

地震が発生した時、あなたと家族を守るためには、あなたの一つ一つの行動がとても大切です。

① 地震発生時

- 身の安全を守る。机の下などに入るなど、安全を確保する。
- 避難経路を確保する。室内にいたことが危険と判断したら戸を開け出口を確保する。



② 揺れが収まったら

- 靴をはく。裸足で歩き回らない。
- 火が出ていたら落ち着いて火を消す(大きな揺れの場合は無理をしない)。
- 家族の安否確認。家具の下敷きになっていないか確認する。
- 非常用持出袋を手元におく。

③ 落ち着いてきたら

- まずは在宅避難。避難所へ向かう場合は徒歩で。
- 安否確認。隣近所で助け合う。
- 水・食料は備えているものでまかなう。
- 情報収集。正しい情報を聞き、デマに流されず冷静に。
- 協力して消火活動、救出・救護活動を(無理はしない)。

外出時に大地震が起きたら

屋内にいた場合

劇場・ホール

- かばんなどで頭を保護し、座席の間などに身を隠す。
- 係員の指示を聞き、落ち着いた行動を取る。

デパート・スーパー

- 商品の落下やショーケースの転倒、ガラスの破片に注意する。
- 店員等の指示に従って行動する。
- 壁際や柱などに身を寄せる。

ビルの高層階

- ドアや窓を開けて避難口を確保。
- 避難にエレベーターを使わない。
- 炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、周りの危険物に注意し、落下物から頭をかばんなどで保護して、公園等の安全な場所へ避難する。
- 近くに空き地などが無いときは、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や、垂れ下がった電線に注意する。

車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、道路の左側に止め、エンジンを切る(緊急車両等の通行スペースを確保すること)。
- 揺れが収まるまで冷静に周囲の状況を確認し、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたままでドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れず持ち出し、徒歩で避難する。

電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動を取る。



大震災から命を守るために

今年、1923年(大正12年)に発生した関東大震災から、100年の節目に当たります。また、2011年(平成23年)に発生した東日本大震災からは一回り(12年)経ちました。未曾有の被害をもたらした関東大震災の発生日である9月1日は「防災の日」と定められています。大震災から大切な命を守るために今できることをお伝えします。

問 防災課

☎内線1681~1684

関東大震災

〔牛久市史近現代IIより抜粋〕

●片山きよ(当時14歳)／奥野村
片山きよ「奉公で明け暮れた十代の日々」『牛久市史研究』創刊号より

「あの震災、久野でやったんだから。桑畑の草取りをやっている、桑の木につかまっていなさいといわれなかった。大きい地震だったよ」と語っている。畑にいて木につかまらなければ立っていられない揺れであった。

●倉持誠一(当時小4)／大字牛久倉持誠一「下町、專業農家の昭和史」『牛久市史研究』第六号より

ちょうどあれはお屋のころだったと思いましたが、地震だ、ほら地震だぞ。危ないから裏さ駆けつけて行け、と、裏の竹山に早く行け、と年寄に言われましてね。裏へ行くこうとしてもよろけて歩けなかったですよ。(中略)次の日はまだいくらか余震がありまして、そのうち東京のほうから空へ抜けちゃって真っ赤に見える

過去に学ぶ

過去に起きた2つの大震災。残る資料から牛久市の当時の様子をご紹介します。

大切なのは日ごろの備え

普段から家族で地震対策について話し合い、地域の防災訓練等に積極的に参加し、「いざ」という時に備えましょう。

その1 家族で話し合う

- 災害発生時の役割分担を決めておく
- 避難(集合)場所・避難ルートを決めておく
- 緊急時の連絡方法を決めておく



その2 避難場所の確認

「牛久市ゆれやすさ防災マップ」で、避難場所や避難方法を確認しよう
※防災マップは市ホームページ、または「牛久市暮らしの便利帳」に掲載されています。



その3 非常用持ち出し袋と食料の確認

- 最低でも食料と飲み水3日分を備蓄しておく
※推奨は1週間分
- 飲料水の目安…1人1日3ℓ

備蓄をするなら「ローリングストック法」

普段から少し多めに食材、加工品(缶詰、カップ麺、菓子類他)を買っておき、使った分だけ新しく買い足していくことで常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法です。



非常時の基本持ち出し品リスト (一例)

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 飲料水・食料品 | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 現金・貴重品 | <input type="checkbox"/> 衣類 |
| <input type="checkbox"/> 医療品(常備薬など) | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 雨具 など |
| <input type="checkbox"/> お薬手帳 | <input type="checkbox"/> ロープ | |



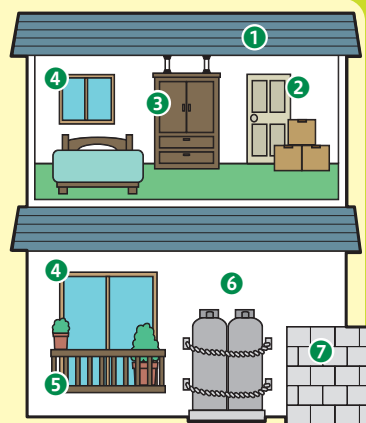
その他、必要に応じて加えるもの

- 【女性用】… 衛生用品 保湿剤・基礎化粧品 など
 【乳児用】… 紙おむつ おしりふき 粉ミルク
 離乳食 母子手帳 抱っこ紐 など
 【高齢者用】… 老眼鏡 補聴器 介護用品 など

その4 家の内外の安全対策をする

いつ起こるかわからない地震に備え、家の内外の危険箇所の対策をして減災に取り組みましょう。

- ①屋根…瓦が落ちないように補修・補強しておく
- ②出入口・通路…倒れやすい物を置かない
- ③家具…固定金具などで家具の転倒を防止する
寝室には倒れやすい家具を置かない
- ④ガラス…飛散防止フィルムを貼り割れたガラスが飛び散るのを防ぐ
- ⑤ベランダ…飛ばされると危険な物は置かない、または固定しておく
- ⑥ガスボンベ…転倒防止のためにしっかりと土台の上に置き、鎖などで固定しておく
- ⑦ブロック塀…基礎部分がなかったり鉄筋が入っていないものは補強し、ひび割れや傾きがあれば補修する



情報を収集しよう



牛久市専用防災アプリ「防災うしく」

牛久市の防災情報や災害時の避難情報、ハザードマップなどがスマートフォンでいつでも確認できます。

アプリストアからダウンロード▶



Android

iOS



牛久市メールマガジン「かっぱメール」

防災情報・災害情報・火災情報などを登録いただいたスマートフォン、携帯電話、パソコンなどにメールで配信します。

新規登録はこちらから▶



防災行政無線 警報・注意報等の緊急情報をお知らせ。内容は市ホームページ、またはフリーダイヤルで確認できます。☎0120-506-706

FMうしくうれしく放送 周波数85.4MHz
防災無線と同じ情報を放送します。

牛久市防災ハンドブック

災害の事前対策や対処方法などが一冊にまとめられています。



内閣府による特設ページ「関東大震災100年」

関東大震災の関連資料や、さまざまな団体が実施する関東大震災100年関係の行事等についての情報を掲載しています。関東大震災は、現代の我々にも大変参考になる示唆や教訓を与えてくれます。



牛久南中



中央図書館



牛久三中



市役所本庁舎



道路に入った亀裂 (ひたち野東)

東日本大震災

牛久市でも建物やライフラインに大きな影響がありました。

と。ここから夜になると見えるんですよ、真っ赤に。三日目あたりになっても、このくらい紙の燃えたのがこの辺に飛んでくるんです。

地域住民がお互い協力して防災活動に取り組み、地域の防災力を高め災害に備えましょう。



地域防災の要 牛久市消防団

消防団は、消防活動を実施する地域ボランティアです。牛久市消防団で活動しているのは、世代も職業もさまざまな一般の方々。普段は仕事などに従事しながらも、火災や風水害、震災などが発生した際に、地域防災の要として活躍しています。



牛久市消防団の仲間になりませんか？

入団
資格

以下の条件を満たす方

- ①市内在住 または 在勤の方
- ②18歳以上の方
- ③職務遂行に支障のない身体的状態の方

女性消防団員も活躍中！

詳細は市ホームページへ▼



牛久 消防団 🔍 検索



自主防災組織

大災害が発生したとき、被害を最小限に抑えるためには、「自分たちの地域は自分たちで守る」という地域住民による自主的な防災活動が重要となることから、牛久市では、自主防災組織の結成を支援しています。

自主防災組織の役割

- 平常時…防災知識の普及、防災機材の点検、地域内防災マップの作成、防災訓練の実施 など
- 災害時…正しい情報の伝達、初期消火、避難・誘導、救出・救護、給食・給水、避難所の開設、避難者の支援、安否確認 など

自主防災組織への支援 (いずれも上限額)

- ①結成時補助金…10万円
- ②資機材等整備費補助金…100万円
- ③活動費補助金…毎年5万円
(組織結成の翌年度から3年間)



詳細は市ホームページへ▶ 牛久 自主防災組織 🔍 検索

7月22日、JR牛久駅で令和5年度牛久市防災訓練を実施しました。茨城県南部で震度6強の大規模地震が発生し、常磐線が牛久駅構内で運行を停止、負傷者や帰宅困難者が発生したとの想定で、初動対応や各関係機関との連携、負傷者の救護や避難誘導など実践的な訓練を行いました。

令和5年度 牛久市 防災訓練



負傷者の搬送



災害対策本部(保健センター)



先着隊のトライアルバイク



稲敷広域消防本部の後方支援車



マンホールトイレ



駅構内での負傷者の救護



負傷者のトリアージ



帰宅困難者の避難誘導



応急救護所の設置・救護活動



防災ヘリからの上空視察

《参加機関》JR東日本、茨城県牛久警察署、茨城県防災航空隊、牛久市防災会 防災士部会、東区行政区、稲敷広域消防本部、牛久市消防団、牛久市