

**！**  
**地震・津波から  
身を守るポイント**

## 震度と揺れ等の状況



津波による災害の発生が予想される場合には、気象庁「津波警報」「津波注意報」「津波速報」が発せられます。

|                                              |           |                                                                             |                                   |
|----------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <p><b>超深層地帯</b></p> <p>30m&lt;水深≤300m</p>    | <p>浅い</p> | <p>この水深では、わが国で初めて観測された。水深300m以下では、わが国で初めて観測された。水深300m以下では、わが国で初めて観測された。</p> | <p>● 水深300m以下では、わが国で初めて観測された。</p> |
| <p><b>超深層地帯</b></p> <p>1000m&lt;水深≤3000m</p> | <p>浅い</p> | <p>この水深では、わが国で初めて観測された。水深300m以下では、わが国で初めて観測された。水深300m以下では、わが国で初めて観測された。</p> | <p>● 水深300m以下では、わが国で初めて観測された。</p> |

 みんなで助け合う  
地域の防災活動

自主防災組織とは、「自分たちのまちは自分たちで守る」ということです。自主防災組織は、災害発生時に、お互いの身を守るが

災害時に効果的な活動ができるよう、住民一人ひとりが防災活動とともに、地域住民が一体となり防災活動へ取り組むことが重



高崎市、随分と苦戦が予想される。また、地震時に支援を要する方の事前には、災害計画の作成、

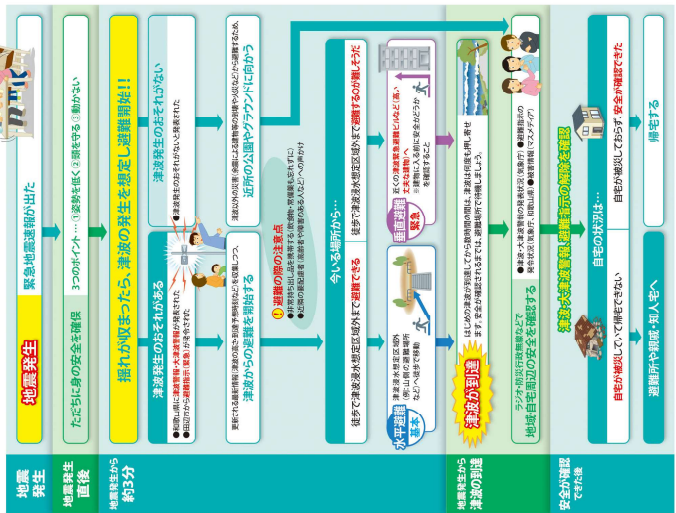
**収税に工夫を**



- タンスや書庫など、家にものを置くのを助ける組合・市



**！** 地震・津波から身を守るポイント



 みんなで助け合う  
地域の防災活動

## 自主防災組織の役割

自主防災組織とは、「自分たちのちは自分たちで守る」という、地域住民の連帯に基づき、結成される防災組織のことです。自主防災組織は、災害発生時に、お互いの身を守るため、平時からの防災訓練を含めた防災活動を行います。災害時、自主防災組織は活動が起きると、住民一人ひとりが防災に関する正しい知識を共有し、各家庭で災害に備えるとともに、地域住民が一体となり防災活動へ参加し合うことが重要です。

●防災知識の普及  
●初期消火活動

- [illegible]

避難行動要支援者とは、一般に高齢者や障がい者、乳幼児や妊産婦、日本語を十分理解できない外国人など、災害発生時の避難に時間がかかる方々のことです。地域で協力し合いながら、近所の要支援者の万の安否確認や避難

- 高齢者・病人
    - 高齢者がリハビリや作業に集中しなくなる
    - 作業のペースが速くなる
    - 作業のペースが速くなる
  - 財物の不自由な方(車椅子)
  - 高齢者に人による介助、リフト利用、下
  - 生活動作に支障が生じることがある
  - 片手や片足の活用、おもちゃを利用し、お
  - ぶつて遊べる。



遊業経営を想定して  
マイマップを作ろう

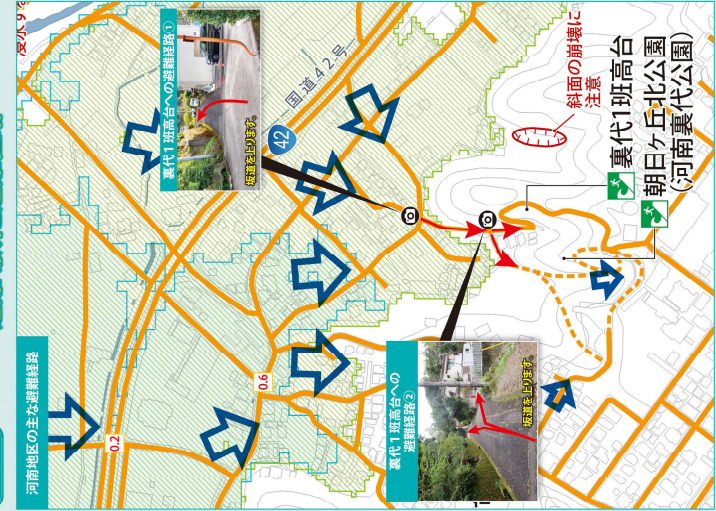
## マイマップの作り方

①自宅や学校、勤務先等をチェック  
まず津波避難マップであたなの自宅や学校、勤務先を深  
②避難先と避難経路を決める  
次に、目標とする避難先を研認して、避難先までの経路を

- ## ①自宅や学校、勤務先等をチェック
- まず、津波避難マップであたなの自宅や学校、勤務先を探して、予備として、いる建物の有無（津波浸水想定区域に入っている、危険箇所がある等）を確認しましょう。



万呂 地区 における主な避難場所と避難経路



日頃からの備えが大切  
非常持ち出し品・連絡方法など

**非常持ち出し品の準備**

災害が起きたときは、すぐに避難しなければなりません。避難する際に、リュックサックなどに必需品を準備し、持ち出しやすい場所に保管しておきましょう。



循環備蓄とは、備蓄食料・飲料などの保存期間が切れる前に消費し、その分だけ新たに補充して常に一定量のストックがある状態を保つことをいいます。

定期的に古い備蓄品から消費することで無駄を出さず、また、いざというときに期限切れで使えなくなることを防ぎましょう。

災害時の連絡方法を家族で確認しておきましょう。また、田辺市の『防災・行政メール』を登録していきましょう。

- [illegible]

