



東日本大震災から学ぶ 大地震と津波への備え

3月11日は東日本大震災が発生した日です。マグニチュード9という大規模な地震と、それに誘発された津波によって、甚大な被害がもたらされました。

日本列島は地震の活動期に入ったと言われており、2024年にもマグニチュード7.6の能登半島地震が発生しています。これらの経験を教訓として、大地震と津波への備えを見直しましょう。

日常からの備え

非常用持ち出し袋（水・食料3日分、薬、懐中電灯、ラジオ）の準備、家具の固定、避難経路の確認、家族との集合場所や連絡方法の取り決めを日頃から行いましょう。

定期的に防災グッズの点検や食料の賞味期限の確認を行い、ハザードマップで自宅周辺の危険箇所を把握しておくことも重要です。地域の防災訓練に参加し、災害用伝言ダイヤル（171）の使い方も練習しておきましょう。

適切な避難場所の確認

海の近くでは、高台や「津波避難ビル」などのより高い場所への避難が必要です。津波の心配がないエリアでは、広場や公園などの障害物が少ない平らな土地、または鉄筋コンクリート製の頑健な建物内へ避難してください。避難は徒歩や車いすなどの人力での移動が推奨されています（車による渋滞を防ぐため）。

これらの避難場所は「ハザードマップ」に記載されています。お住まいの市区町村の役場で入手するか、市区町村のホームページ、または「ハザードマップポータルサイト」

で事前に確認しておきましょう。

なお、「避難場所」は災害から一時的に退避するための場所です。地震や津波が収束したら、スマートフォンやラジオ等で警報解除の確認後、長期的な避難生活を送るための「避難所」へ移動しましょう。

大地震・津波発生時の避難行動

大地震や津波が発生した場合は、迅速に避難行動を取ることが重要です。スマートフォンの「アラート」による緊急速報や公共の防災無線などで情報が伝達されます。海水浴場などの海岸では、津波を知らせる「津波フラッグ（赤白の格子模様の旗）」が掲げられることがあります。このような警報を見聞きした場合は、直ちに避難してください。

津波警報解除まで海岸に戻らない

津波は繰り返し押し寄せてくることに注意が必要です。また、地震の揺れがなくても大津波が発生することがあり、目立った波が見えなくても水位が急速に上昇することがあります。一度避難したら、津波警報が解除されるまで絶対に海の近くに帰らないでください。

津波の第一波は必ずしも最大とは限らず、数時間後により大きな波が来ることもあります。災害情報を継続的に入手し、安全が確認されるまで警戒を続けることが命を守る重要な行動です。



全国に広がる家づくりネットワーク

INOS

イノスグループ

株式会社 創建

☎0564-62-7700