

里浦全町大津波避難訓練

平成26年1月24日（金）、里浦町の全住民を対象とした、大津波避難訓練が行われました。訓練には、里浦小学校児童を含む、約400人の住民が参加しました。訓練では、町内各地区の指定された避難場所に参加者が実際に避難したり、負傷者の救助訓練や、AEDの使用方法的の講習も行われました。

里浦小学校では屋上への避難が行われました



体育館では防災用品の展示がありました



ケガ人を運ぶ訓練



起震車で地震の揺れを体験



煙体験ハウスで火災発生時の煙を体験



地区全戸に配布した防災手帳の説明会もありました



災害時に備え、炊き出し訓練も行われました



◆トピックス◆

6月には、里浦小学校で、「いのちを守る集会」も開催しています。



『わが家の防災手帳』について

里浦町では、町自主防災会連合会が次のような防災手帳を作成し、全戸に配布して、地区住民の防災意識の高揚に努めています。

わが家の防災手帳

地震・津波編



里浦町自主防災会連合会

平成 25 年 9 月

目 次

1. はじめに	1
2. 里浦町内に設置の一時避難場所	2～3
3. 一時避難場所までの距離と徒歩時間の参考値	4
4. 家族の「絆」	5～7
① わが家の津波一時避難場所を決めておきましょう	
② 緊急カードを作りましょう	
③ 異なる避難路を家族で歩いて確認しましょう	
④ 家を出るときの心得	
⑤ 津波避難の鉄則	
5. 資料編	8～16
① 避難時持ち出し品	
(1) 一次持ち出し品	
(2) 二次持ち出し品	
(3) 個別に検討する持ち出し品	
② 連絡を取る方法	
③ 先人の教えを生かそう	
④ マグニチュードと震度について	
⑤ 津波の速さ	
⑥ 徳島県津波浸水想定（平成24年10月31日公表）	
⑦ 津波警報が変わりました（平成25年3月から）	

1. はじめに

四国沖にある南海トラフを震源域とした過去の地震を歴史的に見ると、南海地震は、東海地震、東南海地震と連動して、100年～150年間隔で発生してきました。昭和南海地震は昭和21年12月21日に発生しましたので、今世紀前半にも発生する可能性があると考えられます。

政府の地震調査委員会は、南海トラフ沿いで起きる巨大地震の確率を含む長期評価を公表（平成25年5月24日）し、今後30年以内にマグニチュード8以上の地震が起きる確率を60～70%と予測した。

しかし、里浦町民皆様の地震・津波避難訓練への参加率は約10%程度と、まだまだ低い状況です。

そのようなことから、町民皆様の防災への意識向上とその対策を進めていただくために防災手帳を作成しました。

この手帳をもとに家族で具体的な防災対策について話し合ってください。

南海トラフ巨大地震時のキーワード（徳島県津波浸水想定より）

- 地震：M 9.1
- 震度：7
- 津波：大手海岸で6 m（第1波）
- 津波到達時間：64分
- 里浦町浸水域：ほぼ町内全域が浸水する

2. 里浦町内に設置の津波一時避難場所

(里浦町民人口：3,923人 平成25年 5月31日現在)

一 時 避 難 場 所	海 抜 (m)	収容面積(人) 1人/㎡
里浦小学校北校舎 3 階	8.9	226
里浦小学校北校舎屋上	12.5	522
里浦小学校南校舎 3 階	8.9	181
里浦小学校南校舎屋上	12.5	430
里浦農協 3 階会議室	10.0	188
里浦農協屋上	13.6	237
人丸神社境内	14.7	625
人丸神社裏山	21.3	180
人丸神社鳥居付近	9.7	448
宝珠寺高台 薬師堂跡地	17.3	284
宝珠寺裏山 十七番札所前	19.6	70
宝珠寺裏山 三十二番札所前	30.5	45
ポカリスエットスタジアム最上段	13.3	630
合 計		4,066

一時避難場所（ポカリスエットスタジアム及び里浦農協を除く）には、防災倉庫が設置されています。次ページの地図に一時避難場所を示しています。

防災倉庫には、発電機、簡易トイレ、テントなど一時しのぐための防災用具が保管されています。



番号	一時避難場所
①	里浦小学校
②	里浦農協
③	人丸神社
④	宝珠寺
⑤	ポカリスエットスタジアム

3. 一時避難場所までの距離と徒歩時間の参考値

行先	出発場所	移動ルート	距離(km)	徒歩時間(分)
里浦小学校	栗津バス停	バス路線	2.8	47
	鳴南体育館前	バス路線	2.2	37
	里浦公民館	牛の橋手前左折	0.8	14
宝珠寺	里浦郵便局	市道へ	0.8	14
	里浦集会所	市道へ	1.0	17
	大谷荘	岡崎まわり	0.7	12
人丸神社	里浦集会所	観音寺横	0.8	14
	平松団地	ちどり保育所前	0.9	15
	ちどり保育所	ちどり保育所前右折	0.3	5
里浦農協	里浦集会所	市道へ	0.5	9
	里浦郵便局	市道へ	0.2	4
	里浦公民館	市道へ	0.5	9
ポカリ	栗津バス停	県道栗津港 撫養線	3.2	54
	里浦公民館	県道へ出る	1.3	22
	里浦小学校	県道へ出る	1.0	17

徒歩時間は3.6km/時で算出しました。

自宅から出発場所までの距離・時間を加算すれば、行先までの距離・時間が判ります。家族で調べておきましょう。

また、より近いルートも調べておきましょう。

地震発生後、避難開始までにかかる時間は約5～15分と考えられています。
地震が収まってから、速やかに避難行動することが大切です。

4. 家族の「絆」

万一のために家族会議で次のことなどを決めておきましょう。

① わが家の津波一時避難場所を決めておきましょう

場面（災害発生時）	一時避難場所
学校	
家	
職場	
外出先（ ）	
外出先（ ）	
外出先（ ）	

家族全員が約束事にしておきましょう。

家族が離れ離れになった時の集合場所も決めておきましょう。

② 緊急カードを作りましょう

ふりがな		
氏 名		
住 所		
電話番号		
携帯電話		
生年月日		
職場・学校		
身長・体重	cm	kg
血 液 型	RH ⁺ 型	

病気の記録

名 前	疾 患 名	かかりつけの病院
		(TEL
		(TEL

薬物アレルギー

名 前	薬 品 名	症 状

お薬の記録

名 前	服 用 薬	服用方法

家族の役割

内 容	名前	内 容	名前	内 容	名前
テレビ・ラジオで 情報を確認		出入口を確保する		家具などを倒れ ないようにする	
火を消す		消火器の用意		非常持ち出し品の 用意・確認	
プロパンガスの バルブを閉める		飲料水を確保		家族への伝言が あれば書いておく	
危険物を安全な ところへ移す		電気器具の コンセントを抜く		子どもや老人の 世話	

- 家族全員のカードを作りましょう。
- 1年に1回は見直しましょう。

③ 異なる避難路を家族で歩いて確認しましょう

2ルートは準備しましょう。

避難路の危険個所もチェックしておきましょう。

④ 家を出るときの心得

(1) みんなの安全を確認しましょう。

(2) 屋内で「くつ」をはきましょう。

(3) ガスボンベのバブルを閉めましょう。

(4) 電気のブレーカーを落としましょう。

(5) 避難時持ち出し品の保管場所を決めておきましょう。

⑤ 津波避難の鉄則

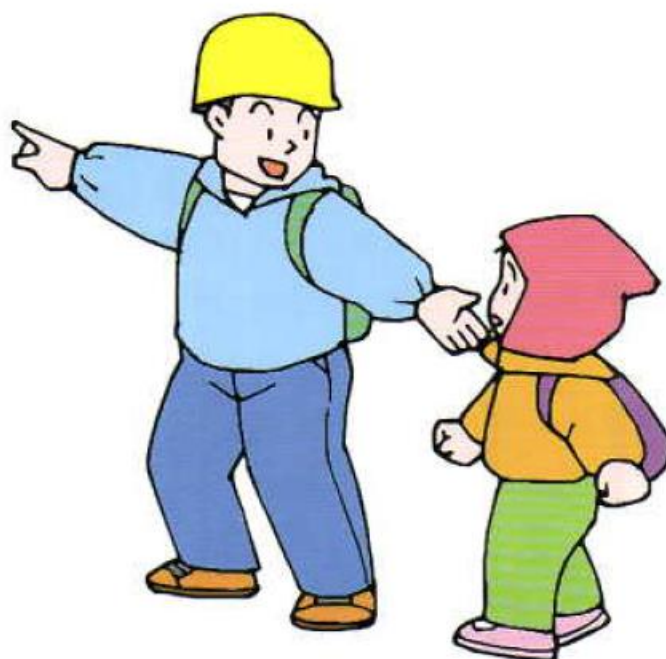
あなたとあなたの家族を守るための義務は、「早く、近くの、高い所へ」
率先避難する。

「早く」：屋内から早く脱出するための家具転倒防止対策を施すこと

「近くの」：避難場所が震災時にも「近く」となるような避難経路を家族で確認しておくこと

「高い所へ」：避難場所が安全な広さであるか

徳島大学名誉教授 村上 仁士 先生の教えより



5. 資料編

① 避難時持ち出し品

阪神・淡路大震災の経験から、神戸市の「人と防災未来センター」では震災を経験したボランティアや職員らが、自らの体験をもとに作成したリストです。参考にしましょう。

(1) 一次持ち出し品（1日をしのぐもの、大人2人分）

- | | |
|--|--|
| ☐ 非常持ち出し袋（1個） | ☐ 飲料水（500mL×6本） |
| ☐ 非常食（缶入り乾パン110g×2個） | ☐ 保存食（インスタント食品など） |
| ☐ 携帯食（チョコレート、キャンデーなど） | |
| ☐ ヘルメット、防災ずきん、帽子など | ☐ 軍手・手袋（2対） |
| ☐ 運動靴 | ☐ 懐中電灯（2個、予備電池） |
| ☐ ライター（2個） | ☐ ロープ（10m〜） |
| ☐ 救急用品セット（消毒薬、絆創膏、ガーゼ、包帯、三角巾など） | |
| ☐ 万能はさみ（1セット）（はさみ、ナイフ、缶切り） | |
| ☐ 携帯ラジオ（1台） | ☐ 筆記用具（メモ用紙とペン） |
| ☐ 現金（10円玉×50枚） | ☐ マスク（2枚） |
| ☐ 油性フェルトペン、油性マジック | ☐ 毛抜き（1本） |
| ☐ 常備薬・持病の薬 | ☐ 簡易トイレ（2枚〜） |
| ☐ トイレットペーパー（1ロール） | ☐ ティッシュペーパー |
| ☐ ウエットティッシュ（2個〜） | ☐ 使い捨てカイロ |
| ☐ サバイバルブランケット（2枚） | ☐ タオル（4枚） |
| ☐ 安全ピン | ☐ ポリ袋（大・小合わせて10枚） |
| ☐ レジャーシート（2畳分×1枚） | ☐ 布製粘着テープ |
| ☐ 雨具（ポンチョ、雨合羽） | ☐ 新聞紙・ダンボール |
| ☐ ふろしき | ☐ 緊急カード |



(2) 二次持ち出し品

二次持ち出し品は、救援物資が届くまで3日程度を過ごすための品です。
いったん避難してから安全を確認したうえで、自宅に戻って取り出すために備蓄しておく品です。

二次持ち出し品

基本項目	水	飲料水
	食	非常食、乾パン
	装備	懐中電灯、予備電池
	情報	現金 10円、100円
	救急	常備薬、持病薬、毛抜き
	衛生	マスク、簡易トイレ、トイレットペーパー、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ
	汎用	タオル、ポリ袋、ビニールシート（ブルーシートなど）
備蓄する生活用品目	衣	衣類、毛布
	食	保存食類、塩・調味料
		食器類（紙・ステンレス）
		ラップ、アルミホイル、缶切り
		カセットコンロ、ボンベ、鍋
	住	歯磨きセット、洗口剤、石鹸
		ドライシャンプー、重曹、工具類
	あると便利	地図、新聞紙、ダンボール
		ローソク、蚊取り線香
		非常用給水袋、タンク類
		キッチンペーパー
		ホワイトボード
		さらしの布、スリッパ

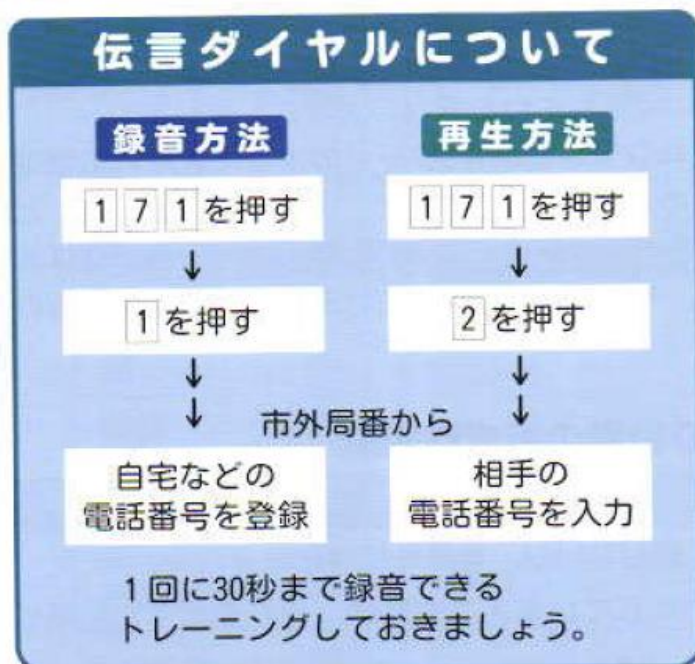
(3) 個別に検討する持ち出し品

一次または二次持ち出し品にするかなど、各ご家庭で検討すべき品目リストです。

個別に検討する品目

貴重品	予備の鍵(家、車)、予備のめがね、コンタクトレンズ
	通帳・証書類のコピー、印鑑
女性	生理用品、防犯ブザー、くし
	ブラシ、鏡、化粧品、髪の毛をくくるゴム
高齢者	介護手帳、紙おむつ
	入れ歯、介護用品
	補聴器
乳幼児	粉ミルク、哺乳瓶、離乳食
	清浄綿、バスタオル
	紙おむつ、だっこ紐
	母子手帳
障がい者・ 外国人など	障がい者手帳
	助けを求める手段(ホイッスル、サイレンなど)
	移動を助ける手段(紐、おんぶ紐など)
	情報を得る手段(ラジオ、拡大鏡など)
	コミュニケーションを助ける手段 (筆記用具、レコーダーなど)
	落ち着ける・安心できるもの (お気に入りのグッズなど)
	要援護者と確認できる外装 (ゼッケン、ワッペンなど)
ペット	ペット用品

② 連絡を取る方法（電話がかかりにくくなった時便利）



③ 先人の教えを生かそう

昔から東北の三陸海岸は、津波の被害を受けてきた。その教訓として、次のことが書かれた看板や石碑があります。

岩手県小白浜漁港にある看板には、「避難に勝る防護なし」

大船渡市三陸町にある石碑には、「地震の後には津波が来る」と教えています。

また、「津波てんでんこ」のおしえがあります。

津波がきたら、親も子供もかまわず、てんでんばらばらに逃げなければ命は助からないという言い伝えです。（本当にあった話です）

徳島県でも過去の南海地震により県南部の沿岸を中心に地震津波による被害の様子や後世への教訓などを記した石碑が多く建立されています。一部紹介します。

海陽町：浅川天神社「石碑」 阿南市：八幡神社「常夜灯台石」

「南海大地震津波記念碑」 小松島市：豊浦神社「石碑」

牟岐町：出羽島観栄寺「石碑」 徳島市：蛭子神社「百度石」

旧旭町南海地震「記念碑」 松茂町：春日神社「敬湊碑」

美波町：木岐王子神社「石灯籠」

「南海地震を知る 徳島県の地震・津波碑」 徳島県 より抜粋

④ マグニチュードと震度について

「マグニチュード（M）」とは地震そのもののエネルギーの大きさを表します。

「震度」とはそれぞれの場所における揺れの大きさを表します。

電球でいいかえると、40ワットとか100ワットのように表される電球そのものの明るさにあたるのが「マグニチュード（M）」です。一方、どんな電球であっても電球からの距離が遠くなるほど暗くなり、近づけば明るくなります。このように、それぞれの位置における明るさに相当するのが「震度」です。

10段階の震度階級表

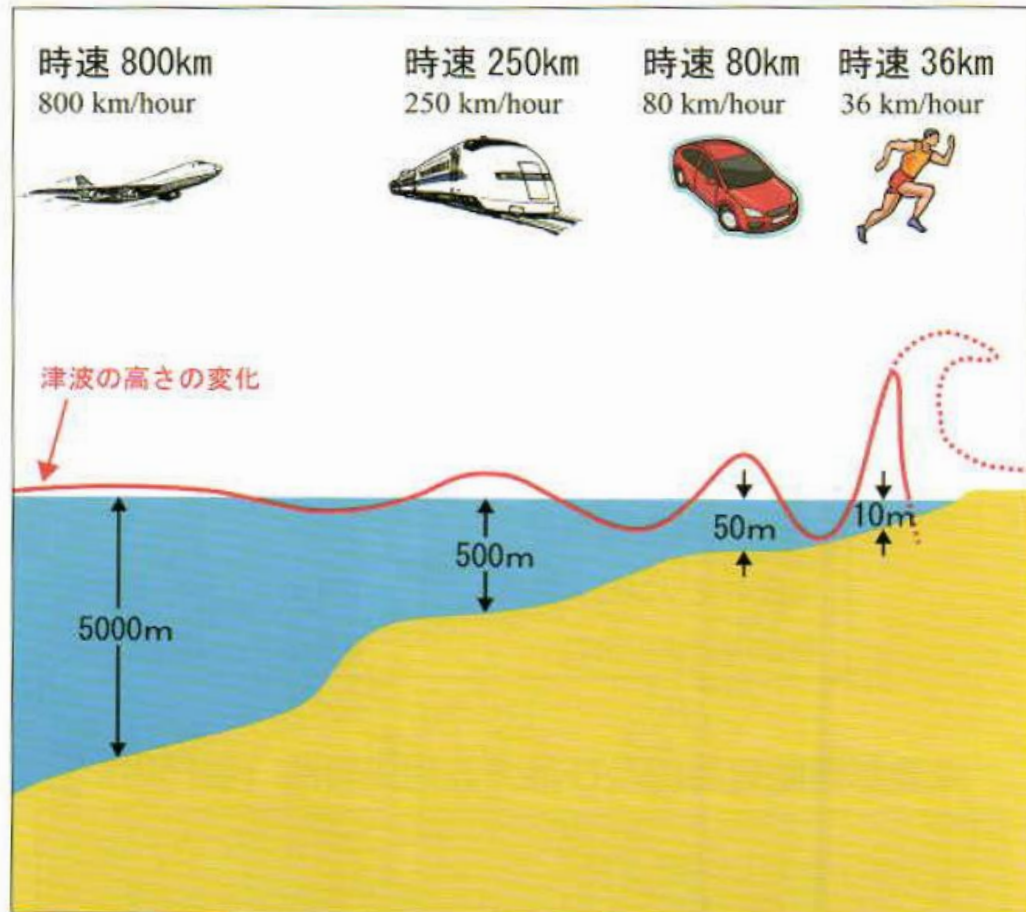
震度階級		人の体感・行動
0		人は揺れを感じないが、地震計には記録される。
1		屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がある。
2		屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。眠っている人の中には、目を覚ます人もある。
3		屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。歩いている人の中には、揺れを感じる人もある。眠っている人の大半が、目を覚ます。
4		ほとんどの人が驚く。歩いている人のほとんどが、揺れを感じる。眠っている人のほとんどが、目を覚ます。
5	弱	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
	強	大半の人が、物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。
6	弱	立っていることが困難になる。
	強	立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。
7		

（気象庁震度階級関連解説表から抜粋）

⑤ 津波の速さ

津波の怖いところは、スピードがものすごく早いことです。

津波の伝播速度



(気象庁ホームページより抜粋)

20cmをこえる津波高さでは、人は流されてしまうと言われています。

⑥ 徳島県津波浸水想定（平成24年10月31日公表）

徳島県は、国が（平成24年8月29日）公表した「南海トラフの巨大地震」の震源モデルをもとに、県管理河川や最新の地形データなどを加えた「津波浸水想定」を公表した。

最高津波水位分布（徳島市以北周辺部）

場 所	最高津波水位
鳴門市栗田漁港	2.7 m
鳴門市櫛木漁港	2.7 m
鳴門市八木の鼻	5.5 m
鳴門市岡崎海水浴場	7.1 m
鳴門市里浦海岸	6.0 m
松茂町新滑走路東端	5.5 m
徳島市小松海水浴場	5.5 m
徳島市マリニピア東端	5.0 m
徳島市勝浦川河口	4.6 m

津波影響開始時間及び最大波到達時間（鳴門市）

場 所	津波影響 開始時間	最 大 波		
		到達時間(分)	津波水位 (T.P.m)	備 考
栗田漁港	+20cm	72	2.7m	第1波
	61分			
里浦海岸	-20cm	64	6.0m	第1波
	19分			

+20cmは、海面が20cm上昇する -20cmは、海面が20cm下降する

最大津波高及び浸水面積

市町名	最大津波高 (m)	浸水面積 (km ²)
鳴門市	8.2 [※]	35.3
松茂町	6.2	11.4
徳島市	6.2	57.5
小松島市	6.0	28.8
阿南市	16.3	45.0
美波町	20.9	5.6
牟岐町	13.4	2.7
海陽町	18.4	5.0
北島町		8.0
藍住町		2.1
県全体		201.4

※鳴門市の8.2mの津波高が発生するとされた場所は、小鳴門海峡入口付近です。

鳴門市の浸水面積は、鳴門市面積（135.46km²）の26%が浸水する。

徳島県津波浸水想定（2012.10.31公表）を総括すると、里浦海岸では、地震発生19分後（津波影響開始時間）に海面が20cm下がる。その後、第1波の津波が押し寄せてきて、津波発生49分後に1mの海面上昇となる。最高津波水位は64分後に6.0mとなる。第2波以降は、6.0mより低いと想定されている。

このことから、地震が発生し、揺れがおさまってから、直ちに一時避難場所へ速やかな避難行動してください。自分の命は自分で守るために率先避難者になって、行動してください。

⑦ 津波警報が変わりました（平成25年3月から）

津波警報は、津波による災害の発生が予想される時に発表される重要な情報です。

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
	数値での発表 (発表基準)	巨大地震の 場合の表現		
大津波警報	10m超 (10m<高さ)	巨大	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。	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 (5 m<高さ≤10m)			
	5 m (3 m<高さ≤5 m)			
津波警報	3 m (1 m<高さ≤3 m)	高い		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。
津波注意報	1 m (20cm≤高さ≤1 m)	(表記しない)	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れて下さい。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。

MEMO

自分そして家族の命を守るため、

- 地震・津波避難訓練に参加しましょう
- 家具の転倒防止を完了させましょう
- 避難時持ち出し品を準備しておきましょう

これを町民皆様の約束事にしてください。

