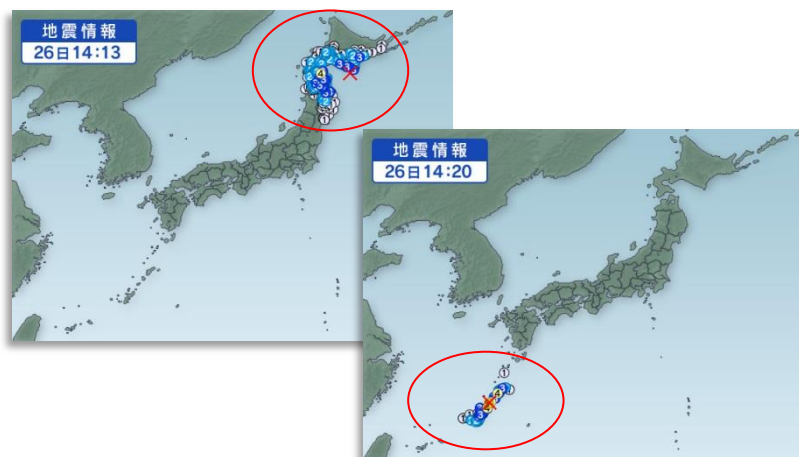
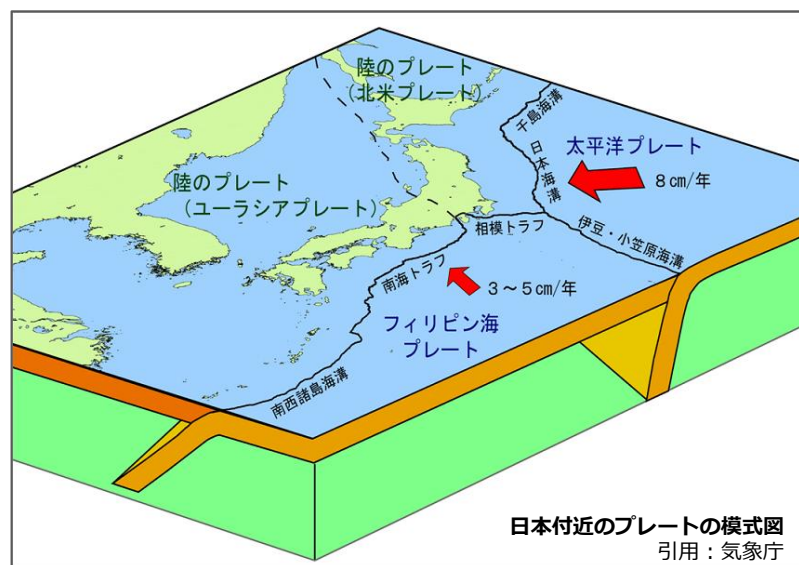


北海道・鹿児島での同時地震 ～M5.5、M5.7が7分の間隔で発生～



9月26日に発生した地震に関するマップ（赤×印は震央）
左：浦賀沖で発生、右：沖縄本島近海で発生

21日と23日にも、M6を超える地震が発生していました。
（この2つの地震は距離が離れていたため、観測された震度は1程度）



防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



◆9月末、南北で同時地震
9月26日、日本で2つの地震がほぼ同時に発生しました。その2つの地震とは、北海道と鹿児島県で発生した地震です。浦賀沖でマグニチュード5.5の地震が発生したのが14時13分頃、そして沖縄本島近海でマグニチュード5.7の地震が発生したのが14時20分頃です。

わずか7分間の間に発生したこの2つの地震には、関連性があるのでしょうか。2つの地震には関連性があると述べている元前橋工科大学教授の濱島良吉氏（地殻変動解析学）によると、「2つの地震は連動していると思います。4月に起きた熊本地震の2カ月後に、函館で地震が起きた現象と同じです。アーチ状の

日本列島は北海道と九州で支えられています。シーソーのように、一方が動くともう一方も動く。熊本地震の時のように数カ月のタイムラグがある場合もあれば、今回のように数分で連動することもあります。」とのこと。

◆周期的な地震活動期の日本

今の日本列島は、地震の400年サイクルと1200年サイクルが重なる時期に突入していると言われています。

その一例として、青森県の十和田湖周辺で最近頻発している微小地震なども濱島氏が注目している地震の一つです。十和田湖は元々火山の噴火で形成された湖であり、濱島氏は噴火の予兆の恐れがあると見ています。

地震活動期に入ったとする意見は最近始まったことではなく、数年前から既に「日本は6回目の地震活動期に入った」と言われています。

今回の南北ほぼ同時刻に発生した地震に関して、SNSなどでも不安の声が上がっています。これまでは、大きな地震が発生した際に被災地の安否を気遣うコメントが投稿されていたことは多かったのですが、今回は少し違ったコメントも目立ちました。日本の北と南で発生したということは、次は中心が危ないのでは。というもののや、やはり日本全体が地震の活動期に入っているので警戒が必要だ。という内容のものが多かったように感じます。しかし、端と端で発生したので、「振り子現象」によって次は中心部である東京で揺れが発生する、というような内容は、根拠のない情報です。惑わされないように注意して下さい。

◆正しい情報の見極めが肝心

ネットの発達によって便利になった世の中ですが、便利故に注意も必要です。今年4月の熊本地震の際も、コミュニケーションツール「ツイッター」によって、不確かな情報が広まってしまった結果、救助活動に支障をきたすほどの状態にまでなっていました。便利なツールが増えている現代では、利用する私達自身が信じる情報を見極めるべきであるということを理解しなくてはなりません。いざという時に正しい情報を選択することができなければ、自分だけでなく周囲の人の混乱をも招いてしまう危険があります。



発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

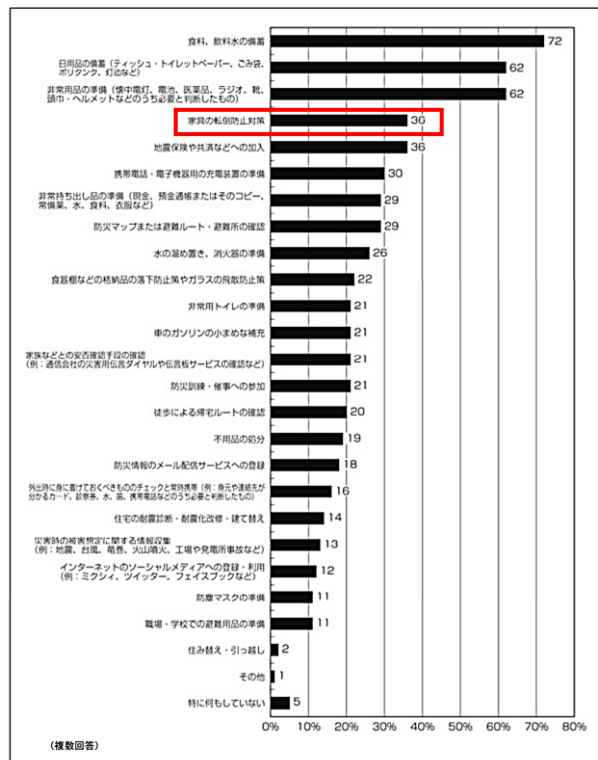
ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



家具の転倒防止対策を行っているとはわずか36%

◆地震対策意識の現状

先程の調査とは別に、一般社団法人経済広報センターが発表した、災害への備えと対応に関する意識・実態調査報告書（2016年5月に実施調査対象3037人に対して有効回答が1631人）によると、3人に2人は自身の災害への備えを「不十分」であると感じているようです。

一方で、3人に1人が「東日本大震災直後は防災意識が高まり、最近では徐々に薄れていたが、熊本地震により、再度、高まった」と回答しています。

現在行っている災害対策という項目では、3人に2人「食料、飲料水の備蓄」「日用品の備蓄」「非常用品の準備」をしているという、一見地震対策をしている人が多い印象を受ける結果となっています。しかし、やはりここで注目しなければならぬことは『命を守る対策』をしているわけではないという点です。食料や非常用品が役に立つ場面は命が助かった後であるため、まずは地震が発生した際に命を守ることができる対策をしているかどうかが肝心になってきます。

地震対策をしていない人の主な理由は、「何をしたら良いのかわからない」が多く、次いで「面倒だから」というものです。地震が発生した後の危険性について知っている人は日本人でもそこまで多くはないと思いますが、やはりそれはどこか他人事として捉えてしまっているからなのかもしれません。事実、この調査データでも、居住地を地方に分けて比較した際の災害対策状況では、「備えは不十分である（どちらかといえば／不十分である）」との回答は北海道と中国地方で81%と高く、東北地方では50%と地域によって大きな差が出ています。

◆いつ起きても良い備えを
命を守ることが出来る備えと訓練をしていればそれだけで「十分」である、とは言い切れませんが、日々各地で地震が発生しているこの日本では、いつ発生してもおかしくない大地震に対して、用心しすぎているくらいがちょうど良いのかもしれません。自分の住んでいる地域には地震は発生しないだろうと思ひ込むのではなく、いつどこで大地震が発生するかわからないと言ふ認識を持つべきです。

災害時の豆知識～vol.28～

体調維持には睡眠が重要

◆避難所での睡眠時に気になること

震災時には、避難所での生活で身体的にも精神的にも様々な負担がかかってしまいます。そんな時に体調を崩さないようにするためには、睡眠環境を少しでも整えることが重要です。

避難所の様子をテレビなどで見たことがある人も多いかと思いますが、体育館などの床に毛布を敷いて寝ている方も少なくありません。この時に、真夏でない限りは硬く冷たい床で寝ることで体調を崩す恐れがあります。

薄い敷布団や毛布のみの場合、体の熱が下へと逃げてしまいます。
簡易エアーマットなどを非常用持ち出し袋へ準備しておくことで、避難所での睡眠環境を少しでも良くすることができます。



もし津波が発生したら

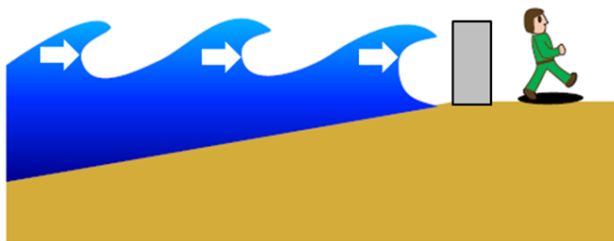
◆常に最悪を想定した行動が必要
揺れの大きな地震が発生した時には「津波がくる」というケースを想定して行動しなければいけません。2011年の東日本大震災では15000人以上の方が津波に飲み込まれて命を落としています。大きな地震が発生した際に津波が発生する確率は0ではありません。地震が発生したあとに起こりうる可能性のある災害に対して知識を付けておくことで、災害時に助かる確率は上昇します。

◆波浪と津波の違い
そもそも津波とはどういう現象なのでしょう。海で発生する現象は様々あります。例えば天気予報で耳にする波浪は海域で吹いている風によつて生じます。波浪は海面付近の現象で、波長（波の山から山、または谷から谷の長さ）は数メートルから数百メートル程度です。

一方津波は、地震などにより海底地形が変形することで周辺の広い範囲にある海水全体が短時間に持ち上がったりの下がつたりし、それにより発生した海面の盛り上がりまたは沈みこみによる波が周囲に広がって行く現象です。津波の波長は数キロから数百キロメートルと非常に長く、これは海底から海面までのすべての海水が巨大な水の塊となつて沿岸に押し寄せることを意味しています。

波浪

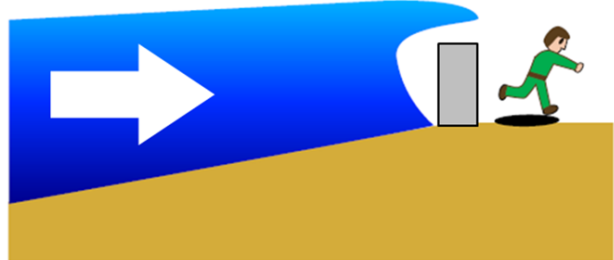
波長 数m ~ 数百m



海面付近の海水だけが押し寄せる

津波

波長 数km ~ 数百km



海底から海面まで海水全体が押し寄せる

〈引用：気象庁ホームページ津波について〉

このため津波は勢いが衰えずに連続して押し寄せ、沿岸での津波の高さ以上の標高まで駆け上がりまします。しかも、浅い海岸付近に來ると波の高さが急激に高くなる特徴があります。また、津波が引く場合も強い力で長時間にわたり引き続けるため、破壊した家屋などの漂流物を一気に海中に引き込みます。

◆30センチでも危険な津波
津波が押し寄せてくると、膝上の高さでも、人は立っていられません。津波の波長（波の山から山

までの距離）は長いので、深海ほど速く伝わり、浅くなれば速度は遅くなりますが波高は高くなる性質があります。地震の発生位置（震源）や規模（マグニチュード）により、予想される到達時間や高さは違ってきます。第一波が最も大きいとは限りません。繰り返し津波は襲ってくるため、引き波が始まるとは限りません。地震発生時はラジオなどで情報を収集する必要があります。

◆津波の脅威
津波は川をさかのぼり溢（あふ）れることがあります。特に平野部は注意が必要です。東日本大震災では平野部で内陸

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



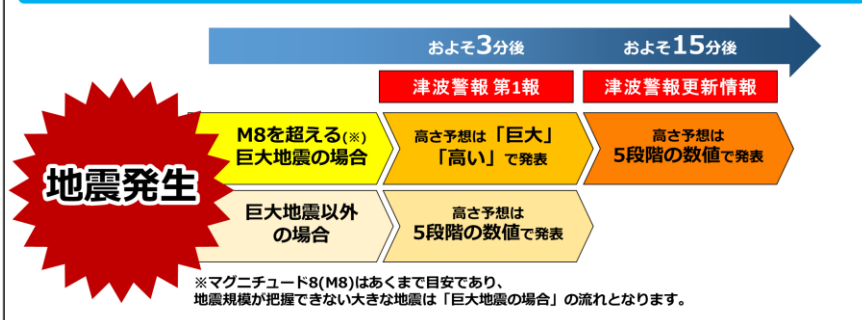
引用…高知県 南海トラフ地震に備えるポータルサイトより

に5m以上津波が遡上しています。V字湾などでは津波のエネルギーが湾の奥に集中し、波高が高くなることとがあります。引き波は流れが強く、壊れた家や船などは沖に流されてしまします。2004年のスマトラ沖地震の際にはスリランカやインドの沿岸に押し寄せた津波が、直前に潮が引くことなく大きな波が押し寄せました。

◆津波が発生する可能性を忘れない
海沿いに住んでいる方は特に、地震が発生したら高台に避難するということを最優先にしなければいけません。津波の速度は水深が浅いところでも30キロ以上のスピードで迫ってきます。数分の判断が命を左右することになります。お住いの地域の標識を確認する・避難経路を把握しておくということが大切です。もしもの状態を想定して災害に対する備えを十分にしておきましょう。

地震に伴い発生する恐怖 ～津波からの避難はとっさの判断が鍵～

津波警報の情報発表の流れ



◆津波の情報から判断を
地震の揺れが収まった後でも、決して安心してしまわずに津波警報などが発令されずに津波の発生が予想される場合には津波の高さに応じて避難の準備をすることがあります。

「大津波警報」「津波注意報」の3種類を発表します。津波発生後およそ3分間で地震の規模や位置を推定し、全国を6区域に分けた津波予報区に對して、津波警報・注意報の第1報を発表します。マグニチュード8を超えるような巨大地震の場合には、地震の規模を正確に把握するため、第1報では予想される津波の高さを「巨大」「高い」という簡潔な言葉で発表します。

◆来てからでは遅い
前頁でも述べたように、津波はスピードが遅くなつたとしても、時速36キロメートルという速さのため、近くに来てしまうと逃げ切ることがほぼ不可能です。

事前に自分が住んでいる地域が津波の被害を受ける可能性があることを把握しておくことは、命を守る上で重要なことです。何よりも、まず優先すべきことは、

エリアかどうかを把握しておきましょう。津波被害を受ける可能性のあるエリアの場合は、避難できる高台の場所も確認して、たどり着くまでにどれくらいの時間が必要かどうかを確認しておいてください。津波が到着するまでに高台へ辿り着けそうにない際は、RC（鉄筋コンクリート）造、もしくはSRC（鉄筋鉄骨コンクリート）造への避難でも代用は可能です。その場合は一般人でも避難することができ、確認は必要です。

◆重要なことは同じ
津波避難のための高台があったとしても、無かったとしても、まずは身を守らなければ避難することもできません。事前に避難場所を確認することも含めて、地震の被害から命を守るための対策をしっかりと見直しておくことが重要です。

津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

	予想される津波の高さ		とるべき行動	想定される被害
	巨大地震の場合の表現	数値での発表(発表基準)		
大津波警報	巨大	10m超 (10m<高さ)	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。 津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。 ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう！	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれる。  10mを超える津波により木造家屋が流失
		10m (5m<高さ≤10m)		
		5m (3m<高さ≤5m)		
津波警報	高い	3m (1m<高さ≤3m)	 津波防災啓発ビデオ「津波からにげる」(気象庁)の1シーン	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。 写真：豊頃町提供(2003年) 
津波注意報	(表記しない)	1m (20cm≤高さ≤1m)	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。 津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。 	海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流失し小型船舶が転覆する。 

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



津波警報・注意報の分類と、とるべき行動
(引用：政府広報オンライン)

地震がきたら何をすべきか ～行動の優先順位を普段から考える～



**まずは安全を確保
してから次の行動へ!!**

◆**まず何をすべきか**
地震が発生した際に取るべき行動については、以前からお伝えはしていましたが、もう一度おさらいとしてご紹介しておきます。

震度7を超えるような大地震が発生した際には、とにかく動くことすらできません。その為、「まず火を消す」ということができないというのを理解しておきましょう。揺れを感じたら、まずは身の安全を確保することを最優先で考えるようにし

て下さい。何か行動を始めるのは、自分の身を守り、揺れがおさまってからというのを覚えておけば、いざ大地震が発生した際にも焦って行動して怪我をしてしまうことも防げます。まず一番最初にすることは、その次の行動は決まっているわけではありませんが、これからご紹介する行動を参考に、できることから手順を立てるようにしましょう。

◆**命を守った後には**
大きな揺れで家具・家電が倒れてきたり飛んできたりした際に、特に大きな怪我などがなければ、焦らず慎重に行動を開始しましょう。

地震後は、食器や窓ガラスが割れて破片が床に落ちていたりする可能性が高く、足の裏を切ってしまう危険があります。室内でも靴を履いて行動するようにしましょう。この時、玄関へ行くまでに怪我をしてしまったり、夜間の場合は靴を探している間に怪我をしてしまうことがあるので、寝室などに準備しておいても良いでしょう。

揺れが収まった後でも、焦って外に飛び出すのではなく、テレビやラジオで役場などの情報を聞き、正しい状況を把握するようにして下さい。避難指示・勧告が出ていなくても、危険だと判断したら避難を始めるようにしましょう。この時に、多くの人が家族や友人の安否確認で電話を多くかけてしまつて全く電話がつかないという事態が起こりがちです。電話はしないようにしましょう。

そして、避難をする時には通電火災を引き起こさないために、ブレーカーを落としてから避難するようにして下さい。(防災新聞10号参照)

これら以外にも、防災マニュアルなどに載っている行動を事前に把握し、家族で共有しておきましょう。そして、「構」へ潜る練習も忘れないようにしておきましょう。

防災新聞

発行者

株式会社安信

兵庫県神戸市中央区

磯上通4丁目1-32 201

電話 (0120) 013-131

ホームページ

<http://ansin-bousai.com/>



「いいね！」
お願いします

<https://www.facebook.com/ansin.bousai/>



⚠ 防災新聞が届いたら構-kamae-に潜る練習を!! ⚠



- ①地震警報が鳴る
- ②テーブルに近い人から下に潜る
(先に潜った人は他の人をテーブルに誘導する)
- ③揺れが収まるまでテーブルの下で待機する
- ④揺れが収まれば、避難すべきかの状況判断



- ①地震警報が鳴る
- ②体を回転させ、ベッドから降りる
- ③中央の脚を掴み、体を引き寄せる
- ④揺れが収まるまで待機
- ⑤避難すべきかの状況判断



- ①地震警報が鳴る
- ②襖を開ける
- ③押し入れに入る (前向きか後ろ向きかは各自入りやすい方)
- ④飛来物から身を守る為、自分の体が隠れるまで襖を閉める
※完全に閉めてしまうと閉じ込められてしまう恐れあり
- ⑤揺れが収まるまで待機
- ⑥避難すべきかの状況判断