

# 津波の危険から身を守りましょう

津波は非常におそろしい自然災害です。東日本大震災では、岩手・宮城・福島3県で亡くなった人の9割超が、津波による溺死でした。必ず避難しましょう。

## 津波って？

海底で起きた地震が原因で、海水が陸地に押し寄せる波のことです。津波が海岸を上っていくときに、地形によっては数十メートルの高さまでかけのぼることもあります。東日本大震災では、津波が陸地を駆けのぼった高さとして岩手県宮古市で40.5メートルを記録しました。



## おそろしい津波の破壊力

津波はおそろしい力で人や家のみ込み、陸地に押し寄せる波だけでなく、海へと引き返す波もとても強力で、何度も繰り返し押し寄せます。また、危険なのは沿岸部だけに限りません。東日本大震災では、津波が宮城県の北上川を15キロ以上もさかのぼっていたことが確認されています。こうした河川の沿岸でも十分に気をつける必要があります。

■津波の強度による被害程度

津波強度	津波波高	木造家屋	石造家屋	鉄筋コンクリート家屋
5	32m	全面破壊	全面破壊	全面破壊
4	16m	全面破壊	全面破壊	
3	8m	全面破壊	全面破壊	
2	4m	全面破壊		
1	2m		部分的破壊	
0	1m	部分的破壊	持ちこたえる	持ちこたえる

## ■津波による主な被害



### ●人的被害

津波は多くの人命を奪うが、地震発生直後、直ちに避難できれば被害は減らせる。

### ●家屋被害

木造住宅は浸水によって流され、鉄筋の建物でも破壊されることがある。

### ●船舶被害

漁船などは陸上に打ち上げられることがある。そうすると船が破壊されると同時に船自体が巨大な凶器となる。

### ●火災被害

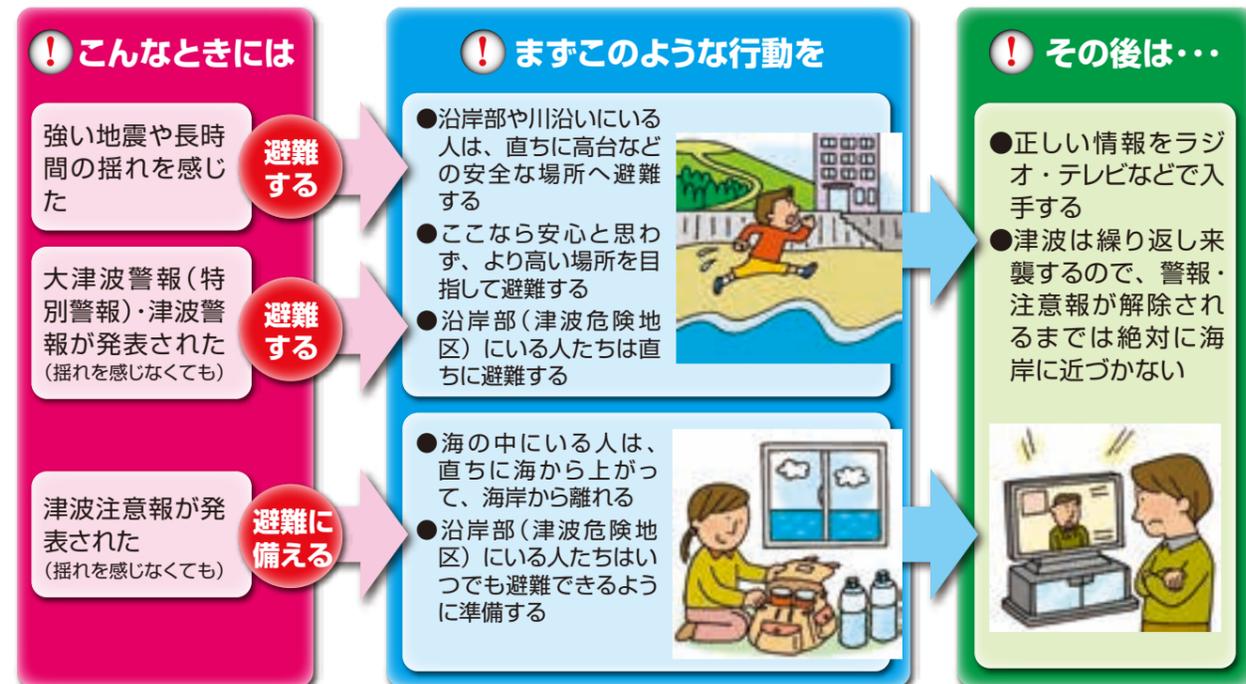
東日本大震災では、津波が襲った気仙沼市などの市街地で火災が多発。使用していた火やショートした電気が、津波や揺れで漏れた油などに引火した可能性があると考えられている。

### ●農地被害

農地に海水が浸水して土壌が塩分を含むと、農作物を育てられなくなる。大きな津波では農地ごと流失することもある。

## 津波から命を守る対応チャート

津波から身を守るには「逃げる」しかありません。チャートに従って、自分の命を守るためのシミュレーションをしましょう。



## ■津波に関する警報・注意報

大津波警報(特別警報)・津波警報・注意報は、2013(平成25)年3月7日から変わりました。東日本大震災の教訓を踏まえて、マグニチュード8を超える巨大地震の場合は、その海域における最大級の津波を想定して、大津波警報や津波警報を発表します。最初の津波警報では、予想される津波の高さを数値で示さず、「巨大」「高い」という言葉で発表して避難を促すことに重点を置きます。津波の予想高は第2報以降で発表します。また、高さの区分もこれまでの8段階から5段階に集約されました。

警報・注意報の分類	予想される津波の高さ		
	高さの区分	数値での発表(発表基準)	巨大地震の場合の表現
特別警報	10m<高さ	10m超	巨大
	5m<高さ≤10m	10m	
警報	3m<高さ≤5m	5m	高い
	1m<高さ≤3m	3m	
津波注意報	20cm≤高さ≤1m	1m	(なし)

## ■津波や津波避難に関する標識を覚えておこう!

日本では津波や津波避難に関する表示マークを定めています。津波の危険があったら、まず「津波避難場所」を目指し、それが難しい場合は「津波避難ビル」の最上階に避難しましょう。

### 津波注意(危険地域)



「地震が起きた場合、津波がおそってくる危険性が高い地域」を表しています。

### 津波避難場所



「津波に対して安全な退避場所・高台」を表しています。

### 津波避難ビル



「まわりに高台がない場合に利用する。津波から避難できる高さ・耐震性のあるビル」を表しています。

## 津波から避難する5つのポイント

### ポイント1 地震の揺れの程度で自ら判断しない



揺れがそれほどなくても津波が起きるケースは、過去にもしばしばありました。明治三陸地震津波(1896年)では、沿岸で震度3程度だったにもかかわらず、大津波が押し寄せました。津波の危険地域では小さい揺れでも、揺れを感じなくても、津波警報等で地震の発生を知ったら、まず避難を最優先にしましょう。

### ポイント2 「津波がない」という俗説を信じない



日本海中部地震(1983年)では、遠足で浜辺に来ていた小学生らが津波にさらわれました。この地震が発生するまでは「日本海では津波はない」という俗説が信じられており、警戒心が足りなかったと指摘されています。根拠のない俗説に命をゆだねることなく、気象庁の津波情報に耳を傾けましょう。

### ポイント3 避難の際に車は使わない



原則として、車で避難しない。東日本大震災や北海道南西沖地震(1993年)では、地震直後に車で避難した人が続出、道路が渋滞して、車ごと津波にのみ込まれて命を落とした人も多く出ました。

### ポイント4 「遠く」よりも「高く」へ



すでに浸水が始まって、安全な高台に避難できないときは、「遠く」よりも早く「より高い」場所に逃げるのが原則です。ただ、その場合でも、できるだけ海岸から離れた場所を選びましょう。

### ポイント5 引き潮がなくても津波は襲う



津波の前には潮が引くとよく言われますが、前触れとして必ず引き潮があるとは限りません。引き潮がなくても、押し波が襲ってくることもあります。

## 津波に対する日ごろの備え

### 1 家族会議や避難訓練を

津波が発生したとき、どこに避難し、どう連絡を取り合うのか、家族で事前に話し合っておきましょう。指定の避難場所や避難ビルの位置、そこに到達するためのルートは複数確保できるのかなども事前に共通認識をもっておきましょう。地域の防災訓練に家族で参加し、避難にかかる時間などを確認しておきましょう。



### 2 防災危険箇所マップを確認する

市では、津波の被害のおそれのある区域や避難場所を示した防災危険箇所マップを作製し、全戸に配布しています。日頃から自宅周辺の状況を確認しておきましょう。ただし、実際の津波浸水域が必ずしも防災危険箇所マップの想定と一致するとは限りません。



### 東日本大震災で役立った避難のための三原則

- 原則1 「想定にとらわれるな」**  
相手は自然、その想定を超える事態も当然あり得ます。
- 原則2 「最善を尽くせ」**  
「ここまで来ればもう大丈夫だろう」ではなく、そのときできる最善の対応行動をとりましょう。
- 原則3 「率先避難者たれ」**  
まず自分が率先して避難しましょう。その姿を見て、ほかの人も避難し、結果的に多くの人を救うことにつながります。

「岩手県釜石市の津波防災教育」より

## 津波対策の心得10か条

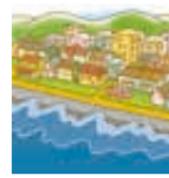
### 1 小さな揺れでも油断禁物!

小さな揺れでも大津波のおそれがあるので気をつけましょう。



### 6 満潮時は要注意!

満潮時は水位が高くなり、津波がより高くなるので被害が大きくなります。



### 2 より遠く、より高い場所へ避難する!

海岸で揺れを感じたら「より遠く」「より高い」場所へ避難しましょう。



### 7 正しい情報をすぐ入手する!

告知放送やテレビ・ラジオなどで正しい情報をすみやかに入手しましょう。



### 3 津波の速さは想像以上!

早いときには、揺れから数分で津波が押し寄せます。揺れを感じたら、直ちに避難しましょう。



### 8 河川に近づかない!

津波は川をさかのぼりますので、河川には近づかないようにしましょう。



### 4 津波はくり返し押し寄せる!

津波は2波、3波と何度も襲ってきます。第1波より2波目、3波目に大津波がくることもあります。



### 9 海岸に近づかない!

注意報・警報が解除されるまでは、絶対に海岸に近づかないようにしましょう。



### 5 津波の前に潮が引くとは限らない!

地震の起こり方や海岸の形によっては、津波の前に「引き潮」が起こらない場合もあるので注意しましょう。



### 10 家族へ行く先を伝える!

海に遊びや釣りに行くときには、家族へ行く先を伝えておきましょう。



## 防災コラム ■「津波てんでんこ」とは?

「地震があったら、家族のことさえ気にせず、てんでんばらばらに、自分の命を守るために一人ですぐに避難せよ。一家全滅、共倒れになることを防げ」という教えです。津波に苦しめられてきた三陸地方に残る津波被害から子孫を残すため

の知恵です。「津波てんでんこ」は、家族それぞれが避難していることを信じあえていれば、いざというとき、一人ひとりが避難することに専念できるという意味で、「家族の絆」なくして「津波てんでんこ」は成り立ちません。

