## 避難のための心得 ～津波から身を守る～

津波から安全に避難するため、次のことに心掛けましょう。

### 海岸付近で強い揺れを感じたらすぐ避難

海岸付近で、強い揺れまたは長くゆっくりとした揺れを感じたとき、もしくは揺れを感じなくても「津波警報」が発表されたときは、直ちにそこから離れ、急いで安全な場所に避難しましょう。

### 荷物は最小限、動きやすい服装で避難

避難する際に持っていくものは必要最小限にし、日頃からリュックサックなどに入れ、準備しておきましょう。動きやすい服装で運動靴や底の厚い丈夫な靴を履き、避難しましょう。

### 徒歩で避難

原則、徒歩で避難しましょう。車で避難した場合、渋滞のため津波に巻き込まれるなど、かえって危険な場合があります。

### 逃げ遅れたときは、近くの津波避難ビルなどへ

逃げ遅れたときなど、津波による浸水が切迫しているときは、遠くへの避難は諦め、近くの津波避難ビルや堅牢な高い建物に逃げ込みましょう。

### 地震を感じたら、すぐ情報収集を

地震を感じたら、テレビやラジオ、防災無線などから正しい情報を入手しましょう。

強い揺れを感じ「津波警報」や「大津波警報」が発表された場合や、地震の揺れを感じなくても「大津波警報」が発表された場合は、直ちに高台など安全な場所に避難しましょう。

### 避難する前に火元を確認

避難する前に、火元を確認しましょう。ガスの元栓は閉め、電気のブレーカーを切ることも忘れずに。

### より遠く、より高い場所への避難が原則

津波からより安全に避難するためには、より遠く、より高い場所への避難が原則です。できるだけ遠くて高い場所を選んで、避難しましょう。

### 警報が解除されるまでは安全な場所に

津波は繰り返し襲ってくるので、「津波警報」が解除されるまでは、安全な場所に待機しましょう。海岸や河川には「津波注意報」が解除されるまで、近づかないようにしましょう。

## 災害情報を入手する

### ▶津市防災情報メール

お持ちの携帯電話で、避難勧告などの災害情報等緊急メールの受信ができます。ご利用いただくには、事前登録が必要です。災害時の情報収集手段として、ぜひ登録をしてください。

＜登録方法＞▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶
右のＱＲコードを携帯電話で読み取り、案内にしたがって登録してください。

### ▶エリアメール、緊急速報メール

携帯電話事業者が運営する緊急速報メール配信サービス（ＮＴＴドコモの緊急速報「エリアメール」、ａｕおよびソフトバンクの「緊急速報メール」）を導入しています。

このサービスは、事前申し込みや受信料などが不要で、回線混雑の影響を受けずに素早く緊急情報を受け取れるものです。対象機種など詳しくは販売店等にお問い合わせください。

## もしものときの安否確認に 災害伝言ダイヤル「171」

大規模な災害が発生したときには、ＮＴＴの災害用伝言ダイヤルサービスが開始されます。

事前登録は不要で、家族などの安否の確認や連絡に活用できます。

＜体験利用日＞

毎月１日・15日、1月1日～3日、防災とボランティア週間（1月15日～1月21日）、防災週間（8月30日～9月5日）

| ●伝言の録音方法● | ●伝言の再生方法● |
|---|---|
| 171 | 171 |
| ▼ | ▼ |
| 1 | 2 |
| ▼ | ▼ |
| 市外局番からダイヤル<br>(000) 000-0000 | 市外局番からダイヤル<br>(000) 000-0000 |
| ●被災地の人は自宅の電話番号<br>●被災地以外の人は被災地の電話番号を | ●被災地の人は自宅の電話番号<br>●被災地以外の人は被災地の電話番号を |
| ▼ | ▼ |
| 伝言を入れる（30秒以内） | 伝言を聞く |

▲ 事前に使い方を確認しておきましょう ▲