合いが大きな力となりました



脱線した上越新幹線
(写真提供:長岡市)



激しい揺れで倒壊した建物



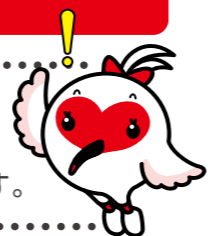
土砂災害の影響で水没した集落



多くの人が避難生活をおくった避難所

地震発生!!そのときあなたは?

地震はいつ、どこで発生するか分かりません。様々な場面でどのように行動すればいいのか、普段から考えておくことが、いざというときにあなたの身を守ります。どんなときでも、「**落ちついて**」「**頭を守りながら**」「**危険なところからはなれる**」ことが大切です。



家にいるときは



- 家具などからはなれて、テーブルや机の下に隠れる(揺れが大きく動けないときは、小さくかがみこんで頭を守る)
- 寝ているときは、布団やベッドの下にかくれ、枕などで頭を守る(普段から倒れやすい物の近くでは寝ないようにする)
- 慌てて外に飛び出さない
- 揺れがおさまってから、火やガスの始末をする



学校にいるときは



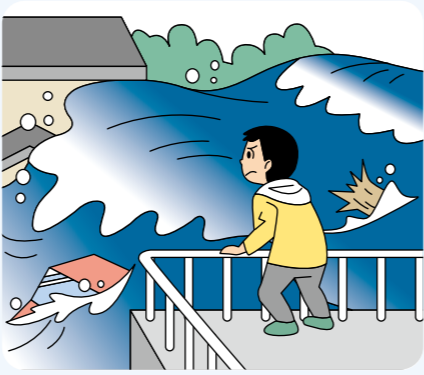
- 教室にいたら、机の下にもぐり足をしっかり押さえて小さくかがむ
- 廊下や階段にいたら、近くの教室に逃げ込むか、ロッカーや窓ガラスからはなれて小さくかがむ
- 体育館やグラウンドにいたら、落ちてくる物に注意しながら真ん中に集まり小さくかがむ
- 避難するときは、騒がず落ちついて先生の指示に従う



登下校中や外にいるときは



- ブロック塀や電柱、自動販売機など、危険な物からすぐにはなれる
- ガラスや看板など、落ちてくる物に注意し、せまい道は逃げ場がないので通らない
- 電車やバスに乗っていたら、手すりなどにしっかりつかまり、停車したら乗務員の指示に従う
- 海の近くでは津波が発生することがあるので、すぐにその場をはなれできるだけ高い場所に逃げる



☆覚えておこう! 地震の揺れ(震度)と被害の予想



震度4 多くの方が驚き、外で歩いている人も揺れを感じ、眠っている人のほとんどが目覚めます。電灯などが揺れ、置物が倒れることもある。

震度5弱 多くの方が恐怖を覚え、物につかまると感じる。電灯などが激しく揺れたり、たなの食器や本が落ちることもある。

震度5強 物につかまらないうるよう動けなくなる。食器や本などの多くが落ちて散乱し、テレビが台から落ちたり、窓ガラスが割れることがある。

震度6弱 立っていることが難しくなり、固定していない家具の多くが移動し、倒れることもある。建物の壁にひびが入ったり、ドアが開かなくなることもある。

震度6強 立っていることができず、はわないと動けない。固定していない家具のほとんどが移動し、多くが倒れる。強度が弱い建物がこわれたり、倒れることもある。

震度7 建物がこわれたり、倒れることが多くなる。また、げけずれや地すべりが発生し大きな地割れが生じることもある。

気をつけよう、激しい雨や風!!

災害は地震だけではなくありません。台風や大雨がもたらす災害(「風水害」という)もたくさん発生していて、毎年大きな被害がでています。風水害は様々なものがありますが、特に多く発生しているのが、洪水と土砂災害です。

○洪水

大雨などの影響で、河川からあふれた水が堤防を越え、町や建物に被害をあたえます。最近では、短い時間に大量の雨が降る「集中豪雨」もたくさん発生しています。



○土砂災害

大雨や長雨の影響で山やがけがくずれ、水と混じりあった土や石が襲ってくる場合があります、すさまじい勢いで家や人を巻き込んでいくので前ぶれが見られたら早めに避難しましょう。



他にも、強い風が家を壊したり、人を吹き飛ばすこともあるし、台風の影響で海面が上昇して高潮・高波が襲ってくることもあるよ

～土砂災害の前ぶれ～

- ・雨が降り続けているのに川の水が減る
- ・川がにごって木々が流れてくる
- ・小石がバラバラと落ちてくる
- ・地面にひび割れができ、水が染み出てくる
- ・山鳴りがする
- ・井戸の水がにごる

7.13水害(平成16年7月13日発生)

中越地方を中心に、激しい雨が降りつづいたため、河川から水があふれだし、堤防が決壊しました。5,000棟以上の家が壊れ、8,000棟以上が浸水するとともに、避難し遅れたお年寄りの方がおぼれてしまうなど、15人の方が亡くなりました。

水の中を避難する人々(写真提供:三条市)



大雨や台風が近づいてきたら

風水害は地震と違ってある程度予測できるので、事前に備えをしておきましょう。

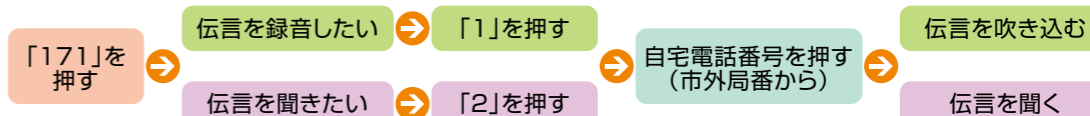


- むやみに外にでかけず、川や海、山やがけの近くなどの危険な場所には近寄らない
- テレビやラジオ、インターネットの気象情報に注意する
- 早めに避難の準備をする(家が危険な場所の近くにあるときは特に注意が必要)
- 非常時の持ち出し品を用意しておく



☆覚えておこう! 災害用伝言ダイヤル「171」

災害時には電話が繋がりにくくなります。家族と連絡がとれないときは「171」にダイヤルすることでガイダンスが流れ、簡単な方法で伝言を録音したり、聞くことができます。



※録音例:「〇〇小学校に避難しました」「ケガはありません、元気です」

