



# わかば福祉ネットワーク

平成 31 年 3 月 25 日発行  
第 28 号

発行: わかば福祉ネットワーク  
責 任 者: 代 表 山 川 紀 雄  
担 当: 事 務 局 (村 山)  
Tel/Fax 21-3965

## 天災は忘れたころにやってくる!



### 緊急地震速報 (気象庁)

千葉県東方沖で地震 強い揺れに警戒  
千葉 茨城 埼玉 神奈川

## あなたは生き残れますか?

あなたも災害予防・災害対策を知って、いざという時に自分と家族を守れるようにしておきましょう!

### 地震発生直後

#### ■あわてず身の安全を確保しよう!

机の下にもぐる、毛布をかぶる、頭をかかえ丸くなる等、状況に合わせて身を守り、揺れが収まるのを待ちます。  
屋外では、ビルからの落下物、ブロック塀などの倒壊、切れた電線などに注意しましょう。



### 1~2分後 揺れが収まる

- 津波や山・がけ崩れの危険がある地域にいる場合 **すぐ避難を!**
- 火を止める ■ドアや窓を開けて脱出口を確保



### 3分後 避難の準備

- 靴を履く ■非常持出品を手近に用意



### 5分後 家族は?

- ラジオなどで正確な情報を確認
- 家屋倒壊の危険があれば避難する
- 離れた家族の安否を確認

電話はなるべく使わず、災害用伝言サービスを使いましょう。



### 10分後 隣近所は?

#### ■隣近所で協力して消化・救出活動

大地震の直後、倒壊した建物などからの救助は一刻を争いますが、消防などの行政の救助隊は道路も被害を受けるなかですぐには到着しません。隣近所の助け合いがとても重要です。

### 3日間 避難生活

- 備蓄で乗り切ろう ■余震に警戒しよう
- ラジオ等で情報を常に収集しよう
- 自主防災組織を中心に行動しよう
- 避難所では助け合いを大切にしよう



市原市で震度4以上の揺れを観測した場合、防災無線から自動的に次のメッセージが放送されます

こちらは、市原市役所です。

ただいま（大きな）地震がありました。[繰り返し]

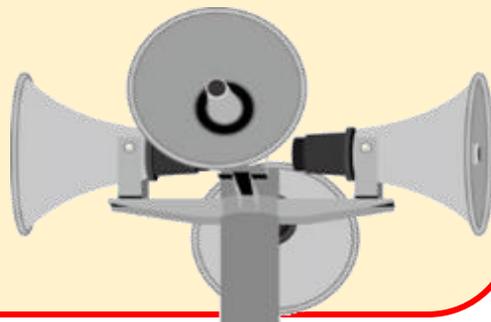
あわてて外に飛び出すのは危険です。落ち着いて行動してください。

皆さん、火の始末は済みましたか。

もう一度声をかけあって、  
火の元を確かめてください。

テレビ、ラジオからの情報に

十分注意してください。



市民の皆さんは、地震直後に防災無線が聞こえるようであれば、市原市では震度4以上の揺れがあったと考えてください。そして落ち着いて、まずは自分、そして家族の身の回りの安全を確保するように心がけてください。

市原市HPより抜粋

## 若葉地区の皆さん！

30年以内に震度6弱の地震発生確率は千葉県が1位です！

近年発生した地震における負傷原因のうち、家具類の転倒や落下物による負傷原因が約30～50%を占めることが分かっています。また、家具類はストーブ等を倒したりして、火災を引き起こします。

災害時の被害は、普段からの防災対策の有無で大きく変わってきます。

この機会に家族で話し合しましょう。



生き残るために まずは **じぶん防災**



**地域の様々な情報をお寄せください**

お問合せは わかば福祉ネットワーク事務局 村山 21-3965