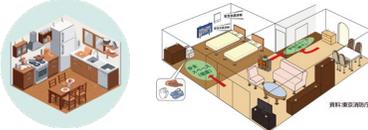


チェックボックスに○もしくは×を記入してください  
枠内に解答を自由記述してください

START

1 自宅にある地震のリスクを確認しましょう。



2 ハザードマップで、自宅周辺の地震のリスクと津波のリスクをそれぞれ確認しましょう。



自宅周辺は、津波の浸水想定区域ですか？

はい 色の津波に関する欄も解答してください

いいえ 色の津波に関する欄の解答は不要です (Check 3 5 6 も同様です)

3 実際に地震と津波が起こったら、あなたの家はどうなると思いますか。

記入例

Check 1 自宅にある地震のリスクを確認しましょう。～リスク箇所と安全スペースの確認～

台所	居間・寝室
<input type="radio"/> ガスコンロの周辺に、燃えやすいものが倒れてこないようになっている	<input type="radio"/> テーブルや椅子の脚に、滑り止めを付けて動きづらいうようにしている
<input checked="" type="radio"/> 食器棚を天井や床、壁に固定し、引き出しや扉にストッパーなどを付けている	<input type="radio"/> キャスター付き家具は、ロックをかけ、固定用の下皿を設置している
<input type="radio"/> 冷蔵庫は、上部と下部をそれぞれ天井や床、壁に固定している	<input checked="" type="radio"/> テレビは取扱説明書の転倒防止対策に従って固定し、テレビ台に置く場合は、テレビ台も床や壁に固定している
<input checked="" type="radio"/> 電子レンジはレンジ台に固定し、レンジ台も床や壁に固定している	<input type="radio"/> ストープの周辺に、燃えやすいものが倒れてこないようになっている
<input type="radio"/> 家具類が転倒・移動して避難の妨げにならないよう配置している	<input checked="" type="radio"/> ベッドの周辺には家具を置かず、安全なスペースを確保している
	<input type="radio"/> 衣類タンスはL型金具などを使い天井や床、壁に固定している
	<input checked="" type="radio"/> 衣類タンスの引き出しや扉に、ストッパーなどを取り付けている
	<input type="radio"/> 家具類が転倒・移動して避難の妨げにならないよう配置している
	メモ：

Check 2 ハザードマップで、自宅周辺の地震のリスクと津波のリスクをそれぞれ確認しましょう。

	地震	津波
緊急時の避難場所	〇〇小学校、△△公園、〇〇公民館	〇〇海岸の津波避難タワー、□□ビル、付近の高台である△△（目印）付近
避難経路（ハザードマップで確認）	自宅から県道××号沿いに南西に進み、△△小学校に到着（所要時間：概ね〇分）	自宅から東側の道路を通り、〇〇交差点を右折して津波避難タワーに到着（所要時間：概ね〇分）
避難経路までの道順を想像して（思い出して）、途中のリスクを確認しましょう	ブロック塀 <input checked="" type="checkbox"/> 場所： 〇〇交差点近くの古いブロック塀	<input checked="" type="checkbox"/> 場所： △△公園入口の高い塀
	看板、ガラス張りの建物 <input checked="" type="checkbox"/> 場所： 駅前にあるガラス張りの□□ビル	<input checked="" type="checkbox"/> 場所： 商店街の大型看板付近
	急な崖や山の近く <input checked="" type="checkbox"/> 場所： 自宅から北側の坂道沿いの崖	<input checked="" type="checkbox"/> 場所： □□トンネル手前の切り通し区間
	海や川の近く、橋 <input checked="" type="checkbox"/> 場所： 〇〇川にかかる△△橋	<input checked="" type="checkbox"/> 場所： 県道〇〇号（途中、川沿いを通行）
	その他 (電柱が多い狭い道路など)	(アンダーパスなど)

Check 3 実際に地震と津波が起こったら、あなたの家はどうなると思いますか。

	地震	津波
家全体	<ul style="list-style-type: none"> <li>強い揺れにより、家全体が大きく揺れ、壁や天井にひび割れが入る。</li> <li>停電して室内が真っ暗になり、断水やガスの供給停止が発生する。</li> <li>玄関や室内のドアが歪んで開けず、屋根瓦や外壁の一部が落下する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>〇〇海岸から（又は△△川の堤防を越えて）津波がおしよせて、自宅の一階部分が浸水した。</li> <li>津波により、周辺の駐車場に停車していた自動車が漂流し、自宅の外壁に衝突した。</li> </ul>
台所	<ul style="list-style-type: none"> <li>食器棚の食器が飛び出し、割れた破片が床に散乱する。</li> <li>冷蔵庫が大きく移動し、正面のガスコンロに衝突する。</li> </ul>	
居間・寝室	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣類タンスや本棚が大きく移動し、ベッドに倒れこむ。</li> <li>テレビが勢よく前方に倒れこみ、画面が割れてガラス片が散乱する。</li> <li>キャスター付きのデスクが移動し、ドアの前をふさぐ。</li> </ul>	

自宅と自宅周辺のリスクを確認

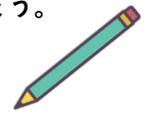
自宅はどうなる？

**4** 自宅で緊急地震速報を見聞きました。どう対応しますか？



**5** 実際に強い揺れがきて、長く続きました。その後、揺れが収まりました。どう行動しますか？

**6** 自宅から避難する場合の避難場所、避難経路、経路上の要注意箇所をまとめましょう。



**7** これまでの内容を踏まえて、いま、あなたができることはなんですか？

記入例

**Check 4** 自宅で緊急地震速報を見聞きました。どう対応しますか？

台所		居間・寝室	
何をしている時に <b>夕飯を食べている時に</b>	何をしている時に <b>テレビを見ている時に</b>	寝室で横になっている時に	
部屋のどの場所で <b>食卓のテーブルで</b>	部屋のどの場所で <b>ローテーブルの近くに座っていて</b>	ベッドで	
どうやって <b>とっさにテーブルの下に隠れて、</b>	どうやって <b>とっさに安全スペースである廊下に飛び出して、</b>	<b>とっさにまくらで頭を隠して</b>	
何をする <b>倒れてきた食器棚から身を守る</b>	何をする <b>テレビが倒れて飛散したガラス片から身を守る</b>	周囲のものが倒れてきたときに頭を守る	

**Check 5** 実際に強い揺れがきて、長く続きました。その後、揺れが収まりました。どう行動しますか？

地震への対応	津波への対応
<ul style="list-style-type: none"> <li>地震による強い揺れにより自宅の壁面が損壊し、倒壊のおそれもあったため、事前に準備していた防災バッグを持って、すぐに「地震災害の避難場所」へ向かう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>〇〇海岸から（又は△△川の堤防を越えて）津波がおしよせるおそれがあったため、すぐに「津波災害の避難場所」へ向かった。</li> </ul>

**Check 6** 自宅から避難する場合の避難場所、避難経路、経路上の要注意箇所をまとめましょう。

地震からの避難		津波からの避難	
いつ <b>強い揺れが収まり、火の元を確認してから</b>	この経路を通るときに注意する箇所	いつ <b>強い揺れを感じたら、津波警報を待たずにすぐに</b>	この経路を通るときに注意する箇所
どこへ <b>〇〇小学校 (地震の指定緊急避難場所)</b>	<b>〇〇周辺の古いブロック塀や、△△交差点 近くの電柱が多い狭い道路に注意する。</b>	どこへ <b>〇〇海岸の津波避難タワー (津波の指定緊急避難場所)</b>	<b>〇〇川沿いの道路（通らない） △△橋（使用しない）</b>
どの経路を通して <b>自宅から県道××号沿いに南西に進み、〇〇小学校に到着 (所要時間：概ね〇分)</b>		どの経路を通して <b>自宅から北方向の坂道を上り、 高台方面へ直進して 津波避難タワーへ (所要時間：概ね〇分)</b>	

**Check 7** これまでの内容を踏まえて、いま、あなたができることはなんですか？

<ul style="list-style-type: none"> <li>衣類タンスやテレビを固定し、家具の転倒防止対策を行う。</li> <li>避難経路を家族と実際に歩いて確認し、危険な場所を共有する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>非常持出品を準備し、すぐに持ち出せる場所に置く。</li> <li>寝室や居間の家具配置を見直し、安全スペースを確保する。</li> </ul>
--	---