

三宅町地震防災マップは、地震に対するみなさんの意識向上のために作成しました。住宅の耐震診断、補強・改修工事はもとより、ご家庭による普段の生活の中からの地震対策・集落単位による地域の地震対策にご活用をお願いします。

## ●我が家の防災データ

自宅から近い避難場所を書き込んでおきましょう  
 家族が離れ離れになったときの集合場所を決めておきましょう  
 非常持ち出し品の置き場所を書いておきましょう

## 避難場所 集合場所 持ち出し品

氏名 生年月日 血液型 会社や学校の連絡先

## 家族の連絡先

### 非常持ち出し品チェック



避難後の生活必需品として、米・おかず（レトルトも便利）、缶詰などの食料品や飲料水（ペットボトルに貯蔵）、卓上コンロ（ガスボンベ）、毛布や寝袋、バケツ、洗面用具、携帯トイレなどを用意しておく（最低3日分）

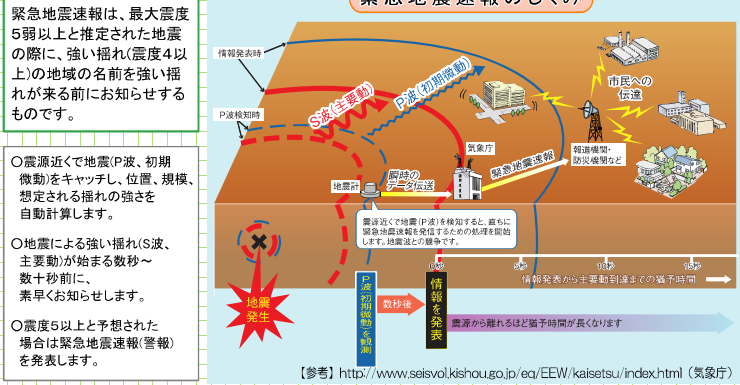
問い合わせ先 三宅町役場

〒686-0213 奈良県磯城郡三宅町伴堂689番地  
 TEL 0745-44-2001 FAX 0745-43-0922  
 URL <http://www.town.miyake.nara.jp>

## 緊急地震速報の利用方法

気象庁から緊急地震速報が提供されます。緊急地震速報は、見聞きしてから強い揺れが来るまでの時間が、数秒から数十秒しかありません。その短い間に、身を守るための行動をとる必要があります。

### 緊急地震速報のしくみ



- 緊急地震速報を聞いたら、以下のように行動しましょう。**
- 1 家庭では**
    - 頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。
  - 2 エレベーターでは**
    - 最寄りの階で停止させ、すぐ降りる。
  - 3 車の運転中は**
    - あわててブレーキをかけない。
    - ハザードランプを点灯し、揺れを感じたらゆっくり停止する。
  - 4 山やがけ付近では**
    - 落石やがけ崩れに注意する。
  - 5 屋外(街)では**
    - ブロック塀の倒壊などに注意する。
    - 看板や割れたガラスの落下に注意し、ビルのそばから離れる。
  - 6 鉄道・バス乗車中は**
    - つり手、手すりにつかつかまらる。
  - 7 人がおおぜいいる施設では**
    - 係員の指示に従う。
    - 落ち着いて行動する。
    - あわてて出口に走り出さない。

### 災害用伝言ダイヤルの利用方法

地震や洪水などの大災害発生時は、電話がつながりにくい状況が1日～数日間続くことがあります。このような場合は、「災害用伝言ダイヤル」が開設されます。これは「声の伝言板」(安否情報)の役割をする電話サービスです。被災地内やその他の地域の人々との間で伝言の録音・再生をすることができます。

「171」をダイヤルし、利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をしてください。



## 地震から身を守るために

### 地震が起きたらどうするか

**命を守る** (地震発生時)

- 落ち着いて、自分の身を守る
- すばやく火の始末
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確認する

**家族を守る** (1～3分)

- 家族の安全を確認
- 火元を確認・初期消火
- 靴をはく
- 必需品を手元に用意する
- 余震に注意

**地域を守る** (5～10分)

- 隣近所の安全を確認
- ラジオなどで情報を確認
- 電話はなるべく使わない
- 電気のブレーカーを切る
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する

**避難生活では** (10分～数時間)

- 協力して消火・救出活動
- 生活必需品は備蓄でまかなう
- 災害情報・被害情報の収集
- 壊れた家には入らない
- 引き続き余震に注意
- 避難所では集団生活のルールを守る

## 地震対策10か条

地震から身を守る最大のポイントは、日頃の「心の備え」です。火災などの二次災害を引き起こさないためにも、いざという時の行動を覚えておきましょう。

- 1. まずわが身の安全を図れ**  
ケガをしたら火の始末や避難が遅れてしまいます。家具の転倒や落下物には十分な対策をしましょう。
- 2. すばやく火の始末、あわてずわがす冷静に**  
「火を消せ!」とみんなで声をかけ合い、調理器具や暖房器具などの火を確実に消しましょう。
- 3. 非常出口を確認する**  
建物がゆがみ、出入口が開かなくなる事があるので、出口を確認しましょう。
- 4. 火が出たらまず消火を**  
「火事だ!」と大声で叫び、隣近所にも協力を求め、初期消火に努めましょう。
- 5. 外へ逃げる時はあわてずに**  
外に逃げるときは、瓦やガラスなどの落下物に注意しましょう。
- 6. 狭い路地、塀きわには近寄らない**  
ブロック塀・門柱・自動販売機などは倒れやすいので注意しましょう。
- 7. ため池や河川に近寄らない**  
地震時にはため池や河川の堤防が崩れる恐れもありますので、近寄らないようにしましょう。
- 8. 避難は徒歩で、荷物は最小限にする**  
避難場所へは車を使わず、徒歩で避難をしましょう。
- 9. みんなが協力し合って応急救護**  
お年寄りや体の不自由な人、ケガ人などに声をかけ、みんなで助け合いましょう。
- 10. 正しい情報をつかみ、余震に注意する**  
うわさやデマに振り回されず、テレビやラジオで正しい情報をつかみましょう。

## 耐震診断のすすめ

阪神・淡路大震災では、亡くなられた方の約8割が家屋や家具の下敷きによる圧死であったと言われています。大規模地震の切迫性が指摘される今、住宅の倒壊を防ぐための対策をしておくことが大切です。耐震診断によって建物の耐震性を調べ、問題があれば専門家に依頼し、補修や改修などの対策をしておきましょう。

### まずは耐震診断を

三宅町では、「既存木造住宅耐震診断事業」を実施しています。

耐震診断は、住宅の外観を目視で調査したり、住宅についての聞き取り調査などを基に判断・評価(簡易診断)を行うものです。自宅が、地震に対してどのくらいの強度を有しているのかを判断する目安として、ぜひ一度受けてみてください。

詳しくは、産業建設課にお問い合わせください。

### 家の周囲の地震対策

家の周りも日頃から安全に対策をしておきましょう。

- 屋根**
  - 不安定な屋根のアンテナや屋根瓦は補強しておきましょう!
- ベランダ**
  - 植木鉢などの整理整頓を!
- 窓ガラス**
  - 飛散防止フィルムを貼りましょう!
- プロパンガス**
  - ボンベをしっかり鎖で固定しておきましょう!
- ブロック塀・門柱**
  - ブロック塀・門柱はしっかり点検補強をしておきましょう!