

第3章

地震が発生した場合

この章では、南海トラフ地震など大規模な地震が発生した場合に、

自主防災組織がどのような活動をするべきかについて説明します。

6 避難行動（緊急避難）については、火山噴火時の行動も参考に掲載しています。

風水害については、第6章で説明します。



1 突発地震が発生した場合の時間的な経過と自主防災活動

2 災害応急活動に関する情報の収集及び伝達

3 被災者の救出活動

4 消火活動

5 医療救護活動

6 避難行動（緊急避難）

- (1) 地震時の行動
- (2) 地震時の行動（危険要因別）
- (3) 火山噴火時の行動（参考）

7 避難所生活

③地震が発生した場合

1 突発地震が発生した場合の時間的な経過と自主防災活動

経過時間	状況	各個人の行動	自主防災活動(例)
0分	地震発生	<ul style="list-style-type: none"> 地震の揺れに注意し、身を守る 素早く火の始末 玄関をあける 	
～3分	揺れがおさまった 電気・水道・電話などのライフラインの停止	<ul style="list-style-type: none"> 津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域は即避難 火元の確認(早めにガスの元栓を閉め、電気スイッチ・ブレーカーを切る) 火が出ても落ち着いて初期消火 家族の安全確認 家の中でも靴を履く 家の中の危険物に注意 	<ul style="list-style-type: none"> 要避難地区の場合は、隣近所に避難を呼びかける。
～5分	身の回りの状況確認	<ul style="list-style-type: none"> みんな無事か 隣近所に声をかける 近所に火は出していないか 大声で知らせる 消火器や貯水槽の利用 漏電、ガス漏れ、余震に注意 	<ul style="list-style-type: none"> 隣近所で助け合い見つからない人はいないか？ けが人はいないか？ 要配慮者は大丈夫か？
～10分	隣近所の状況確認	<ul style="list-style-type: none"> ラジオや同報無線により情報確認 車で逃げるな! ブロック塀、割れたガラスなどに注意! 	<ul style="list-style-type: none"> 情報班による地域内の被害情報収集

③地震が発生した場合

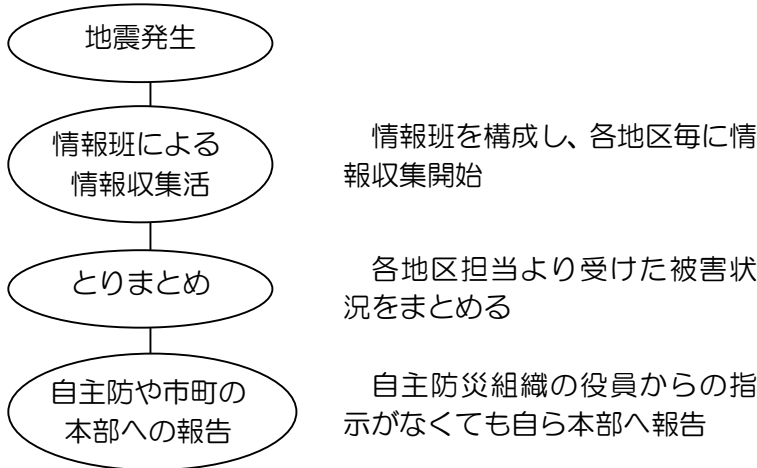
経過時間	状況	各個人の行動	自主防災活動(例)
10分～	火災発見 家屋の倒壊発見 負傷者発見 情報混乱	<ul style="list-style-type: none"> • みんなで消火活動！ • みんなで救出活動！ • 家族の安否確認 • 情報が少なくても落ち着いて行動する。(デマに注意) 	<ul style="list-style-type: none"> • 消火班による初期消火活動(バケツリレー・可搬ポンプ等) • 救出・救助班による救出活動 • 負傷者の応急救護、救護所への搬送 • 避難行動要支援者の避難の支援 • 市町等からの情報を住民へ正しく伝達 • 地域の事業所等の協力を得る • 消火や救出活動が困難な場合は、無理をせずに消防署、市町等へ支援要請 (被害状況によっては消防車等が到着しない場合がある)
～数日	避難生活	<ul style="list-style-type: none"> • 自主防災組織に協力して秩序ある避難生活を • 壊れた家には入らない • 助け合いの心を持とう • がまんも大切 • 備蓄品の有効利用 	<ul style="list-style-type: none"> • 避難所運営 • 避難所運営マニュアルや避難生活計画書に基づいた秩序ある避難所運営 • 要配慮者に対する配慮 • 災害ボランティアとの共助

③地震が発生した場合

2 災害応急活動に関する情報の収集及び伝達

地域内の被害状況（死傷者や建物、道路等の被災状況等）や火災発生状況を迅速にとりまとめ、自主防災組織本部及び市町の災害対策本部に報告するようにしましょう。

- 情報収集を迅速に行うため、事前に調査区域を分けて担当を決め、地域内の被害状況等、必要な情報を収集します。
- 被害報告を受けた情報班長は、自主防災組織本部及び市町災害対策本部に報告します。「被害なし」という報告も災害の全体像をつかむための重要な被害情報になりますので忘れずに報告するようにしてください。
- 同報無線や市町の広報車、テレビ、ラジオ、インターネット、防災アプリ等で正確な情報を確認し、地域内の各家庭に伝えて混乱が起こらないようにしましょう。
- 一切情報が入らない事も想定のひとつに入れて、その際の対応をどうするのかを話し合い、訓練をしておくことも大切です。



3 被災者の救出活動

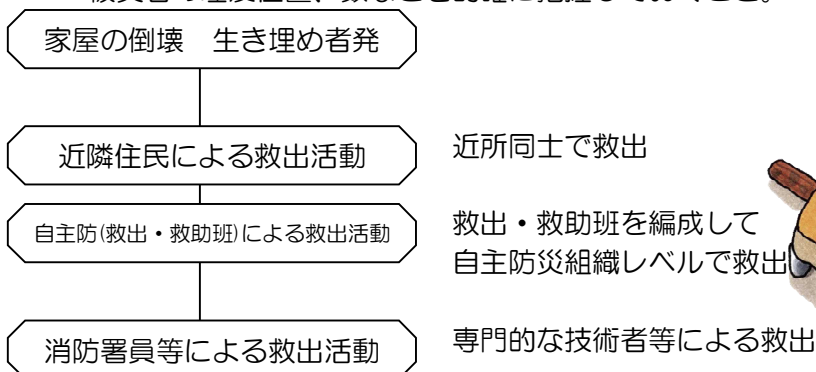
大地震発生時には家屋の倒壊などにより多数の生き埋め者が発生することが予想されます。しかし、消防等の防災関係機関だけでは十分な対応が出来ません。地域の自主防災組織が協力して救出・救助にあたるのが求められます。

①自分の安全を確認したら、家族・隣人の救出

- 負傷者等の居場所の情報を集める。大きな声で叫び反応を見る。
- 居場所がわかったら救出のための人を集める。人が見える場合は5～10人、見えない時は20人位がよい。
- ノコギリ、ハンマー、バール、ジャッキ、ロープなどの資機材で救出。

②自主防災組織による救出

- 特技者によるチェンソー、可搬ウインチ、エンジンカッターなどを利用した救出。
- 被災者の埋没位置、数などを的確に把握しておくこと。



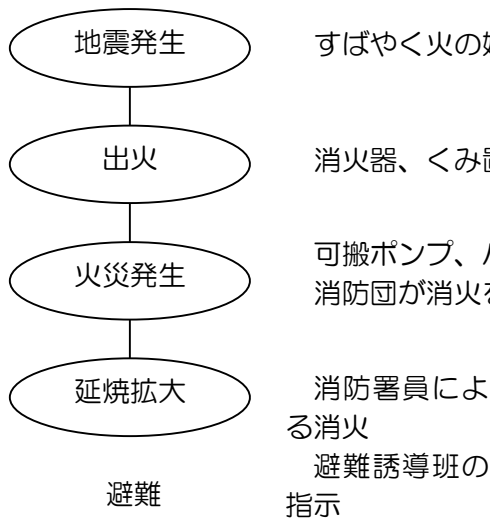
二次被害(災害)を避けるために、安全確認を十分に行いましょう。

③地震が発生した場合

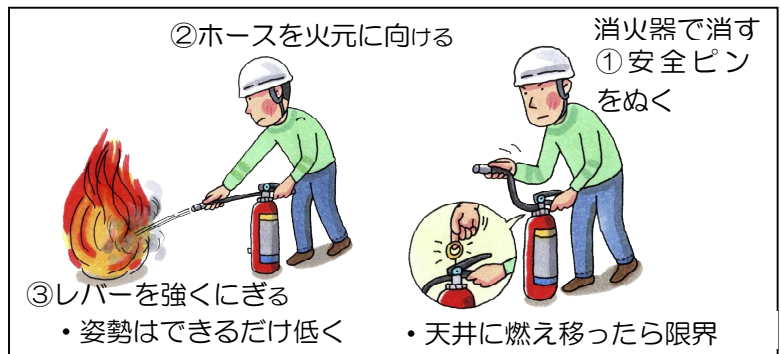
4 消火活動

地震による火災発生を防ぐためには、各家庭における出火防止対策(消火器や感震ブレーカー、ガスのマイコンメーターの設置など)が一番大切ですが、いざ火災が発生したら、地域の自主防災組織が協力して初期消火活動にあたるようにしましょう。

ただし、自主防災組織は初期消火、延焼を防ぐことが目的ですので、決して無理はしないように注意してください。自分や家族だけで消火できない場合、近所の人々に呼びかけ、消防団員や消防署員が到着したら、その指示に従うようにしましょう。



延焼拡大した場合は、危険ですので避難しましょう。



平時に消火器、可搬ポンプの場所を把握しておく。

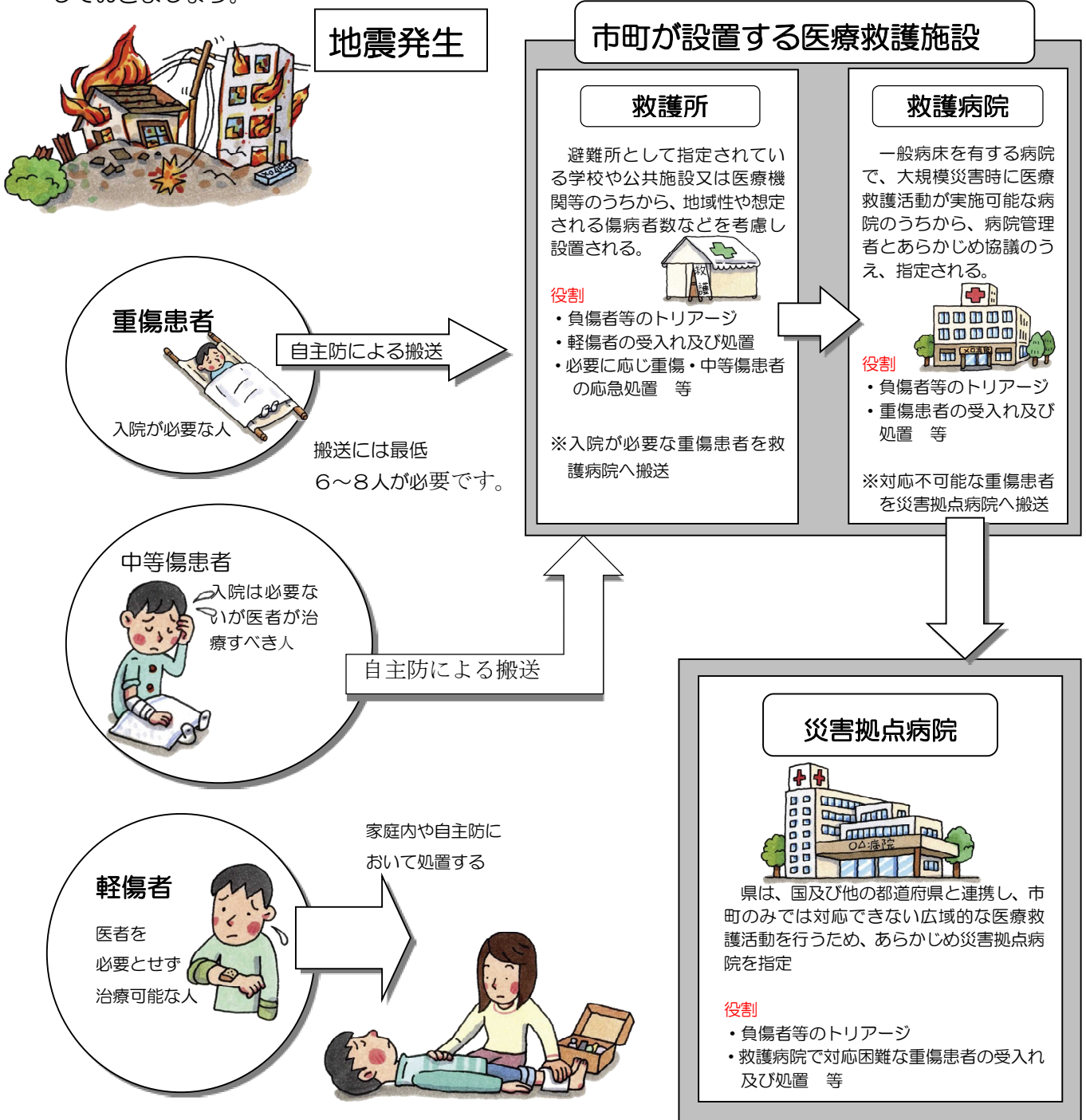
平時に防火水槽・消火栓・その他の水利の場所も把握しておく。



③地震が発生した場合

5 医療救護活動

大規模な地震が発生した時には大量の負傷者が出ますが、すぐに医者による治療が受けられるとは限りません。負傷者を発見した場合はまず応急手当を行い、重傷患者や中等傷患者は救護所等の医療救護施設に搬送するようにしてください。医療救護施設が設置される場所は事前に市町に確認しておきましょう。



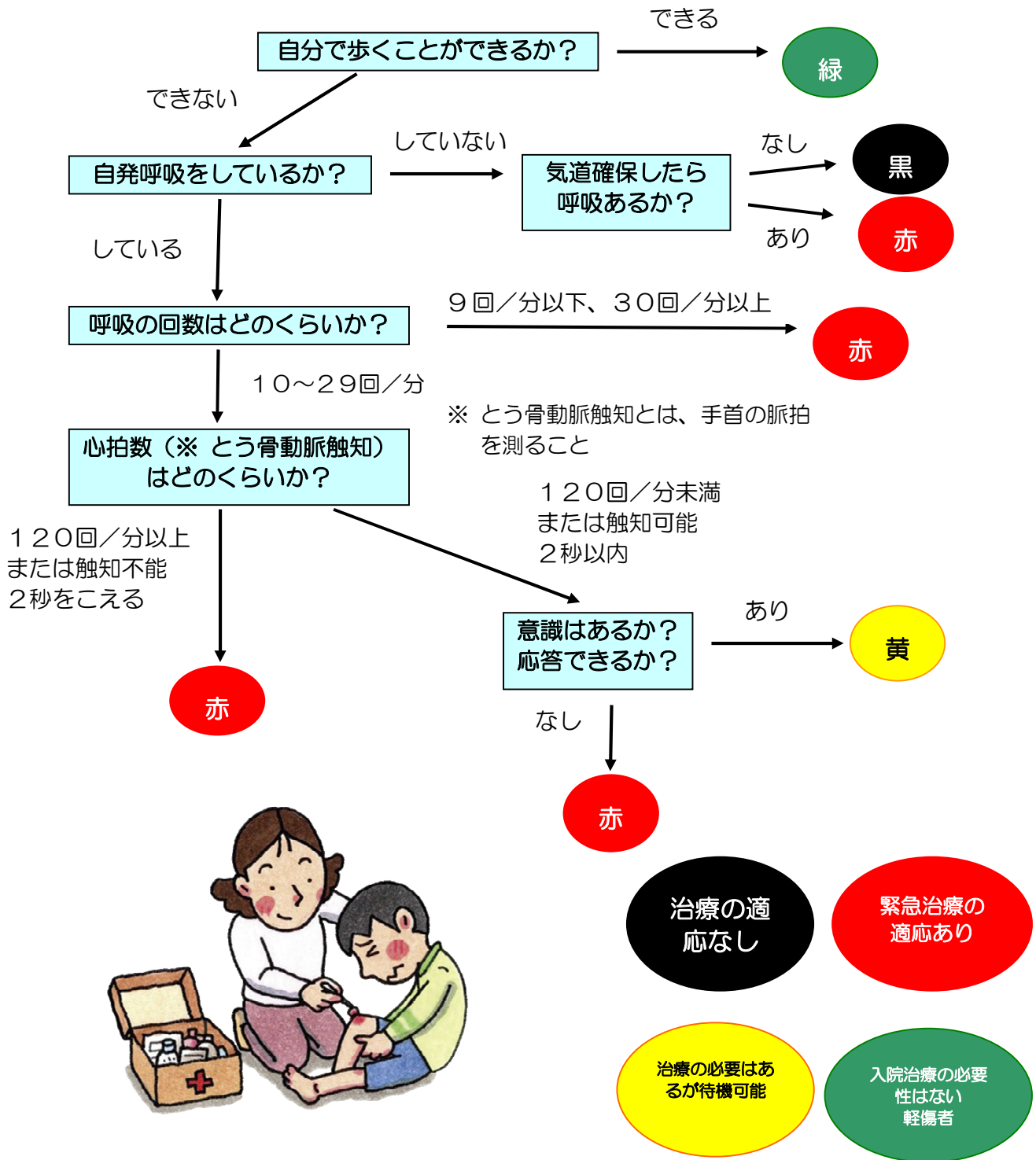
(解説)

トリアージとは、大規模災害時など限られた人的、物的状況下で最大多数の負傷者に最善の医療を施すため、患者の重傷度により治療優先度を定めることです。以前は医師が行うとされていましたが、現在は「スタート式トリアージ」という自主防災組織でもできるトリアージがあります。

③地震が発生した場合

■ START（スタート）式トリアージによる判別の流れ

医学的な診断ができない状況で自主防災組織がトリアージを行う場合、患者の外見上の状態のみで判別します。



(日本赤十字社資料、日本DMAT資料を参考に作成)

③地震が発生した場合

6 避難行動（緊急避難）

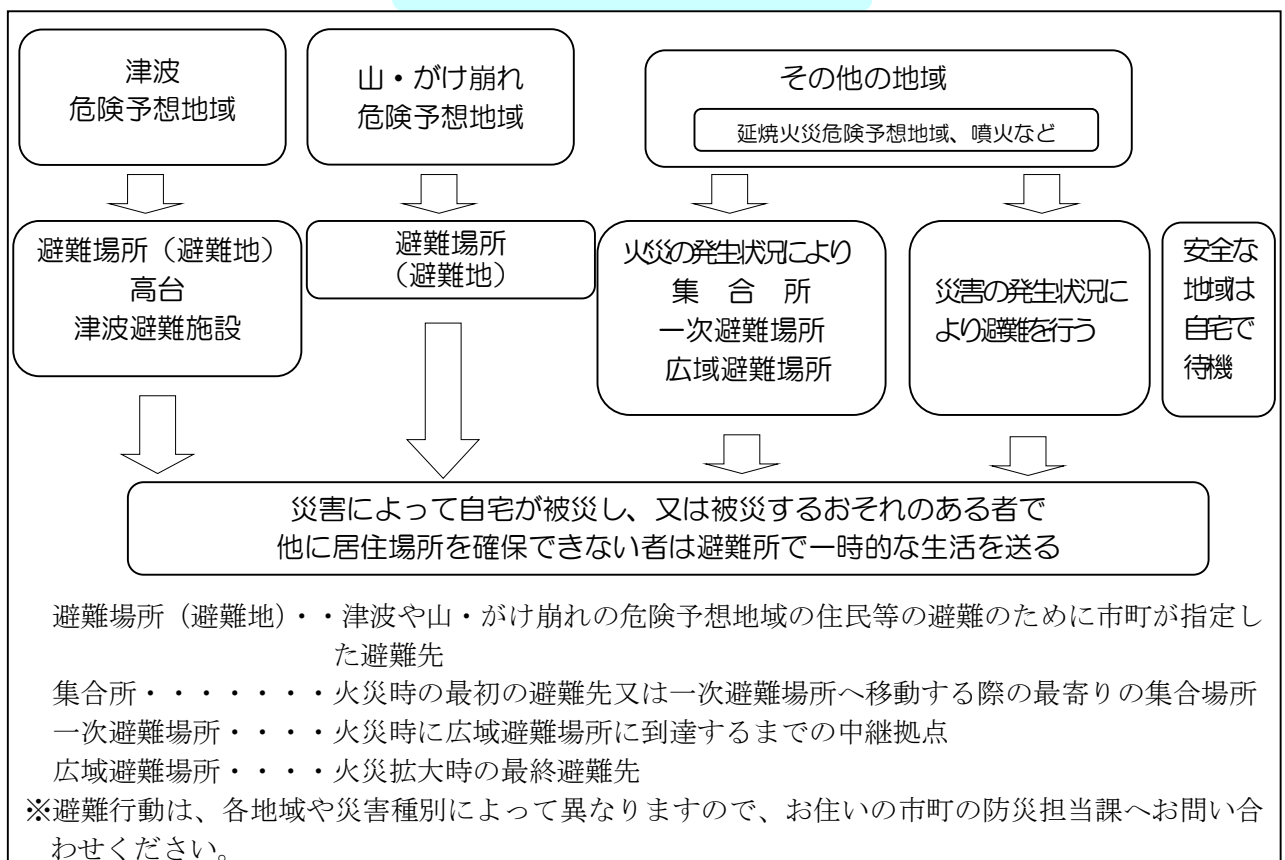
(1) 地震時の行動

地域の危険性によって避難の方法が異なります。自分の地域ではどのような避難行動が必要なのか、よく理解しておくことが大切です。(下図参照)

情報の食い違いによる誤った避難行動は危険ですので、必ず正確な情報に基づいて行動するようにしましょう。また、自力で避難することが困難な避難行動要支援者について事前に把握しておき、自主防災組織の中で担当を決めておくなど、逃げ遅れののないように皆で協力することが大切です。

なお、避難する必要のない人は避難場所に行かないようにします。

大きな地震が発生したら



南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が発表されたら

2 時間程度～1 週間

●地震への備えを再確認する。※

●地震発生後では、津波などから緊急避難することが困難な住民は、1 週間事前避難

1 週間～2 週間

最も警戒する期間は経過したが、引き続き 1 週間は地震の発生に注意する。

●地震への備えを再確認する。※

2 週間後

●地震の発生に注意しながら通常の生活を送る。ただし、大規模地震が起きる可能性がなくなったわけではないことに留意する。

※地震への備えの例：避難場所（避難地）や避難経路の確認、家具の固定、水や食料の備蓄など

③ 地震が発生した場合

(2) 地震時の行動 (危険要因別)

■ 突然地震が発生したときの避難行動

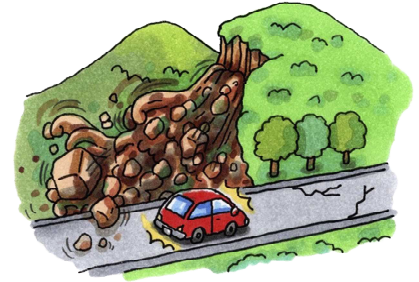
(津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域)

① 突発地震発生

② 地震の揺れに注意し、身を守る

③ 揺れがおさまったら
津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域は即避難

④ 避難にあたっては避難経路の安全の確認を行い、特に交通事故防止に努める。



(地震発災後に避難を判断する地域)

① 突発地震発生

② 地震の揺れに注意し、身を守る

③ 揺れがおさまったら
火元の確認・家族の安全確認

④ 避難の判断



● 災害が発生したときにはデマが飛び交いがち。噂に惑わされず、テレビ、ラジオ、市町からの情報に注意し、正しい状況の把握に努めましょう。

● 避難の指示等が出たら、それに従いましょう。

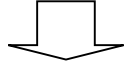
● 避難指示等がなくても、身の周辺に危険が迫っていると判断した場合は、ためらうことなく避難しましょう！

③地震が発生した場合

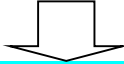
(3) 火山噴火時の行動（参考）

■火山噴火からの避難の場合

① 気象庁から噴火警報が発表され、噴火警戒レベルが3以上となる



② 市町役場から火山噴火に関わる避難指示が発令される



③ 市町役場からの指示に従って、避難対象エリアとなった地区の住民は避難する

- ・ 国や研究機関などが火山活動の異常を捉えるため、火山周辺に様々な種類の観測機器を設置し、観測を行っており、気象庁はこれらの観測データから火山活動を24時間体制で監視し、噴火の前兆を捉えて噴火警報などの火山防災情報を発表することになっている。
- ・ 住民に対し、これらの防災情報をテレビやラジオ、静岡県防災アプリ（P.150参照）等のスマートフォンアプリなどによりお知らせする。
- ・ そのため、火山噴火からの避難については、慌てず急がずに、市町からの指示に従って避難する。

（火山現象に応じた避難について）

○火砕流及び大きな噴石が到達する可能性のある範囲からの避難

- ・ 火砕流と大きな噴石の到達する範囲は限定的であるが、極めて速度が速いため、噴火前に避難する必要がある。

○溶岩流が到達する可能性のある範囲からの避難

- ・ 溶岩流は、想定火口範囲から広範囲に広がる可能性はあるが、流れ下る速度が比較的遅いことから、噴火開始後の避難としている。（ただし富士山の場合、溶岩流が3時間以内で到達する可能性のある範囲については、噴火前避難とする）。

○降灰の可能性のある範囲からの避難

- ・ 降灰堆積深が30cm未満となる地域は、降灰によって建物被害を受けるおそれが少ないため、自宅や最寄りの建物への屋内退避する。降灰堆積深が30cm以上となるおそれのある地域は、降灰に耐える近隣の堅牢な建物内（鉄筋コンクリート造などの建物）に避難する。一方で、大量の降灰により、避難経路が閉ざされ孤立する可能性がある地域については、降灰前に避難対象エリア外へ避難する。

○降灰後土石流の危険性のある範囲からの避難

- ・ 降灰後の土石流からの避難は、気象庁から発表される土砂災害警戒情報又は国土交通省が行う土砂災害緊急情報により、市町から避難指示が発令される。避難指示が発令された場合、避難対象エリア内にお住まいの方は、基本的に通常の土砂災害と同様に、土石流災害に対して指定された避難場所（避難地）へ避難する。

※富士山における各噴火現象の影響範囲については、富士山ハザードマップを参照ください。「富士山ハザードマップ（改定版）静岡県」で検索又は、以下のURLから御確認ください。

<http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/fujisanhazardmap.html>



※現在、県及び市町広域避難計画について見直し中であり、策定後に具体的な訓練方法等をお知らせします。

③地震が発生した場合

7 避難所生活

市町職員、施設管理者、自主防災組織で避難所の運営組織(運営本部)を立ち上げますが、その後の避難所の運営は、地域や避難所利用者が主体的に実施します。

避難所は自宅が被災して住むことができなくなった人のための施設です。自宅の2階や安全な地域にある親戚・知人宅への避難など、地域の災害リスクに応じて、様々な避難先を検討してください。避難所以外の被災者も十分な情報と支援が受けられるよう、自主防災組織においても情報の発信や収集は大切です。また、高齢者世帯、高齢独居・在宅介護・障がい者のいる世帯などは必要に応じて福祉避難所を利用しましょう。

避難所生活は災害による精神的な不安や日常生活の不便、共同生活による不自由などから暗いイメージとなりがちです。

自主防災組織を中心に、避難住民がお互いに助け合い協力して秩序ある避難生活が営まれるように努めてください。特に高齢者や障害のある人などの要配慮者により添った配慮が必要です。また、避難所では災害ボランティアの支援が考えられます。受け入れ体制の整備も平常時の訓練に取り入れ、その場になったとき混乱しないように心掛けましょう。

あらかじめ避難所生活計画書を作成しておきましょう。

- ・市町担当、施設管理者、自主防災組織で避難所の運営組織(運営本部)をつくる。
- ・運営本部に、総務、被災者管理、情報、食料・物資、施設管理、保健・衛生等の各班長をおく。
- ・その下に各自主防災組織ごとに班編成を行い、班ごとの役割を決める。
- ・運営本部会議を1日1~2回開催し、情報の収集・伝達、役割等を再確認する。

● 避難所の受付

避難所の受付では健康状態を確認し、熱があるなど体調不良者は、別の部屋やパーテーション等で区分けした場所への避難が必要となります。

※静岡県総合防災アプリ「静岡県防災」を使えば非接触で受付ができます。

● 感染症を踏まえた避難所運営

避難所の開設、運営にあたっては、密閉、密集、密接の3つの密を避ける等、新型コロナウイルス、インフルエンザ等の感染症対策を徹底する必要があります。一方、国において「避難のあり方」が検証され、自宅の2階や安全な地域にある親戚・知人宅への避難など、地域の災害リスクに応じて、様々な避難先を検討するとともに、適切な避難について住民の理解を促す必要性が示されています。

地震時の避難所の運営については、事前に行政機関と自主防災組織が地域の実態を考慮のうえ検討しておくことが必要です。「新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営ガイドライン」で検索してください。

http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/documents/hinanjyogaidline_honbun.pdf



● 建物への立ち入りは・・・

地震発生後、必要に応じて応急危険度判定士の判定を受け、避難所の安全を確認した上で、利用することができます。

(参考)

県と県内全ての市町では、公共施設の耐震性能ランク(Ia、Ib、II、III)を公表しており、また県及び一部の市町では、建物玄関などの見やすい位置に耐震性能ランクを表示しています。

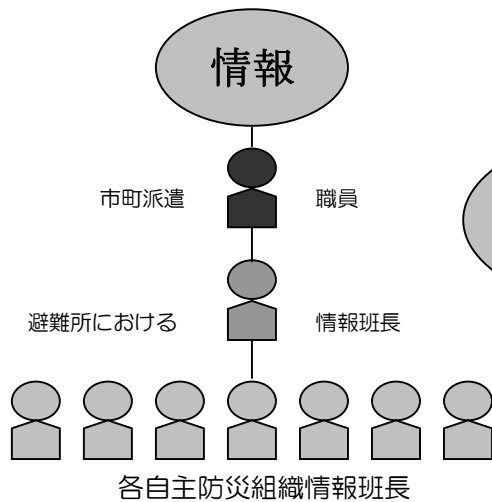
耐震性能ランクがもっとも高いIaの建物は、地震後も継続して使用できるため、応急危険度判定士の判定を受けなくても使用できます。また、Ib以下の建物は、応急危険度判定士の判定を受けて安全が確認されるまでは、使用は原則禁止されます。

ただし、Iaの建物であっても、場合によって亀裂が入ったり、照明や看板などの落下物の危険は残るため、目視による安全確認を行い、必要な場合は応急危険度判定士の判定を受けてください。

③地震が発生した場合

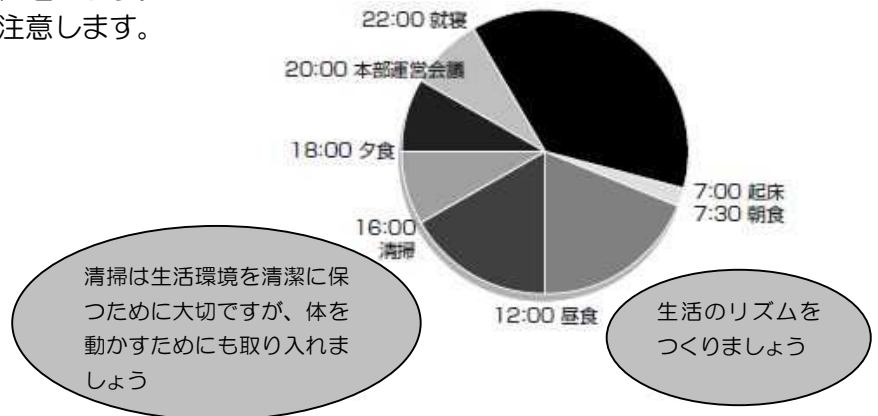
●情報は・・・

- ・市町からの情報は、避難所に派遣された市町職員が受け、情報班長に伝えます。
- ・情報班長は、各自主防災組織の情報班長に伝えます。
- ・各情報班長は、その連絡を住民に伝達します。
- ・ラジオなどから直接入る情報にも注意します。
- ・避難者リストを作ります。



●生活時間は・・・

- ・生活区域、生活上のルールを決めます。
- ・生活の時間も決めておきましょう。



●男女共同参画の視点

- ・女性や子供の視点を取り入れましょう。
(P.18 参照)

●ゴミは・・・

- ・ルールを決め、ゴミ出しルールを徹底しましょう。
- ・避難生活の環境悪化は、健康面にも影響するので重要です。

●トイレは・・・

- ・災害時のトイレ利用は、体調を崩したり、災害関連死、性犯罪の温床となることもあります。
- ・被災直後すぐに発生する問題のひとつでもあるので、対策は急務です。

●食事、水は・・・

- ・原則として、食事はそれぞれの非常持ち出しの食料でまかさないです。
- ・不足する場合は、共同で炊き出しを行います。その際、火が使えない状況も考えておいてください。
- ・地震発生後に断水になる可能性があるため、ペットボトル等の水を備蓄したり、ポリタンク等に水を貯めておくなどの備えが重要です。
- ・食事や給水はリーダーの指示に従い、順序よく行ってください。
- ・高齢者など要配慮者に確実に食事が行き渡るように配慮が必要です。

●レイアウトは・・・

- ・女性、性的マイノリティーの方、乳幼児、高齢者、障がいのある人、要配慮者を抱える家族などが、避難生活しやすいようにレイアウトを工夫しましょう。
- ・男女、その他と別々の着替え場所や授乳場所を設置してください。

③地震が発生した場合

●親戚・知人宅への避難

- 親戚・知人宅への避難者は、避難先を変更した場合、被災者管理班を通じて、運営本部へすみやかに連絡しましょう。



●安否確認、掲示板・伝言板の設置

- 被災を免れた人は自宅に「黄色いハンカチ」などを掲げて無事であることを伝えましょう。
- 自主防災組織は各避難所ごとに安否不明者を確認し、市町へできるだけ迅速に連絡してください。
- 掲示板を設置するなど情報を正しく伝達します。掲示する時間を決めておく事や、新しく追加された情報が分かるようにしておくといいでしょう。
- 避難者リストの作成と活用、個人情報の取扱いにも注意が必要です。



●ペットへの対応

- 飼育者の把握、飼育場所の指定、排泄物の後始末、清潔に保つよう徹底しましょう。
- 共同でペットのスペースをつくる場合には、飼育者同士で代表者を選びます。
- 盲導犬や介助犬はペットの扱いではないので、一緒に避難生活を送れるよう配慮が必要です。



●要配慮者への支援

- 要配慮者の情報提供(※原則としてご本人の同意が必要です。)を受けます。介護については基本的に家族が行いますが、介護者が不足する場合は、各自主防災組織の人材台帳を活用し、適任者(看護師等)に交替で介護をお願いします。
- 手話、ガイドヘルパー等のボランティアの受入れを行いましょう。ボランティア受入れまでの間は、筆談を用いるなど地域の方々での対応にも備えてください。