

# 津波から命を守るために

津波から命を守るためにはいち早く避難することが大切です。東日本大震災のとき、率先して避難した中学生がいました。自分の命を守るとともに地域の人を守るために、あなたができることについて考えてみましょう。



(写真提供 河北新報社)

## 津波への備え① 命を守るための適切な行動

### すぐに避難しよう

- 海の近くで、地震の揺れを感じたら、素早く避難することです。できるだけ海岸から離れ、より高い所に避難しましょう。小さな地震でも津波が起こる可能性があります、1分以上の揺れが続く場合は注意が必要です。
- 海が見えない内陸部であっても、川をさかのぼって津波が押し寄せる可能性があります。川から離れ、高い所に避難しましょう。
- 津波は一度だけでなく何度も押し寄せて来ます。津波警報が発表されている間は高台の安全な場所にとどまりましょう。東日本大震災では津波の第1波と第2波が小さかったために、安心して避難所から自宅に戻り、午後5時半頃にやってきた最大の第3波により亡くなった人がいました。
- 避難勧告後、1時間以上津波が来ないからといって安心してはいけません。津波注意報が解除されるまで、安全な所にとどまるようにしましょう。

### 情報を収集しよう

- 災害の情報、災害後の生活情報などを得ることはとても大切です。東日本大震災では、ラジオ、テレビ、インターネットなどが多く活用されました。

## 津波への備え② 適切に行動できるように日頃から備えよう

### 避難場所を確認しておこう

- 地震が起きたときにどこに避難するのか、そこまで安全に最も早く避難することができるルートを決め、実際に歩いて確認しておきましょう。

### 家族や周囲の人と相談しよう

- 避難方法について家族で話し合い、確認しておきましょう。また、家族や周囲に自力で避難することが困難な人がいる場合、車椅子を用意するなど、避難方法や役割を具体的に決めておきましょう。

### 地域の防災訓練に参加しよう

- 災害時、あなたが地域の支援者になる場合があります。防災訓練に参加し、地域の人たちとの交流を深めましょう。地域の幼児や高齢者、障害者など、自力で避難できない災害時要援護者\*の避難を支援する方法について考え、日頃から備えておきましょう。

\*災害時要援護者：自力で避難できない高齢者や障害者、児童や乳幼児、言葉のわからない外国人などをさす。



#### 津波避難ビル

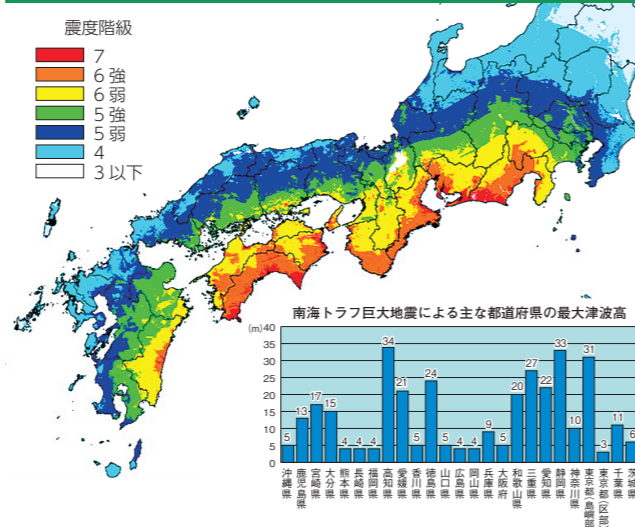
沿岸部では、津波の危険があるときに緊急に避難することができる「津波避難ビル」が指定されている。

## 兵庫県に津波は来るのか

今後30年間に60%の確率で発生が予想されるマグニチュード8クラスの南海地震では、津波が発生した場合、南あわじ市では約30分から90分で第1波が到達し、その後、津波は県内の瀬戸内海沿岸に到達すると考えられ、津波の高さは、南あわじ市で最高5.8m、その他の地域でも約1mから3mとされています。

東日本大震災では、これまでの想定をはるかに超えた巨大な地震、津波が発生したことを踏まえ、内閣府は、過去の南海トラフで発生した地震をもとに、最新の科学的知見に基づき、最大クラスの南海トラフ巨大地震を想定しました。発生頻度は極めて低いものの、発生した場合、津波の高さは、南あわじ市で9m、その他の地域でも3～6mの津波が予想され、甚大な被害が出るとされています。

### ① 南海トラフ巨大地震の最大津波高、震度分布



### ② 南海トラフ巨大地震による津波最短到達時間 (単位: 分)

南あわじ市	39	芦屋市	111
洲本市	44	加古川市	111
淡路市	64	尼崎市	113
神戸市	91	高砂市	116
播磨町	109	姫路市	119
明石市	109	赤穂市	126
西宮市	111	相生市	128

(「南海トラフ巨大地震の被害想定について」南海トラフ巨大地震対策検討ワーキンググループ第一次報告(2012.8.29)より作成)

### 日本海側にも津波の可能性

1983(昭和58)年の日本海中部地震(マグニチュード7.7、震源地は男鹿半島の北西70km)では、豊岡市津居山で28cmの津波を観測した。この規模の地震が日本海にある③の2つの活断層により発生すると、津波が押し寄せる可能性がある。



## 「防災の日」南あわじで避難訓練 南海トラフ地震発生39分後、最大9メートルの津波「夜の移動 難しさ痛感」

「防災の日」の1日、南海トラフ地震が起きた際に兵庫県内最大となる津波の到達が予想される南あわじ市の福良地区で、夜間の津波襲来を想定した避難訓練があった。内閣府が8月に発表した南海トラフ地震の被害想定では同市の最大震度は7。発生39分後に最大9メートルの津波が到達するとされている。同地区ではこれまで避難訓練を明るい時間帯に行ってきたが、「地震はいつ起こるか分からない。夜間の避難手順を確認しよう」と自主防災組織が計画した。

午後7時半、サイレンが鳴り響き、屋外スピーカーや家庭内の告知端末で訓練開始が告げられた。参加した約900人の住民らは月光や街灯を頼りに、危険箇所をチェックしながら避難所までの所要時間を測った。

訓練に参加した天野勝幸さん(69)は「避難経路が倒壊家屋でふさがれると、夜は周囲が見えにくいため避難所にとどり着くのが難しいと痛感した」と話していた。

(長尾亮太)



初の夜間避難訓練に参加した住民ら＝南あわじ市福良

神戸新聞 2012(平成24)年9月2日付 朝刊社会面 年齢、肩書は当時。漢数字を算用数字に変更しています



### 津波への備え③

## 命を守るための国や地方公共団体の取り組み

#### 津波の被害を軽減する施設

津波からの被害を防ぐために沿岸部では、防波堤や防潮堤、水門などが整備されています。

東日本大震災時の津波に対して、防波堤は津波の到達時間を遅らせたり、津波の高さを低減させたりしましたが、想定を超える大きな津波であったため、倒壊した防波堤もあり、いたるところで津波が市街地まで侵入しました。施設の備えだけでは、決して万全でないことを忘れてはいけません。

#### ハザードマップ

ハザードマップ※には津波による浸水想定区域や避難経路、避難場所や避難のときの心得など、備えに必要な情報が記載されています。住んでいる地域の危険について、日頃からハザードマップなどで確認しておくことが大切です。

ハザードマップの「浸水情報」は、あくまでも想定です。自然災害は、想定を超えることがあります。「浸水地域」の外であっても、津波が襲ってくることを忘れてはいけません。

※ハザードマップは、市町から各家庭に配布されたり、HPに掲載されたりしている。

兵庫県CGハザードマップ <http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp>



浸水想定区域図(海岸施設(防潮門扉)が機能しなかった場合)阪神地区



神戸市中央区の防潮扉



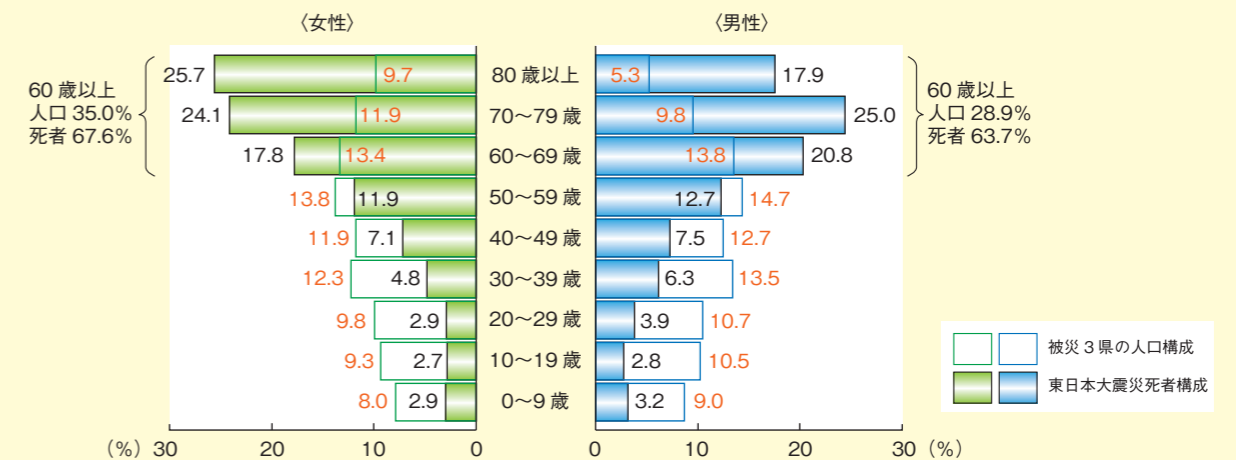
※浸水の様子をイメージしやすくするために、県ではCGアニメーションを公開しています。

#### 自力で避難できない人のための支援

東日本大震災時の津波の犠牲者数に占める60歳以上の割合は、男子で63.7%、女性で67.6%と高い割合でした。その原因は、自力で避難することが困難な方が多かったからと推測されています。

高齢者などの災害時要援護者の命を守るために、全国の市町村で災害時要援護者の避難支援計画や「災害時要援護者名簿」の整備がなされています。兵庫県でも、「災害時要援護者支援指針」を策定しています。自主防災組織などの人たちが協力して、地域の災害時要援護者を把握し、災害時の安全な避難について考え、取り組んでいます。

#### ① 東日本大震災における男女別死者数と地域人口の年齢構成比較(岩手県・宮城県・福島県)



(備考) 1.警視庁「東北地方太平洋沖地震による死者の死因等について[23.3.11~24.3.11]」及び総務省「国勢調査(平成22年)より作成。  
2.数値は男女それぞれを100としたときの各年齢階層の構成比(%)。  
3.被災3県の人口構成は、年齢不詳を除く。東日本大震災死者構成は、性・年齢不詳を除く。

(出典:平成23年度 内閣府「男女共同参画社会の形成の状況」)

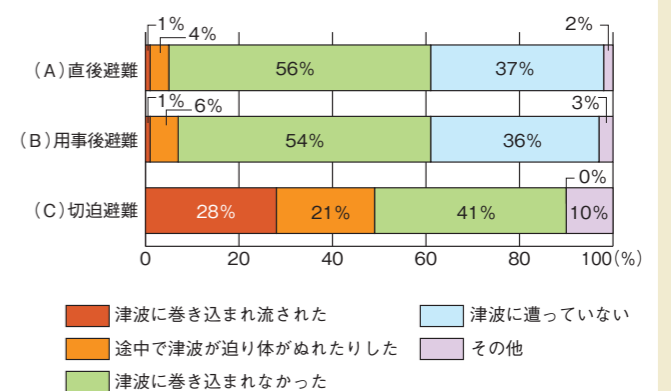
### 率先避難者になろう

東日本大震災で、亡くなった人、行方不明になった人を合わせると約2万人となっています。そのほとんどが、地震後の津波に巻き込まれたことが原因でした。

助かった人たちの中にも津波に巻き込まれた人がたくさんいました。その人たちは、揺れが収まった後、すぐに避難せずに何らかの用事を済ませてから避難した人たち(B)、もしくは、用事をしている最中に津波が迫ってきたので避難をした人たち(C)でした。ひとつ間違えば、命を落としていたかもしれません。

あなたが率先して避難することは、あなた自身の命を守るだけでなく、他の人の避難を促し、地域の人の命を守ることにつながるのです。

#### 避難行動パターンと津波との遭遇の関係



(出典:「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)分析結果」 内閣府)

### 「犠牲者ゼロ」の防災まちづくりへ 高知県黒潮町

高知県黒潮町は、南海トラフ巨大地震による津波高が最大で34.4mと想定されている町です。町は太平洋に面した平地に住宅や公共施設が集まり、身近に避難する高台がほとんどありません。

「町の存続は大丈夫か」「どうしたらよいのだ」など、不安やあきらめの声があがるなか、黒潮町は、想定を地域の課題としてとらえて、「犠牲者ゼロ」を目標に、町をあげて防災対策に取り組んでいます。町のエリアを細分化し、そこに地域担当者をおいてエリアごとに防災ワークショップを開催したり、住民一人ひとりの避難方法を調査し、災害時要援護者の避難について考えたり、災害から全ての住民の命を守るために、災害に向き合ったまちづくりを進めています。



太平洋に面した黒潮町