

「いつか」は「いま」かもしれない…

# 南海トラフ巨大地震！あなたの備えは？



徳島市は昔から、およそ100年に一度やってくる南海トラフ巨大地震の被害を受けてきました。前回の昭和南海地震から約79年が経過し、次の巨大地震は、いつ発生してもおかしくない状態です。徳島市の人的被害は、何も対策をしなければ約1万人(うち津波が8～9割)の犠牲者が発生すると考えられています。日頃から地震・津波に対する備えをしておきましょう。

徳島市の最大震度：6強～7  
徳島市の最大津波高：約5m



## 地震が起きたら

**1** 南海トラフ巨大地震発生 緊急地震速報!!!

**緊急地震速報**  
震度5弱以上を予測した時にテレビ・ラジオなどで報知音とともに放送。

**2** 数分間の揺れ 3分後 大津波警報

**身を守る・津波情報に注意**  
低い姿勢で、落下物・家具の転倒に注意して、机の下などで頭を守る。

**3** 揺れが収まったら

**避難準備・避難開始**  
ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉める。非常用持ち出しバッグを持ち、避難を開始。  
ケガに注意! 家の中から靴をはく

**4** 津波避難が必要な場合は

**津波避難ビル・避難場所へ!**  
より早く、より高い場所へ逃げる! 車は渋滞のリスクがあるので、徒歩で避難が原則!

**5** 地震発生約40分後 津波第1波到達!

**東沖洲のマリンピア東端に津波第1波到達**  
※地震発生53分後に津波の高さが最大になる予測。

## 日頃から備えよう

**家族で避難ルートや連絡手段の確認**

▶ **ハザードマップで自宅周辺の被災想定などを確認**  
地域のハザードマップで地震、津波、土砂災害など、どのような危険が想定されるかを確認しましょう。

▶ **使用できる避難経路、避難場所などを複数確認**  
自宅・職場・学校からの徒歩での避難ルート、避難場所などを家族で共有しておきましょう。

また、子どもの通学時の地震発生も想定し、避難ルートを家族みんなで考え、実際に一緒に歩いてみましょう。

▶ **家族との連絡手段を決めておく**  
地震発生時は携帯電話が使用できなくなるおそれがあります。家族への連絡手段(災害伝言ダイヤル 171 など)を確認しておきましょう。

**枕元に非常用持ち出しバッグ・靴・懐中電灯を準備**

夜間に地震が発生した場合を想定し、枕元に必要なものを備え、逃げる準備を整えておきましょう。

地震で壊れたガラスから足を守る  
夜間の停電に対応 ※携帯電話のライトでも代用可。

**「避難場所」と「避難所」の違いを知っておこう**

**避難場所**

身を守るために緊急的に逃げる場所

津波の時は「避難場所」に行く!

**避難所**

身を守った後、自宅が被害にあった方が一時的に生活する場所

避難所、避難場所の一覧など(市HP) ▶

**家の中でケガをしないために**

大地震が起これば「家具は倒れるもの」と考えて、日頃から家具の形状に合わせた転倒防止金具などで柱や壁に固定しましょう。

▲家庭のできる備え(市HP)

**非常用持ち出しバッグの準備・点検**

次のものを非常用持ち出しバッグに入れておくなどして、すぐに持ち出す準備をしておきましょう。

**ポイント**  
実際に背負ってみて、移動できる重さにしましょう!

**非常食料など**

- ☐ 飲料水
- ☐ 非常食

**貴重品**

- ☐ 現金
- ☐ 携帯電話
- ☐ 本人確認書類

**生活用品**

- ☐ 懐中電灯(携帯電話のライトで代用可)
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 常備薬・お薬手帳
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 眼鏡・コンタクト
- ☐ 衛生用品(歯ブラシ・簡易トイレ・ポリ袋など)
- ☐ マスク・消毒用アルコール

**身を守るもの**

- ☐ ヘルメット
- ☐ 軍手
- ☐ 雨具
- ☐ くつ・スリッパ
- ☐ 救急用品

各家庭に応じた「オーダーメイド」な備えもお忘れなく!

**防災情報の入手**

◆徳島市公式LINE

防災メニューでは、避難所・緊急避難場所を検索でき、各種ハザードマップ、雨量・河川水位などが確認できます。

◆徳島県公式LINE

事前に地域や受信などの設定をすると、気象情報や避難指示などの防災情報が自動的に届きます。

[問い合わせ先] ▶ 危機管理課(☎621-5529 ☎625-2820)  
▶ 防災対策課(☎621-5527 ☎625-2820)