

防災の知識 ① ～多賀城市で起こった災害の記録～

風水害

多賀城市における風水害は、台風による暴風雨、発達した低気圧の接近による集中的・局地的な豪雨によるものがあります。
特に、短時間に大量の降雨があった場合は、平野部の低い場所での浸水等が多く発生しています。

多賀城市で被害があった主な風水害

1986.8.5 豪雨（台風10号）		2011.9.22 豪雨（台風15号）	
総雨量	394mm（時間最大雨量：37mm）	総雨量	310mm（時間最大雨量：49mm）
被害	床上浸水 2817 棟、床下浸水 1468 棟	被害	床上浸水 15 棟、床下浸水 315 棟
1994.9.22 豪雨（低気圧）		2019.10.12～13（台風19号）	
総雨量	305mm（時間最大雨量：119mm）	総雨量	253mm（時間最大雨量：45.5mm）[市庁舎屋上（観測記録）]
被害	床上浸水 667 棟、床下浸水 903 棟	被害	床上浸水 16 棟、床下浸水 107 棟

地震災害

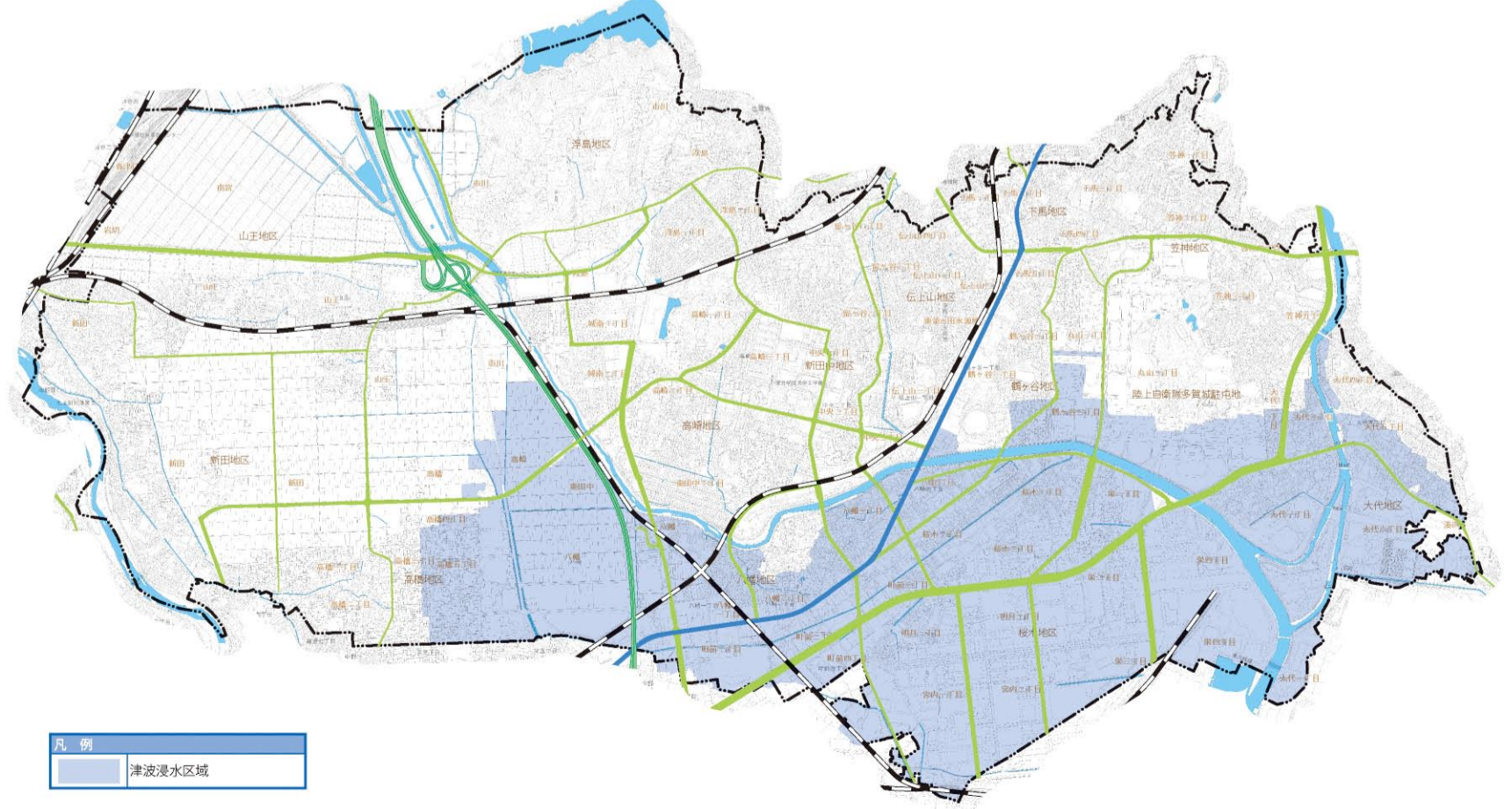
宮城県で被害があった主な地震

地震の名称	発生年月日	地震の規模
仙台沖地震	1897年2月20日	マグニチュード7.4
三陸沖地震	1933年3月3日	マグニチュード8.3
宮城県沖地震	1978年6月12日	マグニチュード7.4 仙台市 震度5
三陸南地震	2003年5月26日	マグニチュード7.0 多賀城市震度4
宮城県北部連続地震	2003年7月26日	マグニチュード6.2 多賀城市震度4
宮城県地震	2005年8月16日	マグニチュード7.2 多賀城市震度4
岩手・宮城内陸地震	2008年6月14日	マグニチュード7.2 多賀城市震度3
東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）	2011年3月11日	マグニチュード9.0 多賀城市震度5強
福島県沖地震	2021年2月13日	マグニチュード7.3 多賀城市震度5弱
福島県沖地震	2022年3月16日	マグニチュード7.4 多賀城市震度5強

東日本大震災

発生日時	2011年3月11日（金） 14:46
震源地	三陸沖 北緯38.1度 東経142.9度
震源の深さ	約24km
マグニチュード	9.0
多賀城市の震度	5強
津波の状況	仙台港：約7m 市内約2～4m 浸水深：最大4.6m
人的被害	市内での死者数 188人 （多賀城市民以外の方も含む）

H23東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）津波浸水区域図



はじめに

風水害の情報

地震・津波の情報

ハザードマップ

その他の災害

防災の知識

防災の知識② ～地域における防災活動～

防災訓練で地域の防災力向上

避難訓練

避難経路や避難場所への安全な避難方法を知り、万一の時に落ち着いて行動できるように避難訓練を行いましょう。



避難所運営訓練

避難所を運営する訓練をしましょう。それとともに、二次被害に合わないようすることも学びましょう。



応急救護のやり方

いざというときに対処できるように、基本的な救護方法を学びましょう。



初期消火訓練

安全な避難や消火方法の知識があっても、いざというときに的確な行動ができるとは限りません。防災訓練で正しい行動を身につけましょう。



災害図上訓練をやってみよう

災害図上訓練は、生活している地域で災害が発生した場合を想定して、被害状況や対応策について、地図に書き込み、イメージトレーニングする訓練です。

●用意するもの

地図

書き込みができるよう大きめのもの

油性マジック

色分けできるよう6色程度

透明のシートまたはビニール

地図のうえにかぶせて使えば、何度でも地図は使えます。

●進め方

地図を広げ、参加者は地図を囲み、地図に書き込みなどをしながら、地域の特徴を再認識します。また、「地域の危険な箇所はどこか」、「洪水が来たらどうするか」、「地震が発生したらどうするか」などを議論しながら意識を高めます。

災害図上訓練の流れは、下のとおりです。



図上訓練中

①災害の危険性を知る

この防災マップを参考に災害発生危険性を共有します。

②自分たちのまち・地域を知る

自分たちが住む地域の危険箇所（浸水しやすい場所、ブロック塀が倒れそうな場所など）、道路状況、避難所等を整理し、避難をするための基本情報を把握します。

③災害からの避難方法を考える

いつ、どのように、何を持って、どこを通過して、どこに避難したらよいかを自分たちで考え、避難計画として整理します。

図上訓練後

④考えたことを確認する

現地確認や防災訓練を通じて、自分たちが考えた避難計画を確認し、問題や課題を洗い出して、計画の見直しにつなげていきます。

⑤地域への展開

作成した避難計画を地域住民に広めていくとともに、避難計画の見直しを繰り返し行うことで、災害対応力を高めていきます。

より詳細な図上訓練を行う場合は
右記等を参考にしてください。



- 『市町村による図上型防災訓練の実施支援マニュアル』（総務省消防庁）
- 『自主防災組織教育指導者用教本』（総務省消防庁消防大学校）

防災の知識 ③ ～災害時の助け合い～

要配慮者への協力

災害発生時に自分の力で避難することが困難で、避難するためには他の方の支援が必要な人々のことを要配慮者といいます。一般的に障害者、高齢者、妊産婦、乳幼児、日本語を十分理解できない外国人の方々などが当たります。要配慮者の安否確認、避難施設への移動など、地域で協力し合いながら支援しましょう。

※ここに示した状況は一般的なものであり、要配慮者や家族の状況などにより必要とされる支援も異なります。

視覚障害のある方には

- 誘導するときには、声をかけながら杖を持っていない腕のひじのあたりに軽く触れるか、腕を貸してゆっくり歩きましょう。



身体の不自由な方には

- それぞれの人に適した誘導方法を確認し、早めの避難を心がけましょう。車椅子の場合、階段では複数人で協力し、上がるときは前向きに、下るときは後ろ向きにして、恐怖感を与えないようにしましょう。



聴覚障害のある方には

- 手話、筆談、身振りなどで現在の状況を知らせましょう。



妊産婦の方・乳幼児には

- 困っていることがないか声をかけ、指定避難所まで一緒に行動しましょう。



知的障害・精神障害者の方には

- ゆっくり話しかけて、気持ちを落ち着かせ、指定避難所まで一緒に行動しましょう。



高齢者の方には

- 背負ったり、ひじや肩につかまってもらったりして誘導しましょう。常備薬は忘れずに。



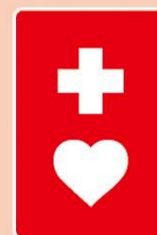
外国の方には

- 身振りなどで現在の状況を知らせ、指定避難所まで一緒に行動しましょう。



ヘルプマーク

- 障害や疾患などがあることが外見からは分からない人が、支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせることができ、援助を得やすくなるようにと作成されたマークです。災害時は、安全に避難するための支援をお願いします。



出典：内閣府 災害時要援護者の避難支援に関する検討会 報告書より作成

感染症拡大の対策について

避難所における感染症拡大の対策

避難所が避難者で密集した状態になると、感染症拡大のおそれがありますので、日ごろから災害時の対応について家族などと話し合しましょう。

1. 「避難」とは「難」を「避」けることです。災害の種類に応じて、今いる場所を確認して安全な場所にいる人は、その場に留まることも避難です。
2. 避難所が過密状態になるのを防ぐため、可能な場合は親戚や友人の家などへ避難することも考えておきましょう。
3. 避難所に避難する場合は、マスク、体温計、手洗い用石鹸などの衛生用品も携帯しましょう。

防災の知識 ④ ～非常持ち出し品の準備～

■非常時に持ち出すものは

避難するときに備蓄品すべてを持ち出すことは困難です。リュックサックなどの非常持ち出し袋に入れて最優先で持ち出す一次持ち出し品と、避難生活が長引く場合に後で自宅に取りに行く二次持ち出し品に分けておくと便利です。

非常持ち出し品の例

衣類	食料関係	衛生用品	生活用品	貴重品
<input type="checkbox"/> 非常持ち出し袋 <input type="checkbox"/> 上着 <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 靴下 <input type="checkbox"/> ブランケット	<input type="checkbox"/> 乾パン、ビスケット <input type="checkbox"/> 飲料水 救急用品 <input type="checkbox"/> 救急袋 <input type="checkbox"/> お薬、お薬手帳	<input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> トイレットペーパー <input type="checkbox"/> マスク <input type="checkbox"/> 紙おむつ <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ	<input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー <input type="checkbox"/> 軍手、手袋 <input type="checkbox"/> コンタクトレンズ <input type="checkbox"/> 入れ歯	<input type="checkbox"/> 現金（小銭も） <input type="checkbox"/> 貯金通帳、はんこ その他 <input type="checkbox"/> ヘルメット

備蓄について

最低でも3日分（可能であれば1週間分）の物資を用意し、自宅や自家用車内等に保管しておきましょう。

備蓄品の例

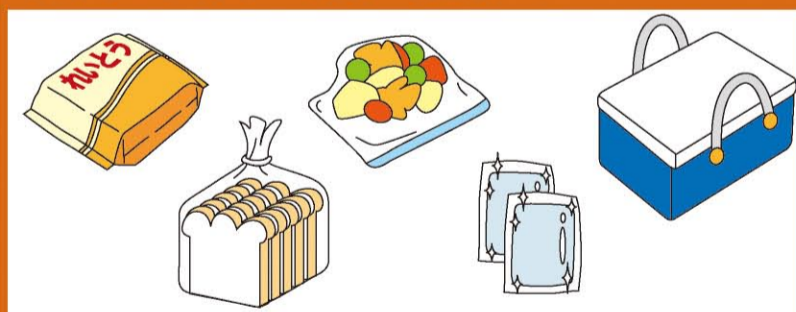
<input type="checkbox"/> 飲料水（1人1日3ℓが目安） <input type="checkbox"/> 食料（米、即席麺、レトルト食品、チョコレート等） <input type="checkbox"/> 燃料（カセットコンロ、予備のボンベ、ランタン等） <input type="checkbox"/> 毛布、タオルケット、寝袋 <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 鍋、やかん	<input type="checkbox"/> 割り箸、紙皿、紙コップ等 <input type="checkbox"/> ラップ、アルミホイル <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ、トイレットペーパー <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 消毒用エタノール <input type="checkbox"/> 安全靴	<input type="checkbox"/> ブルーシート <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> 予備のめがね、補聴器、つえ <input type="checkbox"/> 工具類（ロープ、スコップ等）
---	--	--

■我が家にあわせた備蓄を

災害時に必要になるものは、家庭の状況によってさまざまです。家族構成や状況に応じて必要なものを備蓄品に加えましょう。また、冷蔵庫の中の物も立派な備蓄品です。普段から「少し多めに」という備蓄の考えで1～3日目までは冷蔵庫の中のものを使い、4～7日目は、ローリングストック（循環備蓄）で備蓄したものを活用するなど、工夫しましょう。

冷蔵庫や冷凍庫の食材を活用する

1～3日目



ご飯や食パン、野菜などを冷凍しておけば自然解凍により食べる事も可能です。停電のときは、クーラーボックスや保冷剤等を利用して食材を保護しましょう。

ローリングストックで備蓄した非常食を活用する

4～7日目

備蓄しておくと良いもの



●食べながら備えるローリングストックとは

ローリングストックは、保存食を日常的に消費し、食べた分だけ買い足していく備蓄方法です。

日頃から食べ慣れている賞味期限が1年程度のものを意識的にストックして、月に1、2度食べるときに防災について考えるきっかけにしましょう。

定期的に繰り返して備蓄を一定に保つ



防災の知識 ⑤ ～避難所での過ごし方～

■避難所では

定期的な運動

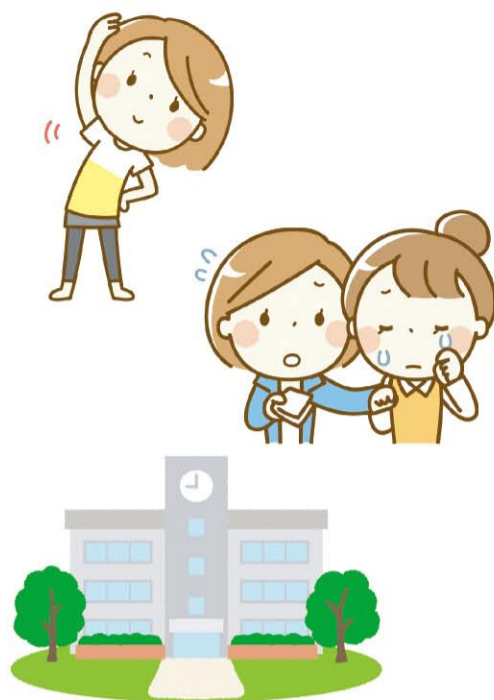
長時間、同じ姿勢のままでいることで生じる「エコノミークラス症候群」を防ぐために、水分をよくとり、ストレッチなどで定期的に体を動かしましょう。

心の健康

大きな災害は心にも傷を与えます。心の傷は目に見えず、その影響は人それぞれです。不眠や不安など、心の不調を感じたら、周囲の人や医師などに気軽に相談しましょう。

学校との協力

避難所の開設が長期化した場合、開設期間中に学校が再開される場合があります。学校の再開は復興の大きな一歩です。避難所は、学校と協力・共存関係にあることを念頭に生活する必要があります。



■連携して協力しましょう

避難所では、**発災当初**は避難者、施設管理者、市の**協働による運営**を行います。**その後は**避難者がお互いに協力して、**自主的に運営**を行います。

互いに連携・協力して取り組みましょう

避難所では、「避難者」や「自主防災組織」といった地域住民による『自主運営』が基本です。そして、施設管理者や市職員は運営補助・支援を行います。

避難所開設・運営は様々な主体が関係するため、各主体がそれぞれの役割を十分に理解した上で、互いに連携・協力して取り組むことが大事です。



『避難所運営委員会』を設置し、組織的に運営します

避難者を中心に『避難所運営委員会』を設置し、組織的に運営します。定期的に避難所運営会議を開催し、避難者の意見・要望の調整、避難所生活のルールづくりなど、避難所運営に関する意思決定機関として、避難所運営会議を通じて協議・決定します。

プライバシーに配慮

避難者のプライバシーに配慮し、状況に対応した空間づくりをしましょう。

衛生的な環境づくり

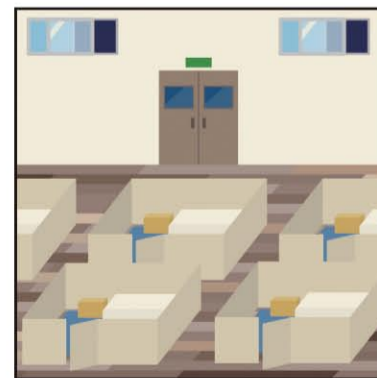
保健対策、健康チェック、ごみ処理等について、一定のルールを設けていく必要があります。

ペットの収容対策

飼い主とともに避難した動物等について救護や保護をし、適切な飼育を行います。

女性用品などを配布するときは工夫しましょう

生理用品や下着等の女性用品は、女性の担当者から配布したり、女性専用スペースや女性トイレに常備したりするなど配布方法を工夫しましょう。



日ごろから、みんながともに支え合う地域づくりに努めましょう!!