

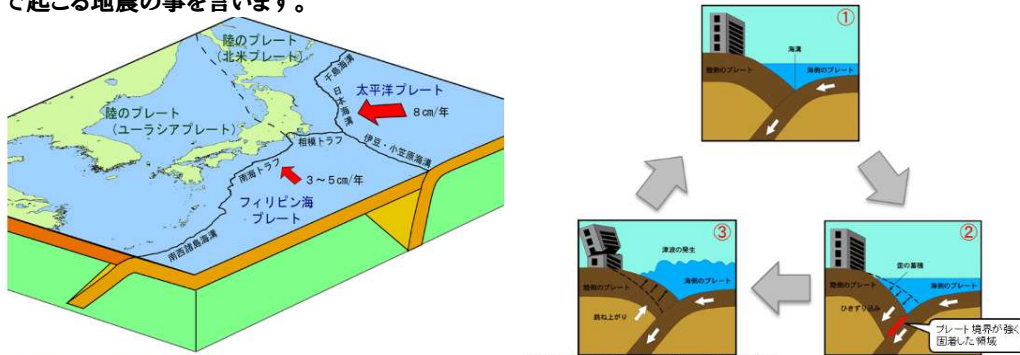
従業員の皆さんへ

日々のお仕事ご苦労様です。

今年の8月8日16時43分頃に宮崎県東部沖合の日向灘を震源とするマグニチュード7.1の地震が発生し、「南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)」が発表され、関東から九州にかけての太平洋沿岸地域には、1週間程度の期間(8/15まで)は地震に備えるようにと注意が呼びかけられたことで、お盆休みのスケジュールに影響が出たり、防災グッズ購入にホームセンター等を回られた方もいらっしゃったのではないのでしょうか。今年は元旦に「能登半島地震」が発生し、1月の「衛生委員会通信」で「職場での防災対策」について取り上げましたが、毎年9月1日は「防災の日」でもあることからもう一度「地震に対する備え、災害からの身の守り方」について取り上げたいと思います。

南海トラフ地震を知っていますか？

「南海トラフ地震」とは、駿河湾から遠州灘、熊野灘、紀伊半島の南側の海域及び土佐湾を経て日向灘沖までのフィリピン海プレート及びユーラシアプレートが接する海底の溝状の地形を形成する区域(南海トラフ)で起こる地震の事を言います。

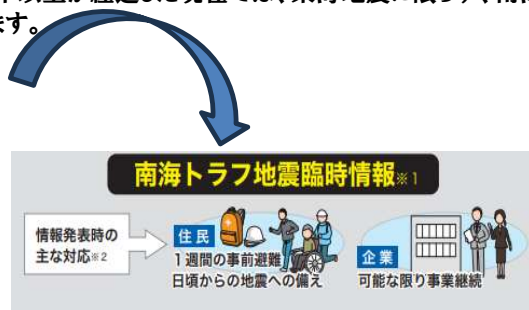


日本付近のプレートの模式図

南海トラフ地震の発生メカニズムの概念図

南海トラフ地震は、概ね100~150年間隔で繰り返し発生しており、前回の南海トラフ地震(昭和東南海地震(1944年)、昭和南海地震(1946年))の発生から70年以上が経過した現在では、東海地震に限らず、南海トラフ全域で大規模地震発生切迫性が高まっています。

想定震源域の広い範囲で一度に割れる場合、東側と西側が別々に割れる場合もあり、これらが連続して発生することもあります。



マグニチュード8~9クラスの地震が今後30年以内に発生する確率は70~80%

過去より繰り返し発生しています

地震の発生しかたも様々です

《地震に対する10の備え》

身の安全の備え

- 1. 家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておきましょう。
2. けがの防止対策をしておきましょう。
3. 家具や堀の強度を確認しておきましょう。
4. 消化の備えをしておきましょう。
5. 火災発生時の早期発見と防止対策をしておきましょう。

初動対応の備え

- 6. 非常用品を備えておきましょう。
7. 家族で役割や避難場所・経路について話し合っておきましょう。
8. 地域の危険性を把握しておきましょう。
9. 防災知識を身につけておきましょう。
10. 防災行動力を高めておきましょう。

確かな行動の備え

- 1. 家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておきましょう。
2. けがの防止対策をしておきましょう。
3. 家具や堀の強度を確認しておきましょう。
4. 消化の備えをしておきましょう。
5. 火災発生時の早期発見と防止対策をしておきましょう。
6. 非常用品を備えておきましょう。
7. 家族で役割や避難場所・経路について話し合っておきましょう。
8. 地域の危険性を把握しておきましょう。
9. 防災知識を身につけておきましょう。
10. 防災行動力を高めておきましょう。

《家庭の防災対策》

「日常備蓄」を実践してみましょう。

自宅生活の上で必要な食料品や生活必需品を、日頃から備えておくことが大切です！

日常備蓄のイメージ 食べ物や日用品を少し多めに購入し、日常で消費

災害時に特に必要なもの

- カセットコンロ
懐中電灯
簡易トイレ
充電式ラジオ等



レ 非常持ち出し袋

・避難した際、当面必要となる最小限の品を収めた袋で、中身は自分にとって必要なものを考え、準備することが重要です。

例えば・・・

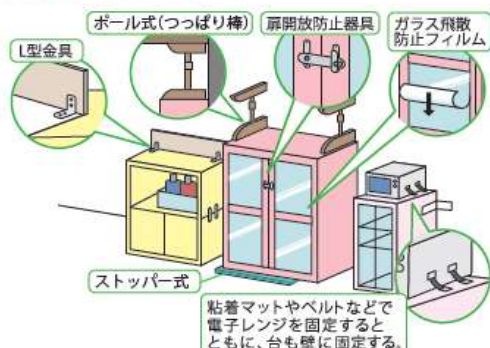
- | | | |
|---------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 水、水筒 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> ナイフ・缶切り |
| <input type="checkbox"/> 食品 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> ライター |
| <input type="checkbox"/> 衣類 | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> ロウソク |
| <input type="checkbox"/> 現金（小銭） | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ | <input type="checkbox"/> ホイッスル |
| <input type="checkbox"/> 貯金通帳 | <input type="checkbox"/> 地図 | <input type="checkbox"/> 哺乳瓶 |
| <input type="checkbox"/> 印鑑 | <input type="checkbox"/> 乾電池 | |
| <input type="checkbox"/> 救急箱 | <input type="checkbox"/> 携帯電話用充電器 | |
| <input type="checkbox"/> 歯ブラシ | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災頭巾 | |
| <input type="checkbox"/> エマージェンシーセット・ブランケット | | |

※いつでも持ち出せる場所に備えておきましょう

レ 家具類の転倒・落下・移動防止対策

・大きな地震では、倒れてくる冷蔵庫や棚の下敷きになって大けがをする恐れがあります。家具固定などの対策を進めましょう。

リビングの対策例



・ドアや避難経路をふさがないように、家具のレイアウトを工夫しましょう。

寝室の対策例



レ 身近にあるものを活用

・災害時、限られた物資を有効に活用するために、身近にあるものを工夫して使ってみましょう。

例えば・・・

食品用ラップ

皿などの食器を包むことで使用後にラップを捨てれば、食器を洗わなくて済む



大きなポリ袋

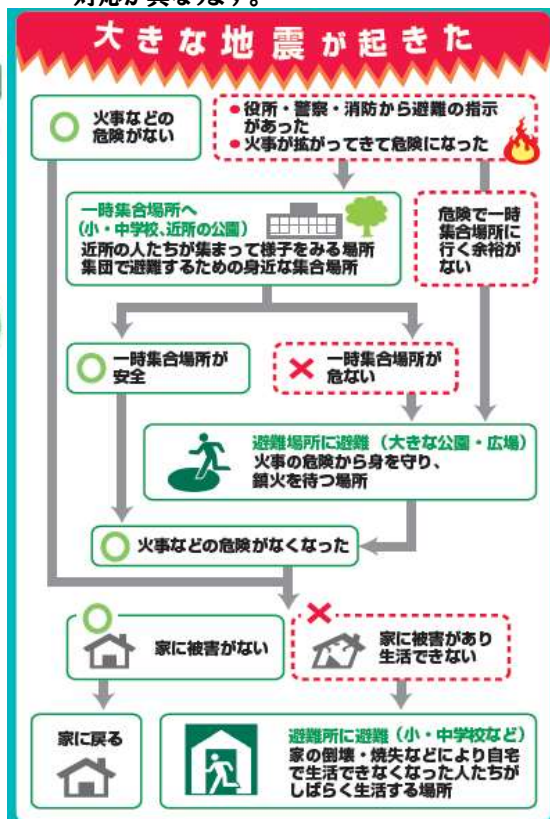
ダンボールの中に敷くと水を運ぶときにゴミが入らず、水もこぼれない



※大きなポリ袋は、底を破ぶって顔を出せるようにすれば、レインコート代わりにもなります。

＜避難の流れ＞

避難所、避難場所への避難は災害の状況により対応が異なります。



＜地震その時10のポイント＞

地震時の行動

- 地震だ！まず身の安全確保を。
 - 揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動しましょう。
 - 丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見ましょう。
- 高階層(概ね10階以上)での注意点**
 - 高階層では、揺れが数分続くことがあります。
 - 大きくゆっくとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険があります。

地震直後の行動

- 落ち着いて火の元確認 初期消火を行いましょう。
- あわてた行動は、けがのもとです。
 - 屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
 - 瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さないこと。
- 窓や戸を開け 出口を確保しましょう。
- 門や扉には近寄らないように。

地震後の行動

- 火災や津波から確かな避難を。
 - 地域に大規模な火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難しましょう。
 - 沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難することが大切です。
 - 避難先は、「避難場所」「避難所」だけではありません。
 - 安全であれば、自宅や親戚・知人宅なども避難先となります。**
- 正しい情報で確かな行動を心がけましょう。
- 確かめ合おう わが家の安全 隣の安否
 - 電話回線がパンクするので、不要不急の電話は控えましょう。
 - 災害用伝言ダイヤル「171」、災害用伝言版「web171」などの活用を。**
- 協力し合って救出・救護をしましょう。
- 避難の前に安全確認 電気のスイッチ・ガスの元栓

＜他の災害からの身の守り方＞

台風・豪雨時の行動

- 最新の気象情報を収集しましょう。
- 県市町村からの避難情報に注意しましょう。
 - 緊急安全確保⇒警戒レベル5
 - いのちを守る行動を
 - 避難指示⇒警戒レベル4 全員避難
 - 高齢者等避難⇒警戒レベル3 自主的避難
- 地下・半地下から避難する。道路のアンダーパスを回避する。
- 建物の2階以上に垂直避難する。

落雷・大雪時の行動

- 落雷の危険を感じたら安全な場所に避難しましょう。
 - 鉄筋コンクリートの建物や自動車の中など安全な場所に避難しましょう。
- 大雪予想なら早めの帰宅、外出は控えましょう。
 - やむを得ず外出する場合は、滑りにくい靴を履いて転倒に注意しましょう。



※スニーカー等を履きましょう

避難場所と避難所の違い

避難場所
危険から逃れるために避難する場所。大きな公園や広場、大学のキャンパスや学校のグラウンドなど。

避難所
自宅が被害を受け、生活困難な場合に一定期間生活する場所。学校や公民館など。

日本は、フィリピン海プレート、ユーラシアプレートに挟まれた「南海トラフ」と太平洋プレートに挟まれ地震の多い国です。2011年3月11日の東日本大震災以降、震度6弱以上の地震は、今回の日向灘地震までに33回発生しており、うち15回は震度6強以上の地震です。今後30年以内に「南海トラフ」地震が発生する確率は、70～80%と言われています。今回の内容を参考に、常日頃から災害に対する準備を怠らず、万一の場合も慌てず、安全に非難しましょう。