

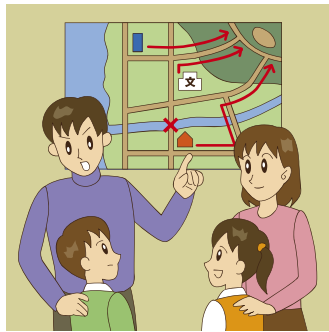
日頃から災害時でもすぐに対応できるようにしておきましょう

津波による被害を最小限にできるかどうかは、日頃の備えとともに、どれだけ適切な行動をとれるかにかかっています。いざという時のために、平常時、避難時の心得を確認しておきましょう。

平常時の心得

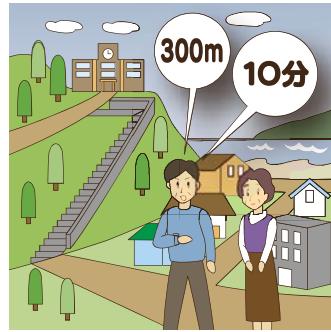
【避難場所、避難路の検討!】

家族で避難する避難場所や避難路を決めておきましょう。また、職場や学校などから避難する際の避難場所や避難路も決めておきましょう。



【避難路の確認!】

避難路に危険な箇所が無い確認しましょう。また、実際に歩いて避難距離や時間を確認することも大切です。



【防災活動の実施!】

地域の自主防災組織が行う避難訓練に参加するなど、防災活動に取り組みましょう。



避難時の心得

【自分の命は自ら守る!】

まずは、自分の命を守るため、率先して避難することが大切です。



【決して戻らない!】

「家族を探す」、「自宅へ戻る」といった行動は、被害を拡大させる恐れがあります。



【少しでも高い場所へ避難!】

建物の屋上や高台など少しでも高い場所へ避難しましょう。



【協力して避難!】

子どもやお年寄への声かけや避難補助を行い、早い段階で避難を終わめましよう。



【車で避難しない!】

車で避難すると渋滞に巻き込まれる恐れがあります。原則、徒歩で避難しましょう。



【正しい情報を入手!】

落ち着いてラジオや防災無線、携帯電話（インターネット）から情報を入手しましょう。



- 揺れがおさまったら、火の元を消し、ブレーカーを落としてから避難しましょう。
- 避難時の一連の行動をとるには、すばやく正確な情報収集や避難行動が求められますが、支援を要する方々（高齢者、障がい者、妊産婦、乳幼児、外国人等）には配慮し、みんなで助け合いましよう。

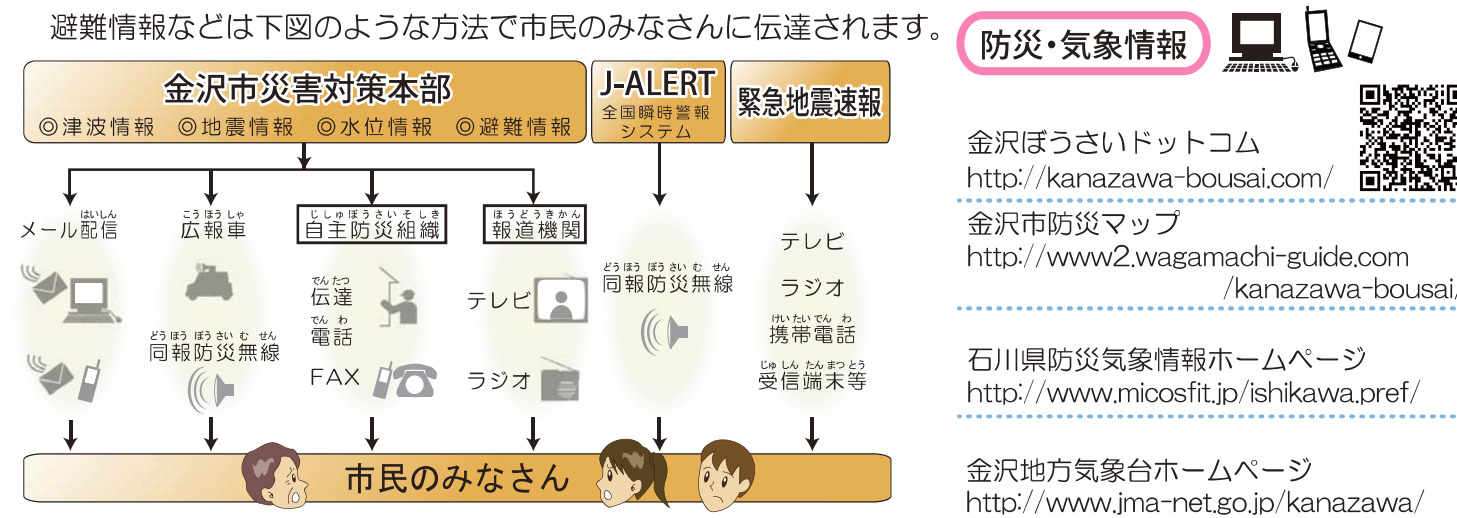
避難時の持ち物について

避難時の持ち物は、家族構成を考えて必要最低限(3日分)だけを用意し、避難する際、すぐに取り出せる場所へ保管しておきましょう。年に一度はチェックして、新しいものと交換しましょう。

携帯ラジオ、乾電池・バッテリー・手巻き式充電器、携帯電話、懐中電灯、水・食糧、タオル・着替え、常備薬、現金・貴重品、防災ずきん・ヘルメット、マッチ、ろうそく、ライター、毛布、寝袋、缶切り、ナイフ、はさみ、動きやすい靴、スリッパなど

追加で記入してください

情報伝達経路・手段



津波警報・注意報について

気象庁では、津波による災害の発生が予想される場合に、地震が発生してから約3分を目標に津波警報（大津波、津波）または津波注意報を発表します。

金沢市は、津波予報が発表された場合、どのような津波であれ一刻も早い避難が必要であることから、対象区域の住民に対し、**避難指示（緊急）**を発表しますので、緊急に避難しましょう。

避難指示（緊急）が発令されなくても、身の危険を感じる場合は、自主的に避難してください。

津波予報の種類	予想される津波の高さ		避難時に取るべき行動	避難情報
	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) 10m：(5m<高さ≤10m) 5m：(3m<高さ≤5m)	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	避難指示 (緊急)
津波警報	3m：(1m<高さ≤3m)	高い		
津波注意報	1m：(20cm<高さ≤1m)	(表記しない)	海の中にいる人はただちに海から上がって、海岸から離れてください	

避難指示（緊急）とは、災害が発生するなど状況がさらに悪化し、人的被害の危険性が非常に高まった場合に、緊急に避難することを求めることです。避難を強制するものではありませんが、自主的な避難を行いましよう。