

# 東部第二地区 災害図上訓練パンフレット

日頃より、東部第二地区画整理事業にご理解とご協力を頂き、ありがとうございます。  
東部第二地区は、土地区画整理事業の進捗とともに、新しいまちが作られてきており、年々、居住者も増えてきています。

一方、海に近い本地区を「より住みよいまち」にしていくために、南海トラフ大地震などに備え、災害に強い安心・安全なまちにしていくことは非常に重要です。

本紙は、その一助となるように、家庭内で『いざという時（地震・津波発生時）に、どこに避難するか』を考えて頂くためのパンフレットです。

ぜひ家庭内で、裏面の地図を用いて、図上訓練をしてみてください!!



## 本パンフレット（図上訓練）の使い方

### Step 1 図面を確認してください。

ご自分の自宅や周辺にある避難施設の位置を確認してください。



### Step 2 避難経路・場所を検討してください。

まずは、自宅にいた時に被災した（地震が発生した）ことを想定して、どの経路で、どこに逃げるかを家庭でお話し頂ければと思います。



その後、避難経路を実際に歩いてみて、所要時間や障がいとなるものがないかなどの確認をすることをお勧めします。

### Step 3 さまざまなシチュエーションを検討してください。

災害は、自宅にいる時に発生するとは限りません。そのため、日常生活のさまざまな場面で地震が発生したことを想定して、避難経路や避難場所を考えておくことをお勧めします。

東部第二地区外の避難施設については、宮崎市津波ハザードマップをご確認ください。以下の宮崎市のホームページで確認できます。

<http://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/www/contents/1386923101863/>

### 注意 避難経路を選ぶポイント

・津波は河川をさかのぼります。河川近くを通るのは避けましょう!

・建物が倒壊して通れなくなる道も想定されます。なるべく広い道を選びましょう!

宮崎港小学校でも、「地震発生後に、どこに逃げるか」を考える災害図上訓練の授業を実施しています。

**津波は『逃げるが勝ち』です!!**

いざという時のために、日頃からの備えが大切です。



## 参考：津波に備えた避難の手順（地震発生から避難までの留意点）

### 地震発生



### 揺れがおさまるまで

以下のことに留意してください。

- ・机の下に入る。
- ・クッションなどで頭を保護する。
- ・家具やガラス面から離れる。

とにかく自分の身を守りましょう!  
まず、落下物から身を守りましょう!!

### 津波は『逃げるが勝ち』です!!

東北地方には「津波てんでんこ」という言葉があります。

「津波が来たら、肉親に構わず、各自てんでんばらばらに一人で高台へと逃げろ!!」という意味です。

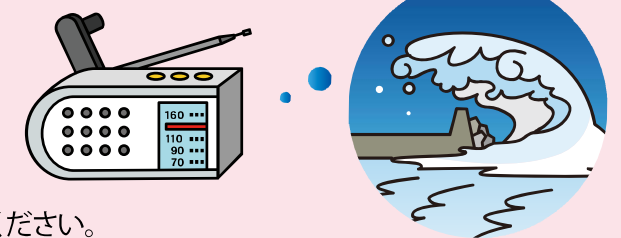
### 揺れがおさまったら

以下のことに留意してください。

- ・非常持ち出し品を用意する。
- ・余震がありますので、防災ずきんやヘルメット（なければタオル）を巻いて頭を保護する。
- ・火元を確認し、靴を履いて、直ちに安全な場所に避難する。

### 避難したら

- ・ラジオなどを付けて、正しい情報を確認してください。
- ・津波は第2波以降が最大の場合もあります。波が引いてもすぐ戻らずに、津波警報や注意報が解除されるまで、避難場所に留まってください。



## 参考：その他の場所での留意点

### ●まちの中で

建物から離れて、安全なところへ逃げましょう。高いところから落ちてくるガラスなどに気をつけてください。

### ●車を運転していたら

地震を感じたら、ハンドルをしっかり持ってゆっくりと、道路の左側に車を停めてください。逃げる時は鍵をつけたまま、車検証を持ち、連絡先のメモを残して逃げましょう。

### ●高いビルの中にいたら

エレベーターは使ってはいけません。階段を使って落ち着いて逃げてください。管理者などがいる場合は、指示に従いましょう。

### ●エレベーターでは

最寄りの階で停止させ、速やかにエレベーターから降りるようにします。

参考：自宅にいた時の避難手順

参考：その他の場所での留意点