



## その時、迷わず逃げるために 津波への備えを見直そう

11月5日は『津波防災の日』。この日は、東日本大震災を教訓として、津波対策についての理解と関心を深めるため制定されました。津波警報などの情報が発表された場合、あなたはどの行動しますか？日ごろからハザードマップで浸水想定や避難先及び避難経路を確認し、いざという時に迷わず避難できるよう備えておきましょう。また、スマートフォンを活用して、避難時やその後の生活を支える情報の入手手段も確保しましょう。

問 西区 総務課 安心・安全担当(☎025-264-7120)

### 01 津波災害前に知っておくこと

- 強い揺れを感じたら、まず高い場所へ避難  
大きな揺れや長く続く揺れを感じたら、津波警報などを待たずに、直ちに高台や津波避難ビルなどに避難しましょう
- 海岸や川沿いにいるときは特に注意  
海岸・港・河口付近は、津波が早く到着する恐れがあります。すぐにその場を離れ、高い場所へ避難しましょう。
- 津波は繰り返し来ることがある  
最初の波が一番高いとは限らず、後からより高い波が来ることがあります。警報などが解除されるまで、絶対に海に近づかないようにしましょう。



### 02 携帯電話で情報入手手段の確保

新潟市では、災害時に必要な情報をテレビやラジオのほか、様々な方法で発信しています。情報の入手手段を事前に複数確保しておきましょう。市ホームページ(右の二次元コード)に災害時の情報発信媒体を掲載しています。



- ・にいがた防災メール
- ・新潟市危機管理防災局公式X(エックス)
- ・新潟市LINE公式アカウント
- ・新潟県防災ナビ など

### 避難した”その後”も、スマートフォンでつながる

#### 新潟県避難所アプリ

災害時の避難所の受付や速やかな支援に役立ちます。



**避難所の受付で**  
避難者名簿を書かなくても、二次元コードを読み込むだけで避難所受付ができます。



**在宅避難時にも**  
避難所以外の場所(在宅や車中泊など)に避難しても、行政からの支援が届きやすくなります。



**行政からのお知らせ**  
県や市町村から物資や生活再建などの支援に関する情報が届きます。



**家族みんなで**  
避難所での同時受付や、家族が避難している場所の確認ができます。

### 災害に備えてアプリを登録しておくで安心

新潟県避難所アプリを県ホームページ(右の二次元コード)から詳細を確認し、もしもの時のために、今すぐダウンロードしておきましょう。



### 03 ハザードマップの確認



津波の浸水想定区域、津波の到達時間や想定される浸水の深さ、避難場所・避難経路を確認しましょう。特に自宅や職場・学校など、普段過ごす機会の多い場所ごとに複数の避難経路を考えておくことが大切です。いざというときに備えて家族でルールを決めておくとい良いでしょう。

ハザードマップは、市ホームページ(右の二次元コード)で公開しているほか、自治会を通じて全戸配布しています。また、区役所・出張所でも配布しています。



#### ハザードマップの見方

ハザードマップを見るときポイント、市ホームページ(右の二次元コード)で公開しています。見方が分からず確認していなかった人は、この機会に確認してください。



### 04 日ごろからの備えを見直し

#### 備え1 避難経路と家族同士の連絡手段

道路の被害状況によっては、普段の経路が使えないこともあります。避難場所までの避難経路については最低でも2つは考えておきましょう。また、家族と離れた場所で被災してしまった場合に備え、連絡手段や集合場所について事前に話し合っておきましょう。大規模災害の発生時は安否確認のための伝言サービス『災害用伝言板』が使用可能になります。事前に使い方の確認をしておきましょう。



#### 備え2 家庭用備蓄品(非常用持ち出し袋)

避難する前に最低限必要な物はリュックなどに入れ、玄関の近くや寝室など、すぐに持ち出すことができる場所に保管しておきましょう。定期的に中身を確認し、賞味期限の確認や季節に応じた見直しを行いましょう。



**非常用持ち出し品の例**

- ☐ 飲料水・非常食
- ☐ 携帯ラジオ・ライト
- ☐ 常備薬・救急セット
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ マスク・ウエットティッシュ

※非常用持ち出し袋の中の食品類などは、必要に応じてローリングストックにより、品質の保持をしましょう。

#### ☆ローリングストック



避難生活が長引くことを想定し、家庭でも食料・飲料水などを備蓄しておきましょう。普段使うものを少し多めに買い置きし、使った分を買い足す『ローリングストック』で、無理なく備えられます。

### スマートフォンは、立派な 防災グッズ！

#### 1 情報を知る

避難情報、気象情報などを確認



#### 2 避難場所確認

現在地や避難所の場所・ルートを調べられます。



#### 3 家族と連絡

家族の安否確認や連絡のやりとりに。



#### 4 明かりに使う

停電時、ライトで周囲を照らせます。

