

東日本大震災から10年 切迫する首都直下地震への備えを

☎防災課☎内線4512

平成23年3月11日に発生した東日本大震災から、今年で10年がたとうとしています。1万5,000人を超える尊い命が犠牲になり、多くの人々が日常の暮らしを奪われました。あの日、市内では震度5弱の揺れを記録し、塀や屋根瓦などが損壊する被害や、鉄道の運休により帰宅困難者が発生するなど、各所で混乱が生じました。

首都直下地震がいつ発生してもおかしくないといわれる今こそ、震災による教訓を私たち一人ひとりが胸に刻み、大地震に対する備えや防災行動力を高める必要があります。



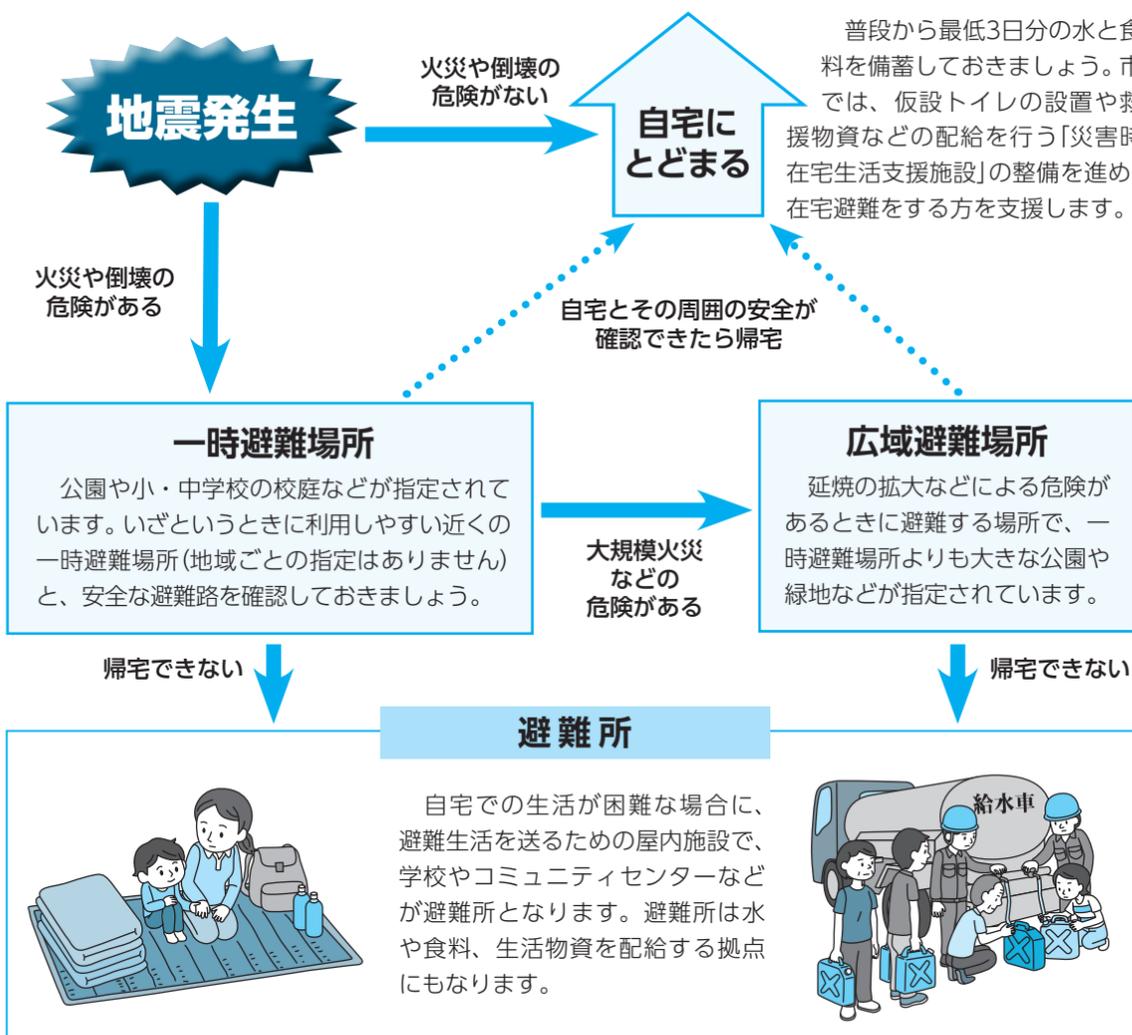
姉妹町・福島県矢吹町の被害の状況

大地震発生時の避難行動を確認しておきましょう

地震に対する備えや発生時取るべき行動、避難施設などをまとめた「三鷹市防災マップ」(写真)をご活用ください。マップは、防災課(元気創造プラザ5階)、市民課(市役所1階)、市政窓口で配布しているほか、市ホームページ(左記二次元コード)からもご覧いただけます。



避難行動の取り方フローチャート



在宅避難をご検討ください

震災時に自身や家族にけががなく、自宅の安全が確保できている場合は、必ずしも避難所へ行く必要はありません。自宅での生活を続ける「在宅避難」をご検討ください。避難所は、環境の変化などによって体調を崩す人も多く、新型コロナウイルス感染症などの感染リスクが高まることも想定されます。住み慣れた自宅の方がストレスなく生活できることが多いといわれており、在宅避難には心身の健康を保ちやすいメリットがあります。



災害時在宅生活支援施設マーク

事前の備え

- 建物と室内の安全確保

必要に応じた耐震補強や、家具の転倒・落下・移動防止装置を設置しましょう。
- ライフライン(ガス・電気・水道・トイレなど)の代替手段の準備

ガスはカセットコンロ、電気は蓄電池や懐中電灯など、水はペットボトルの水やお風呂の残り湯などを準備しておきましょう。下水道が使用できない場合に備え、簡易トイレや携帯トイレも必要です。
- 食料、水の確保

普段使っているものを少し多めに確保する「日常備蓄」を心掛け、まずは3日分の備蓄をしておきましょう。
- 健康管理

持病や障がいがある方は、災害時の対策をかかりつけ医に相談しておきましょう。
- 災害時在宅生活支援施設の確認

在宅避難者の生活に必要な資機材を配備した「災害時在宅生活支援施設」を、市内12カ所に整備しています。防災マップで最寄りの支援施設を確認しておきましょう。

災害時は正確な情報収集を

市では災害などの緊急時に、防災無線で緊急情報を発信するほか、市ホームページ、市公式ツイッター(1面参照)、安全安心メール(12面参照)、J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル)の文字放送など、さまざまなメディアを活用して情報をお伝えします。防災無線の放送内容は、無料の自動電話応答サービス☎0120-119-921でも確認できます。

東日本大震災追悼の黙とうにご協力をお願いします

震災の教訓を深く心に刻み、亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災地の復興と再生を願い、3月11日(木)午後2時46分から、防災無線のチャイムに合わせて1分間の黙とうを行います。

誰でも帰宅困難者になる可能性があります

東日本大震災発生当日、市内でも多数の帰宅困難者が発生しました。私たちは通勤・通学だけではなく、買い物や行楽などでも自宅から遠く離れることがあり、帰宅困難者になる可能性は誰にでもあります。

外出先で帰宅困難な状況になったら

むやみに帰宅しようとする、パニックや情報不足により、かえって危険な状況に陥る可能性があります。インターネットが繋がらない場合は、近くの公共機関やラジオなどで情報を確認しましょう。また、一時滞在施設や災害時帰宅支援ステーションなどを活用し、安全が確保できてから移動するようにしましょう。

日ごろから安否確認の方法を共有しておきましょう

災害用伝言ダイヤルや災害用伝言版など、万が一のときの安否確認の方法を家族間で話し合っておきましょう。なお、市立保育園、市立小・中学校、学童保育所では、原則として、保護者の迎えがあるまでお子さんを預かることとしています。