

防災特集

知ってるつもり、いつかはやるつもり・・・

では**命**を守れない。

日本は、世界でも有数の地震大国であり、これまでも多くの被害を受けて来ました。

元日には石川県能登半島を震源とする最大震度7の地震（令和6年能登半島地震）が発生し、多くの家屋の倒壊や大規模な火災などを引き起こし、甚大な被害をもたらしました。

日本では震度1以上の地震が年間2,000回、ほぼ毎日全国各地で起こっており、いつ、どこで、どんな規模で地震が発生するかは分かりません。それは常総市も例外ではありません。

皆さんは地震への備えは十分に出来ていますか？

「もしもの時に」は突然に起きるので、地震から目をそらさない。後回しにしないで、今、正しい知識を得て、適切な準備を行い、最悪に備えましょう。

自分の**命**は自分で守

｜ 情報を知ろう

災害から命を守るために、災害が発生したとき迅速に対応できるかどうかは、事前の情報収集や準備にかかっています。

命を守るためにはどのように行動すれば良いのか、何に注意すれば良いのかなど事前を知っておかないと危険なことも多くあります。

市が発行した「わが家の防災ガイドブック」には、避難所、災害時の情報収集の方法などが網羅されていますので、内容を確認してみましょう。



｜ 地震に弱い住宅を強くしよう

いつも寝ている場所に危険はないですか？

しっかり固定できていない家具などは、地震の揺れで倒れたり、落ちてきます。倒れてくる家具がないか、頭に落ちてくる物がないか確認しましょう。

寝室だけでなく、設置してあるタンス、食器棚、テレビなども固定し、出入り口には転倒しやすい家具を置かないようにしましょう。

また、住宅自体を強くすることも重要です。

市では、大地震による家屋の倒壊から生命、財産を守るため、希望する市民の方に木造住宅耐震診断士の派遣を行っています。詳しくは、市ホームページまたは広報常総お知らせ版6月号をご覧ください。



市ホームページ→

常総市の地震別の最大震度予想

出典：茨城県地震被害想定調査詳細報告書(茨城県)

茨城県南部の地震

茨城・
埼玉県境の地震

太平洋プレート
(北部)

太平洋プレート
(南部)

茨城県沖から房総半島沖
にかけての地震

6強

6強

5強

5強

6弱

這わないと
動くことができない揺れ ※

状況▶固定していない家具のほとんどが移動し、倒れる物が多くなる/耐震性の低い木造建造物は傾くものや、倒れるものが多くなる/大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山体の崩壊が発生することがある。

物につかまらな
いと歩くことができない揺れ ※

状況▶棚にある食器類や本で落ちるものが多くなる/固定していない家具が倒れることがある/補強されていないブロック塀が崩れることがある。

立っていることが
困難な揺れ ※

状況▶固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある/ドアが開かなくなることがある/壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある/耐震性の低い木造建造物が傾いたりすることもある、倒れるものもある。

※ 出典：震度とゆれの状況(気象庁)

る。地震に備えよう。

地震だ！まず身の安全

大きな揺れを感じたとき、緊急地震速報が鳴ったとき・・・災害時は日頃から準備をしている行動しかとれません。地震が発生してどういった行動がとれるかで、命に関わることもあります。

今一度、地震発生時の行動を確認しましょう。

地震発生直後

自分自身の身の安全を最優先に確保

屋内

- 頭を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難する
- 室内に居ることが危ないと判断した場合、落下物に注意しすばやく屋外の安全な場所に一時避難をする
- すばやく火の確認



屋外

- 周りの危険物に注意し、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護する
- 空き地や公園などの、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意

運転中

- ハンドルをしっかりと握り、急ハンドル、急ブレーキを避けて、徐々にスピードを落とし、道路の左側に止め、エンジンを切る
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオなどにより情報を収集する

災害時のトイレの備えは完璧ですか？

想像してみてください。地震や突然の停電でトイレが使えなくなったら…
ひとたび災害が発生すると、停電、断水、汚水処理施設の損傷など様々な理由で水洗トイレが使用できなくなります。

また、排水管が損傷することで、汚水が逆流したり、損傷したところから漏水することもあります。水洗トイレが機能しないと、排泄物の処理が滞り、トイレが不衛生になり、排泄を我慢することによる健康状態の悪化に繋がる恐れがあります。

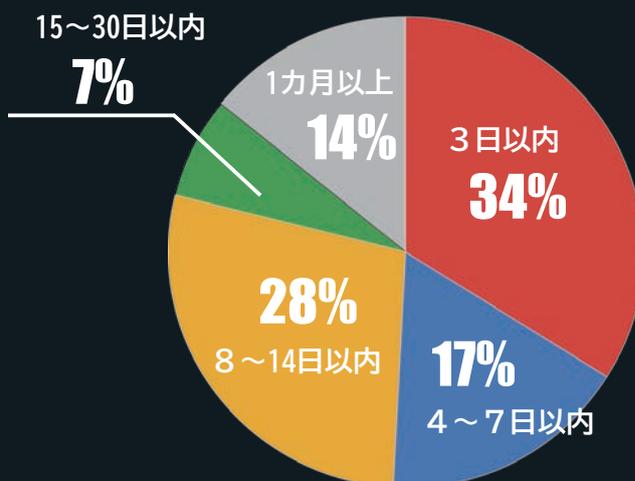
Ⅰ 仮設トイレはいつ来るの？

災害時のトイレとして一番先に思いつく仮設トイレですが、発災後直ぐに避難所に届くとは限りません。

東日本大震災の時には、避難所に行き渡るまで3日以内と回答した自治体は3割程でした。

仮設トイレが届くまでに、携帯トイレなどでトイレ環境を整えておくことが重要になります。

携帯トイレとは、袋と給水シートや凝固剤がセットになっており、袋の中に用を足し、し尿を給水シートや凝固剤を用いて処理をするものです。



仮設トイレが被災自治体の避難所に行き渡るまでの日数
調査：名古屋大学エコトピア科学研究所 岡山朋子
協力：特定非営利活動法人日本トイレ研究所

Ⅱ 携帯トイレの必要数

上記のことから災害時には携帯トイレの備えが欠かせません。では、携帯トイレはどのくらい必要になるのでしょうか。

内閣府が発行した「避難所における トイレの

確保・管理ガイドライン」によると、トイレの平均的な使用回数は1日5回となっていますので、それを踏まえて各家庭の状況に応じて、携帯トイレの必要な個数を計算してみましょう。

4人家族が1週間に必要な携帯トイレの数は？



人数
4人



排泄回数
5回



日数
7日



携帯トイレの必要数
140個

災害に備えて実際に準備をしましょう。

最低でも3日分、できれば1週間分くらいの食品などを家庭で備蓄しておくことが重要です。

食料・飲料・生活必需品の備蓄の例



食料・飲料・生活必需品などの備蓄

- 飲料水 7日分（1人1日3ℓ）
- 非常食 7日分（ご飯（アルファ米など）、ビスケット、レトルト食品、チョコレート、乾パンなど）
- トイレットペーパー、ティッシュペーパー
- マッチ、ろうそく
- カセットコンロ

※大規模災害時には「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。



非常用持ち出しバッグの準備

- 飲料水、食料品（カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- 貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ヘルメット、防災ずきん、マスク、軍手
- 懐中電灯、携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- 衣類、下着、毛布、タオル
- 洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ

※乳児のいるご家庭は、ミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意しておきましょう。

家族構成に合わせた備蓄品も準備しましょう

市役所の備蓄にあなたの家族にあった物があるとは限りません。必要な備蓄品を確認してみましょう。

乳幼児がいる場合

粉ミルク、ほ乳びん（消毒セット）、離乳食、紙おむつ、おしりふき、おもちゃ、母子手帳など

常用薬が必要な場合

最低3日分の薬、お薬手帳など

要介護者がいる場合

介護用品、入れ歯、補聴器、大人用紙おむつ、補助具の予備、障がい者手帳など

妊婦がいる場合

生理用品、ガーゼ、さらし、新生児用品、母子手帳など

ペットがいる場合

ペットフード、ペット用品（食品、トイレ、リード、ゲージなど）
飼い主の連絡先など