

津波への備え

～正しく知って、安全に避難～

津波から避難するには、その特性を理解する必要があります。次のポイントを押さえ、いざという時に安全に避難できるよう事前に備えましょう。

ポイント1 津波警報、注意報を知る……………3ページ

- チェック1 津波の高さ
- チェック2 避難が必要な方、エリア
- チェック3 取るべき行動、注意点

ポイント2 避難場所、避難所を知る……………4ページ

- チェック1 避難場所と避難所の違い
- チェック2 安全な避難場所はどこ？
- チェック3 避難場所と避難ルートを決める

ポイント3 情報の収集手段を知る……………5ページ

- チェック1 『自動』と『手動』を使い分ける
- チェック2 いろいろな情報収集先

避難した後は…

津波から避難しても、お家が津波の被害を受けた場合、避難所などで生活を送る可能性があります。いざという時に迅速に持ち出せるよう、日頃からリュックなどに避難生活に必要な品を入れて準備しておきましょう。

非常時持ち出し品のチェックリスト

- **マッチやライター**
ガス切れや湿気に注意。
防水マッチも市販されている。
- **懐中電灯・電池**
夜間、すぐに手の届く場所に。予備の電池は少し多めに。
- **ヘルメット・軍手**
落下物や飛来物から頭を保護するもの。がれきの撤去や救助に、厚手のものを用意。
- **貴重品**
現金、通帳、印鑑など。
- **携帯ラジオ**
情報収集に欠かせない。
ライトと一体型のものも便利



- **医療品**
胃腸薬、消毒液、包帯、持病の薬など。
- **食料品**
カップ麺、乾パン、缶詰、チョコレートなど。
※赤ちゃんのいる家庭は粉ミルク、ほ乳瓶なども
- **缶切り**
多機能のものが便利です。
- **寝具**
寝袋やサバイバルシートなど。
- **飲料水**
1人1日3ℓが目安



- **感染症対策**
手指消毒液（アルコール）、マスク、ウェットティッシュなど。
- **衣類・運動靴**
下着、雨具、ジャンパー、タオルなど。ケガを防止するため。
- **携帯電話充電器**
充電器・モバイルバッテリーなど。



重さの目安は、10～15kg程度です。
いざという時困らないために、非常持ち出し品を揃えておきましょう。家族構成を考慮して、各家庭に必要なものを加えましょう。



ポイント1 津波警報、注意報を知る

津波により発表される**警報・注意報**は3つの種類があります。発表される情報をもとに、ポイントを押さえ、適切な避難を心がけましょう。

大津波警報・津波警報が発表された場合

チェック1 津波の高さ

●大津波警報(3m以上)

※10mを越える場合あり

●津波警報(1m~3m)

チェック3 取るべき行動

- ①揺れがおさまったら、ただちに避難！
- ②歩行に支障のある方など以外は原則、歩いて避難！
- ③「より早く」「より高く」「より遠く」へ避難！
- ④避難したら戻らない！
- ⑤情報を集めましょう！

避難の時の注意点！

- ・海に向かって避難しない
- ・海と平行に避難しない
- ・原則、車で避難しない
- ※渋滞発生の恐れあり

チェック2

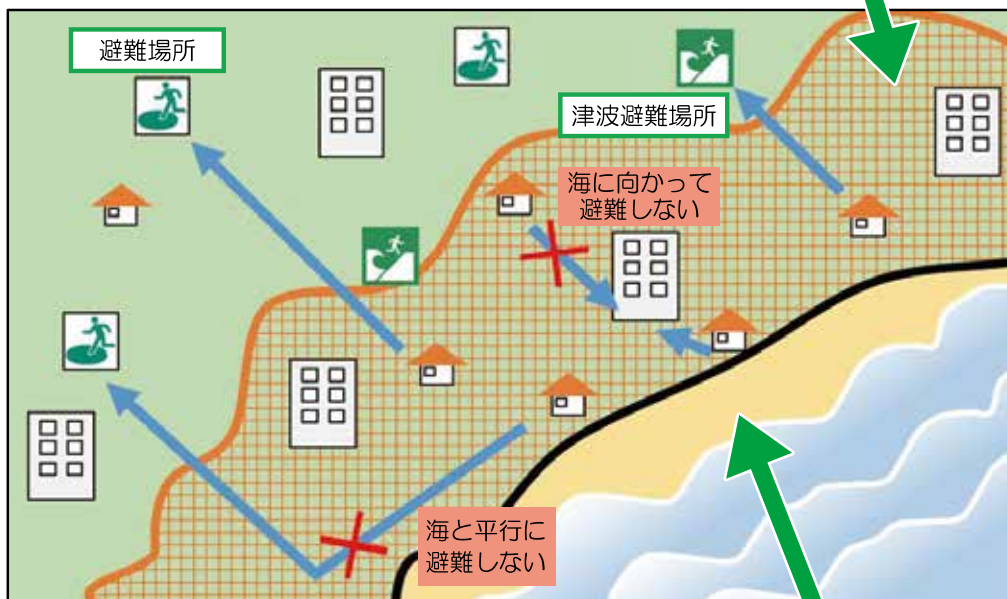
避難が必要な方

- ・海拔の低い地域の方
- ・沿岸部にいる方など

避難が必要なエリア

- ・津波避難対象地域

※防災マップで確認
(市HPで公表・防災課窓口で配布)



津波注意報が発表された場合

チェック1 津波の高さ

●津波注意報(0.2m~1m)

チェック3 取るべき行動

- ①避難対象者
 - ・海の中にいる方や海上にいる方は、ただちに海から上がり海岸から離れる。
 - ・海水浴や釣りは危険なので行わない。
- ②陸上にいる方
 - ・海岸に近づかない。
 - ・今後の情報に注意し、警報に備え避難の準備をする。

チェック2

避難が必要なエリア

- ・海岸堤防等より海側

避難が必要な方

- ・漁業関係者
- ・港湾関係者
- ・釣り人
- ・海水浴客
- ・海の中にいる方
- ・浜辺にいる方など

ポイント2 避難場所、避難所を知る

チェック1 避難場所と避難所の違い

避難所を開設するには、施設の安全確認などに時間がかかります。まずは命を守るため、いつでも避難できる「避難場所」へ避難しましょう。

【避難場所】

災害から**命を守るため**に緊急的に避難する公園や広場・建物です。身の安全を確保したり様子を見たり、安否確認などをすることがあります。



【避難所】

避難者が災害の危険がなくなるまでの間や災害でお家へ戻れなくなった方が、一時的に共同生活する建物です。



どこ? 運動場、公園、広場、津波避難ビルなど

どこ? 学校の体育館や校舎、公共施設など

チェック2 安全な避難場所はどこ? (大津波警報や津波警報発表時)



標識や防災マップで「津波」に丸(○)が付いているか確認



津波避難場所

①より高く、より遠くへ避難!

- ・高台にある避難場所や広場など
- ※津波に対して安全な避難場所なのか確認する。
- ※津波避難場所マークがある



津波避難ビル

②①へ避難する時間がないときは、近くの津波避難ビルや高い建物へ避難!

- ※津波避難ビルマークがある

チェック3 避難場所と避難ルートを決める

住んでいる場所や、学校、勤務先などから近い避難場所を決め、安全に避難できるルートを決めましょう。避難場所は防災マップを確認しましょう。(市HPで公表、防災課窓口で配布)

避難の時の注意点!

- ・海に向かって避難しない
- ・海と平行に避難しない
- ・原則、車で避難しない
- ※渋滞発生の恐れあり

沖縄市が指定している津波時の避難場所(一例)

避難場所	住所
古謝井泉ウチューガー	字古謝坂多原 501
沖縄市桃原霊苑かなさ	桃原 1-22-1
宮里中学校	東 2-17-1
若夏公園	東 2-23
宮里小学校	宮里 3-27-1
コザ高等学校	照屋 5-5-1
コザ運動公園	諸見里 2-1
諸見里公園	園田 3-25

避難場所	住所
ヘアーハウス ブルーム	高原 2-6-2
一善オートボディ	高原 3-9
岩盤浴&食事処ルティーナ	高原 3-9-11
太田建設株式会社	比屋根 4-29-1
比屋根アシビナー	比屋根 6-68
比屋根小学校	比屋根 6-2-1
島袋小学校	久保田 2-21-1
コザ中学校	胡屋 3-38-1

※避難場所は、学校は運動場、民間施設は駐車場などです(建物内ではありません)

ポイント3 情報の収集手段を知る

チェック1 『自動』と『手動』を使い分ける

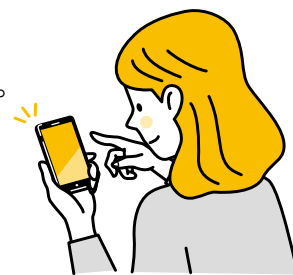
情報収集手段には2種類あるので、使い分けて、より正確な情報を入手しましょう。

①自動で情報が入ってくる。

緊急速報(エリア)メール、防災行政無線、テレビ、ラジオ、防災アプリなど

②自分で情報を探す。

市や防災関係機関のホームページ、防災行政無線を電話で確認、SNSなど



気象庁ホームページ

気象庁ホームページでは、どこの地域に、どの警報等が発表されているのか、より分かりやすく表示されます。



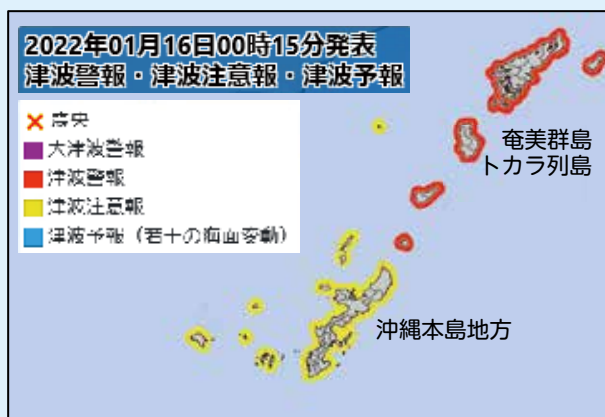
気象庁マスコットキャラクター
はれるん

気象庁
ホームページ



気象庁 津波

検索



1/16津波注意報発表時(気象庁ホームページより一部加工)

チェック2 いろいろな情報収集先

災害時には、停電がおきたり、電話や通信が繋がらなくなったりする場合があります。いろいろなところから情報収集するよう心がけましょう。

●テレビ・ラジオ

テレビやラジオなどの報道機関から緊急速報や災害情報を入手しましょう。



●ホームページ

気象庁や防災関係機関、市のホームページなどから、正確な情報を入手しましょう。



●防災行政無線

市役所から気象情報や災害情報、避難情報などを屋外に向けて放送するシステムです。サイレン等が聞こえたら、いろいろな方法で情報を入手するよう心がけましょう。



●緊急速報(エリア)メール

国や県、市からお使いの携帯電話やスマートフォンなどに災害情報や避難情報が配信されるシステムです。



●災害用伝言ダイヤル 171

大規模災害時に、安否確認・避難場所などを親戚・知人などに安否情報を伝えるサービスです。



●電話で防災無線を確認

電話で防災行政無線の放送内容を無料で確認できます。

オキナワ キョウキョウ

0120-0978-99

メルマガ@おきなわ
防災メールサービス
提供中
9291212@hn-jin2.net



LINE LINE



Facebook



お問い合わせ／沖縄市役所 防災課 TEL.098-939-1212(内線2047・2349)