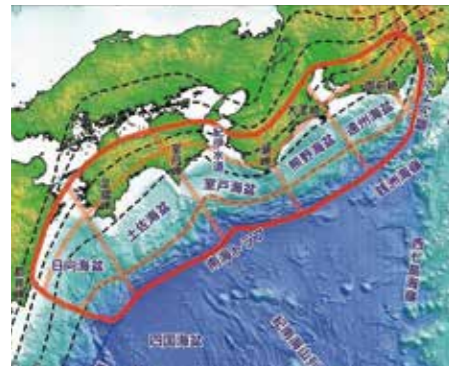


# 1. 災害のリスクを知る

(本市の地震リスク)



(赤線は最大クラスの地震の震源域)

「南海トラフ地震」が起きた場合は**最短3時間9分**、「周防灘断層帯を震源とする地震」が起きた場合は**最短13分**で津波が到達と予測されています。津波が予測される際は「何をおいても高台へ」避難しましょう！

## 「南海トラフ地震」の被害予測

	高田港	浜下	見目
最大震度	5弱		
最大津波高	2.77m	2.77m	2.80m
最短津波到達時間	3時間9分	5時間36分	5時間43分

図の出典：「南海トラフの地震活動の長期評価（第二版）について」地震調査研究推進本部



## 「周防灘断層帯を震源とする地震」の被害予測

	高田港	浜下	見目
最大震度	6強		
最大津波高	2.29m	2.69m	3.09m
最短津波到達時間	28分	19分	13分

図の出典：「周防灘断層帯（周防灘断層群・宇部沖断層群）」地震調査研究推進本部

※地震の予測は非常に困難で、上記以外の地域でもいつ、どこで起こるかわかりません。

# 2. 身の安全を確保する行動を確認する

地震が起きたとき、自分の身を守るため、まず「何をすべき」かを事前に確認しましょう！

## ■屋内にいるとき

- ①頑丈な机の下など安全なスペースに避難する（照明などの落下に注意）
- ②揺れが収まったら、火の始末を行う
- ③外へ出られるか確認する（家の損傷でドアや窓が開かないことがある）
- ④土砂災害の恐れがある場所にいる方は、すぐ避難する
- ⑤余震に注意する（大地震の後には余震が続く場合がある）

家族で確認！  
家族で共有！



## ■屋外にいるときや車を運転中のとき

- ①ブロック塀や自動販売機の転倒に注意する
  - ②車を運転中のときは、車を路肩に駐車して、安全な場所に避難する
- ※液状化現象や道路が寸断する恐れがあるので、安全確認を十分に行ってから避難する

# 今こそ考えよう 減災対策

1月1日、「能登半島で震度7の地震が発生」との衝撃的なニュースで幕を開けた令和6年。元日の穏やかな正月ムードは吹っ飛び、地震による家屋の倒壊や津波、火災などによる深刻な被害、その後の避難生活などが連日報道され、誰もが災害の恐ろしさと、災害に対する備えの大切さを再認識したのではないのでしょうか？

## ■本市でも大きな被害が予測されている2つの地震

地震が、いつ・どこで起きるか予測することは非常に困難ですが、本市で大きな被害が出ると予測されている地震は以下のとおりです。

- ・南海トラフ地震（発生確率：30年以内に70～80%）
- ・周防灘断層帯を震源とする地震（発生確率：30年以内に2～4%）



南海トラフ地震はテレビ報道などで耳にしたことがあると思いますが、周防灘断層帯を震源とする地震は初めて聞いた方もいると思います。しかし、発生確率は南海トラフ地震に比べ低いと予測されているものの、最大震度や津波の高さ、津波最短到達時間など本市への影響は非常に大きいと予測されています。

## ■事前準備で出来る限りの減災対策を！

災害が起きた場合に一番大切なことは、自分の命は自分で守る「自助」です。

そして、まず、自分の命が無事でなければ、家族や地域の方は守れません。また、国や自治体からの「公助」はある程度の時間がかかります。

能登半島地震を目の当たりにした今だからこそ、自分の命を守るために

1. 災害のリスクを知る
2. 地震が起きたときに身の安全を確保する行動を確認する
3. 災害に備えた事前準備（家具の固定や備蓄など）をする

被害を最小限に抑えるための「減災対策」が重要です！



など、できる限りの減災対策を行いましょう。

## ■1月28日（日）開催の「減災シンポジウムin豊後高田」をご紹介します

本市の減災・防災を考えるため、多くの市民が参加して行われた同シンポジウムでの「市民参加型ディスカッション」を中心にご紹介します。

ぜひ、あなた自身やご家族を守るための「減災対策」のヒントにしてください。

自宅が被災して避難する場合に備えた非常用持出袋や、災害で電気・水道などのライフラインが止まったときに備え、以下を参考に各家庭に合わせた事前準備を行いましょ。

### 非常用持出袋 (避難するときに持ち出すもの)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 水                | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 (手動充電式が便利)  |
| <input type="checkbox"/> 食品 (最低3日分を用意する)  | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ (手動充電式が便利) |
| ご飯 (アルファ米など)、レトルト食品                       | <input type="checkbox"/> 予備電池、モバイルバッテリー   |
| ビスケット、チョコ、乾パンなど                           | <input type="checkbox"/> マッチ、ろうそく         |
| <input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット、防災ずきん   | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ          |
| <input type="checkbox"/> 衣類、下着            | <input type="checkbox"/> アルミ保温シート         |
| <input type="checkbox"/> レインウェア           | <input type="checkbox"/> 軍手               |
| <input type="checkbox"/> 着脱しやすい靴 (ひもがない靴) | <input type="checkbox"/> 洗面用具             |
| <input type="checkbox"/> 携帯用トイレ           | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ、歯みがき粉       |
| <input type="checkbox"/> 救急用品             | <input type="checkbox"/> タオル              |
| ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など                       | <input type="checkbox"/> ペン、ノート           |
| <input type="checkbox"/> ホイッスル            |   |



#### ■感染症対策にも有効なもの

- |                                     |                                     |                              |
|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> マスク        | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> 石けん、ハンドソープ | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ  |                              |

#### ■一緒に持ち出すもの

- 貴重品 (通帳、現金、運転免許証、保険証、マイナンバーカード、診察券、お薬手帳など)

#### 子どもがいる家庭の備え

- |  |                                  |                                 |                                  |
|--|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ミルク (キューブタイプ) | <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> 離乳食    | <input type="checkbox"/> 子供用紙オムツ |
| <input type="checkbox"/> お尻ふき          | <input type="checkbox"/> 抱っこひも   | <input type="checkbox"/> 子どもの靴  |                                  |
| <input type="checkbox"/> 携帯用お尻洗浄機      | <input type="checkbox"/> 携帯カトラリー | <input type="checkbox"/> ネックライト |                                  |

#### 女性の備え

- |                                     |                                    |                                  |
|-------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 生理用品       | <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ | <input type="checkbox"/> おりものシート |
| <input type="checkbox"/> 中身が見えないゴミ袋 | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー     |                                  |

#### 高齢者がいる家庭の備え

- |                                  |                                       |                                   |
|----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 大人用紙パンツ | <input type="checkbox"/> デリケートゾーンの洗浄剤 | <input type="checkbox"/> 介護食      |
| <input type="checkbox"/> 杖       | <input type="checkbox"/> 入れ歯、洗浄剤      | <input type="checkbox"/> 持病の薬     |
| <input type="checkbox"/> 補聴器     | <input type="checkbox"/> 吸水パッド        | <input type="checkbox"/> お薬手帳のコピー |

### 備蓄品 (家に備えておくもの)

- 食料や水 (最低3日分、できれば1週間分) × 家族の人数分  
ローリングストック (保存期間の長いものを多めに買って置き、消費したら補充するという習慣) なら、常に食料の備蓄が可能です。
- 生活用品  
ティッシュ、トイレトペーパー、ラップ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯用トイレなど

(参考) 首相官邸HP「災害が起きる前にできること」



## 3. 災害に備えた事前準備など

### 地震に備える

#### 家具の固定や家具の配置を工夫する

地震で家具が倒れると下敷きになったり、避難ルートが塞がれてしまいます。家具の固定や配置変更で、安全な空間を確保しましょう。



家具配置の変更例

地震による家具の転倒を防ぐには (消防庁HP)



#### 日頃から夜間の地震発生に備える

地震でガラスが割れることがあります。夜間の発生に備え、寝室にスリッパや懐中電灯などを準備し、避難時のケガを防止しましょう。



#### 家の耐震改修などを検討する

築年数が古い家などで耐震に不安がある場合は、耐震診断や耐震改修を検討しましょう。  
※無料の耐震アドバイザー派遣や耐震診断、耐震改修の補助制度もあります。

◎都市建築課  
☎25-6274



### 津波に備える

#### ハザードマップで、津波の浸水想定を確認する

自宅だけでなく、職場や学校などの浸水想定を家族で確認しましょう。

Web版

紙版



市HP



#### 避難する場所を事前に考え、家族で共有する

津波が来たら、どこに逃げるかを事前に家族で話し合しましょう。



#### 災害時の連絡手段「災害用伝言サービス」

災害時の安否確認等のための次の伝言サービスがあります。

- ☎ 災害用伝言ダイヤル  
→ 171 をダイヤルして利用
- 📱 携帯各社の災害用伝言版
- 📄 災害用伝言版 (Web171)

※詳しくは総務省HPへ



### 津波発生への心構え

～津波からの避難は「遠く」よりも「高く」を意識～

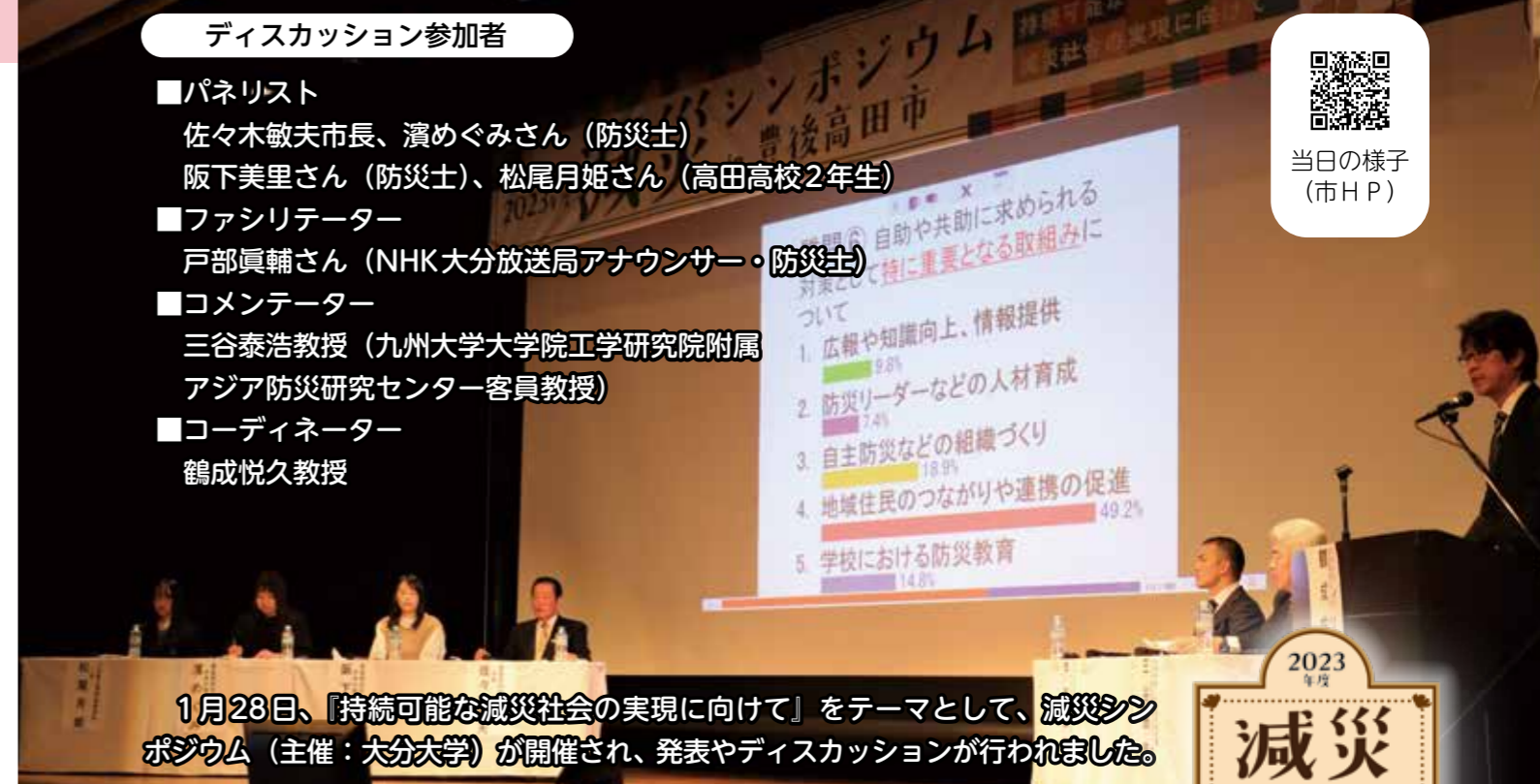
- ① 地震発生時、海に近い場所にいるときは、すぐ高台に避難
- ② ①以外の場所でも、津波警報などで危険があれば、すぐ高台に避難
- ③ 海や川には、絶対に近づかない
- ④ 津波が引いても、すぐに低地に移動しない  
※津波は複数回来ることがある

今まで津波が来なかったから、今度も大丈夫は絶対ダメ!





当日の様子  
(市HP)



ディスカッション参加者

- パネリスト  
佐々木敏夫市長、濱めぐみさん(防災士)  
阪下美里さん(防災士)、松尾月姫さん(高田高校2年生)
- ファシリテーター  
戸部眞輔さん(NHK大分放送局アナウンサー・防災士)
- コメンテーター  
三谷泰浩教授(九州大学大学院工学研究院附属  
アジア防災研究センター客員教授)
- コーディネーター  
鶴成悦久教授

1月28日、『持続可能な減災社会の実現に向けて』をテーマとして、減災シンポジウム(主催:大分大学)が開催され、発表やディスカッションが行われました。



■三谷教授のアドバイス  
◎リスクは人によって違う  
ハザードとリスクは、どちらも「危険性」という意味ですが、津波で浸水してしまうと同じハザードでも、人それぞれで危険度が異なり、その危険度のことをリスクという言葉で表します。自分一人だと避難所まで10分で着くが、おじいちゃん・おばあちゃんを連れて行くと20分かかる。それが家族としてのリスクだと思えます。  
ですから、自分の住まいであるとか、家族構成とかを考慮して、ハザードをリスクに変えて考えてもらいたい。  
◎備蓄品や避難についてもアドバイス  
備蓄品などは4・5日くらいキャンプに行く気持ちで考え、季節によって入れ替えることが大事です。また、避難は「難を避ける」と書くとおり、必ずしも避難所に行くことが避難ではなく、安全な場所への避難が大切で、そのために地域での事前準備や協働が本場に大事です。



■会場のアンケート結果をもとに議論  
来場した方全員がクリッカーと言われる端末を使ってアンケートに参加。  
その場で集計・共有されたアンケート結果を元にディスカッション参加者が意見を発表。佐々木市長、三谷教授、鶴成教授が次のように発表しました。  
■佐々木市長が市の減災対策を紹介  
国東半島はため池が多く昭和16年の大水害はため池の決壊が原因となっていること、本市が全国に先駆けて、減災対策として、大雨が予想される際に、事前にため池を水位調整している取り組みなどを紹介しました。

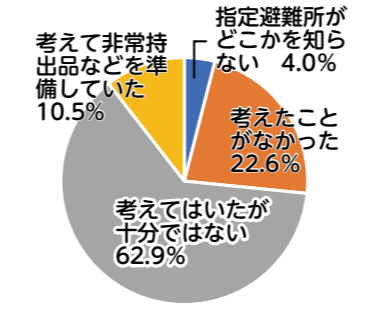


◇アンケート②について  
特に災害発生後すぐに必要となる飲料水や食料、簡易トイレなどに加え、家族構成などによって必要となる備蓄品を準備しましょう。また年に一度は季節に応じた備蓄品に入れ替えたり、賞味期限をチェックするなどしましょう。  
◇アンケート③について  
能登半島地震では、道路の寸断や土砂災害による孤立集落が複数発生しました。行政などからの救助や支援が届かない事態も想定し、自分達で避難所を運営していく体制も考えていかなければなりません。  
◇アンケート④について  
住みよいまちづくりにおいても、減災対策においてもやはり、人と人のつながりを生む地域のコミュニティ活動が非常に重要だということが分かりました。

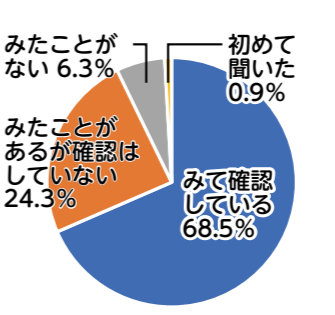
■鶴成教授のまとめ  
ディスカッションの最後に、鶴成教授が次のように結果をまとめ、「住みよいまちをどのように目指していくか、皆さんそれぞれの力で活躍いただきたい」と会場に集まった方に呼びかけました。  
③能登半島地震前に指定避難所での避難生活を考えたことはありますか?  
④自助や共助に求められる対策として特に重要となる取り組みについて



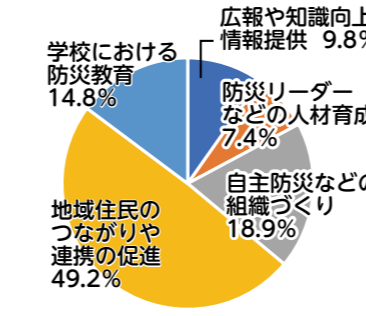
(避難生活を考えたことは?)



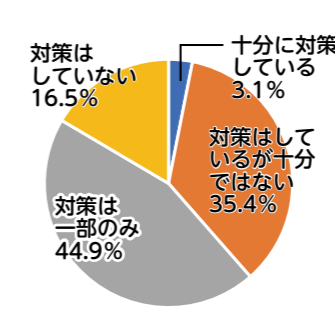
(ハザードマップの確認)



(重要となる取り組み)



(災害に備えた準備)



令和6年能登半島地震のすさまじい被害が報道される中で行われたシンポジウムは、災害に備えるためのヒントが溢れていました。  
今回は、シンポジウム第4部のディスカッションでのアンケート結果やアドバイス、鶴成教授のまとめをご紹介します。ぜひ、「減災対策」のヒントにしてください。  
■ディスカッションでの会場アンケート結果  
①ハザードマップで、お住まいの地域で想定される地震や津波、洪水・土砂崩れなどを確認していますか?  
②食料や水、ラジオやバッテリーなどの非常用備蓄品や家具の固定、耐震など災害に備えた対策は十分ですか?

第3部 若者からの提言



大分大学の学生と高田高校の生徒が、昨年市内で行われたワークショップで議論した「減災社会実現のために何をすべきか」について、景観、避難、多文化、情報、住宅の5つの分野に分けて、減災社会について力強く提言しました。

第2部 実践的な避難計画に向けて



発表を行う  
大波多かをるさん

避難所開設・運営訓練での課題などを発表。女性防災士の視点から、安心して過ごせる避難所運営に向けて「男性と女性が協力し合って運営を行うことがとても大切」と呼びかけました。

第1部 災害を学ぶ

大分大学減災・復興デザイン教育研究センターの鶴成悦久教授が「1月1日、能登半島で大きな地震が発生しました。私たちの中でも地震災害というものは、実際、自分の身になって考えたことがあったのかということを実際に考えさせられました。これから私たちは、多発化・甚大化する豪雨災害、そして迫り来る大規模地震にどのように立ち向かっていき、そして、それを享受できる減災社会を考えていくかということが大きな課題です」と呼びかけました。



会場に  
呼びかける  
鶴成悦久教授

1部~3部の発表の様子



高田高校放送部が  
司会を担当しました!