

令和2年度塩竈市総合防災訓練

今年は家庭で自主的な訓練を！



6月12日は、県民防災の日です。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市・防災関係機関および地域住民が一体となった防災訓練は行いませんので、ご家庭で防災対策の確認を行ってください。感染症流行時や体調が良くないときの避難についても掲載していますので確認ください。

☎ 市民安全課防災係 ☎ 355-6491

○自主訓練をしましょう

日時：令和2年6月14日(日) 午前9:00～正午（※状況によっては中止する場合があります）

会場：各家庭（市では独自に訓練を行います）

想定：休日の午前9時00分、三陸沖を震源とするマグニチュード9.0と推定される海洋型地震が発生。震度6強を観測し多数の家屋が倒壊、ライフラインが被害を受け市内全域が停電。大津波警報が発表される。

防災訓練での注意

今年是指定避難所での訓練はありません

訓練当日は市民の方が参加する避難所訓練は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため行いません。

訓練前日と当日は防災無線と防災行政無線・FMラジオ（FM78.1MHz）で訓練放送を行います

市内78カ所に設置する防災行政無線スピーカー及びFMベイエリア（FM78.1MHz）から、サイレンと音声による訓練放送を行いますのでお間違いのないようお願いします。

携帯電話・スマートフォンに緊急速報メールを配信します

本市全域を対象に緊急速報メール（エリアメール）を配信します。このメールを受信すると、専用の着信音が流れます。なお、電波の都合上、近隣の市町でも配信されることがあります。

○訓練のとき家庭で確認すること

発生直後から避難を開始するまでは自分の身は自分で守ることがとても重要です。訓練当日緊急速報メールが鳴ったら次の①～④のことを確認しましょう。

①警報が鳴ったときに身の安全が確保できるかを確認

緊急速報メールを受信してから、揺れはほぼ同時～十数秒のとても短い時間で襲ってきます。丈夫な机の下に隠れるなど、自分の身の安全を確保する行動を取りましょう。

②避難する方向や外に出るときのドア、窓の位置を確認し、火の元の点検を行いましょ

外に出るまでの動線に、倒れやすい物を置いていないか、避難のときに障害物となるような物がないかを確認しておきましょう。揺れが収まったところにコンロなどの火が消えているかを確認しましょう。

③通電火災防止のために、ブレーカーの位置などを確認

停電後、電気が復旧したときに、火災が発生することがあります。避難をするときはブレーカーを落としてから避難を行いましょ。

※東日本大震災や阪神・淡路大震災で起きた火災の半数以上は通電火災によるものでした

④非常用持出袋を確認しましょ

避難するときに持ち出す非常用持出袋の置き場所と中身を確認しましょ。持出袋の中身はイラストを参考にしておしましょ。



○避難所での感染症対策

災害時の避難所では、集団生活を送ることでさまざまな感染症拡大のリスクが高まります。

最も大切なことは、衛生状態を保つことです。飛沫感染や空気感染による感染拡大の恐れがあるため、感染症に自分がかからないようにすることと、かかっても他人にうつさないようにすることが大切です。

対策① 親戚や友人の家へ避難する

避難所が過密状態になるのを防ぐため、安全が確保できる場合には、親戚や友人の家への避難も検討しましょう。

対策② 倒壊やそのほかの危険がないときは在宅避難をする

住み慣れた我が家で生活することで、体調を崩すリスクを減らすことができます。

もし、発熱などの症状があり、体調が良くないときは、対策①、②の対応ができないかを考えてみましょう。また、避難所で体調を崩したときなどは、すぐに避難所の職員に伝えましょう。



○備えておこう！3日分の食料と衛生用品

災害時には、ライフラインが止まることも考えられます。在宅避難を行うことも想定して、家に最低3日分の備蓄をしておきましょう。

備えておきたい消耗品など ※3日分/1人		
食料・水	水	9L
	アルファ米レトルトご飯	9パック
	缶詰（サバの味噌煮や野菜）など おかずになるもの	25~40品
	お菓子などの携帯食、栄養補助食品	適量
	簡易トイレ	15回分
衛生用品	トイレットペーパー	1ロール
	生理用品	20個
	ビニール袋・ゴミ袋	適量
	ウエットティッシュ	1セット（100枚）
	常備薬	適宜
感染症対策用品	キッチンペーパー	1ロール
	アルコールスプレー・除菌シート	各1個
	マスク	適宜
	ビニール手袋	3枚
	体温計	1つ

防災2択クイズ ～その対策にプラスワン～

問題

Q1 「非常用持出袋」はどこに置くのが効果的？

- ①台所 ②玄関

Q2 「171」に電話すると、どこに繋がるでしょう？

- ①消防・救急 ②災害用伝言ダイヤル

Q3 火を使っているときに大きな揺れが！対応として正しいのは？

- ①すぐに止めに行く
②揺れが収まってから止める

答えと解説

Q1の答え ②

すぐに持ち出せるように出口に近いところに置くと効果的です。



Q2の答え ②

171に電話すると案内に従って録音や再生ができます。家族の安否確認や所在を伝える手段になります。



Q3の答え ②

大きな揺れのときに無理して火を消そうとするとやけどを負う危険が高まります。揺れを感じたらコンロから離れ、揺れが収まってから落ち着いて火を消しましょう。



◀「総務省消防庁ホームページ防災・危機管理 e カレッジ」

子ども向け、一般の方向けの防災クイズや防災講座をたくさん紹介しています。チャレンジしてみましょう！