

あなたがお住まいの地域は、津波被害警戒区域（暫定）に含まれます。
このパンフレットは、いつも目の付くところに置いておきましょう！

地震・津波 防災マニュアル

真野地区
東南海・南海地震
津波防災計画

2014
保存版

最大震度
6弱

建物や、電気・水道・ガス
などのライフラインに
被害が発生することが
予想されます。

津波想定高さ
最大4.0m

津波は防潮堤を
乗り越えて
やってきます。

津波到達
予想時間
90分

外出中でも自宅に
もどらないこと！



青色ラインより南側の地域が
津波被害警戒区域になります。

津波は
何度も来襲！

5～6時間は継続する
と言われています。
第1波が最大とは
限りません。

津波火災
の危険あり！

津波により、
火災が拡大する
危険性が
あります。

避難は
徒歩が原則！

渋滞は避難や緊急車両
の妨げになります。



ゆっくりとした大きなゆれを感じた
『大津波警報・津波警報』の発令
『避難指示・避難勧告』の発令

JR神戸線より北側に
直ちに避難！

真野地区防災福祉コミュニティ



！津波から身を守るためには、とにかく避難。

～地震発生から避難まで～ とにかく落ち着いて行動しましょう！

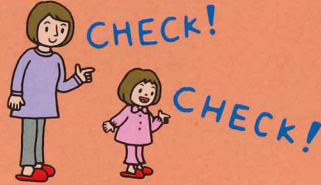


0分～

地震発生

地震が収まるまで
地震が収まったら...

自分と家族の身を守る！



情報収集

防災行政無線・携帯電話・携帯ラジオなどで 複数の情報収集を！

※停電の時はテレビ、パソコンは使用できません。
停電に備えて、携帯ラジオの乾電池・携帯電話の予備バッテリーを準備しておきましょう。



3分～

気象庁から
大津波警報
津波警報

神戸市から
避難指示
避難勧告

とにかく避難！



避難開始

近所のひとへの避難呼びかけ
災害時要援護者（高齢者・障がい者・妊婦など）の避難支援

原則



**JR神戸線より
北側に徒歩で避難**

例外

津波到達予想時間（地震後約90分）
までにJR神戸線より北側に
避難できない場合

最寄りの
津波緊急待避所の
3階以上へ避難



大津波警報・津波警報解除

避難指示・避難勧告が解除されるまで、
津波被害警戒区域外の指定避難所に避難

避難指示・避難勧告解除



90分～

最低5～6時間継続



実際に地震による津波が発生したときには、この図のとおり行動する必要はありません。
この図を参考に、家族や学校・職場で、津波発生時の避難方法について話し合ってみましょう。

「自分の身は自分で守る」が大原則です！



正確な情報収集で安全確実な避難を。 緊急の情報サービスを知っておきましょう！

防災行政無線：サイレンが鳴ればすぐに避難！

神戸市では避難勧告の発令時などの避難が必要な場合には、音声に加えて、サイレンを鳴らすことでも緊急情報をお知らせします。



大津波
津波警報
避難勧告
避難指示

屋外スピーカーについて

- ♪屋外スピーカー音の到達距離 **約 300m ~ 500m**
- ♪モーターサイレン音の到達距離 **約 1,000m**

気象条件や建物の影響によって、放送音の到達距離が短くなることがあります。

サイレンの鳴動パターン

10秒吹鳴 → 10秒休止
(3回繰り返し)

吹鳴	休止	吹鳴	休止	吹鳴
10秒	10秒	10秒	10秒	10秒

サイレンのあと、避難勧告や避難指示に関する情報を音声でお伝えします。

神戸市では、毎月17日の午後5時に、防災行政無線のテスト放送を実施しています。
皆様のご自宅でも、問題なく放送が聞こえるかどうか確認しておきましょう。

災害情報を入手する複数の手段を用意しておきましょう！

神戸市からの緊急情報は、防災行政無線のほか、テレビ、ラジオ、ひょうご防災ネットのメールサービス（携帯電話への事前登録が必要）等でもお伝えします。
大きなゆれを感じたときは、みなさんご自身で災害情報を収集しましょう！

ひょうご防災ネットにご登録ください！

事前登録をすれば、携帯電話で緊急情報等を受信することができます。

神戸市では、風水害や地震による避難指示などの緊急情報を速やかに市民の皆様へメールでお知らせするサービスを実施しています。事前に携帯電話のメールアドレスを登録すると、神戸市や兵庫県から緊急情報のお知らせメールが届きます。また、平常時から、携帯電話のホームページで安全・安心情報や防災関連情報を見ることもできます。

<http://bosai.net/kobe> にアクセス または、
下記のQRコードを読み取り、「情報メール受信登録」をして下さい。



※登録・情報提供料は無料ですが、メールを受信する場合に通信料がかかります。

問合せ先：神戸市危機管理室
TEL: 078-322-6236



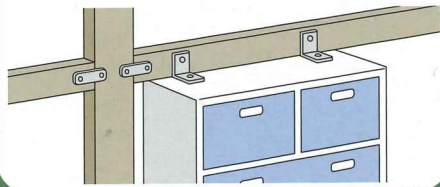
！地震に強いすまいをつくる。

～すまい方を工夫する～ 家具や家電製品を固定しましょう！

金具で家具を固定します

L型金具

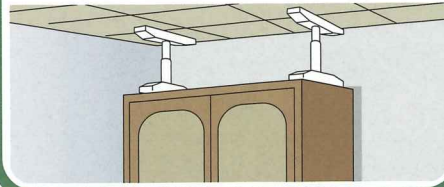
下地などの強度を確認の上、L型金具で固定するのが、最も効果的です。



突っ張り棒で固定します

突っ張り棒

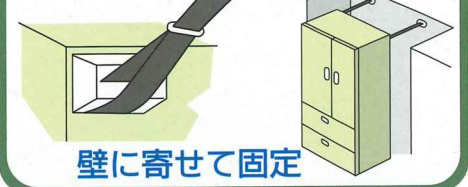
天井がしっかりしていて、すき間が小さくないと効果が期待できません。



ベルトなどで固定します

転倒防止用ベルト

下地などの強度を確認の上、転倒防止用ベルトなどで固定します。



壁に寄せて固定

家具固定専門員を派遣します ～神戸市からのお知らせ～

防災活動の一環として、**地域の団体※**の中で**10戸以上まとまって**家具固定に取り組む場合、**市から派遣された家具固定専門員がお宅の家具を固定します！**

※まちづくり協議会、防災福祉コミュニティ、マンション管理委員会、ふれあいのまちづくり協議会、自治会等



高齢者(65歳以上)の方、障がい者の方、小学生以下のお子様がおられる世帯は、家具2つまで無料になります。3つめからは実費負担(1つ5,000円～8,000円)で実施します。それ以外の世帯は実費負担で実施します。

神戸市すまいの安心支援センター(すまいるネット)

TEL: 078-222-0186

！家族との連絡方法を決めておきましょう！

複数の連絡方法を知っておくことで、家族・親戚との連絡が取れる確率が高まります。

災害用伝言ダイヤル「171」

30秒以内で
音声を録音すること
ができます。



1 7 1

録音

再生

1

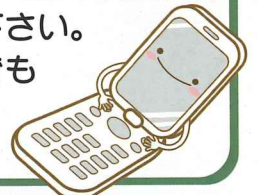
2

市外局番から固定電話番号を入れる
078-XXXX-XXXX

※携帯電話(090・080)、PHS(070)
IP電話(050)の番号は登録できません。(再生することは可能です。)

災害用伝言板(web171)

インターネットで
<https://www.web171.jp/>
にアクセスし、画面の指示に従ってご利用下さい。
携帯電話からでも登録可能です。



公衆電話

災害時、**公衆電話は優先的に回線が確保される**ため、一般の電話回線よりつながりやすくなっています。携帯電話等の普及により普段は存在を忘れがちですが、覚えておきましょう。



公衆電話の数が減っているため、普段からその設置場所を確認しておきましょう。最寄りの公衆電話(24時間使用可)の位置は、津波防災マップに掲載しています。



携帯電話の災害用伝言板

携帯各社サイト
トップメニュー

災害用伝言板

登録

確認

状態・コメント
を入力

確認したい人の
携帯番号を入力

わが家の防災メモ



家族の集合場所を決めておきましょう！

家族と連絡が取れず、自宅が被災した場合を想定し、家族で集合場所を話し合っておきましょう。万一のことを考えて複数の集合場所を決めておきましょう。

	第1集合場所	第2集合場所	第3集合場所
名 称			
メ モ			

注意 警報や避難指示・避難勧告が解除されるまで、自宅にはもどらないこと！

家族・親戚・知人の連絡先

名 前	電 話 1	電 話 2
	()	()
	()	()
	()	()
	()	()
	()	()
	()	()
	()	()

緊急連絡先

名 前	電 話	メ モ
	()	
	()	
	()	
	()	

！ みんなで協力して避難すれば全員が助かる。

災害時にこそ、**ご近所力**を！

【ご近所への避難のよびかけ】と【自らが率先して避難すること】
でより多くの命が助かります。

津波から避難したきっかけ

東日本大震災における
東北3県住民のアンケート結果から



多くの人が『住民どうしによる避難の呼びかけ』や『率先避難』によって、津波からの避難を開始したと回答しています。

阪神・淡路大震災では **住民が救助の主役に！**

倒壊した家屋から救出された人のうち、約8割が家族や近所のみなさんによるものでした。

災害時にあなたの助けを待っている人がいます。

災害が起きても、耳が聞こえない、目が見えない、歩くのに介助が必要…など、いろいろな理由で『**ひとりで避難するのがむずかしいひと**』が身近におられるのをご存知ですか？

また、あなた自身も災害によるけがなどで、『ひとりで避難するのがむずかしいひと』になるかもしれません。大きな地震が発生した時には、ご近所でおたがいに、



- *「一緒に安全なところへにげましょう！」と声をかけること
- *お互いに協力して安全な場所まで避難すること
- *避難所で「近所のあのひとの姿が見えないな？」と気づくこと

など、ひとりひとりが **出来る範囲での助けあい** をお願いします。

ご近所力が災害時に大きな力を発揮します！

日ごろからのあいさつや防災訓練・お祭りなどの地域の行事への参加を通じて、困ったときに「たすけて」と言える、「たすけて」と言った人を支援することができる『**ご近所力**』を高めましょう！

あなたもたすけあいの地域づくりにご参加ください！

！ 減災グッズを備えましょう！

家庭や勤務先など、1日の多くを過ごす場所には「非常持ち出し品」を備えておきましょう。リュックサックなどにコンパクトにまとめておくことが大切です。



備えを進める 非常持ち出し品チェックリスト ご自身で必要なものをチェックしましょう。

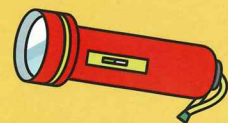
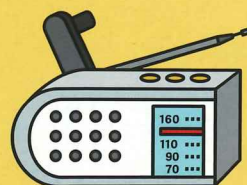
貴重品

- 現金（公衆電話用に10円硬貨も）
- 預貯金通帳
- カード類
- 印鑑
- 免許証
- 権利証書
- 健康保険証
- 貴金属類
- 予備鍵（自宅・車等）
- 住所録のコピー



情報・照明

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- 予備の乾電池
- 携帯電話（充電器）



生活用品

- 上着類（防寒用）
- 下着類（着替え用）
- タオル・ハンカチ
- ライター・マッチ
- 万能ナイフ類
- 使い捨てカイロ



【目・耳の不自由な方】

- メガネ・コンタクトレンズ
- 補聴器

飲料水・非常食・食器類

- 飲料水
- 乾パン・クラッカー
- チョコレート・キャンデー
- 缶詰（缶切りも）
- 皿・コップ
- 箸・フォーク・スプーン



【乳児用】

- 粉ミルク・哺乳瓶、離乳食



装備

- ヘルメット・防災ずきん
- ホイッスル
- 軍手・ゴム手袋（厚手のもの）
- 運動靴



救急・衛生

- 救急用品セット
- はさみ・ピンセット・刺抜き
- 持病薬・常備薬
- マスク
- トイレットペーパー
- ウェットティッシュ



【女性・幼児・お年寄り】

- 生理用品
- 紙おむつ



1年に2回はチェックしよう！

■飲料、食品の賞味期限、薬品や電池の使用期限等をチェックして新しいものに交換しよう。それぞれの品物が古くて劣化していないか、確認しよう。

■保存食品は交換の際に試食しよう。
■衣類など、季節で変わる必需品を取り替える為に、年2回。春と秋に。